

# ARAP: Datos en corto

## ¿Qué es un anticonceptivo reversible de acción prolongada (ARAP)?

**ARAP** es el término utilizado para referirse a los diversos métodos de control natal que son altamente efectivos, fáciles de usar y, que al mismo tiempo, duran años. Estos métodos incluyen el Dispositivo Intrauterino (**DIU**) y el **implante anticonceptivo**.

## ¿De qué manera puedo conseguir un dispositivo anticonceptivo de acción prolongada?

Debe acudir a un médico para que inserte el DIU o el implante. Este tipo de inserciones se realizan en un breve tiempo.

## ¿Qué tanto tiempo me protegerán estos anticonceptivos de quedar embarazada?

Esto depende del tipo de método que elija:

- El DIU de cobre no-hormonal (**Paragard®**) puede ser usado hasta por 12 años
- El DIU hormonal (**Mirena®**, **Liletta®**, **Kyleena®**) pueden usarse por 5 años.
- El DIU hormonal (**Skyla®**) puede usarse por 3 años.
- El implante (**Nexoplanon®**) puede ser usado por 3 años.

Una vez que su proveedor médico ha insertado el dispositivo, usted no debe hacer nada antes de tener relaciones sexuales para prevenir el embarazo.

Así mismo, puede ser eliminado en cualquier momento por un especialista. Estos tratamientos no previenen las enfermedades de transmisión sexual (ETS). Los condones deben usarse para protegerse de este tipo de enfermedades.

## ¿De qué manera trabajan estos anticonceptivos?

**El DIU** trabaja principalmente evitando que los espermatozoides fecunden al óvulo. **El implante** trabaja principalmente en detener la liberación de óvulos en los ovarios.

## ¿Cuáles son los principales efectos secundarios de los anticonceptivos reversibles de acción prolongada?

El efecto secundario más común de estos métodos es un sangrado menstrual irregular. Con el implante y el DIU hormonal, muchas mujeres pueden experimentar un periodo menstrual más ligero, incluso, ningún periodo en absoluto. Con el DIU de cobre, algunas mujeres pueden sufrir un periodo menstrual más pesado y un aumento en los cólicos menstruales. Si se experimenta un efecto secundario mayor a lo mencionado, es importante acudir con un especialista para una atención médica inmediata.

## Si así lo elijo, ¿puedo quedar embarazada después del retiro de estos dispositivos?

Sí, usted puede regresar a su periodo normal de fertilidad una vez que el especialista haya removido el método anticonceptivo al que se sometió.

## ¿Por qué debería elegir los métodos anticonceptivos de acción prolongada por encima de otros métodos de control natal?

Estos métodos son mucho más efectivos para prevenir el embarazo que otros métodos de control natal, ya que sólo existe un mínimo espacio de error. Una vez que el especialista haya colocado el LARC, tendrá un control de la natalidad por años, hasta que llegue el momento de cambiarlo por uno nuevo o elija removerlo.