

Información acerca de

Qlaira[®]

östradiolvalerat
och dienogest

Este folleto trata acerca de tus nuevas píldoras anticonceptivas Qlaira. Es importante que lo leas antes de que empieces con tu primera tira de pastillas. Encontrarás más información sobre Qlaira en el prospecto incluido en el envase.



Anticonceptivos orales: una sabia elección

Has elegido la píldora como método anticonceptivo. Las píldoras anticonceptivas es uno de los modos más seguros de evitar embarazos no deseados, siempre y cuando las utilices correctamente. Para ayudarte, hemos preparado este folleto que recoge lo más importante que debes saber acerca de Qlaira y las píldoras anticonceptivas, además de cómo afectan a tu cuerpo. **Si tienes preguntas puedes dirigirte a tu comadrona o médico.**



Las píldoras anticonceptivas llevan utilizándose casi 50 años y antes las dosis hormonales eran considerablemente más altas que las de hoy en día. Las hormonas que contiene la píldora son estrógeno y progestágeno (hormona sintética del cuerpo lúteo). Estas hormonas controlan tu ciclo menstrual normal (encontrarás más información en la sección Las hormonas que controlan tu menstruación, en la página 9). A lo largo de los años, estas hormonas se han desarrollado y mejorado para provocar el menor número de efectos secundarios como sea posible pero sin dejar de ofrecer una protección segura contra embarazos.

Ventajas de las píldoras combinadas

Muchas mujeres consideran que las píldoras anticonceptivas son prácticas y positivas porque:

- regularizan el ciclo menstrual
- hacen que la regla sea menos abundante, disminuyendo el riesgo de anemia
- disminuyen los dolores de la regla
- permiten retrasar la regla
- con frecuencia mejoran problemas de acné, si se padecen

Protección contra enfermedades

La píldora protege contra varias enfermedades. Entre otras, reduce el riesgo de:

- cáncer de ovarios y útero
- inflamación de las trompas de Falopio
- quistes ováricos
- bultos benignos en los pechos

Debido a que algunas de estas enfermedades pueden causar la esterilidad de la mujer, las píldoras anticonceptivas combinadas protegen su capacidad para tener hijos.

¿Tiene Qlaira efectos secundarios?

Como el resto de píldoras anticonceptivas, Qlaira puede tener efectos secundarios. Los efectos secundarios habituales son los cambios en la menstruación, pechos tensos o sensibles, dolor menstrual, acné, aumento de peso y dolor de cabeza. Las molestias suelen ser leves y normalmente desaparecen tras algunos meses de uso. Si las molestias no desaparecen, ponte en contacto con tu comadrona o médico.

Todos los anticonceptivos combinados aumentan el riesgo de sufrir trombos. Sin embargo, el riesgo de sufrir trombos es muy bajo y considerablemente menor que si te quedas embarazada.

Qlaira® es producto del desarrollo: el primer anticonceptivo oral que libera estrógeno natural

Qlaira® innehåller östradiolvalerat och gestagenet dienogest. Östradiolvalerat bryts Qlaira contiene valerato de estradiol y el progestágeno Dienogest. El valerato de estradiol se descompone en el estómago y se convierte en estrógeno natural, estradiol. Durante el ciclo menstrual, la cantidad de hormonas sexuales varía. Estas son las variaciones que hemos intentado imitar en Qlaira. Nuestras investigaciones nos han conducido a esta dosis dinámica, compuesta por 26 pastillas hormonales de diferentes colores y 2 pastillas blancas sin hormonas, que ofrece también un óptimo control del sangrado.

Las hormonas que controlan tu menstruación

Para comprender cómo afectará Qlaira a tu cuerpo, conviene conocer un poco tu cuerpo y el ciclo menstrual. Los folículos se preparan en los ovarios ya desde el feto. Durante la pubertad, los folículos maduran y, posteriormente, cada mes, suele soltarse un óvulo cada vez, que puede ser fecundado por un espermatozoide. En los ovarios también se segregan las hormonas sexuales femeninas, el estrógeno y la progesterona (hormona natural del cuerpo lúteo). Las hormonas hacen que la mucosa del útero crezca y se prepare para recibir un óvulo fecundado.

Si la fecundación no tiene lugar, se expulsa parte de la mucosa y se produce el sangrado menstrual. De esta forma cíclica, se produce mensualmente la maduración de un óvulo, la ovulación y la menstruación. Por esto se le llama ciclo menstrual. Cada mujer tiene un ciclo menstrual individual y la duración del sangrado varía en cada mujer.

¿Cómo protege Qlaira contra embarazos no deseados?

Qlaira te protege de tres formas diferentes:

1. Evita la ovulación.
2. La mucosa del útero no aumenta, para evitar la fijación de cualquier óvulo fecundado.
3. La mucosidad/secreción del cuello uterino espesa e impide el paso de espermatozoides.

Cuándo hay que empezar a usar Qlaira

Qlaira protege contra embarazos desde el primer día, pero solo si te tomas las pastillas de la forma correcta. Por eso es importante que sigas estas indicaciones.

