

Saltarse las menstruaciones con los anticonceptivos

¿Necesita tener una menstruación si use anticonceptivos?

La respuesta corta es: no.

La mayoría de productos anticonceptivos tienen 3 semanas de hormonas y 1 semana sin hormonas. Tiene su menstruación durante la semana libre de hormonas. Los paquetes de píldoras tienen píldoras placebo (o sea sin hormonas) para los últimos días. Los usuarios de parches y anillos se quitan el parche o el anillo cada cuarta semana. La menstruación que ocurre durante la semana libre de hormonas es llamada el sangrado de abstinencia. Es una menstruación artificial, y no es necesaria para una buena salud. Saltarse la menstruación cuando está usando anticonceptivos es seguro.

Usted puede saltarse una menstruación de vez en cuando –por ejemplo, durante una vacación.

Usted puede saltarse todas las menstruaciones. Esto puede ayudar a tratar problemas de salud relacionados con las menstruaciones (como migrañas, SPM, anemia etc.).

Si usted no desea una menstruación, simplemente sátese la semana libre de hormonas.

Así es como se hace:

Usuarios de la píldora

La mayoría de paquetes de píldoras contienen 21 píldoras activas (con hormonas) y 7 píldoras de placebo (sin hormonas). Las píldoras de placebo son las últimas en el paquete. Para saltar la menstruación, no tome las píldoras de placebo. En vez, vaya directamente de la última píldora activa en un paquete a la primera píldora activa en el siguiente paquete.

Si use los paquetes de 28 píldoras y no tome las últimas 7 píldoras de cada paquete, necesitará comprar 17 paquetes cada año. Es posible que los paquetes extra no estén cubiertos por algunos planes de seguro médico.

Algunos paquetes contienen 84 píldoras activas y 7 píldoras de placebo. Para evitar la menstruación, usted puede dejar de tomar las últimas 7 píldoras. Estos paquetes de 3 meses puede costar menos.

Usuarios del parche

Sátese la semana libre de parche. Para ahorrar dinero, usted puede cambiar el parche cada 9 días en lugar de semanalmente. Esto quiere decir que usted usará una caja de 3 parches cada 27 días.

Usuarios del anillo

Sátese la semana libre del anillo. Para ahorrar dinero, usted puede cambiar el anillo mensual cada 35 días. (Muchas personas se les hace más fácil cambiar el anillo mensual el mismo día de cada mes.) Cambie el anillo anual cada año.

Para más información, visite:

<http://contraception.about.com/od/prescriptionoptions/p/MissingPeriods.htm>