

Anillo vaginal liberador de progesterona

Puntos clave para proveedores y usuarias

- **Es adecuado para las mujeres que, después del parto, están amamantando activamente, al menos 4 veces al día.**
- **La mujer se coloca un anillo flexible en la vagina.** Debe llevar el anillo puesto todo el tiempo, de día y de noche, durante 90 días. Se pueden utilizar cuatro anillos, uno tras otro, durante aproximadamente un año después del parto.
- **Para que la efectividad sea óptima, cada anillo nuevo debe ponerse inmediatamente después de retirar el anterior.**
- **Colocarlo en la vagina y retirarlo resulta fácil.** Si cambian los planes reproductivos de la usuaria, puede retirar el anillo en cualquier momento sin la ayuda de un proveedor de atención de salud.

¿En qué consiste el anillo vaginal liberador de progesterona?

- Es un anillo de silicona, suave y flexible, que se coloca en la vagina para prolongar la amenorrea de la lactancia (para retrasar el restablecimiento de la menstruación) y ayudar a las mujeres que amamantan a espaciar los embarazos.
- Desde el interior del anillo se libera continuamente progesterona natural, como la que se encuentra en el cuerpo de la mujer. La hormona pasa a través de la pared de la vagina directamente al torrente sanguíneo. Este anillo no contiene estrógeno.
- Al anillo comienza a usarse de 4 a 9 semanas después de dar a luz. Cada anillo permanece en la vagina durante 90 días. Pasado este tiempo, la usuaria puede reemplazarlo por uno nuevo de inmediato. Se pueden utilizar hasta cuatro anillos, uno tras otro, sin interrupción.



- Actúa previniendo la liberación de óvulos de los ovarios (ovulación). La progesterona amplía la amenorrea posparto de la mujer que amamanta, es decir, retrasa el restablecimiento de la menstruación.
- Es una opción segura y efectiva para una mujer:
 - que tenga un bebé de al menos 4 semanas de edad;
 - que esté amamantando a su bebé al menos 4 veces al día y tenga previsto seguir amamantándolo;
 - cuya menstruación no se haya restablecido.

¿Cuán efectivo es?

Uno o 2 embarazos al año por cada 100 mujeres que usan el anillo vaginal liberador de progesterona.

- *Recuperación de la fertilidad tras suspender su uso:* De inmediato.
- *Protección contra las infecciones de transmisión sexual:* Ninguna

Efectos secundarios, beneficios y riesgos para la salud

Efectos secundarios

Algunas usuarias refieren que presentan:

- Manchado o hemorragia irregular
- Dolor en la zona inferior del abdomen
- Dolor mamario
- Flujo vaginal

Beneficios y riesgos conocidos para la salud

- No hay cambios en la producción o la composición de la leche materna; este método apoya la lactancia materna continua y la nutrición saludable del lactante.
- Es seguro y efectivo, según indican varios estudios de 1 año de duración. Sus riesgos para la salud pueden ser como los de los anticonceptivos orales de progestágeno solo (AOP; véase “Píldoras de progestágeno solo, Efectos secundarios, beneficios y riesgos para la salud”, p. 31).
- Las mujeres que están amamantando activamente, si han pasado al menos 4 semanas desde el parto, pueden usar con seguridad el anillo vaginal liberador de progesterona (categoría I según los criterios médicos de elegibilidad [CME]).



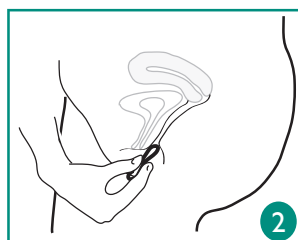
Suministro de anillos vaginales liberadores de progesterona

Explique cómo se utilizan

Explique cómo se inserta el anillo

- La usuaria puede elegir la posición que le resulte más cómoda, por ejemplo, de pie con una pierna levantada y hacia delante, en cuclillas o acostada.

- Debe apretar a la vez los lados opuestos del anillo y, con el dedo índice, empujar suavemente el anillo plegado, colocándolo completamente dentro de la vagina (véase la imagen 1). Empujar hacia abajo con los músculos de la vagina mientras se inserta el anillo puede ser útil.



- La posición exacta del anillo en la vagina no es importante, pero insertarlo profundamente ayuda a mantenerlo en su lugar (véase la imagen 2) y hace que sea menos probable que la usuaria lo sienta. Los músculos de la vagina mantienen naturalmente el anillo en su lugar.

- La usuaria no debe sentir el anillo después de colocarlo en la vagina. Si lo percibe, tiene la sensación de que se desliza o se encuentra incómoda, es posible que no lo haya introducido suficientemente en la vagina. Indíquele que el dedo que utilice para introducir suavemente el anillo lo más que pueda dentro de la vagina debe estar limpio. No hay ningún peligro de introducir el anillo demasiado dentro de la vagina, ni de que se rompa durante la inserción o se pierda.



(continúa en la página siguiente)

Explique que el anillo debe permanecer colocado durante 90 días

- Para mantener la efectividad, la usuaria debe llevar el anillo puesto todo el tiempo.
- Para seguir evitando el embarazo, la usuaria puede retirar el anillo transcurridos los 90 días y reemplazarlo inmediatamente por uno nuevo. Puede usar 4 anillos, durante un período máximo de un año en el período posparto.
- El anillo puede eliminarse con la basura doméstica. No se recomienda eliminar el anillo por un inodoro con descarga de agua.

El anillo nunca debe estar fuera de la vagina durante más de 2 horas

- El anillo debe permanecer siempre dentro de la vagina. Algunas mujeres pueden retirarlo para mantener relaciones sexuales o para limpiarlo, pero esto no es necesario ni recomendable, ya que algunas mujeres se olvidan de volver a ponérselo en un plazo máximo de 2 horas.
- Si el anillo se desliza y se sale, la usuaria debe enjuagarlo con agua limpia y colocárselo inmediatamente.

Explique a la usuaria que es posible que su pareja perciba el anillo

- En general, esto no interfiere en la relación sexual ni reduce el placer sexual.
-

Apoyo a la usuaria: Qué hacer si...

El anillo estuvo fuera de la vagina más de 2 horas

- Vuelva a introducir el anillo en la vagina cuanto antes. Póngase en contacto con su proveedor de atención de salud para tratar cualquier inquietud o duda que tenga.

El anillo estuvo fuera de la vagina más de 24 horas

- Vuelva a introducir el anillo en la vagina cuanto antes. Use un preservativo si tiene relaciones sexuales en las próximas 48 horas. Póngase en contacto con su proveedor de atención de salud para tratar cualquier inquietud o duda que tenga.

Percibe que el anillo se desliza

- Use un dedo limpio para empujar el anillo hacia arriba, lo más adentro posible en la vagina.

Después de un año de uso o si ya no está amamantando al menos 4 veces al día

- Para espaciar más los nacimientos, la mujer puede planear con anticipación el cambio a otro método de planificación familiar. Tanto para la madre como para el hijo es saludable que haya al menos 2 años entre el nacimiento de un hijo y el siguiente embarazo.
-