Si no has tomado píldoras anticonceptivas durante el último mes:

Empieza a tomar Qlaira el primer día de la menstruación, es decir, el primer día de sangrado. Si el primer día de sangrado es, por ejemplo, un viernes, fija la etiqueta que indica viernes en la parte superior de la tira de pastillas, para indicar el día de inicio, y tómate la primera. Continúa tomando las pastillas en la dirección de la flecha.

Si cambias de otro tipo de píldoras a Qlaira:

Sigue con tus píldoras habituales hasta que hayas terminado todas las pastillas activas. Si antes usabas una tira de 21 pastillas, empieza con Qlaira el día después de haber tomado la última pastilla activa de la tira anterior. Si has utilizado otro tipo que venía en tiras de 28 pastillas, deja de tomar las últimas siete pastillas sin hormonas y empieza con Qlaira directamente tras tomar la última pastilla activa.

Si tomabas mini-píldoras:

Puedes dejar de tomar la mini-píldora cualquier día y empezar a tomar Qlaira. Durante los primeros nueve días deberás utilizar además otro método anticonceptivo como, por ejemplo, el preservativo.

Después de tomar la píldora del día después:

Empieza con Qlaira el mismo día que tomaste la píldora de emergencia, o “píldora del día después”. Durante los primeros nueve días deberás utilizar además otro método anticonceptivo como, por ejemplo, el preservativo.

Después de un embarazo o aborto (espontáneo o provocado):

Sigue las recomendaciones de la comadrona/médico.

Al utilizar Qlaira


Cada tira de pastillas contiene 26 pastillas hormonales activas y 2 pastillas blancas sin hormonas. Cada tira de pastillas incluye una etiqueta con marcas de los días de la semana. Cada etiqueta contiene siete tiras que indican los días de la semana. Elige la tira que empiece con el día de la semana en el que tomarás la primera pastilla. Pégala en la parte superior de la tira de pastillas.

- Toma una pastilla cada día hasta que termines la tira, después comienza directamente con la tira siguiente. No hagas ninguna pausa. Durante los dos últimos días o al empezar la siguiente tira de pastillas, suele producirse un sangrado similar al de la menstruación.
- La siguiente tira la empezarás en el mismo día de la semana que la tira anterior, independientemente de que hayas terminado de sangrar o no. Si, por ejemplo, empezaste la primera tira un viernes, en adelante empezarás todas las tiras en un viernes.

Qlaira protege contra embarazos desde el primer día, si te tomas las pastillas de la forma correcta. Estarás protegida contra embarazos incluso durante los días en los que tomes las pastillas blancas sin hormonas.



Qlaira es la única píldora anticonceptiva combinada con 26 pastillas activas y 2 pastillas de placebo. Las otras píldoras anticonceptivas combinadas tienen 21 o 24 pastillas activas por tira. Qlaira contiene el progestágeno Dienogest que tiene una cualidad antiandrógena (que puede disminuir la producción de las glándulas sebáceas).



Respuestas a preguntas frecuentes sobre la píldora anticonceptiva y Qlaira

¿Cómo puedo retrasar la menstruación?

Puedes retrasar el sangrado dejando de tomar las últimas cuatro pastillas de la tira (dos color rojo oscuro y dos blancas) y, a continuación, las primeras siete pastillas (dos amarillas y cinco color rojo claro) de la siguiente tira y empezar con la pastilla amarillo claro del octavo día de la tira. Luego sigue tomándote las pastillas cada día de la forma habitual hasta terminar la tira. Es posible que sangres en los días posteriores. Las pastillas que se utilizan para retrasar la menstruación son las de color amarillo claro (las pastillas 8-24). A veces se puede producir un ligero sangrado durante el retraso.

¿Qué pasa si tengo problemas digestivos?

Si vomitas o tienes una fuerte diarrea en las 3-4 horas posteriores a la toma de una de las pastillas hormonales activas, existe el riesgo de que Qlaira no te proteja contra embarazos. Por lo tanto, deberás tomar, lo antes posible, una nueva pastilla de una tira de pastillas de reserva, preferiblemente antes de que transcurran 12 horas. Si han transcurrido más de 12 horas, deberás seguir las recomendaciones indicadas en la sección “¿Qué sucede si me olvido de tomar una o varias pastillas de Qlaira?”.

¿Qué sucede si me olvido de tomar una o varias pastillas de Qlaira?

Para que Qlaira sea un método anticonceptivo seguro es necesario que tomes la píldora de forma regular, por ejemplo, por la mañana o la noche. Si a pesar de todo te olvidaste de tomar una o varias pastillas, deberás tomarla lo antes posible y luego seguir tomándolas a la hora habitual. Si te has olvidado de tomar una pastilla, una manera sencilla de protección adicional es utilizar siempre, durante nueve días, un preservativo.

Si te olvidaste de tomar pastillas y no sangras como era de esperar, es posible que te hayas quedado embarazada. Ponte en contacto con la comadrona o médico antes de empezar la siguiente tira de pastillas.

