Ciclo extendido con pastillas anticonceptivas orales (PAO)

Children's Wisconsin

¿Qué es el ciclo extendido?

El ciclo extendido con pastillas anticonceptivas orales (OCP, por sus siglas en inglés) es una manera de dejar de tener la regla cada mes. El tiempo entre los períodos es mayor. **Siempre debe hablar con su proveedor de atención de salud antes de comenzar el ciclo extendido.**

¿Qué necesito saber sobre el ciclo extendido?

Las pastillas anticonceptivas orales son las hormonas femeninas estrógeno o progesterona. Se toman diariamente para controlar su ciclo. Controlan qué tan seguido y cuándo tiene su regla. También pueden prevenir el embarazo si se toman correctamente. Si usted puede tomar las pastillas anticonceptivas orales en un ciclo regular, puede usar el ciclo extendido.

La mayoría de los paquetes tiene 28 pastillas. Hay 21 pastillas activas y 7 inactivas de azúcar. Debe tener la regla durante la semana en la que toma las pastillas inactivas. Con el ciclo extendido, usted no debe tomar las pastillas de azúcar del paquete. Siga tomando las pastillas activas del siguiente paquete y sáltese las pastillas de azúcar. Usted puede no tener la regla durante dos o más meses.

¿Por qué haría esto?

El período de cada mujer es diferente. Algunas mujeres tienen dolor y sangrado intensos, dolores de cabeza, cambios de humor y acné. Las mujeres con algunos tipos de problemas médicos, como convulsiones o asma, pueden notar que su condición empeora durante su regla. No tener la regla todos los meses les ofrece una mejor calidad de vida. El ciclo extendido también puede usarse cuando su período sea difícil o inconveniente.

¿Cuáles son los efectos secundarios?

Los efectos secundarios pueden incluir náusea, vómito, dolores de cabeza, senos adoloridos, manchado o sangrado vaginal y cambios de estado de ánimo. Los efectos secundarios pueden disminuir después de los primeros ciclos.

¿Cuáles son los riesgos de tomar píldoras anticonceptivas orales?

Las pastillas anticonceptivas orales pueden causar coágulos de sangre. Los síntomas de un coágulo de sangre pueden ser hinchazón dolorosa en las piernas, dolor repentino o intenso en el pecho o falta de aliento, dolor de cabeza intenso o pérdida de la visión. Fumar mientras esté tomando pastillas anticonceptivas orales aumenta el riesgo de formar coágulos sanguíneos y presentar ataques cardiacos.

Llame al 911 o vaya a la sala de emergencias inmediatamente si usted está preocupada de tener un coágulo de sangre.

Indicaciones especiales

- Si se le olvida una pastilla, tómela tan pronto como sea posible. Tome la siguiente pastilla a la hora prevista.
- Si se le olvida tomar más de una pastilla durante la primera semana, tome la siguiente pastilla en la fecha prevista y reinicie sus píldoras activas diarias al día siguiente.

Durante los próximos 7 días, debe usar condones o anticonceptivos de emergencia si tiene relaciones sexuales.

paquete de 28 días

paquete de 21 días

- Todos los paquetes de pastillas varían ligeramente dependiendo del tipo de pastilla que se le recete. Los paquetes que se utilizan para ciclos prolongados tienen 21 días de un solo color y siete días de otros colores (pastillas de azúcar) o sólo 21 pastillas.

Su proveedor de atención de salud le ayudará a decidir cuándo iniciar sus pastillas. Normalmente, usted puede comenzar tan pronto como las recoja. Tome su píldora a la misma hora todos los días. Escoja una hora que sea fácil de recordar, como cuando se cepilla los dientes. Poner la alarma de su teléfono celular puede ayudarle a recordar que tiene que tomar su pastilla. Si usted tiene efectos secundarios como dolor de cabeza y náuseas al principio, puede ser de ayuda tomar la pastilla por la noche.

Ciclo extendido para ___ meses con paquetes de 28 días:

1. Tome una pastilla todos los días durante los primeros 21 días. Tire las pastillas de la cuarta semana. Esas son las pastillas de azúcar que son de un color diferente. Haga esto con los primeros ____ paquetes. Inicie inmediatamente el siguiente paquete de píldoras.
2. Cuando llegue al paquete ___ de pastillas, tome una pastilla todos los días usando el paquete entero, que incluye las pastillas de azúcar.
3. Repita los pasos uno y dos arriba mencionados.

Ciclo extendido para ___ meses con el paquete de 21 días:

1. Tome una pastilla todos los días del primer paquete entero. Inicie inmediatamente el siguiente paquete de pastillas.
2. Después de terminar el paquete de pastillas ___ descanse durante siete días y después empiece el siguiente paquete.
3. Repita los pasos uno y dos arriba mencionados.

ALERTA: Llame a su médico, enfermera o clínica si usted tiene alguna pregunta o inquietud o si usted:

- Sangra durante más de diez días o empapa más de una toalla sanitaria o tampón por hora.
- Tienen necesidades médicas especiales que no se cubrieron en esta información.

Esta hoja informativa fue creada para ayudarle a cuidar de su hijo o familiar Esta hoja no reemplaza la atención médica. Hable con su proveedor de atención de salud sobre el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento.

Children's Wisconsin • PO Box 1997 • Milwaukee, WI 53201-1997 • childrenswi.org
© 2020 Children's Wisconsin. All rights reserved.