

# Píldora que Solo Contiene Progestina (POP)

(Basado en *Managing Contraception Pocket Guide 2019-2020*)

## Eficacia:

- 99.7% con un uso perfecto, 91.0% con un uso típico

Acción: Las píldoras que solo contienen progestina tienen una sola hormona y sirven para prevenir el embarazo

## Ventajas/Beneficios:

- Es una buena opción para aquellas mujeres que no pueden usar estrógenos, pero que quieren tomar píldoras
- Puede aumentar el disfrute sexual debido a la disminución del temor a quedar embarazada; favorece la espontaneidad
- Estas píldoras las pueden tomar las madres lactantes, normalmente después de que el bebé cumpla las seis semanas
- Disminuye la pérdida de sangre resultante del periodo, así como los dolores y cólicos menstruales
- La pueden tomar las mujeres que han tenido coágulos sanguíneos
- La pueden tomar las fumadoras mayores de 35 (Eso sí, a todas las fumadoras se les debe exhortar a que dejen de fumar – pregúntele a su médico acerca de algún programa de cesación tabáquica)
- Protege contra el aumento anormal del grosor del endometrio y contra el cáncer endometrial
- Trae un rápido retorno a la capacidad referencial para quedar embarazada

## Desventajas/Riesgos:

- Menstruaciones (periodos) irregulares que van desde no tener periodo hasta un aumento del número de días presentando sangrado uterino entre periodos, pero con una disminución de la pérdida global de sangre
- El sangrado uterino entre periodos puede interferir en las relaciones sexuales
- Posible aumento de los episodios depresivos, de ansiedad y de irritabilidad
- Amenorrea (ausencia de periodo) intermitente o aparición de factores preocupantes con respecto al embarazo
- No protege contra las ETS o el VIH. (En caso de riesgo, use condón)
- La píldora la debe tomar a la misma hora todos los días
- Es un problema tomar medicamentos que aumentan el aclaramiento hepático (del hígado), como, por ejemplo, ciertos medicamentos contra la tuberculosis, ciertas medicinas para la epilepsia, la hierba de San Juan y la griseofulvina
- Trae incapacidad para absorber los esteroides sexuales (reguladores de las funciones sexuales) del aparato digestivo (colitis activa, etc.)

## Instrucciones:

- **Hay que tomar la píldora a la misma hora todos los días.** Si han pasado más de 3 horas desde la hora en que le tocaba la píldora que no se tomó, tómese la y use además algún método anticonceptivo de reserva (por ejemplo, el condón) durante 48 horas
- Si ha tenido relaciones sexuales en los últimos 5 días y ha dejado de tomarse alguna píldora o se la tomó pasada ya la hora, valore la opción de usar algún anticonceptivo de emergencia.