Anticonceptivos orales combinados

¿Qué son los anticonceptivos orales combinados (AOC)?

Son píldoras que contienen dosis bajas de dos hormonas —un progestágeno y un estrógeno— como las hormonas naturales (progesterona y estrógenos) presentes en el cuerpo de la mujer. (Actúan básicamente impidiendo la liberación de óvulos de los ovarios-ovulación).

Efectos secundarios

Sangrado:
Mientras se toman las píldoras activas (llamado sangrado intermenstrual o manchado), que es más frecuente con las píldoras de dosis continua o de ciclo prolongado.

Otros cambios:
Hay una gran variedad de cambios que pueden presentarse. A continuación se enumeran los principales:

- Náuseas
- Vómitos
- Retortijones o distensión abdominal
- Diarrea
- Estreñimiento
- Gingivitis (inflamación del tejido de las encías)
- Aumento o disminución del apetito
- Aumento o pérdida de peso
- Aumento de la tensión arterial en unos cuantos puntos (mm Hg). Cuando el aumento se debe a los AOC, la tensión arterial disminuye rápidamente tras dejar de usarlos.

Indicaciones de uso

Muestre el tipo de envase: de 21 o 28 píldoras. En el caso de los envases de 28 píldoras, indíquele que las 7 últimas píldoras son de un color diferente y no contienen hormonas (esto difiere en algunas marcas) y muéstrele cómo se saca la primera píldora del envase y después cómo seguir la dirección de las flechas del blíster para tomar el resto de píldoras.

CDEIS Centro Distrital de Educación e Investigación en Salud
RED-FOCUS
ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE SALUD BOGOTÁ

Indicaciones de uso

Cuándo comenzar
Si comienza en el plazo máximo de 5 días desde el inicio de la menstruación, no necesita un método de respaldo.
Si han pasado más de 5 días desde el inicio de la menstruación, puede comenzar a tomar AOC en cualquier momento si existe una certeza razonable de que no está embarazada. Tendrá que usar un método de respaldo* durante los 7 primeros días de toma de las píldoras.

- **Envase de 28 píldoras:** cuando termine un envase, deberá tomar la primera píldora del próximo envase el día siguiente.
- Envase de 21 píldoras: cuando tome la última píldora del envase, deberá esperar 7 días —no más— y entonces debe tomar la primera píldora del nuevo envase. Es muy importante empezar el nuevo envase a su debido tiempo. Comenzar un envase con retraso conlleva riesgo de embarazo.

Información clave:

- Explique a la usuaria: tome una píldora todos los días, hasta terminar el envase.
- Dele algunas sugerencias para tomar la píldora a diario. Asociar la toma de la píldora con una actividad diaria — como lavarse los dientes— puede ayudarla a acordarse.
- Tomar la píldora todos los días a la misma hora ayuda a recordar. También puede ayudar a reducir algunos efectos secundarios.

Método de respaldo

- Entrega y recomendación de uso de preservativos en todos los métodos como sistema de respaldo y/o de doble protección contra enfermedades de transmisión sexual y VIH.

Fuente

Organización Panamericana de la Salud. (2019). Planificación familiar. Un manual mundial para proveedores.

CDEIS Centro Distrital de Educación e Investigación en Salud
RED-FOCUS
Alcaldía Mayor de Bogotá D.C. Secretaría de Salud Bogotá