

Lo que Usted debe Saber sobre la Anticoncepción de Emergencia

¡Oh no! Ud. tuvo coito pero se rompió el condón o Ud. tuvo un fin de semana romántico pero olvidó sus anticonceptivos orales (AOs). Estos momentos son los adecuados para estar informada sobre la anticoncepción de emergencia (AE).

Existen dos Tipos de Anticoncepción de Emergencia

Los AE orales contienen una dosis de la hormona usada en los AOs. Ya que los AE son usados después de haber tenido coito desprotegido con el fin de disminuir el riesgo de embarazarse, los AE son llamados “píldoras para la mañana siguiente”. No confunda la AE con mifepristone (RU-486), el medicamento para inducir un aborto. Este producto es completamente diferente. De hecho, la AE no servirá si Ud. ya está embarazada.

En los Estados Unidos, una de las marcas de las píldoras orales, llamada Plan B, es fabricada específicamente para la AE. El Plan B está disponible sin receta médica para las mujeres mayores de 18 años. Aunque no requiere de receta médica, Ud. debe pedírselo al farmacéutico. Las mujeres que son menores de 18 años, requieren de una receta médica.

Además del Plan B, algunos — pero no todos — los AOs tradicionales también pueden ser usados como AE. La AE es segura para la mayoría de las mujeres, hasta para aquellas que les han informado que no pueden usar los AOs.

La anticoncepción de emergencia es más eficaz entre más pronto se tome, después del coito desprotegido. Ya que algunas farmacias tienen un horario restringido, existe la posibilidad de que no la vendan o no estén dispuestos a venderla, es buena idea el obtenerla por adelantado “por si acaso”. Si sólo hay una farmacia en su área, y

dicha farmacia no vende o no está dispuesta a venderle los AE, Ud. puede pedirle a su médico una receta médica para uno de los AOs tradicionales que puede ser usado como AE.

El dispositivo intrauterino (DIU) de cobre también es un método de AE eficaz. Este dispositivo proporciona hasta 10 años de contracepción y puede ser removido en cualquier momento que desee embarazarse.

Como Funciona la Anticoncepción de Emergencia

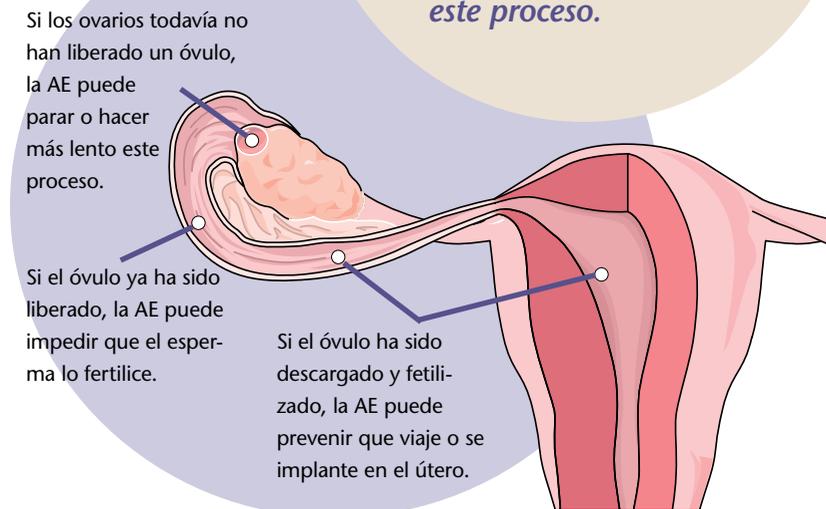
Los AE orales funcionan de varias diferentes maneras, dependiendo que etapa de su ciclo menstrual esté ocurriendo. Si los ovarios todavía no han liberado un óvulo (ovulado), la AE puede parar o hacer más lento este proceso. Si el óvulo ya ha sido liberado, la AE puede impedir que el esperma lo fertilice. Si el óvulo ha sido descargado y fertilizado, la AE puede prevenir que viaje o se implante en el útero. Nuevamente, la AE no causa un aborto. Si un óvulo fertilizado ya viajó al útero y ha empezado a desarrollarse, la AE no interrumpirá este proceso.

Si los ovarios todavía no han liberado un óvulo, la AE puede parar o hacer más lento este proceso.

Si el óvulo ya ha sido liberado, la AE puede impedir que el esperma lo fertilice.

Si el óvulo ha sido descargado y fertilizado, la AE puede prevenir que viaje o se implante en el útero.

