

La salud de los huesos es importante para toda mujer

Comer alimentos ricos en calcio y hacer mucho ejercicio ayudan a mantener la salud de los huesos.

Algunos de los alimentos con alto contenido de calcio son: la leche, el yogurt, el queso, el salmón, los camarones y el brócoli.

Algunos de los ejercicios que pueden ayudar a fortalecer los huesos son: hacer caminatas, correr y subir escaleras.

Es posible que su proveedor de cuidado médico quiera que tome una pastilla que contenga calcio.

Cuando dejar de utilizar el Depro Provera:

Una mujer puede dejar de recibir las inyecciones en cualquier momento.

Si deja de recibir las inyecciones porque quiere quedar embarazada, podría quedar embarazada de inmediato. Sin embargo, algunas mujeres pueden tardar hasta dos o tres años en quedar embarazadas después de dejar de recibir el Depro Provera.

No podemos predecir qué tan rápido quedará embarazada. Es importante que sepa esto al planificar sus futuros embarazos.

Usted debe consultar a un médico si tiene:

- Dolores de cabeza fuertes y repentinos que se iniciaron después de haber comenzado a recibir el Depro Provera
- Dolor agudo en el pecho o dificultad repentina para respirar
- Sangre al toser
- Vómitos
- Mareos o desmayos
- Problemas de la vista o del habla
- Debilidad o adormecimiento de un brazo o una pierna
- Depresión
- Sangrado vaginal intenso
- Dolor fuerte en la parte inferior del abdomen
- Dolor fuerte o hinchazón de la pantorrilla
- Dolor persistente, pus o sangrado en el área en donde le aplicaron la inyección

El Depro Provera no brinda protección contra las infecciones de transmisión sexual o el VIH/SIDA.

Con mucho gusto responderemos cualquier pregunta que tenga sobre el Depro Provera. Llámenos al número _____.

Esta publicación fue posible gracias al subsidio número 5 PHPA046046-03-00 del Department of Health and Human Services, Office of Population Affairs.

www.scdhec.gov/familyplanning

EL USO DEL DEPRO PROVERA

Acetato de medroxiprogesterona de depósito

Departamento de Salud y Control Ambiental
de Carolina del Sur



South Carolina Department of Health
and Environmental Control

www.scdhec.gov

*We promote and protect the health of the public
and the environment.*

EL USO DEL DEPRO PROVERA

¿Qué es el Depro Provera?

El Depro Provera es un método anticonceptivo que contiene la hormona progesterona.

¿Cómo funciona?

El Depro Provera funciona de diversas formas. Puede impedir la liberación del óvulo de los ovarios de la mujer. Puede hacer más espeso el moco cérvicouterino, y puede modificar el endometrio de modo tal que el óvulo no pueda adherirse.

El Depro Provera es inyectable. Si usted recibe la primera inyección durante los primeros 5 días del período menstrual, estará protegida contra el embarazo de inmediato. Si recibe la inyección en cualquier otro momento, su proveedor de cuidado médico analizará con usted la utilización de un método anticonceptivo adicional.

La inyección se aplica cada 11 - 13 semanas, en la parte superior del brazo o en la nalga. La mayoría de las mujeres dicen que no duele mucho.

Si elige usar el Depro Provera como su método anticonceptivo, debe regresar a la clínica cada 11 - 13 semanas para que le apliquen otra inyección. Mientras está en la clínica, programe su siguiente cita para aplicarse la próxima inyección. Lleve el control de sus citas en un calendario.

¿Qué tan bien funciona?

El Depro Provera tiene una eficacia de 99% para evitar el embarazo. No es un método anticonceptivo permanente.

¿Es seguro?

Para la mayoría de las mujeres el Depro Provera es seguro, pero existen mujeres que no pueden usarlo. Es posible que no puede utilizar el Depro Provera si:

- tiene alergia a alguno de los componentes del Depro Provera
- tiene sangrado vaginal de causa desconocida
- ha tenido coágulos sanguíneos
- ha tenido cáncer de mama
- ha tenido una enfermedad hepática
- ha sufrido un infarto o ha tenido una enfermedad coronaria
- ha sufrido un derrame cerebral

No se conocen por completo los efectos de fumar cigarrillos en las mujeres que usan el Depro Provera. **Las mujeres que usan el Depro Provera no deberían fumar.**

¿Cuáles son los efectos secundarios?

La mayoría de las mujeres que usan el Depro Provera presentan cambios en su período menstrual. Es posible que algunas mujeres tengan períodos más largos, sangrado irregular o manchado, o que no tengan período menstrual alguno. Después de usar el Depro Provera por un año, más de la mitad de las mujeres dejan de tener períodos menstruales.

La mayoría de las mujeres no presentan problemas al utilizar el Depro Provera, pero es posible que algunas mujeres experimenten:

- dolor de cabeza
- nerviosismo
- pérdida o aumento de peso
- mareos
- debilidad



- molestias estomacales
- cansancio
- pérdida o crecimiento del cabello
- disminución del apetito sexual
- náuseas
- disminución del colesterol "bueno"

Si se utiliza el Depro Provera durante el embarazo, existe una leve posibilidad de que el bebé nazca con bajo peso. Si cree que puede estar embarazada, hable con su proveedor de cuidado médico antes de que le apliquen una inyección de Depro Provera.

El Depro Provera puede disminuir la cantidad de calcio en los huesos. Si se utiliza durante mucho tiempo (más de dos años), el Depro Provera puede debilitar temporalmente los huesos. Cuando se deja de usar el Depro Provera, el calcio en los huesos comienza a regenerarse, aunque es posible que algunas mujeres sufran efectos a largo plazo. Dichos efectos pueden incluir huesos frágiles o fracturas, sobre todo en una etapa más avanzada de la vida.