Si te has olvidado de tomar una pastilla, una manera sencilla de protección adicional es utilizar siempre, durante nueve días, un preservativo.

- Si han transcurrido menos de 12 horas desde que tenías que haber tomado la pastilla, tómala tan pronto como lo recuerdes, ya que aún sigues protegida contra embarazos. Toma la siguiente pastilla a la hora habitual.
- Si han transcurrido más de 12 horas desde que tenías que haber tomado la pastilla, es posible que no estés protegida contra embarazos. Toma la pastilla tan pronto como lo recuerdes, aunque eso signifique la toma de dos pastillas a la misma hora. Después, sigue tomando las pastillas a la hora habitual. Utiliza un preservativo como protección adicional durante los nueve días siguientes.
- Si te has olvidado de tomar más de una pastilla de una tira, pide consejo a la comadrona o médico.

¿Puedo combinar Qlaira con otros medicamentos?

Algunos medicamentos pueden disminuir el efecto de la píldora y aumentar el riesgo de embarazo. Esto ocurre, por ejemplo, con los antibióticos, los medicamentos para epilepsia y tuberculosis y con el hipérico o hierba de San Juan. Informa a tu comadrona o médico si estás utilizando otros medicamentos. Si acudes al médico para otras consultas, debes informarle siempre de que estás utilizando píldoras anticonceptivas.

Sangrados irregulares

Durante los primeros meses en los que utilices píldoras anticonceptivas, es posible que sangres ligeramente. Los sangrados suelen desaparecer con el tiempo, pero si continúan, debes ponerte en contacto con la comadrona o médico. Sigue tomando siempre las pastillas de forma regular.

Si no sangro durante el período sin hormonas, ¿puedo estar embarazada?

Si sabes que te has tomado las pastillas según las instrucciones y no sangras durante la toma de pastillas sin hormonas (o al comenzar la tira siguiente) no debes preocuparte. En los estudios clínicos con Qlaira, se ha demostrado que no es raro que la menstruación desaparezca (aproximadamente el 15% de los ciclos menstruales no se produjeron).

Si no se produce un sangrado parecido a la menstruación durante todo el tiempo que estés tomando las pastillas sin hormonas (o al comenzar la siguiente tira) y además sabes que te olvidaste de tomar una pastilla o has tenido problemas gástricos, ponte en contacto con tu comadrona o médico para que te hagan un test de embarazo. Si estás embarazada debes interrumpir el tratamiento con Qlaira.

¿Qué hago si quiero quedarme embarazada?

Cuando planifiques quedarte embarazada, primero debes terminar la tira de pastillas que has empezado.

¿Qué debo tener en cuenta antes de utilizar Qlaira?

No existen estudios a largo plazo sobre los efectos de las píldoras anticonceptivas que contienen estradiol / valerato de estradiol. Las siguientes recomendaciones de precaución provienen de los datos clínicos y epidemiológicos de las píldoras anticonceptivas combinadas que contienen etinilestradiol. Se desconoce si estas recomendaciones de precaución se pueden aplicar también a Qlaira.

Informa siempre a tu comadrona o médico antes de empezar a usar Qlaira si:

- has tenido trombos o sabes que eres propensa a los mismos (es decir, si tus padres o hermanos han tenido trombos)
- tienes una enfermedad de hígado o riñón
- tienes hipertensión
- tienes diabetes con complicaciones
- tienes un sangrado genital no identificado
- tienes migrañas con alteraciones o pérdida de visión
- fumas y tienes más de 35 años de edad

¿Cuándo debo ponerme en contacto con mi comadrona o médico?

Es muy poco común que las píldoras anticonceptivas tengan efectos secundarios serios o de larga duración. Pero debes ponerte en contacto inmediatamente con tu comadrona o médico si experimentas alguno de los siguientes síntomas:

- Hinchazón repentina o dolor en pantorrillas
- Dolores de cabeza frecuentes, tipo migraña, que no hayas sufrido anteriormente
- Alteraciones repentinas o pérdida de visión
- Pinchazos en el pecho o dificultad para respirar
- Fuertes picores
- Mareo
- Si se produce ictericia o crees que puedes estar embarazada

¡¡IMPORTANTE!

- Siempre que acudas al médico, infórmale de que estás usando píldoras anticonceptivas.
- Mantén tus pastillas anticonceptivas fuera del alcance de los niños.
- Las píldoras anticonceptivas son personales. No se las pases a otra persona.

Las píldoras anticonceptivas no protegen contra el VIH ni contra otras enfermedades de transmisión sexual, así que cuídate y ten siempre preservativos a mano.

Qlaira es un medicamento que se prescribe con receta y solo debe ser utilizado bajo prescripción de una comadrona o médico.



Indicaciones: Anticoncepción G03A
Envase: 3 x 28, Rx.
Para más información, visita www.fass.se
SPC 2009-03-06



Bayer HealthCare
Bayer Schering Pharma

Bayer AB, Box 606, 169 26 Solna, tel 08-580 223 00