

Español : <https://sexandfacts.ch/es/>

Der Vaginalring / L'anneau vaginal

El anillo vaginal

El anillo flexible de material plástico (acetato de vinilo) con un diámetro de 54 mm se introduce en la vagina. Contiene hormonas sintéticas (estrógeno y gestágeno) similares a las que el cuerpo femenino produce de forma natural. En algunos casos, estas hormonas pueden tener efectos sobre la salud. Comente su situación individual con un profesional médico.

¿Cómo actúa?

El anillo vaginal

- **impide la ovulación**, haciendo que los ovarios entren en reposo.
- **modifica la mucosa del útero** (endometrio) de modo que ya no pueda acoger un óvulo fecundado.
- **hace que se espesen las secreciones del cuello uterino** (ectocérvix) constituyendo una barrera para los espermatozoides.

El método anticonceptivo permite evitar un embarazo, siempre y cuando se utilice correctamente.

Utilización

Introducir el anillo en la vagina y **llevarlo durante 3 semanas sin interrupción**. Retirar el anillo al cabo de 3 semanas y hacer **un descanso de una semana**. Después, volver a comenzar con un nuevo anillo.

- Cuando se **utiliza un anillo vaginal por primera vez**, hay que insertarlo en la vagina el **primer día de la menstruación= protección inmediata**. Si utiliza el método después del segundo día de menstruación, utilice preservativos durante 7 días.
- Al cabo de una semana de descanso, insertar un nuevo anillo en el **mismo día de la semana** que la primera vez.

El método anticonceptivo permite evitar un embarazo, siempre y cuando se utilice correctamente.

La menstruación se presenta durante la pausa y suele ser menos abundante y menos dolorosa que antes.

Por ejemplo

- Si introdujo el anillo por primera vez el miércoles a las 10 de la noche, tiene que retirarlo tres semanas después, un miércoles a las 10 de la noche.

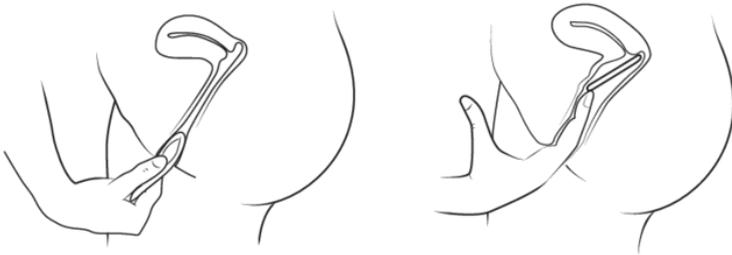
- Tomar 1 semana de descanso e insertar un nuevo anillo: el miércoles siguiente alrededor de las 22h. El descanso no debe durar en ningún caso más de 1 semana.

Colocar el anillo

1. Aplaste el anillo entre el pulgar y el índice.



2. Introduzca el anillo en la vagina.
3. Empuje el anillo hasta el fondo y hacia atrás. El anillo permanecerá en su sitio. Si aún percibe su presencia, empujelo un poco más al fondo.
4. Para quitar el anillo debe introducir un dedo en la vagina, agarrar el anillo y sacarlo. Tire el anillo a la basura.



Si usted llega a...

...tiene **pérdidas de sangre** mientras utiliza el anticonceptivo, no tiene por qué preocuparse. Siga utilizando el anillo vaginal como de costumbre. Si sigue experimentando pérdidas de sangre en los ciclos posteriores, consulte con un profesional médico.

...**toma medicamentos**, consulte con un profesional médico o un farmacéutico, si sigue estando protegida. Los preparados de hipérico, algunos antibióticos, anticonvulsivos y medicamentos contra el VIH reducen el efecto anticonceptivo. Siga utilizando el anticonceptivo y utilice preservativos cuando mantenga relaciones sexuales.

...**deja de utilizar este método anticonceptivo**, el efecto anticonceptivo cesará inmediatamente. Se recomienda no retirar el anillo hasta el final de la tercera semana.

...**experimenta una ausencia de la menstruación durante la pausa**, empiece a utilizar un nuevo anillo en la fecha prevista y consulte a un [centro de salud sexual](#) o a un profesional médico.

Si ha olvidado retirar el anillo al cabo de 3 semanas

- Retire el anillo lo antes posible y vuelva a insertar uno nuevo en el día inicialmente previsto. Continúe como de costumbre.

Si ha olvidado insertar un nuevo anillo después del descanso

Si el descanso sin anillo dura más de una semana (o si el anillo ha permanecido en la vagina durante más de 4 semanas sin cambiarlo), ya no estará garantizada la eficacia anticonceptiva.

sin haber mantenido relaciones sexuales en los últimos 5 días:

- Vuelva a insertar un nuevo anillo lo antes posible y utilice preservativos durante 7 días.

habiendo mantenido relaciones sexuales en los últimos 5 días:

- tome **lo antes posible un [anticonceptivo de urgencia](#)** y siga las recomendaciones de los profesionales de la salud;
- utilice preservativos hasta que se haya restablecido el efecto anticonceptivo. Esto depende del tipo de anticonceptivo de urgencia.

Si ha expulsado el anillo accidentalmente:

Si el anillo ha permanecido MENOS de 3 horas fuera de la vagina, se mantiene el efecto anticonceptivo.

- Enjuague el anillo con agua fría o tibia sin jabón y vuelva a insertarlo en la vagina o utilice un anillo nuevo.

Si el anillo ha permanecido durante MÁS de 3 horas fuera de la vagina, ya no queda asegurado el efecto anticonceptivo.

sin haber mantenido relaciones sexuales en los últimos 5 días:

- Vuelva a insertar el anillo o utilice uno nuevo y use preservativos durante 7 días.

habiendo mantenido relaciones sexuales en los últimos 5 días:

Durante la 1ra semana:

- tome **lo antes posible un [anticonceptivo de urgencia](#)** y siga las recomendaciones de los profesionales de la salud;
- utilice preservativos hasta que se haya restablecido el efecto anticonceptivo. Esto depende del tipo de anticonceptivo de urgencia.

Durante la segunda semana:

- Vuelva a insertar el anillo o utilice uno nuevo y use preservativos durante 7 días.

Durante la tercera semana:

Vuelva a insertar un nuevo anillo y llévelo durante 3 semanas sin interrupción. El día que vuelva a insertar el nuevo anillo será el nuevo día de referencia.

Es bueno saber

- La mejor protección contra el VIH y otras infecciones de transmisión sexual es practicar el sexo seguro. Es decir:
 1. Utilizar preservativos al mantener relaciones sexuales con penetración vaginal o anal.
 2. Consulte toda la información en www.lovelife.ch.

2023, SANTÉ SEXUELLE SUISSE, Fondation suisse pour la santé sexuelle et reproductive; ALECSS Association suisse latine des spécialistes en santé sexuelle, Éducation – Formation – Conseil; faseg, Fachverband sexuelle Gesundheit in Beratung und Bildung

Español : <https://sexandfacts.ch/es/la-contracepcion/el-anillo-vaginal>