

Sus opciones de métodos anticonceptivos postparto











Indiana State
Department of Health

Mayor efectividad*

Menos de 1 embarazo de cada 100 mujeres en un año

6-12 embarazos de cada 100 mujeres en un año

MENOR EFECTIVIDAD*
Más de 18 embarazos de cada 100 mujeres en un año

TIPO DE MÉTODO ANTICONCEPTIVO	¿CUÁNTO TIEMPO DESPUÉS DEL PARTO SE PUEDE INICIAR?	¿TIENE EFECTO ADVERSO SOBRE LA LACTANCIA?	¿AFECTARÁ MI POSIBILIDAD DE QUEDAR EMBARAZADA EN EL FUTURO?	OTRAS CONSIDERACIONES
 Ligadura tubárica o vasectomía	La ligadura tubárica puede ser realizada al momento del parto (mediante una cesárea) o poco tiempo después del parto natural. También, puede ser realizada en cualquier momento hasta 6 semanas después del parto. Su pareja puede realizarse la vasectomía en cualquier momento.	No	Sí, de elegir este método anticonceptivo generalmente es permanente.	Requiere cirugía
 Dispositivo intrauterino (hormonal = Mirena® y otros, o T de cobre/no hormonal = Paragard®)	El DIU puede ser insertado en el momento del parto (vaginal o cesárea) o en el consultorio unas semanas después.	No	No. Tan pronto como se retire el DIU podrá quedar embarazada, incluso a pocos días de su extracción.	Dura 3-12 años. El DIU hormonal puede causar sangrado irregular o ausencia de período mientras que el DIU no hormonal o T de cobre puede causar períodos intenso/dolorosos.
 Implante subdérmico (Nexplanon®)	El implante puede ser insertado en cualquier momento después del parto. Usualmente, es ofrecido antes de dar el alta del hospital.	No	No. Para algunas personas, puede tomar algunos meses regularizar su período.	Dura 5 años. Puede tener sangrado irregular o no tener período.
 La ampolla (Depo-provera®)	El uso de la ampolla puede iniciarse en cualquier momento después del parto. Usualmente, es ofrecido antes de dar el alta del hospital	No	No. Para algunas personas, puede tomar hasta 1 año para regularizar su período.	Dura 3 meses. Puede tener sangrado irregular o no tener período.
 Combinado de estrógeno + píldoras de progestina, Parche (Xulane®) or anillo vaginal (Nuvaring®)	El método anticonceptivo con estrógenos no debe iniciarse hasta por lo menos 3 semanas (si no está en período de lactancia) o 6 semanas (si está en período de lactancia) después del parto. Dependiendo de sus circunstancias.	Sí, el método anticonceptivo con estrógenos no debe iniciarse hasta que el suministro de leche esté establecido	No	Debe tomar la píldora diariamente, cambiar el parche semanalmente o cambiar el anillo vaginal mensualmente
 Píldoras de progestina (POP)	El uso de píldoras de progestina puede iniciarse en cualquier momento después del parto. Usualmente, tan pronto como regrese a casa del hospital.	No	No	Debe tomar la píldora diariamente. Podría quedar embarazada si toma la píldora incluso unas horas tarde
 Método de la lactancia y amenorrea (MELA)	Este método solamente es efectivo si estás en período de lactancia exclusiva, no tienes la menstruación y tu neonato es menor a 6 meses de edad.	No	No	Este método no es efectivo si regresó su período, su bebé es mayor a los 6 meses de edad o está complementando con fórmula.
 Métodos barrera (preservativos, diafragmas, cubierta cervical, espermicidas) o método del retiro	Los diafragmas o cubiertas cervicales pueden no ser efectivos antes de 6 semanas después del parto. De lo contrario, pueden ser usados tan pronto reinicies su actividad sexual.	No	No	Todos los métodos deben ser usados como se indica. Algunos métodos dependen de su pareja
 Método de conocimiento de la fertilidad	Este método no es efectivo hasta que tu período se regularice después del embarazo.	No	No	Este método solamente es efectivo si sus ciclos son regulares.

*Efectividad basada en el uso correcto de un método anticonceptivo.