La AE no causa un aborto. Si un óvulo fertilizado ya viajó al útero y ha empezado a desarrollarse, la AE no interrumpirá este proceso.



La Anticoncepción de Emergencia

El DIU de cobre no previene a los ovarios de liberar un óvulo. En vez, impide que el esperma fertilice al óvulo y también es posible que prevenga que un óvulo fertilizado se implante en el útero.

Instrucciones Para El Uso De La Anticoncepción De Emergencia

Anticoncepción de Emergencia Oral.—Si Ud. está usando el Plan B, Ud. debe tomar la primera píldora hasta 72 horas después de haber tenido coito desprotegido y la segunda píldora exactamente 12 horas después. Sin embargo, las investigaciones demuestran que la AE es igualmente eficaz, si Ud. toma ambas píldoras simultáneamente y también funcionan aunque las tome hasta 5 días después del coito desprotegido. Por supuesto, entre más pronto las tome, serán más eficaces en prevenir un embarazo.

Si Ud. no desea embarazarse en los siguientes años o si no desea tener más hijos(as), el DIU de cobre puede ser una opción.

Si Ud. está usando los AOs tradicionales para la AE, Ud. debe seguir las instrucciones de su médico. Dependiendo de la marca, es probable que Ud. deba tomar de 3 a 5 píldoras tan pronto como sea posible después del coito desprotegido y luego deba tomar la misma cantidad de píldoras, exactamente 12 horas después.

El Plan B o las píldoras conteniendo sólo progestina son ligeramente más eficaces que los AOs que contienen estrógeno/progestina; también es menos probable que causen náusea y vómitos los cuales son efectos secundarios comunes de la AE oral. Antes de tomar la AE oral, Ud. puede tomar una píldora para los mareos (meclizina) con el fin de prevenir la náusea. Si Ud. vomita dentro de una hora después de haber tomado la AE, algunos investigadores recomiendan tomar otra dosis

para asegurarse que el medicamento sea absorbido en el torrente sanguíneo.

En el plazo de un mes después de haber tomado la AE oral, Ud. experimentará algo de sangrado – un goteo o un período regular – aunque se presente antes o después de lo anticipado. Si el sangrado no se presenta, Ud. debe someterse a una prueba de embarazo. Recuerde, la AE es muy eficaz en prevenir el embarazo, pero no es 100% eficaz.

No se ha reportado ningún efecto secundario dañino al tomar la AE, aunque se use más de una vez. Sin embargo el uso repetitivo o frecuente (particularmente del método que contiene ambos, estrógeno y progestina) la expone a dosis de hormonas mucho más altas que las que contienen los AOs. Si Ud. está usando la AE repetidamente, Ud. debe reflexionar sobre las razones y las circunstancias. La AE no es tan eficaz como la mayoría de los métodos anticonceptivos usados antes o durante el coito.

El Dispositivo Intrauterino.—Si Ud. no desea embarazarse en los siguientes años o si no desea tener más hijos(as), el DIU de cobre puede ser una opción. Para usarlo como AE, el DIU debe ser insertado a más tardar 5 días después del coito desprotegido. Si Ud. le llama a su médico para que le inserte inmediatamente un DIU de emergencia, explíquese su situación. Algunas de las clínicas de Planeación Familiar pueden darle rápidamente una cita para insertarle inmediatamente un DIU.

Enfermedades Transmitidas Sexualmente

La AE no previene las enfermedades transmitidas sexualmente (ETS). Si Ud. ha tenido coito desprotegido, incluyendo una violación, Ud. debe considerar someterse a pruebas de ETS y/o tomar medicamento para ayudar a prevenirlas.

Conclusión

El informarse sobre la AE antes de necesitarla y el tenerla disponible “por si acaso” puede protegerla contra un embarazo inesperado. Al presente, el Plan B, marcado para el uso de la AE, está disponible sin receta médica para las mujeres mayores de 18 años. Para obtener información adicional sobre la AE, incluyendo la ubicación de un médico en su área el cual la puede prescribir, véase el portal cibernético de Anticoncepción de Emergencia.

Fuentes Informativas

- Portal Cibernético de Anticoncepción de Emergencia <http://www.not-2-late.com/>
- Planeación Familiar <http://www.plannedparenthood.org/>
- El Centro Nacional Informativo sobre la Salud de la Mujer <http://www.4woman.gov/faq/econtracep.htm>

Este informe para la paciente fue redactado por Diane E. Judge, APN/CNP, usando contexto del Portal Cibernético de Anticoncepción de Emergencia.