



Opciones para controlar períodos con SOP

El Síndrome del Ovario Poliquístico (SOP) es una condición común causada por una combinación de factores genéticos y ambientales. Los ovarios de alguien con SOP son muy sensibles a los niveles de insulina, y esta sensibilidad puede hacer que los ovarios funcionen de manera diferente a las personas sin SOP. Cuando alguien tiene SOP, los ovarios no liberan un óvulo (ovulan) cada mes. Sin una ovulación regular, es posible que las personas no tengan períodos, períodos salteados, períodos irregulares o sangrado muy abundante y prolongado. Para las personas que tienen períodos irregulares, se recomienda tratamiento para prevenir el sangrado excesivo y mantener saludable el revestimiento del útero.

Hay muchas opciones para controlar los períodos con SOP.

Todos los tratamientos contienen progestina, que mantiene el revestimiento del útero delgado y lo protege de problemas futuros. El que elija dependerá de lo que sea importante para usted. Algunas cosas a considerar al tomar esta decisión son:

- + ¿Tiene acné molesto y quiere una opción que le ayude con esto?
- + ¿Le preocupa el exceso de vello en la cara y el cuerpo, o el adelgazamiento del cabello en la cabeza, y quiere una opción que le ayude con esto?
- + ¿Cómo se siente con respecto al tomar un medicamento todos los días, o preferiría usar algo que tenga una acción más prolongada?
- + Cuando alguien está usando terapia hormonal, el revestimiento del útero se mantiene delgado y saludable. A diferencia de cuando no se está en terapia hormonal, es muy seguro tener menos períodos o ninguno. ¿Quiere una opción que le pueda ayudar a tener menos o ningún período menstrual de manera segura?
- + ¿Qué más es importante para usted acerca de su opción para mantener el útero saludable?

COMPARACIÓN DE PERÍODOS MENSTRUALES REGULARES E IRREGULARES

	PERÍODOS MENSTRUALES REGULARES	PERÍODOS MENSTRUALES IRREGULARES
¿CON QUÉ FRECUENCIA?	Cada 21 a 45 días	Ocurre más frecuentemente que cada 21 días o Con menos frecuencia que cada 45 a 90 días
¿CUÁNTO TIEMPO?	4 a 7 días de sangrado	8 o más días de sangrado o 1 a 2 días de solo manchado
¿QUÉ CAUSA EL SANGRADO?	<p>Con períodos regulares e irregulares, los ovarios producen estrógeno. El estrógeno hace que el revestimiento del útero se vuelva más grueso.</p> <p>Cada mes, el ovario libera un óvulo (ovulación) que produce la hormona progesterona. Si no se produce ningún embarazo en ese ciclo, los niveles hormonales caen y todo el revestimiento del útero se desprende. Esto significa que habrá un período regular y predecible.</p>	<p>Si no hay ovulación mensual, entonces no hay hormona progesterona y el revestimiento del útero puede volverse demasiado grueso. El sangrado irregular ocurre porque solo parte del revestimiento del útero comienza a desprenderse, mientras que otras partes continúan engrosándose. Los períodos salteados ocurren porque no hay ovulación durante ese mes.</p>





	Elección de tratamiento	Cómo utilizar	¿Qué sucede con el sangrado menstrual?	¿Ayuda con los calambres?	¿También funciona como control de la natalidad?
OPCIONES PARA EL ACNÉ, EL EXCESO DE VELLO EN LA CARA O EL CUERPO Y EL ADELGAZAMIENTO DEL CABELLO.	La Píldora 	Tome 1 pastilla todos los días.	Cuando se usa de la manera tradicional, tendrá un período regular todos los meses.		Sí <i>Asegúrese de tomar todos los días, sin olvidar pastillas.</i>
	El Parche 	Cambiar cada semana.	Generalmente más ligero y menos doloroso. Se puede usar en dosificación extendida o continua para tener menos o ningún período programado.	Sí	Sí <i>No funciona del todo bien si pesa más de 198 libras.</i>
	El Anillo 	Cambiar cada mes.			Sí <i>Evite los lubricantes a base de aceite y las cremas antimicóticas.</i>
OPCIONES QUE PUEDE TOMAR CADA TRES MESES.	Retiro de progestina 	Tome 1 pastilla cada día durante 10 días seguidos.	El revestimiento uterino se desprenderá de 1 a 2 semanas después de la última píldora.	No	No
	Implante  3 YEARS ↗	Visitar la clínica para insertar debajo de la piel en la parte superior del brazo.	Puede no tener sangrado o sangrado irregular.		Sí <i>El implante y los DIUs son las formas más confiables de control de natalidad</i>
ACTUACION LARGA	DIU liberador de Progestina  7 YEARS ↗	Visitar la clínica para realizar el insertado en el útero.	Sin períodos o períodos más ligeros. Sin calambres o menos calambres.		
	Acetato de Noretisterona (NETA) 		Úselo en dosis extendidas o continuas para tener menos períodos o ningún período programado.	Sí	No
OTRAS OPCIONES DE PÍLDORAS VÍA ORAL.	Drospirenona POP 	Tome 1 pastilla cada día.	Período cada mes. Se puede utilizar en dosificación extendida o continua.		Sí <i>Asegúrese de tomarla todos los días, sin olvidar pastillas</i>
	Píldoras con solo Progestina 		Puede no tener sangrado o sangrado irregular.		Sí <i>Tomar a la misma hora todos los días, sin olvidar pastillas.</i>
INYECCIÓN	Depo-Provera 	Inyección en consultorio o en domicilio cada 3 meses.	Puede tener sangrado irregular al principio, pero luego probablemente no haya sangrado.		Sí <i>Reciba una inyección cada 11 a 13 semanas.</i>

