

Preguntas para Usted

- **¿Quiero evitar el embarazo por unos años?** El DIU es una manera fácil para posponer teniendo hijos por poco tiempo—o hasta 12 años. Si tiene 30- 40 años, un DIU le puede durar durante los años reproductivos.
- **¿Quiero (más) hijos en el futuro?** Se puede sacar el DIU cuando quiera tener hijos. Su fertilidad regresará en seguida.
- **¿Prefiero un método que no requiere acción antes o durante las relaciones sexuales?** Muchas mujeres se embarazan porque la pareja no coloca en su lugar la anticoncepción antes de tener relaciones sexuales. Y algunas personas sienten que pensando en la anticoncepción durante las relaciones sexuales interrumpe “el ánimo.”
- **¿He tenido que usar la anticoncepción de emergencia porque tuve relaciones sexuales y no me protegí?** El DIU le protege contra el embarazo todo el tiempo mientras esté en su lugar. No necesita planear a tiempo de tener relaciones sexuales—o reaccionar después si no planeó.
- **¿Fumo o tengo otros problemas de la salud que me prohíba tomar la píldora de anticoncepción (o usar otros métodos con hormonas)?** Los DIUs de cobre son seguros y muy efectivos para mujeres que no deben usar las hormonas.

Sitios Web con Información Adicional:

Asociación de Profesionales de la Salud Reproductiva:
www.arhp.org/contraception (haga clic a “patient information”; informa las mujeres sobre los métodos de anticoncepción y contiene muchos enlaces con otros sitios web útiles)

Planned Parenthood® Federation of America:
www.ppfa.org
(haga clic a “health info,” y después “birth control”)

Consejeros Clínicos: Linda Dominguez, RN-C, NP, Albuquerque, NM
Kirtly Parker-Jones, MD, Salt Lake City, UT
Ward Cates, Jr., MD, MPH, Resarch Triangle Park, NC

Escritora: Joy Mara, Wheaton, MD

Este publicación fue hecho posible por una beca educacional sin restricción de Barr Laboratories, Inc.



ARHP
2401 Pennsylvania Ave., NW, Suite 350
Washington, DC 20037-1730
www.arhp.org

Una Guía para la Mujer para

Entender los DIUs



Asociación de Profesionales de la Salud Reproductiva



“No sabía mucho sobre el contraceptivo intrauterino antes de comenzar a buscar un nuevo método de anticoncepción. Encontré que el DIU tiene mucho de las características que quiero—y las mujeres casi nunca se embarazan cuando lo usan..”

— Jennifer, Salinas, CA

El DIU de Hoy es La Elección de Mujeres en Todo el Mundo

¿Es la Elección Correcta para Usted?

Cada mujer tiene necesidades de anticoncepción únicas. Para decidir cual método es para usted, entérese de la información y piense en lo que es importante para usted.

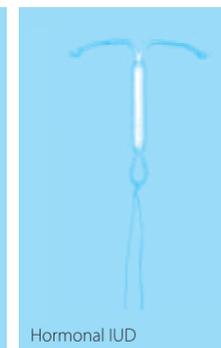
Este folleto le da los hechos principales sobre los DIUs (dispositivos intrauterino, o también contraceptivos intrauterino). También incluye un marco para ayudarle decidir si el DIU es una buena elección para usted. Al final hay unos sitios web útiles que le pueden decir más sobre este método de anticoncepción.

Como trabaja el DIU

En los Estados Unidos, mujeres pueden usar cualquier de los dos tipos de DIU: uno contiene cobre (Cobre T 380A, nombre de marca Paragard), y el otro contiene la hormona levonorgestrel (LNG, nombre de marca Mirena). ¿Como trabajan? Un proveedor de servicios médicos (PSM), como un médico, enfermera especializada, asistente médico, o enfermera partera, inserta el dispositivo en la matriz (el útero). Es un procedimiento rápido y seguro con poco molestia. Los dos productos previene el embarazo en mayor parte por impedir la unión del huevo de la mujer y la esperma del hombre. El cobre interrumpe el movimiento de la esperma. La hormona ayuda bloquear la esperma de entrar en la matriz. Los dos productos hacen más difícil que el huevo alcanza o que se asegura a la matriz.



Copper IUD



Hormonal IUD



DIU: Hechos Que Debe Saber

El DIU es una Anticoncepción Muy Efectiva

Ningún método de anticoncepción es infalible—excepto la abstinencia sexual. Pero los DIUs trabajan mucho mejor que otros métodos de anticoncepción muy efectivos. Por ejemplo:

De 100 mujeres usando un método de anticoncepción...	¿Cuántas mujeres se embarazan cada año con uso típico?
DIU	Posiblemente 1 mujer, más probable ninguna
La Inyección Anticonceptiva (DepoProvera®)	Casi 3
La Píldora Anticonceptiva	Casi 8
Condón	Casi 15

“Mi pareja y yo estamos muy felices con mi DIU. No tenemos que hacer nada y estamos tranquilos con lo bien que trabaja.”

