



EL PARCHE ANTICONCEPTIVO

¿Qué es el parche anticonceptivo?

El parche anticonceptivo se parece a una venda adhesiva cuadrada. Se pega al abdomen, nalgas, la parte superior del torso o del brazo. El parche se cambia cada semana por 3 semanas, y la semana 4 no se usa parche. El parche funciona soltando poco a poco una combinación de las hormonas estrógeno y progesterona por la piel. Estas hormonas previenen la ovulación (o sea que los ovarios suelten un óvulo) y aumentan la densidad de la mucosidad cervical, convirtiéndola en una barrera para prevenir que los espermatozoides entren al útero. Si se usa correctamente, este método anticonceptivo es como 99% efectivo, excepto para las mujeres que pesan 198 libras o más, en cuyo caso la efectividad es sólo del 92%. El parche no protege contra enfermedades de transmisión sexual o el VIH/SIDA.

Uso

Empiece a usar el parche anticonceptivo a más tardar cinco días después del primer día de su menstruación o a más tardar cinco días después de un aborto. El día que usted empiece el parche será el mismo día que cambiará el parche la semana después. Si está dando pecho, consulte primero con su proveedor médico.

Después que reciba su receta de una clínica, usted misma se aplica el parche anticonceptivo. Escoja una parte de su piel que esté limpia y seca. Debe de aplicar el parche en un área diferente cada vez para evitar la irritación de la piel, pero nunca debe usarlo en los senos. Trate de ponerlo donde no se talle con la ropa apretada.

Cuando se aplique el parche, despréndalo del recubrimiento de aluminio sin tocar el lado pegajoso. Presione el lado pegajoso con medicamento a su piel por 10 segundos. Después presione firmemente con su dedo sobre el borde del parche asegurándose de que se pegue apropiadamente.

Use **un parche por semana** por tres semanas corridas. La cuarta semana, no se debe usar el parche y su menstruación debe empezar. Un parche nuevo se aplica siete días después para empezar otro mes de control de la natalidad. No debe usar el parche continuamente – es importante no usar el parche por una semana para tener la menstruación. Guarde el resto para usar en el futuro, a temperatura del ambiente en sus bolsas protectoras.

Cuando se quite el parche usado, dóblelo por la mitad con la parte hormonal adhesiva hacia adentro y deséchelo en la basura en vez de por el excusado. Si permanece algo del adhesivo o le queda un área de su piel pegajosa o con adhesivo, remuévalo con aceite mineral.

Para su información

Revise diariamente que su parche esté en su lugar. Puede despegarse o caerse. Si se despegar por menos de un día, péguelo otra vez o reaplique uno nuevo lo más pronto posible. No le afectará la rutina cuando tenga que cambiarlo cada semana, tampoco disminuirá la efectividad del método.

Si su parche no ha estado en su lugar por más de 24 horas o si no está segura cuánto tiempo lleva, puede empezar de nuevo su ciclo de cuatro semanas. Use un parche nuevo lo más pronto posible y anote el día de la semana ya que éste será su nuevo día para cambiar el parche. Por los primeros siete días del ciclo nuevo, es posible que no tenga protección contra el embarazo. Use métodos anticonceptivos de respaldo por siete días.

Aproximadamente el 2% del tiempo el parche se caerá y tendrá que reemplazarlo. No intente pegar un parche que se ha caído con cinta adhesiva o de otras maneras. No use un parche que tenga cualquier material pegado a ellos. Use un parche nuevo para que sea efectivo.

Si se le olvida cambiar el parche

Si se le olvida cambiar el parche al principio del ciclo mensual, se puede aplicar uno enseguida que se recuerde. Anote ese día de la semana como su nuevo día de cambiar el parche y use otro método por los próximos siete días.

Si se le olvida cambiar el parche por uno o dos días en medio del ciclo mensual, cambie el parche en cuanto se recuerde. No tendrá que cambiar el día de cambio del parche. No necesita otro método adicional anticonceptivo.

Si se le olvida cambiar el parche por más de dos días en medio del ciclo, aplíquese un parche nuevo lo más pronto posible. Con este parche usted tendrá que empezar un ciclo nuevo de 4 semanas. Anote el día de la semana y use otro método de control de natalidad por los próximos siete días.

Si se le olvida remover el tercer parche del ciclo, remuévalo en cuanto se recuerde. No tendrá que cambiar el día regular del cambio de su parche y no necesitará un método de respaldo anticonceptivo.

Si no le baja la regla

No necesariamente está embarazada si no le baja su regla. Sin embargo, si salta una regla, debe considerar esa posibilidad y hacerse una prueba de embarazo. Es posible salir embarazada si el parche se le cayó por más de 24 horas o si se le olvidó cambiar el parche durante su ciclo. Si está embarazada, descontinúe el parche anticonceptivo.

