

## Información Importante

- Con el uso perfecto menos del 1% de las mujeres quedarán embarazadas en su primer año de uso. Con uso típico (incluye uso incorrecto o inconsistente) alrededor del 9% de las mujeres quedarán embarazadas en el primer año de uso.
- Si vomita dentro de 1 hora después de haber tomado las pastillas o si tiene diarrea fuerte, use un método de respaldo de control de la natalidad durante las próximas 7 pastillas.
- Algunos medicamentos pueden interferir con las pastillas. Siempre use un método de respaldo de control de la natalidad hasta que haya hablado con su proveedor médico.
- Si está planeando embarazarse, deje de tomar las pastillas cuando se termine el paquete. No hay ninguna razón médica para esperar a tratar de quedar embarazada.
- La pastilla no la protege de las enfermedades de transmisión sexual ni del VIH.
- Tenga un método de respaldo de control de la natalidad en caso de que olvide tomarse una pastilla o se enferme.

## Señales de peligro con la pastilla

- Dolor abdominal severo
- Dolor severo en el pecho o falta de aliento
- Dolores de cabeza severos
- Visión borrosa
- Dolor severo en las piernas o brazos

Estos síntomas pueden estar relacionados con un ataque al corazón, embolia o coágulo de sangre en una vena y deben evaluarse.

Llame a la clínica inmediatamente o vaya a la sala de emergencias si se presentan cualquiera de estos síntomas.

## Sitios de clínicas de salud sexual

Si tiene alguna pregunta o preocupación, por favor llame a la clínica.

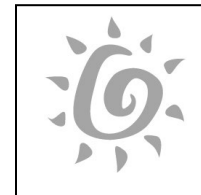
**Oficina de Westminster**  
1401 W 122<sup>nd</sup> Ave.  
Westminster, Co 80234  
**(303) 255-6222**

**Oficina de North Broadway**  
7000 North Broadway #400  
Denver, CO 80221  
**(303) 439-5980**

## Para emergencias después de horas Vaya a un centro de cuidado urgente, al hospital más cercano o llame al 911

Este folleto fue creado (en parte) con fondos federales de Office of Populations Affairs (La Oficina de Asuntos de Población) subsidio

# Lo que Debe Saber acerca del Ciclo Extendido



**ADAMS COUNTY**  
HEALTH DEPARTMENT  
*Your Health. Our Mission.*

Sirviendo al condado de Adams

Los servicios de Adams se proporcionan sin consideración de raza, sexo, orientación sexual, color de piel, religión, origen nacional, discapacidad, estatus militar, o cualquier otro estatus protegido por las leyes estatales.

## Cosas a recordar del ciclo extendido:

El ciclo extendido le ajusta la menstruación de forma segura de cada mes a **cada 13 semanas (4 veces al año)**.

En cada ciclo usted utilizará 4 paquetes de pastillas anticonceptivas y tomará 84 pastillas "activas" que contienen hormonas y siete pastillas "recordatorias" que no contienen hormonas.

Tome una pastilla en orden a la misma hora todos los días.

• **Con el primer paquete sólo tome las primeras 3 semanas de pastillas. No tome la 4ª semana. En su lugar, comience el segundo paquete.**

• **Con el segundo y tercer paquete, tome las pastillas de la misma forma que tomó el 1º paquete.**

• **Con el 4º paquete, tome todas las pastillas del paquete, incluyendo la última semana de pastillas "recordatorias".**

• menstruación debe comenzarle durante la semana 13 de pastillas (pastillas recordatorias). Su menstruación puede ser más corta y más ligera. Puede durar sólo 1 o 2 días.

• Es normal que falten sus menstruaciones mientras esté tomando la pastilla. Si no le llega la menstruación, siga tomándolas y llame a la clínica.

• Generalmente es mejor no dejar de tomar las pastillas a la mitad del paquete a menos que se lo recomiende su proveedor médico.

• No le dé sus pastillas a una amiga. La receta es para usted de acuerdo a su historial médico.

## La primera vez que empieza a tomar pastillas anticonceptivas:

- Use un método de respaldo de control de la natalidad hasta que haya tomado las primeras 7 pastillas de su primer paquete.
- Por 2 o 3 meses después de comenzar la pastilla, podría observar los síntomas siguientes mientras su cuerpo se adapta a las hormonas de la pastilla: sensibilidad en los senos, manchado o sangrado, náuseas (puede ayudarle si toma la pastilla con comida o antes de acostarse). Si los síntomas duran más de 3 meses, llame a la clínica

## • Qué hacer si se le olvida tomar una pastilla:

Vea las instrucciones en el cuadro de abajo.

- La pastilla es más efectiva cuando se toma todos los días a la misma hora
- Se considera que ha olvidado tomar la pastilla cuando han pasado 24 horas o más desde que se tomó la última pastilla.
- Si no toma algunas pastillas, podría tener manchas ocasionales de sangre. No deje de tomar la pastilla.
- En caso de relaciones sexuales sin protección, puede tomar el anticonceptivo de emergencia dentro de 5 días

Cuándo...	Qué hacer	¿Hace falta un método alternativo (condones) por 7 días o mantenerse abstinerente?	¿Hace falta la anticoncepción de emergencia?
<b>Olvido <u>1</u> pastilla <u>PERO</u> recordó tomársela dentro de 12 horas de la hora que normalmente se las toma.</b>	Tome la pastilla (en menos de 12 horas tarde) y siga tomando las pastillas que quedan en el paquete en su horario usual.	No	No
<b>Olvido <u>1</u> pastilla por <u>más de 12</u> horas de la hora que normalmente las toma.</b>	Tome la pastilla que se le olvido inmediatamente y siga tomando las pastillas que quedan en el paquete a su horario usual.	Si	No
<b>Olvido más de una pastilla y tiene <u>por lo menos 7</u> pastillas activas restantes en el paquete (Pastillas activas son las primeras 21 pastillas en un paquete)</b>	Tome la pastilla de hoy y la última pastilla que olvido inmediatamente (tomara 2 pastillas en un día) Tome el resto de las pastillas en su paquete a su horario usual	Si	Posiblemente. Contacte la clínica para saber si necesitara la pastilla de Emergencia.
<b>Olvido más de una pastilla y tiene <u>7 o menos</u> pastillas activas restantes en el paquete (Pastillas activas son las primeras 21 pastillas en un paquete)</b>	Tome la pastilla de hoy y la última pastilla que olvido inmediatamente (tomara 2 pastillas en un día)  Tome el resto de las pastillas <u>activas</u> en su paquete a su horario usual <b>PERO</b> no se tome las pastillas inactivas (usualmente la última semana en el paquete) y empiece un paquete nuevo sin interrupción. <b>(Pastillas activas son las primeras 21 pastillas en un paquete)</b>	Si	Posiblemente. Contacte la clínica para saber si necesitara la pastilla de Emergencia.
<b>Si tiene alguna pregunta llame a la clínica para hablar con una enfermera.</b> (Los números de teléfono están al reverso de este folleto)			