— Carly, Benson, TX

Los DIUs Son Muy Seguros para la Mayoría de Mujeres

Casi todas las mujeres pueden usar los DIUs sin incidente, incluyendo mujeres que están amamantando. Mujeres que no deben de usar el DIU son las que tienen una enfermedad de transmisión sexual (ETS), tienen alergia a cobre o la hormona LNG, no tienen una matriz de forma normal, o tienen cáncer cervical o de la endometriosis. Su PSM le revisará por estos y otros problemas antes de insertar el DIU. Cuando le sacan su DIU, su fertilidad normal regresará. Se puede embarazar en seguida.

Problemas Serios con los DIUs son Raros

Problema	Cuanto por cada 100 DIUs insertados	Notar
El útero (la matriz) está pinchado durante la inserción del DIU.	Menos que 1	Si esto ocurre, su PSM sacará el DIU y necesitará escoger otro método de anticoncepción. La herida casi siempre se cura por sí misma.
Infección pélvica ocurre entre 30 días de la inserción del DIU.	Menos que 1	El riesgo se aumenta para mujeres con ETS (infecciones transmitido por las relaciones sexuales, como la gonorrea). El riesgo para una ETS se aumenta cuando usted o su pareja tienen relaciones sexuales con otros sin usar un condón.
El DIU sale fuera de su lugar o se sale del útero.	1 - 7 (durante el primer año)	Cuando un DIU se sale, se puede embarazar. El aparato nunca se mueve del útero a otros órganos mayores.

Los DIUs son Fáciles de Usar

- Cuando el aparato está en su lugar, se queda allí por 5 a 12 años. Lo puede tener extraído—para embarazarse o para cambiar métodos.
- Solo tiene que revisar de vez en cuando que el hilo está en su lugar. Su PSM le enseñará como.
- Este método es privado. No hay productos que comprar en la farmacia o tener alrededor de la casa. Posiblemente su pareja sentirá el hilo.
- Los DIUs le protegen contra el embarazo cada vez que tiene relaciones sexuales—aunque no lo siente o no se fija que está allí.

Su Elección: Pensándolo bien

DIU de Cobre o Hormonal? La Decisión es Suya

Características Claves	DIU de Cobre (Paragard)	DIU Hormonal (Mirena)
¿Es muy efectivo?	Sí	Sí
¿Es muy seguro?	Sí	Sí
¿Qué es el efecto en mi ciclo de menstruación durante los primeros meses?	El sangrado puede ser abundante y dolorosa: con tiempo, los problemas normalmente se disminuyen. Sangrado ocasional entre ciclos de menstruación puede ocurrir.	Disminuye el sangrado y los dolores de la menstruación, y para unas mujeres, el sangrado se para (esto no hace daño). Sangrado ocasional entre ciclos de menstruación puede ocurrir.
¿Por cuanto tiempo dura?	Por lo menos 10 -12 años	Por lo menos hasta 5 años
¿Contiene Hormonas?	No tiene hormonas. Es una buena opción para mujeres que no pueden o no quieren tomar hormonas.	Incluye una hormona (progestin). Efectos secundarios con este hormona pueden incluir distensión y senos sensitivos.

Los DIUs no protegen contra las enfermedades de transmisión sexual (ETS), incluyendo el VIH. Debe de usar los condones si usted quiere prevenir las ETS.

Temas de Tomar en Cuenta

- **El Precio.** En los Estados Unidos, el DIU cuesta entre \$175 y \$500. Esto incluye el aparato y los costes de su PSM. Pero, después de este único coste, no paga más por la anticoncepción por los próximos 5-12 años (y posiblemente 14 años—asi parece la investigación medica) . Es un buen valor en lo largo. La mayoría de los Administradores de Seguros de Salud, algunos seguros médicos, y Medicaid cubren el coste del DIU. Revise su plan médico y pregunte a su PSM para averiguar que serán los costes.
- **El Dolor.** a mayoría de mujeres no sienten dolor durante la inserción del DIU; solo una molestia leve. Antes de su visita, pregunte a su PSM como puede reducir el dolor si esto le preocupa.

“Tomaba las píldoras, pero algunas veces me las olvidaba tomar o me olvidaba renovar la receta en la farmacia. Con el DIU, no tengo esa preocupación. Siempre está allí.”

— Marie, New York City, NY

¿Debe probar el DIU?

Esta sección informa acerca a unos temas que debe de tener en cuenta con estos productos. También hay una lista de preguntas. Sus respuestas le pueden ayudar a pensar en como sus metas y estilo de vida le afecta su elección de anticoncepción.

Sitios Web con Información Adicional:
www.arhp.org/contraception

