

Anticoncepción reversible de acción prolongada

Si su plan para el futuro no incluye hijos por algunos años o más, tal vez desee considerar el uso de anticoncepción reversible de acción prolongada (LARC). La LARC previene embarazos en más del 99 % de los casos, durante hasta 10 años según el método. Su doctor coloca la LARC y puede retirarla en cualquier momento si cambia de opinión. Después de la colocación y antes de la extracción, no es necesario que haga nada más para evitar quedar embarazada. La LARC no puede protegerla de las infecciones de transmisión sexual; solo los preservativos, si se los usa correctamente todas las veces, pueden hacerlo.

Tipos de LARC

- **Un dispositivo intrauterino (DIU)** es un dispositivo en forma de T que el doctor le coloca dentro del útero. Esto se hace en el consultorio del doctor y no requiere una visita adicional al consultorio. El proceso lleva menos de cinco minutos. Existen dos tipos de DIU.
 1. **El DIU de cobre** no libera hormonas dentro de su cuerpo. El cobre mata el esperma antes de que pueda fertilizar su óvulo. El DIU de cobre es eficaz inmediatamente y funciona por hasta 10 años. Falla solo el 0.8 % de las veces. El DIU de cobre puede utilizarse como un método anticonceptivo de emergencia. Un doctor puede colocar un DIU de cobre hasta cinco días después de haber tenido relaciones sexuales sin protección (o con un método anticonceptivo que falló) para prevenir la concepción.
 2. **El DIU con levonorgestrel (DIU LNG)** es un dispositivo intrauterino que libera progestina para impedir la ovulación. El DIU LNG dura hasta 5 años y falla solo el 0.2 % de las veces. El DIU LNG puede ser eficaz inmediatamente cuando se coloca durante los primeros siete días del período. Si se coloca en otro momento, o si no está segura de en qué día de su ciclo se encuentra, debe usar un método de respaldo durante siete días después de la colocación.
- **El implante** es una pequeña varilla de plástico flexible. Para colocarla, el doctor le aplica anestesia en la parte superior del brazo e introduce el implante debajo de la piel. Dura varios años, y cuando es el momento indicado, el doctor lo retira. Libera progestina para prevenir la ovulación, y falla solo aproximadamente el 0.5 % de las veces. Si recibe el implante dentro de los primeros cinco días de su período, es eficaz de inmediato. En caso contrario, debe usar un método anticonceptivo de respaldo durante siete días.

Preguntas que debe realizarse

1. ¿Tengo un plan para evitar contraer una ITS?
2. ¿Preferiría usar un método hormonal o no hormonal?

Preguntas para hacerle a su doctor

1. ¿Hay algún motivo por el que no debería utilizar un DIU o un implante?
2. ¿Qué efectos secundarios son normales? ¿Cuáles son los síntomas por los que debería llamarlo?
3. ¿Qué tan pronto regresará la fertilidad cuando se retire mi implante o DIU?

Para recibir más información útil sobre planificación familiar:

- [Oficina para la Salud de la Mujer \(Office on Women's Health\)](#)
- [Medline Plus](#)
- [Institutos Nacionales de Salud \(National Institutes of Health\)](#)
- [Oficina de Salud Adolescente \(Office of Adolescent Health\)](#)

Para los miembros que no hablan inglés, tienen sordera o dificultad auditiva, ofrecemos servicios de interpretación oral gratuitos en todos los idiomas, así como asistencia adicional para ayudarlo. Para recibir estos servicios, llame a Servicios al Miembro de Amerigroup Washington al 1-800-600-4441 (TTY 711), de lunes a viernes, de 8 a. m. a 5 p. m., hora del Pacífico.

Para hablar con un enfermero o doctor las 24 horas del día, los 7 días de la semana, llame a la Línea de Ayuda de Enfermería de 24 horas al 1-866-864-2544 (TTY 711) para inglés o 1-866-864-2545 (TTY 711) para español.

Fuentes:

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

Anticoncepción

<https://www.cdc.gov/reproductivehealth/contraception/index.htm>, consultado el 14 de agosto de 2018

Organización Mundial de la Salud

Planificación familiar

<http://www.who.int/reproductivehealth/publications/fp-global-handbook/en/>, consultado el 14 de agosto de 2018

Institutos Nacionales de Salud (National Institutes of Health)

¿Cuáles son los diferentes tipos de anticonceptivos?

<https://www.nichd.nih.gov/health/topics/contraception/conditioninfo/types>, consultado el 14 de agosto de 2018

Paternidad planificada

¿Cómo es la colocación del DIU?

<https://www.plannedparenthood.org/learn/birth-control/iud/whats-an-iud-insertion-like>, consultado el 18 de septiembre de 2018

Bedsider

Implante

<https://www.bedsider.org/methods/implant>, consultado el 18 de septiembre de 2018