

## Llame a la clínica si tiene:

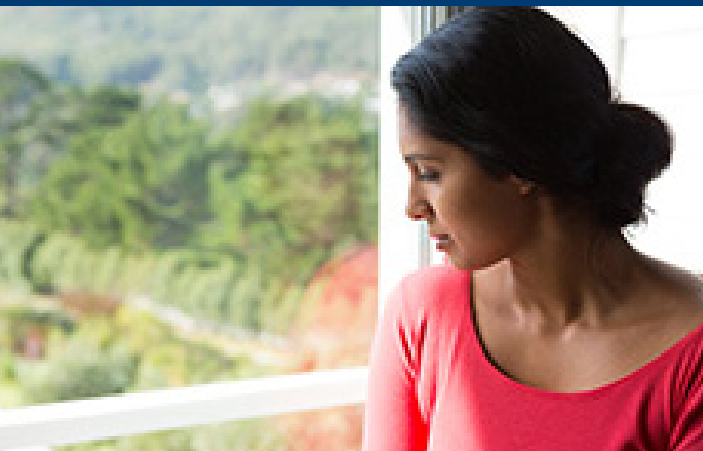
- Sangrado vaginal abundante que dura más largo que un período normal
- Cualquier síntoma del embarazo que no sea un período perdido
- Dolor abdominal bajo severo
- Sarpullido o urticaria después de la inyección
- Signos de infección en el lugar de la inyección

Si quiere dejar de usar la inyección, no le gustan los efectos secundarios, o quiere quedar embarazada, tendrá que esperar a que desaparezcan los efectos de la inyección, llame a la clínica para discutir sus opciones.

Si desea cambiar a un método anticonceptivo diferente, debe comenzar con el nuevo método antes de que venza la siguiente inyección.

## Aplicación de recordatorio de control de la natalidad

- Flo: Health and Period Tracker (Spanish version available on Apple devices)
- Bedsider
- Depo Calendar



## Línea de citas de salud sexual

(303) 363-3018

Si tiene alguna pregunta o preocupación, por favor llame a la clínica.

### Condado de Adams:

Oficina de Park Centre  
1401 W 122nd Ave.  
Westminster, Co 80234  
(303) 255-6222

### Oficina de North Broadway

7000 North Broadway #400  
Denver, CO 80221  
(303) 439-5980

### Condado de Arapahoe:

Oficina de Aurora  
15400 E. 14th Place, Suite 314  
Aurora, CO 80111  
(303) 363-3010

### Oficina de Englewood

4857 S. Broadway  
Englewood, CO 80110  
(303) 783-7140

### Condado de Douglas:

Oficina de Castle Rock  
410 S Wilcox Street,  
Castle Rock, Co 80104  
(303) 663-7650

### Lone Tree office

9350 Heritage Hills Circle  
Lone Tree, Colorado 80124  
(303) 846-2062

Para emergencias después de horas hábiles:  
720-848-9111

Tri-County Health Department  
6162 S Willow Drive, Suite 100  
Greenwood Village, CO 80111

[www.tchd.org](http://www.tchd.org)  
303-220-9200



# Lo Que Debe Saber Del Depo Provera (DMPA)



## Programa de Salud Sexual

 **Tri-County**  
Health Department  
Serving Adams, Arapahoe and Douglas Counties

Los servicios de Tri-County se brindan sin importar la edad, raza, género, orientación sexual, color, religión, origen nacional



## Depo-Provera/ Acetato Medroxiprogesterona

- Depo-Provera (DMPA) es un método de control de la natalidad administrado por medio de una inyección.
- La inyección contiene la hormona progesterona.
- La inyección impide que los ovarios liberen un óvulo.
- Cuando la inyección se administra dentro de 5 días del comienzo de la menstruación, es eficaz inmediatamente.
- Cuando la inyección no se administra dentro de 5 días del comienzo de la menstruación, debe usar un método secundario, tal como un condón, durante los primeros 7 días.

## ¿Qué tan efectiva es la inyección?

Con un “uso perfecto”, lo que significa obtener todas las inyecciones a tiempo, Depo es 99% efectiva.

Con el uso típico, Depo es aproximadamente 95% efectiva.

Depo intramuscular (IM) (administrado en el músculo del brazo o la cadera) administrado entre 11 y 15 semanas.

Depo subcutáneo (subQ) (administrado justo debajo de la piel del estómago o el muslo) administrado entre 12 y 14 semanas.

- Debido a que existe una ligera diferencia en el tiempo que puede pasar entre inyección con IM y subQ, es importante saber qué tipo está usando y mantenerse constante.
- Ninguna forma de Depo brinda protección contra las infecciones de transmisión sexual, incluido el VIH.

## ¿Qué tipo de Depo es el adecuado para mí?

Aunque la hormona es la misma en ambos tipos de Depo, con el Depo subQ tiene la opción de inyectarse usted mismo cada 12-14 semanas en lugar de regresar a la clínica. Algunos pacientes también informan menos dolor con el depósito subQ en comparación con la opción IM. Tanto el IM como el subQ Depo se pueden administrar en la clínica, pero solo el subQ Depo se puede administrar en el hogar.

## Posibles Efectos Secundarios de la inyección

- Sangrado / manchado vaginal irregular
- Sin sangrado vaginal
- Aumento del apetito (que conduce a un aumento de peso en algunos pacientes)
- Dolores de cabeza
- Malestar estomacal
- Depresión
- Retraso en el retorno de la fertilidad (hasta 18 meses) después de suspender Depo
- Reacción alérgica
- Una disminución en la cantidad de calcio que llega a los huesos
- Sangrado irregular de la vagina

Es normal perder períodos mientras se usa la inyección porque los ovarios están en un “estado de reposo”. El revestimiento del útero no se vuelve más grueso, por lo que sus períodos no ocurren.

Si el aumento de peso es un problema, se recomienda el control de la dieta y ejercicio.

*Después de la inyección, es posible que note una pequeña cantidad de sangre, dolor / sensibilidad, un bulto o hoyuelos en el lugar de la inyección, que deberían desaparecer por sí solos.*

## La inyección y la salud de huesos

El calcio es un mineral importante para la salud ósea y generalmente se agrega a los huesos durante la adolescencia. Depo puede causar una disminución en la cantidad de calcio que ingresa a sus huesos, lo cual es más preocupante si es un adolescente. Originalmente se pensó que el Depo podría conducir al debilitamiento de los huesos con el uso a largo plazo. Investigaciones más recientes han demostrado que después de que una persona deja de usar Depo Provera, los cambios en la densidad ósea que pueden haber ocurrido se revierten. Aunque Depo no causa efectos a largo plazo, es importante para todas las personas tomar medidas para mantener los huesos sanos.

## Los huesos sanos y fuertes necesitan:

- Ejercicio con pesas
  - caminar / correr
  - Saltar
  - Bailando
  - Senderismo
- Deja de fumar
- Disminución del consumo de alcohol
- Buenas fuentes de calcio
  - Leche
  - Leche de soja fortificada
  - Jugo de naranja fortificado
  - Yogur
  - Queso
  - Pescados y mariscos
  - Vegetales de hoja verde oscuro

