

Manejo de tratamiento con estrógenos/progestágenos: Anticoncepción Hormonal Combinada

GENERALIDADES:

Los Anticonceptivos Hormonales Combinados (AHC) son métodos anticonceptivos compuestos por dos hormonas similares a las que elabora el ovario femenino (estrógeno y gestágeno).

Están sujetos a prescripción médica y es necesario realizar una evaluación de salud previa.

No es necesaria una analítica o un examen ginecológico previo. Se recomienda realizar una Historia Médica adecuada en la que figuren antecedentes familiares, antecedentes personales y realizar una toma de tensión arterial.

No protegen frente a las infecciones de transmisión sexual.

Son métodos muy eficaces y reversibles, una vez se retiran se recupera la fertilidad.

Una mujer sana puede utilizarlos a cualquier edad y durante largos períodos de tiempo.

No se recomienda realizar periodos de descanso. Interrumpir los AHC conlleva más riesgo de embarazo no deseado y, por otro lado, se pierde alguno de los beneficios no contraceptivos y aumenta el riesgo de aparición de efectos adversos al reiniciarlos.

Una mujer que usa AHC no necesita tener una menstruación para estar sana.

Ningún estudio ha demostrado la asociación AHC y aumento de peso, si bien pueden ocasionar una ligera retención de líquido en el periodo de adaptación de los primeros meses.

Si está utilizando AHC y se plantea quedar embarazada, la mujer debe acudir a su Centro de Salud para una consulta preconcepcional para iniciar la toma de yodo y ácido fólico al menos 3-4 meses antes de suspender la píldora, lo mismo que cualquier otra mujer que quiera embarazarse y no utilice anticonceptivos.

BENEFICIOS NO CONTRACEPTIVOS:

Regulan y disminuyen el dolor de regla y el volumen de sangrado.

Protegen del cáncer de ovario, endometrio y colon.

Pueden mejorar el aspecto de piel y cabello, hirsutismo, acné y seborrea.

Disminución de quistes de ovarios.

Beneficios en la enfermedad pélvica inflamatoria.

EFFECTOS SECUNDARIOS:

Aumentan el riesgo de procesos vasculares (especialmente en mujeres fumadoras, obesas, hipertensas o con problemas de coagulación hereditarios). Este riesgo es muy bajo en mujeres sanas y muy inferior al que se produce durante el embarazo o en el tiempo inmediato después del parto.

Puede producir dolor de cabeza.

Puede producir disminución del deseo sexual.

Se debe suspender el método antes de una intervención quirúrgica que precise inmovilización o se prevé una inmovilización prolongada por otro motivo.

USO DE AHC Y CÁNCER:

Reduce la posibilidad de que aparezca cáncer de endometrio y de ovario. Tras 10 años de utilización los riesgos de padecer estos tipos de cáncer se reducen en un 80%. Se ha descrito un posible efecto protector en el cáncer de colon.

En el cáncer de cuello uterino los estudios no son concluyentes. Se observa un leve aumento que desaparece con el tiempo.

En el caso del cáncer de mama, se observa un leve incremento con el uso actual y por tanto, quien lo haya tenido o padezca no debe tomarlos. No es una contraindicación en caso de antecedentes familiares de primer grado.

DE FORMA GENERAL, NO DEBEN USARLOS LAS MUJERES:

Que están dando lactancia materna.

Que tienen migrañas con aura.

Mayores de 35 años y fumadoras.

Que tienen alguna alteración genética de los factores de coagulación.

Que tienen o han tenido cáncer de mama.

Que padecen lupus eritematoso y/o tienen anticuerpos antifosfolípidos positivos.

Que tienen una enfermedad hepática grave o descompensada.

Que tienen la tensión arterial alta.

¿QUÉ METODOS HORMONALES COMBINADOS EXISTEN Y EN QUE CONSISTEN?

PILDORA:

Se toma vía oral

Opciones:

- Durante 21 días continuados y descansando durante los 7 días siguientes (estos 7 días pueden ser sin tomar o bien tomando comprimidos de placebo)
- Durante 24 días continuados y descansando durante 4 días (estos 4 días pueden ser sin tomar o bien tomando comprimidos de placebo)
- La primera vez se empieza a tomar la píldora el primer día de la regla.
- Debe intentar tomarse todos los días a la misma hora. La eficacia del método depende de la adecuada cumplimentación. Si es necesario se puede poner una alarma en el móvil.
- Algunos medicamentos pueden disminuir la efectividad de la píldora y por tanto debe comunicarse al médico.
- Si se tienen vómitos o diarreas mantenidos, mientras duren y durante 7 días más debe usarse otro método de refuerzo.

ANILLO:

El medicamento se absorbe por vía vaginal.

Se coloca en la vagina el primer día de la regla, se mantiene tres semanas, y se extrae para descansar durante una semana. En esos 7 días de descanso la mujer tendrá un sangrado menstrual.

Si se sale accidentalmente puede lavarse con agua tibia y volverlo a reintroducir. No debe estar fuera de la vagina más de 3 horas para que permanezca el efecto contraceptivo.

PARCHE:

Puede colocarse en una zona del cuerpo sin cremas para que no se despegue y nunca en la mamas. Los sitios más adecuados son sobre la piel del glúteo, el brazo, la espalda o el abdomen.

Si se despegan deberá pegarse uno nuevo y si han pasado más de 24 horas utilizar otro método como refuerzo en tus relaciones durante 7 días.

SIGNOS Y SÍNTOMAS DE ALARMA POR LOS CUALES SE DEBE CONSULTAR DURANTE EL USO DE LOS AHC:

SÍNTOMAS QUE DEBERÍAN LLEVAR A LAS MUJERES A BUSCAR UNA REVISIÓN MÉDICA URGENTE:

- Dolor, hinchazón y/o enrojecimiento de la pantorrilla
- Dolor en el pecho y/o dificultad para respirar y/o tos con sangre
- Pérdida de la función motora o sensorial

SÍNTOMAS QUE DEBERÍAN LLEVAR A LAS MUJERES A BUSCAR UNA REVISIÓN MÉDICA:

- Bulto en el seno, secreción unilateral del pezón, nueva inversión del pezón, cambio en la piel del seno
- Migraña de nueva aparición
- Síntomas sensoriales o motores de nueva aparición en la hora anterior al inicio de la migraña
- Sangrado vaginal persistente no programado

NUEVOS DIAGNÓSTICOS MÉDICOS QUE DEBERÍAN IMPULSAR A LAS MUJERES A BUSCAR EL CONSEJO DE SU

MÉDICO (Y REVISIÓN DE LA IDONEIDAD DE AHC)

- Presión arterial alta
- Migraña o migraña con aura
- Trombosis venosa profunda o embolismo pulmonar
- Anomalía en la coagulación de la sangre
- Anticuerpos antifosfolípidos
- Angina, infarto de miocardio, ictus o enfermedad vascular periférica
- Fibrilación auricular
- Miocardiopatía
- Cáncer de mama o diagnóstico de mutación genética del cáncer de mama
- Tumor hepático
- Cálculos biliares sintomáticos