

La salud de los huesos es importante para todas las mujeres.

Consumir alimentos ricos en calcio y hacer mucho ejercicio ayuda a mantener los huesos sanos.

La leche, el yogur, el queso, el salmón, los camarones y el brócoli son alimentos que tienen mucho calcio.

Caminar, correr y subir escaleras son ejercicios que pueden fortalecerle los huesos.

Es posible que su proveedor de atención médica le indique tomar una pastilla con calcio.

### **Suspensión de las inyecciones anticonceptivas:**

Una mujer puede suspender las inyecciones en cualquier momento.

Si usted suspende las inyecciones porque quiere quedar embarazada, es posible que quede embarazada de inmediato. A algunas mujeres puede llevarles hasta dos o tres años quedar embarazadas después de suspender las inyecciones anticonceptivas.

No podemos predecir qué tan pronto logrará embarazarse. Es importante que sepa esto al planificar sus futuros embarazos.

### **Debe recibir atención médica si tiene:**

- Dolores de cabeza intensos y repentinos después de comenzar a aplicarse las inyecciones anticonceptivas
- Dolor agudo en el pecho o una repentina dificultad para respirar
- Sangre al toser
- Vómitos
- Mareos o desmayos
- Problemas de la vista o el habla
- Debilidad o adormecimiento en un brazo o una pierna
- Depresión
- Sangrado vaginal abundante
- Dolor intenso en la zona inferior del abdomen
- Dolor o hinchazón intensos en la pantorrilla
- Dolor persistente, pus o sangrado donde le aplicaron la inyección.

Las inyecciones anticonceptivas no la protegen de las infecciones de transmisión sexual o el VIH/sida.

Nos complace contestar cualquier pregunta que tenga sobre su inyección anticonceptiva.

Esta publicación se ha realizado gracias al subsidio número FHPA046220-01-00 del Departamento de Salud y Servicios Sociales, Oficina de Asuntos Poblacionales.

[www.scdhec.gov/familyplanning](http://www.scdhec.gov/familyplanning)

# **USO DE** Inyecciones anticonceptivas **La inyección**



# USO DE

## Inyecciones anticonceptivas

### ¿Qué son las inyecciones anticonceptivas?

Son un método para el control de la natalidad que contiene la hormona progesterona.

### ¿Cómo funcionan?

La inyección anticonceptiva funciona de varias maneras. Puede prevenir la liberación del óvulo de los ovarios de la mujer. Puede espesar el moco del cuello uterino, y puede cambiar el revestimiento del útero para que el óvulo no pueda fijarse.

Las inyecciones anticonceptivas se aplican como cualquier inyección. Si usted recibe la primera inyección durante los primeros 5 días de su período, quedará protegida del embarazo de inmediato. Si recibe la inyección en cualquier otro momento, su proveedor de atención médica hablará con usted sobre el uso de un método anticonceptivo de respaldo.

La inyección se aplica en el brazo o en las nalgas cada 11-13 semanas, durante el tiempo que usted la use como método anticonceptivo.

### ¿Qué tan efectiva es?

La inyección anticonceptiva es efectiva en un 99% para prevenir el embarazo. No es un método anticonceptivo permanente. No protege contra infecciones de transmisión sexual, por lo cual es necesario usar condón.

### ¿Es segura?

La inyección anticonceptiva es segura para la mayoría de las mujeres, pero algunas no pueden usarla. Posiblemente usted no pueda usarla si:

- es alérgica a algún ingrediente de la inyección anticonceptiva
- tiene sangrado vaginal sin motivo aparente
- ha tenido coágulos
- ha tenido cáncer de mama
- ha tenido enfermedad hepática
- ha tenido un ataque cardíaco o enfermedad de las arterias coronarias
- ha tenido un accidente cerebrovascular.

Las mujeres que usan inyecciones anticonceptivas no deben fumar. No se conocen por completo los efectos del tabaquismo en las mujeres que usan inyecciones anticonceptivas.

### ¿Cuáles son los efectos secundarios?

La mayoría de las mujeres que usan inyecciones anticonceptivas tienen un cambio en su período mensual. Algunas podrían tener un período más largo, sangrado o goteo irregulares, o directamente ausencia del período. Después de usar las inyecciones anticonceptivas durante un año, más de la mitad de las mujeres dejan de tener su período.



La mayoría de las mujeres no tienen problemas con las inyecciones anticonceptivas, pero algunas pueden tener:

- dolores de cabeza
- nerviosismo
- aumento o pérdida de peso
- mareos
- debilidad
- molestias estomacales
- cansancio
- pérdida o crecimiento del cabello
- menos deseo sexual
- náuseas

Si se la toma durante el embarazo, existe una leve probabilidad de tener un bebé de bajo peso al nacer.

Si usted cree que podría estar embarazada, hable con su proveedor de atención médica antes de aplicarse la inyección.

Las inyecciones anticonceptivas pueden reducir la cantidad de calcio en sus huesos. Si usted se la aplica por un largo tiempo (más de dos años), podría debilitarle los huesos temporalmente. Algunas mujeres pueden experimentar efectos a largo plazo. La salud de los huesos es importante para todas las mujeres.