

# Anillo vaginal

Anillo, anillo anticonceptivo, NuvaRing, Annovera



## ¿Cómo funciona el anillo vaginal?



- El anillo utiliza las **hormonas progestágeno y estrógeno** para impedir la ovulación (lo cual hace que los espermatozoides no tengan óvulos para fecundar) y espesar el moco cervical, que impide que los espermatozoides lleguen al útero.
- Hay **dos anillos: NuvaRing y Annovera**. Las principales diferencias son la cantidad de hormona que hay en cada anillo, la duración del efecto y las restricciones de peso.
  - **NuvaRing** dura 1 ciclo (1 mes). **Annovera** dura 13 ciclos (1 año).
  - **NuvaRing** funciona para personas de cualquier peso. **Annovera** funciona para personas con un índice de masa corporal (IMC) de 29 o menos.
- El anillo funciona para personas **de todas las edades y para las que utilizan terapia hormonal de afirmación del género**.

## ¿Cómo se usa el anillo vaginal?

Se cambia **cada mes**

Para usar el anillo hay que **ver a un profesional de la salud** (en persona o por telemedicina).

Para prevenir el embarazo, hay que usar el anillo todo el mes y hay que cambiarlo a tiempo.

- **Inserción:** Obtenga una receta para el anillo de su profesional de la salud y búsquelo en su farmacia. Lávese las manos. Si utiliza el anillo **Annovera**, lávelo y séquelo dando palmaditas suaves. No es necesario lavar el anillo **NuvaRing**. Apriete el anillo para formar un óvalo e insértelo en la vagina. Empuje el anillo más adentro con un dedo. No debería sentirlo adentro de usted. Déjelo colocado hasta que llegue el momento de cambiarlo (ver indicaciones más abajo). Si el anillo se sale, lávelo antes de volver a introducirlo.
  - **NuvaRing:** déjelo colocado durante 3 a 5 semanas. No use el anillo por 7 días para tener su período menstrual. Luego empiece a usar un anillo nuevo. Para saltarse el período menstrual, puede ponerse un anillo **NuvaRing** nuevo inmediatamente después de quitarse el anterior.
  - **Annovera:** déjelo colocado durante 3 semanas. Retire el anillo, lávelo y séquelo, y colóquelo en su recipiente durante 7 días. Durante estos 7 días, tendrá el período menstrual. Lave y seque el anillo y vuelva a insertarlo durante 3 semanas. **Annovera** dura 13 ciclos. Hable con su profesional de la salud si quiere saltarse el período menstrual con **Annovera**.
- **Extracción:** para retirarlo, lávese las manos y utilice el dedo para enganchar el anillo y extraerlo.



## Privacidad y control

- Para iniciar y continuar el uso del anillo se necesitan recetas continuas de un profesional de la salud. Hay aplicaciones para obtener una receta. Usted puede decidir dejar de usar el anillo por su cuenta.
- Su pareja tal vez pueda sentir el anillo con los dedos o el pene durante las relaciones sexuales. **Si desea quitarse el anillo durante las relaciones sexuales, puede hacerlo durante hasta 3 horas, pero no es necesario.**
- Una persona que viva con usted podría ver una factura de su seguro.
- Alguien podría encontrar sus paquetes de anillos o los anillos descartados. Los anillos **NuvaRing** adicionales deben refrigerarse, así que es probable que las personas que viven con usted los vean.
- Si alguien sigue sus períodos menstruales, tal vez note un cambio.

## Si empiezo a usar el anillo, ¿funciona de inmediato?



Si empieza dentro de los 5 días siguientes al primer día de su período menstrual, funciona de inmediato. Si no sabe si el sangrado es de su período, puede usar un método de respaldo por una semana.



Si comienza en cualquier otro momento, el anillo tarda 1 semana en funcionar. Durante esa semana, use un anticonceptivo adicional.



