

## Comensando Pastillas Anticonceptivas

### Como se toman las pastillas?

**Si esta empezando las pastillas por primera vez, debe usar una forma alternativa de anticonceptivo, por ejemplo, condon, anticonceptivo vaginal, condon y anticonceptivo vaginal o condon y espuma vaginal por 7 dias mientras este tomando las pastillas.** Tomese una pastilla todos los dias hasta que las pastillas se acaben. **Tomese las pastillas en orden.** Las ultimas siete pastilas del paquete son de diferente color. Su menstruacion generalmente empezara durenate el tiempo que se este tomando estas pastillas. Al terminar el paquete de pastillas, un paquete nuevo se emepieza al siguiente dia.

Tomese sus pastillas **a la misma hora todos los dias.** Es mas facil recordar tomarse la pastilla cuanto esta relacionada con una actividad regular , por ejemplo, con comidas, al lavarse los dientes, o al acostarse. Algunas mujeres ponen una alarma en sus telefonos como recordatorio. Mantenga sus pastillas en un lugar fresco y seco. Cada paquete tiene fecha de vencimiento, Si empiezas las pastillas antes de esa fecha puede completar ese paquete de pastillas haste que termine. **NO** use las pastillas depues de esa fecha.

Si olvida tomarse una pastilla	Tomese la pastilla lo mas pronto posible. No es necesario usar anticonceptivo alternativo como condon o anticonceptivo vaginal.
Si olvida tomarse dos pastillas	Tomese dos pastillas el dia k recuerde y dos pastillas el dia siguiente. Tome una pastilla por dia hasta que el paquete se acabe. Debe usar metodo alternativo como condono anticonceptivo vaginal por 7 dias despues de que las pastillas fueron olvidadas.
Si olvida tomarse tres pastillas consecutivamente y tuvo relaciones sexuales sin proteccion, <b><u>posiblemente nesecitara anticonceptivo de emergencia, contacte a su proveedor lo mas pronto posible.</u></b>	Tomese dos pastillas (la del dia anterior y la de ese dia) y continúe tomando una pastilla diaria hasta que el paquete se acabe. Debe usar abstinencia, condon, o anticonceptivo vaginal por los proximos 7 dias. <b>Posiblemente tenga que tomar antivonceptivo de emergencia si tuvo relaciones sexuales durante el tiempo que olvido las pastillas. (Contacte a su proveedor)</b>

### Acuales son los benefices de tomar pastillas anticonceptivas?

- Su menstruacion se puede acortar
- Su menstruacion puede ser mas regular
- Puede tener menos problemas de la piel
- Si usted tiene cambios fibroquisticos en los senos
- Puede tener menstruacion mas leve
- Puede tener menos colicos
- Puede tener menos sintomas premenstuales

## Acuales son los efectos secundarios mas comunes?

- Los efectos secundarios se resuelven despues de 3 menstruaciones.
- De vez en cuando experimentara nauseas. Esto se puede reducir al tomarse las pastillas al acostarse o con comida.
- Poco sangrado entre menstruaciones no es un problema serio y usualmente eso terminara durante las primeras 3 menstruaciones. **NO** pare de tomar las pastillas, las pastillas protegen aunque este sangrando.
- Dolor de senos usualmente terminara despues de 3 mnestruciones.
- Aumento de peso de 1-8 libras puede ocurrir por retencion de liquido. Esto terminara despues de 3 mentruaciones.
- Dolor de cabeza
- Depresion o irritabilidad; Cambios en la piel y crecimiento de bello

## Cuando debo notificar a mi proveedor?

Si una o mas pastillas se olvidan y no menstrua

Si tiene sangrado entre periodos, nauseas o el dolor de senos aumenta

Si unos de los **Efectos secundarios serios** ocurren:

**A:** Dolor abdominal (grave)

**C:** Dolor de pecho (grave) o dificultad para respirar

**H:** Dolor de cabeza (grave), mareos, devilidad o entumecimiento

**E:** Problemas con la vista (perdida de vision), vision borrosa o ver doble

**S:** Dolor de piernas grave (pantorrilla o muslo)

***Nota:** Las personas que fuman y toman pastillas anticonceptivas contiendo estrógeno, tienen mas riesgo de tener efectos secundarios, especialmente aquellos de 35 años de edad y mayor.*

## Puntos importantes a saber al tomar píldoras anticonceptivas

Si tiene vomito o diarrea use anticonceptivo alternativo asta que su menstruacion comience.

Use anticonceptivo alternativo cuando este tomando sierto tipo de antibiotico. (ampicillina, sulfamida, metronidazole, penicilina, rifampin, tetracycline, etc.) Por favor consulte a su medico.

Use anticonceptivo alternative cuando tome anticoagulants. (Dilantin, Phenobarbital, etc.) Por favor consulte a su medico.

Si esta tomando valium, asegurese de informar a su medico que esta tomando pastillas anticonceptivas. Las pastillas pueden causar que el valium se mantenga por mas tiempo en su cuerpo, entices la dosis de el Valium tendra que ser ajustada.

Las pastillas anticonceptivas reducen el riesgo de siertos tipos de cancer de cuello uterino y endometrial.

Hay muchos tipos de pastillas anticonceptivas. Asegurese de seguir las instrucciones requeridas aunque usted sepa de personas que la toman diferente. Nunca use pastillas de otra persona.

Como todo medicamento, las pastillas anticonceptivas deven mantenerse alejada del alcance de los ninos.

Si tiene preguntas sobre esto o sobre su salud, por favor contacte a la clinica. Siempre estamos dispuestos a ayudarle. Nuestros médicos y enfermeras de salud pública pueden ser contactados al numero 1-866-960-0633.