



## Lo que debe saber sobre los anticonceptivos reversibles de acción prolongada

Hay una amplia gama de opciones de planificación familiar y control de la natalidad para las mujeres. Entre ellas se encuentran los anticonceptivos reversibles de acción prolongada (LARC). Los LARC son una opción segura y eficaz para evitar el embarazo, y están disponibles a través del Programa Healthy Texas Women sin costo alguno para las mujeres que califican.

### ¿Qué son los LARC?

Los LARC son un tipo de anticonceptivos a largo plazo de gran eficacia. Existen dos tipos de LARC:

**Dispositivos intrauterinos (DIU)** — Son unos dispositivos pequeños en forma de "T" que el doctor u otro proveedor médico inserta en el útero. Dependiendo del tipo de dispositivo, un DIU puede permanecer en el útero y evitar el embarazo entre tres y diez años. Es posible que algunas mujeres experimenten ligeras molestias durante la inserción; tomar medicamentos que no requieren receta para el dolor antes del procedimiento puede ayudar. Se pueden usar dos tipos de DIU para evitar el embarazo:

- Los DIU hormonales liberan progestina, una hormona que ayuda a prevenir el embarazo.
- Los DIU no hormonales están hechos de cobre, y son un método seguro y eficaz para evitar el embarazo.



**Implante** — Es una varilla pequeña, delgada y flexible que un doctor u otro proveedor médico inserta debajo de la piel en la parte superior del brazo, y puede prevenir el embarazo por un máximo de tres años. Antes de insertarlo, se aplica anestesia local en la piel. No es necesario hacer ninguna incisión en la piel y el procedimiento dura apenas unos minutos.

### ¿Qué ventajas ofrecen los LARC?

Las mujeres que llevan un LARC no tienen que preocuparse de tomar una píldora todos los días ni de usar otros métodos anticonceptivos. Otras de sus ventajas son:

- Los LARC son seguros y cómodos para las mujeres de cualquier edad.
- Los LARC pueden insertarse justo después de dar a luz, aun en las mujeres que están amamantando.
- Una vez colocados, no es necesario tomar ninguna otra medida para prevenir el embarazo.
- No interfieren en las relaciones sexuales ni se salen durante el sexo o al usar tampones.
- Muchas mujeres tienen reglas más ligeras.
- Un doctor o proveedor médico puede extraerlo en cualquier momento si usted decide que quiere quedarse embarazada o usar otro método anticonceptivo.

### ¿Cuáles son los posibles efectos secundarios de los LARC?

Los efectos secundarios varían, aunque muchas mujeres no experimentan ninguno. No obstante, algunas pueden manchar o sangrar de forma irregular. Con los implantes y los DIU hormonales, algunas mujeres también pueden tener dolores de cabeza, acné y depresión.

Es importante saber que, aunque los LARC sirven para prevenir el embarazo, no protegen del virus de inmunodeficiencia humana (VIH) ni de otras infecciones de transmisión sexual (STI).

### ¿Cómo puedo obtener más información sobre los LARC?

Hable con su doctor o proveedor médico acerca de los LARC para ver si esta opción es la que más le conviene.

Puede obtener más información sobre los LARC y otros servicios de planificación familiar y métodos anticonceptivos en [www.HealthyTexasWomen.org/es](http://www.HealthyTexasWomen.org/es).