

Recuerde, el anillo **no la protege contra las infecciones de transmisión sexual o el VIH.** ¡Siempre use condones para protegerse!



## ¿CÓMO FUNCIONA EL ANILLO?

- El anillo contiene hormonas (estrógeno y progesterona) como las que produce su cuerpo. Estas hormonas impiden que sus ovarios liberen óvulos. Sin un óvulo, usted no puede quedar embarazada.
- Algunas personas prefieren evitar métodos anticonceptivos con estrógeno. Sin embargo, el anillo es seguro usar.
- Ningún método anticonceptivo es 100% efectivo. El anillo es 93% efectivo.

## ¿CÓMO EMPIEZO A USAR EL ANILLO?

- Hay 2 maneras de empezar a usar el anillo:
  - **Inicio Inmediato:** Inserte el primer anillo tan pronto como lo obtenga.
  - **Siguiente menstruación:** Inserte el primer anillo después de que empiece su próxima menstruación.
- Si inserta el primer anillo hasta 5 días después del inicio de su menstruación, su protección contra el embarazo es **inmediato**.
- Si inserta el primer anillo más de 5 días después del inicio de su menstruación, **debe usar condones como método de respaldo durante los primeros 7 días.**

## ¿CÓMO DEBO USAR EL ANILLO?

- El anillo es un círculo plástico, pequeño, y flexible que usted introduce en su vagina.
- Usted deja el anillo en su vagina por 3 semanas, y lo retira para la 4ta semana.
- Remueva el anillo enganchándolo con el dedo y jalándolo.
- La mayoría de personas tienen su menstruación durante la semana libre de anillo.
- Hay dos tipos de anillos: un anillo mensual y un anillo anual.
- Usted puede almacenar el anillo mensual a temperatura ambiente por hasta cuatro meses. En el refrigerador, el anillo dura mucho más.

## ¿TENGO QUE TENER UNA MENSTRUACIÓN?

- Debido a que el anillo tiene suficientes hormonas para 35 días, usted puede dejarlo puesto por más de 3 semanas. Puede cambiar el anillo el mismo día de cada mes (por ejemplo, 1ro de marzo, 1ro de abril, 1ro de mayo, etc.). Si retira el anillo viejo y coloca uno nuevo el mismo día, es probable que no tenga una menstruación. Esto está bien.

## ¿QUÉ PASA SI EL ANILLO SE CAE?

- El anillo se puede deslizar durante las relaciones sexuales o cuando use el baño. El anillo puede permanecer fuera de su cuerpo por hasta 3 horas y aun prevenir el embarazo. Si el anillo permanece fuera de su cuerpo por más de 3 horas, usted debe ponerlo de vuelta en su vagina y **usar condones durante los siguientes 7 días.**

## ¿QUÉ PASA SI DEJÉ DE USAR EL ANILLO Y TUVE RELACIONES SEXUALES SIN PROTECCIÓN?

- Para prevenir embarazo, tome anticonceptivos de emergencia (AE) **inmediatamente**. Los AE pueden prevenir el embarazo hasta 5 días después de una relación sexual, y funciona mejor cuanto más pronto los tome.

## ¿CÓMO ME AYUDA EL ANILLO?

- El anillo es seguro y efectivo. Sus menstruaciones podrían ser más regulares, ligeras, y cortas. Su piel se podría aclarar del acné. El anillo disminuye su riesgo de desarrollar cáncer uterino y de los ovarios. El anillo no tiene **ningún efecto** sobre su capacidad de quedar embarazada en el futuro, después que usted lo deje de usar.

## ¿CÓMO ME SENTIRÉ CON EL ANILLO?

- Usted se sentirá más o menos igual. En los primeros meses usted puede tener náusea, sangrado entre menstruaciones, y/o dolor en los pechos. Estos problemas generalmente desaparecen después de 2-3 meses.

## ¿EXISTEN RIESGOS?

- El anillo es muy seguro. Los problemas serios son raros. Si usted tiene algunos de los síntomas abajo, llame a su proveedor de salud:
  - Dolor, hinchazón, y enrojecimiento de las piernas
  - Problemas de la visión
  - Debilidad o adormecimiento en 1 lado de su cuerpo
  - Dolor de pecho
  - Dolor de cabeza severo
- Su proveedor de salud puede ayudarle a determinar si estos síntomas son señales de un problema serio.