Su salud

Es posible que algunas mujeres no puedan usar el parche anticonceptivo debido al riesgo de problemas serios de salud. Las mujeres mayores de 35 años que fuman o tienen algunas de las siguientes condiciones no deben usar el parche:

- ◆ Historial de ataques al corazón o embolio
- ◆ Dolor fuerte del pecho
- ◆ Coágulos sanguíneos
- ◆ Sangrado vaginal sin explicación
- ◆ Alta presión sanguínea severa

- ◆ Diabetes con complicaciones del riñón, los ojos, de algún vaso sanguíneo o del sistema nervioso
- ◆ Cáncer conocido o sospechado
- ◆ Embarazo conocido o sospechado
- ◆ Tumores del hígado o enfermedad del hígado
- ◆ Dolor de cabeza con síntomas neurológicos
- ◆ Hepatitis o ictericia
- ◆ Enfermedad de las válvulas del corazón con complicaciones
- ◆ Si requiere reposo prolongado después de una cirugía
- ◆ Reacción alérgica al parche

Es posible que las mujeres en cuya familia haya un historial de cáncer de los senos, diabetes, alta presión sanguínea, colesterol elevado, dolores de cabeza o epilepsia, depresión, enfermedad de la vesícula, enfermedad del riñón, enfermedad del corazón, menstruación irregular, o si está dando el pecho, no puedan usar el parche. Las mujeres que pesan más de 198 libras puede ser que no reciban suficiente hormona para que el parche sea efectivo.

Una mujer recibe más estrógeno en su cuerpo con el parche de lo que recibe si usa las píldoras anticonceptivas de dosis baja o el anillo vaginal. Hace falta realizar más investigaciones para determinar si esto aumenta el riesgo de coágulos de sangre, ataques al corazón y embolias cerebrales.

Efectos secundarios

Según vaya ajustándose el cuerpo al cambio hormonal, las mujeres podrán experimentar algunos de los siguientes síntomas pequeños, incluyendo:

- ◆ Irritación o salpullido de la piel en el área del parche
- ◆ Sangrado irregular
- ◆ Problemas usando lentes de contacto
- ◆ Retención de flujo o presión sanguínea elevada
- ◆ Náusea
- ◆ Dolores de cabeza
- ◆ Senos adoloridos
- ◆ Cambios de humor
- ◆ Calambres con su menstruación
- ◆ Dolor abdominal

Interacción con otras drogas

La eficacia del parche anticonceptivo disminuye cuando se toman ciertos medicamentos, incluyendo antibióticos, antiepilépticos, y medicamentos para la tuberculosis y las migrañas. Algunos medicamentos que se usan para el tratamiento del VIH o SIDA pueden interferir con el parche. Si está tomando cualquier medicina, déjeselo saber a su proveedor médico. Cuando tome medicamentos que puedan interferir con su control de la natalidad hormonal, considere usar otro método adicional, como un condón y espermicida. Como con cualquier otra droga, es bueno dejarles saber a todos sus proveedores médicos si está usando el parche anticonceptivo.

Señales de peligro

Las mujeres que experimenten cualquiera de los siguientes síntomas con el uso del parche anticonceptivo deben llamar a la clínica de inmediato:

- ◆ Dolores abdominales (severos)
- ◆ Dolor de pecho o falta de respiración
- ◆ Dolores de cabeza (severos)
- ◆ Problemas con la vista, como visión borrosa
- ◆ Dolor severo de piernas o brazos o entumecimiento

Ventajas

- ◆ Fácil de usar.
- ◆ Puede usarse por tres semanas.
- ◆ Afecta la fertilidad un mes a la vez.
- ◆ No interrumpe la estimulación erótica.

Desventajas

- ◆ No protege contra las infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH/SIDA.
- ◆ Aumenta el riesgo de un ataque al corazón o embolio.
- ◆ Requiere una receta.

Recursos

Cedar River Clinics: www.CedarRiverClinics.org

Feminist Women's Health Center: www.FWHC.org

Birth Control Comparison Chart / Tabla de comparación de métodos de control de la natalidad
www.birth-control-comparison.info

Nuestros Cuerpos, Nuestras Vidas:
www.ourbodiesourselves.org/ncnv.htm

Anticonceptivo de Emergencia: www.NOT-2-LATE.com

Información sobre anticonceptivos: www.saludhoy.com

Infecciones de transmisión sexual:
www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/sexuallytransmitteddiseases.html

www.fhi.org/sp/Topics/STI.htm