

# ¡Tome el control!

¿Cuál método anticonceptivo es el adecuado para usted?

	Método* Eficacia**	¿Qué es?	Frecuencia	Puntos a considerar***
<b>Mayor eficacia</b>	Paragard  >99%	Un pequeño dispositivo no hormonal en forma de T que se inserta en el útero para evitar el embarazo y que dura hasta 10 años.	10 Años	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Requiere una visita al consultorio con el proveedor.</li> <li>• La mayoría son elegibles para la inserción el mismo día y el proceso por lo general tarda 5 minutos.</li> <li>• Un gran método para mujeres que no quieren hormonas.</li> <li>• Algunas mujeres pueden tener menstruaciones un poco más abundantes o con más cólicos.</li> </ul>
	Mirena  >99%	Un pequeño dispositivo hormonal en forma de T que se inserta en el útero para evitar el embarazo y dura hasta 7 años.	8 Años	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Requiere una visita al consultorio con el proveedor.</li> <li>• La mayoría son elegibles para la inserción el mismo día y el proceso por lo general tarda 5 minutos.</li> <li>• Puede provocar cólicos que por lo general se alivian con ibuprofeno.</li> <li>• Progesterona solamente, sin estrógeno. Seguro para mujeres con problemas de salud más comunes. (Por ejemplo: presión arterial elevada, enfermedad cardíaca o un trastorno de la coagulación)</li> <li>• Puede esperar tener una menstruación corta o leve. Algunas pacientes no tienen ninguna menstruación.</li> <li>• ¡El único tratamiento aprobado por la FDA para los fibromas, pólipos endometriales, endometriosis y cambios precancerosos de su útero!</li> </ul>
	Kyleena  >99%	Un dispositivo hormonal más pequeño en forma de T que se inserta en el útero para evitar el embarazo y que dura hasta 5 años.	5 Años	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Requiere una visita al consultorio con el proveedor.</li> <li>• La mayoría son elegibles para la inserción el mismo día y el proceso por lo general tarda 5 minutos.</li> <li>• Puede provocar cólicos que por lo general se alivian con ibuprofeno.</li> <li>• ¡La opción más pequeña, de cinco años y con la dosis más baja y completamente sin estrógenos!</li> <li>• ¡Con el paso del tiempo hará que sus menstruaciones sean menos abundantes y menos dolorosas!</li> <li>• Fácil inserción y especialmente popular entre adolescentes o pacientes que no tienen hijos.</li> </ul>
	Nexplanon  >99%	Las hormonas para evitar el embarazo se administran a partir de una pequeña "varilla" que se inserta debajo de la piel del brazo y dura 3 años.	3 Años	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¡No se necesita hacer un examen ginecológico!</li> <li>• Se requiere una pequeña incisión para la extracción o reinserción.</li> <li>• Puede provocar un sangrado diario o impredecible, pero la mayoría de las mujeres tienen un sangrado más ligero o menos frecuente.</li> <li>• ¡Ideal para mujeres que no quieren que se inserte nada en el útero!</li> <li>• Implante de hormonas de dosis baja con solo progesterona y completamente sin estrógeno.</li> </ul>
<b>Eficaz</b>	Depo-Provera  >97%	Un medicamento de solo "progesterona" que se inyecta en el brazo o cadera cada 3 meses para prevenir la ovulación y el embarazo posterior.	3 Meses	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Requiere una visita al médico y una inyección cada tres meses.</li> <li>• Puede causar menstruaciones irregulares o puede hacer que su menstruación desaparezca.</li> <li>• Provoca disminución reversible de la masa ósea, por lo que es mejor tomar calcio y vitamina D mientras usa Depo.</li> <li>• Puede provocar aumento de peso o sangrado irregular.</li> </ul>
	Anillo vaginal  >92%	Un anillo pequeño y flexible que la paciente coloca en la cavidad vaginal cada 4 semanas para permitir que el cuerpo absorba las hormonas.	Mensualmente	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El anillo debe insertarse por vía vaginal y reemplazarse cada 4 semanas.</li> <li>• Una breve visita al consultorio para una evaluación y aprobación antes de recibir una receta para surtirlo en cualquier farmacia</li> <li>• No es seguro para mujeres con algunos tipos de migrañas, presión arterial elevada, enfermedades cardíacas o trastornos de la coagulación.</li> <li>• No es seguro si tiene más de 35 años y fuma.</li> </ul>
	Parche  >92%	Un parche libera hormonas que se absorben a través de la piel para evitar tanto la fertilización de un óvulo como la implantación del embarazo.	Semanalmente	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El parche debe cambiarse semanalmente durante 3 semanas consecutivas, seguido de una semana sin el parche.</li> <li>• La colocación se debe rotar a varias partes del cuerpo.</li> <li>• No es seguro para mujeres con migrañas, presión arterial elevada, enfermedades cardíacas o trastornos de la coagulación.</li> <li>• No es seguro si tiene más de 35 años y fuma.</li> </ul>
	Píldoras  >92%	Una píldora de hormonas combinadas que se toma por vía oral diariamente para evitar tanto la fertilización de un óvulo como la implantación de un embarazo.	Diariamente	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Requiere que la paciente tome la pastilla a diario y de forma constante.</li> <li>• Los efectos secundarios más comunes son dolor de senos, náuseas, manchado y disminución del líbido.</li> <li>• No es seguro para mujeres con migrañas, presión arterial elevada, enfermedades cardíacas o trastornos de la coagulación.</li> <li>• Le brinda la capacidad de no tener una menstruación de manera segura.</li> <li>• No es seguro si tiene más de 35 años y fuma.</li> <li>• Para las pacientes que no pueden tomar estrógeno, pregúntele a su médico sobre una píldora especial de solo progesterona que debe tomarse a la misma hora todos los días.</li> </ul>
<b>Menos eficaz</b>	Seguimiento de fecundidad  >87%	Seguimiento de su ciclo menstrual para evitar las relaciones sexuales cuando está ovulando.	Cada vez	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Solo es eficaz si ovula con regularidad, lo que muchas mujeres no hacen.</li> </ul>
	Condón  >80%	Un condón es un dispositivo de barrera en forma de funda que se usa durante las relaciones sexuales para reducir la probabilidad del embarazo o de una infección de transmisión sexual.	Cada vez	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No se necesita receta médica.</li> <li>• Debe asegurarse de usar los condones correctamente, cada vez, pase lo que pase, para que sean eficaces.</li> <li>• Completamente libre de hormonas.</li> <li>• ¡¡¡El único método que la protegerá de las infecciones de transmisión sexual!!!</li> </ul>
	Coito interrumpido  >78%	El coito interrumpido (retirada) es la forma más antigua de control de la natalidad del planeta.	Cada vez	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No requiere una visita al médico.</li> </ul>

Revised: 1/28/25 10.0010.01

\* Esta lista de métodos anticonceptivos no representa TODOS los métodos. Su objetivo es informar a las pacientes sobre los métodos que se ofrecen en FPA Medical Group.  
 \*\* Los índices de eficacia se basan en la experiencia promedio de la paciente, no en el uso ideal del anticonceptivo.  
 \*\*\* Su proveedor hará la consideración final y dará la aprobación de un método determinado. Estos "puntos a considerar" no son representativos de todas las posibles razones por las que una paciente puede que no sea candidata para un método determinado.