## El anillo podría no ser la opción indicada para las personas que tienen o han tenido

- Trastornos de la coagulación o factores de riesgo de coágulos
- Fuma y es mayor de 35 años
- Migrañas con aura
- Presión arterial alta
- Lupus con pruebas de anticuerpos positivas o anticuerpos desconocidos

*Esta no es una lista completa, hable con su profesional de la salud sobre sus antecedentes médicos antes de empezar este método.*



## Use el anticonceptivo de emergencia si

- No tiene el anillo colocado durante **3 horas o más a la vez**.
- No tiene el anillo colocado durante **2 días o más en total** cuando debería haberlo tenido puesto.
- Se ha **retrasado** en volvérselo a colocar **después de la semana sin anillo**.
- **NuvaRing:** el mismo anillo se usa durante **5 semanas o más**.
- **Annovera:** el mismo anillo se usa durante **13 ciclos o más**.

## ¿Qué tan eficaz es el anillo para prevenir el embarazo?

- En promedio, **7 de cada 100 personas que utilizan el anillo quedan embarazadas cada año**. Esto significa que tiene una **eficacia del 93 %** con un uso típico. El uso típico considera la facilidad con que una persona puede usar el anillo. Algunas personas dejan el anillo fuera del cuerpo más de 3 horas o se olvidan de sacárselo a tiempo o se olvidan de reemplazarlo para iniciar un ciclo nuevo.
- Con un uso perfecto, es decir, si el anillo se utiliza de la forma correcta, 1 de cada 100 personas queda embarazada cada año. Su eficacia es del 99 %.
- Algunos medicamentos pueden hacer que el anillo no funcione tan bien.
- **Para mayor protección contra el embarazo, puede usar un método anticonceptivo no hormonal junto con el anillo. El anillo no se puede utilizar con Phexxi.**



## 👍 Efectos secundarios

**Infecciones de transmisión sexual:** no las impide.

- Use condones externos o internos para reducir el riesgo de todas las infecciones de transmisión sexual.

**Período menstrual:** puede afectarlo.

- Cuando empiece a usar el anillo, tal vez tenga por un tiempo manchado entre períodos menstruales.
- El anillo puede hacer que sus periodos sean más leves.
- El anillo puede hacer que sus periodos sean más predecibles.

**Cólicos menstruales:** pueden disminuir.

**Peso:** no tiene ningún efecto.

**Acné:** puede mejorarlo.

**Retorno de la fertilidad:** cuando deja de usar el anillo, puede quedar embarazada de inmediato.

**Otros efectos secundarios posibles:**

- Dolor de cabeza
- Náuseas
- Sensibilidad en los senos
- Aumento de la humedad o las secreciones vaginales
- Irritación vaginal
- Diarrea
- Vómitos
- Reduce los síntomas del síndrome de ovario poliquístico (SOP) y de endometriosis

**El anillo ayuda a reducir el riesgo de:** anemia; cáncer de útero, endometrio y ovario; enfermedad inflamatoria pélvica; quistes de ovario y de seno; adelgazamiento de los huesos; embarazo ectópico; e infecciones de útero, ovario o trompa de Falopio

## 👶 Uso posparto

El uso del anillo **no es seguro justo después de dar a luz**. El estrógeno puede aumentar el riesgo de coágulos justo después del parto. Seis semanas después del parto, es seguro usar el anillo. Si la iniciación es exitosa, no afecta la lactancia, el amamantamiento ni el desarrollo del bebé.

## + Comuníquese con su profesional de la salud si tiene

- Dolor abdominal
- Coloración amarilla en los ojos o la piel (ictericia)
- Síntomas del síndrome de shock tóxico
- Dolor de cabeza intenso o con aura
- Dolor de pecho
- Coágulos de sangre
- Presión arterial alta
- Hinchazón alrededor de la boca o en las piernas
- Sangrado vaginal son motivo aparente
- Problemas de la vesícula biliar
- Dificultad para respirar
- Manchas oscuras en la piel
- Dolor o inflamación en las piernas

## ? Preguntas para su profesional de la salud

- ¿Aumenta mis probabilidades de una infección vaginal?
- ¿Cuánto tiempo dura la receta?
- ¿Qué tan a menudo puedo retirarlo si no es por más de 3 horas seguidas?

Escanee para ver una guía de anticonceptivos y hojas informativas sobre cada método.

