HOJA INFORMATIVA : SOBRE EL ANILLO

Recuerde, el anillo **no la protege contra las infecciones de transmisión sexual o el VIH.** Siempre use condones para protegerse!

¿CÓMO FUNCIONA EL ANILLO?

- El anillo contiene hormonas como las que su cuerpo produce. Estas hormonas impiden que sus ovarios liberen óvulos. Sin un óvulo, usted no puede quedar embarazada.
- Ningún método anticonceptivo es 100% efectivo. El anillo es 91-99% efectivo.

¿COMO EMPIEZO A USAR EL ANILLO?

- Hay 2 maneras de empezar a usar el anillo:
  - **Inicio Inmediato:** Inserte el primer anillo tan pronto que lo obtenga.
  - **Siguiente menstruación:** Inserte el primer anillo después de que empieze su próximo período.
- Si inserta el primer anillo hasta *5 días después del inicio de su período*, su protección contra el embarazo es **inmediato**.
- Si inserta el primer anillo *más de 5 días después del inicio de su período*, **debe usar condones como método de respaldo durante los primeros 7 días.**

¿CÓMO DEBO USAR EL ANILLO?

- El anillo es un círculo plástico, pequeño y flexible que usted introduce en su vagina.
- Usted deja el anillo en su vagina por 3 semanas, y lo retira para la cuarta semana.
- **Use condones por 7 días** al insertar su *primer* anillo.
- Remueva el anillo enganchándolo con el dedo y jalándolo.
- La mayoría de mujeres presentan su menstruación durante la semana libre de anillo.
- Introduzca un nuevo anillo al final de la cuarta semana.
- Usted puede almacenar el anillo a temperatura ambiente por hasta cuatro meses. En el refrigerador, el anillo dura mucho más.

¿TENGO QUE TENER UNA MENSTRUACIÓN?

- Debido a que el anillo tiene suficientes hormonas para 35 días, usted puede dejarlo puesto por más de 3 semanas. Usted puede cambiar el anillo el mismo día de cada mes (por ejemplo, 1ro de marzo, 1ro de abril, 1ro de mayo, etc.). Si usted retira el anillo Viejo y coloca uno nuevo el mismo día, es probable que no tenga una menstruación. Esto está bien.

¿QUÉ PASA SI EL ANILLO SE CAE?

- El anillo se puede deslizar durante la relación sexual o cuando usted use el baño. El anillo puede permanecer fuera de su cuerpo por hasta 3 horas y aun prevenir el embarazo. Si el anillo permanece fuera de su cuerpo por más de 3 horas, usted debe ponerlo de vuelta en su vagina y **usar condones durante los siguientes 7 días**.

¿QUÉ PASA SI DEJÉ DE USAR EL ANILLO Y TUVE RELACIONES SEXUALES SIN PROTECCIÓN?

- Tome anticonceptivos de emergencia (AE) **inmediatamente**. Los AE pueden prevenir el embarazo hasta 5 días después de una relación sexual, y funciona mejor cuanto más pronto los tome.

¿CÓMO ME AYUDA/ME BENEFICIA EL ANILLO?

- El anillo es anticoncepción segura y efectiva. Sus menstruaciones podrían ser más regulares, ligeras y cortas. Su piel se podría aclarar del acné. El anillo disminuye su riesgo de desarrollar cáncer uterino y de los ovarios. El anillo no tiene **ningún efecto** sobre su capacidad de quedar embarazada en el futuro, después que usted lo deje de usar.

¿CÓMO ME SENTIRÉ CON EL ANILLO?

- Usted se sentirá más o menos igual. En los primeros meses usted podría tener náusea, sangrado entre menstruaciones, cambios de peso y/o dolor en los pechos. Estos problemas generalmente desaparecen a los 2-3 meses.

¿EXISTEN RIESGOS?

- El anillo es muy seguro. Los problemas serios son raros. Si usted tiene alguno de los síntomas enumerados abajo, llame a su proveedor de atención a la salud:
  - Dolor, hinchazón y enrojecimiento de las piernas
  - Debilidad o adormecimiento en un lado de su cuerpo
  - Dolor de cabeza severo
  - Problemas de la visión
  - Dolor de pecho
- Su proveedor de atención a la salud puede ayudarle a determinar si estos síntomas son señales de un problema serio.

reproductive health access project