

Pautes perllongades en anticoncepció hormonal combinada

Dra. Núria Parera i Junyent
Àrea de Ginecologia de la Infància i l'Adolescència



1. Definició
2. Història
3. Preferències de les dones
4. Beneficis
5. Publicacions destacades
6. Preparats disponibles
7. Aconsellant a les usuàries
8. Conclusions

TABLA I REGÍMENES DE CICLO PROLONGADO

Podemos hablar de *ciclo prolongado* cuando se utiliza la anticoncepción hormonal combinada de las siguientes formas:

(1) Ciclo prolongado:

- Programado (fijo) – usando un número predeterminado de días (>21) de hormonas seguido por un intervalo *libre de hormonas* de 7 o menos días
- No programado (flexible) – usando hormonas hasta que ocurra un sangrado uterino persistente, momento en que se inicia un intervalo *libre de hormonas*

(2) Ciclo continuado:

- Usando hormonas continuamente de forma indefinida, sin un intervalo *libre de hormonas*, ocurra o no un sangrado, durante el periodo de tiempo que se desee

Evolució de les menstruacions

Pre-anticoncepció

Post-anticoncepció

150

450



Menstruaciones



Història pautes perllongades

1960's

- Amenorrea terapèutica com a mesura higiènica en trastorns cognitius severes

- Manipulació menstrual: esport, viatges, fites, decisió personal, ...

- Pautes perllongades per disminuir patologies

1977

- Aparició de la primera pauta perllongada amb píndola, ampliació indicacions

1993

- Primer estudi aleatoritzat

2003

- Aprovació USA

- Concepte “millora qualitat de vida”

2016

- Aparició primeres pautes perllongades a l'estat espanyol



ELSEVIER

Contraception 77 (2008) 114–117

Original research article

Spanish women's attitudes towards menstruation and use of a continuous, daily use hormonal combined contraceptive regimen

Rafael Sánchez-Borrego^{a,*}, Carmen García-Calvo^b

^a*Diatros, Well Women's Health Centres, 08850 Gava, Barcelona, Spain*

^b*Medical Department, Wyeth Farma, 28700 San Sebastian de los Reyes, Madrid, Spain*

- 588 dones 18-45 anys
- Qüestionari telefònic anònim
- Anticoncepció:
 - ✓ 43% no hormonal (condó, DIU)
 - ✓ 27% píndola
 - ✓ 4% anell
 - ✓ 1% pegat
 - ✓ 25% no anticoncepció
- Interès en pauta perllongada 24,5%
 - ❖ no usuàries d'anticoncepció que pensen utilitzar-ne en el futur: 46,6%
 - ❖ usuàries d'anticoncepció: 25,7%

Distribució per edats

- ✓ <25 anys 49,3%
- ✓ 25-29 anys 32,6%
- ✓ 30-35 anys 22,2%
- ✓ 36-40 anys 13,6%
- ✓ >40 anys 16,7%

CLINICAL STUDY

Women's preferences for menstrual bleeding frequency: results of the Inconvenience Due to Women's Monthly Bleeding (ISY) survey

Rossella E. Nappi^a, Christian Fiala^{b,c}, Nathalie Chabbert-Buffet^d, Günther Häusler^e, Christian Jamin^f, Iñaki Lete^g, Monika Lukasiewicz^h, Axelle Pintiauxⁱ and Paloma Lobo^j

Questionari on-line

2883 dones 18-45 a

Àustria, Bèlgica, França, Itàlia, Polònia i Espanya

Les dones espanyoles, italianes i poloneses estan menys motivades a modificar els cicles

	Dies regla	Regla abundant (%)	Síntomes associats (%)	Desitjar menys períodes (%)
No AH (1564)	5	16	6,1	57
AHC (1319)	4,5	8	5.6	57

p<0,5

Características e impacto de la menstruación en la mujer española. ¿Desean las mujeres la supresión de la menstruación?. Martínez F.



Medicina Reproductiva y Embriología Clínica (en premsa)

- Enquesta Internet 1003 dones
- 18-49 a
- 10 minuts
- 98,7% menstruació
- 24,3% AH (implant exclòs)
- Disminució freqüència i durada menstrual amb l'edat
- Sagnat menstrual abundant (SMA) 23,8%, augmenta amb l'edat i disminueix amb AH
- SMA: 26,4% bastant o molta limitació
- Síntomes mensuals 93,4%
 - Dolor abdominal/pèlvic 57,3%
 - Inflor abdominal 53,2%
- Menys símptomes mensuals en AH
- Afectació per la menstruació (1-4): sexualitat (2,5), esport (1,8), oci (1,5), vida social o laboral (1,4), vida familiar (1,3)
- 56,2% bastant o molt disposades a deixar de menstruar:
 - Tranquil·litat/despreocupació 56,1%
 - Evitar símptomes 52,3%
 - Acceptació superior en dones amb limitacions

Beneficis pautes perllongades. Condicions mèdiques

Relacionades amb el dolor

- Dolor pèlvic crònic
- Dismenorrea
- Endometriosi
- Trastorns associats a la menstruació: mastodínia, cefalea, nàusees o vòmits cíclics
- Discapacitat mental: disminució SPM

Relacionades amb el sagnat

- Sagnat menstrual abundant
- Sagnat irregular/anovulació
- Cirurgia malformacions
- Trastorns hematològics
- Discapacitat mental: higiene menstrual
- Dificultats físiques per la higiene menstrual

Altres: condicions exacerbades amb la menstruació (anafilàxia, asma, pneumotòrax, migranya, epilèpsia, diabetis, colon irritable, pancreatitis, AR, acne)

Beneficis pautes perllongades. Condicions no mèdiques

- Atletes
- Manipulació menstrual:
 - Major satisfacció
 - Millor compliment
 - Menys símptomes mensuals
- Menor ús de productes d'higiene menstrual
- Menor despesa econòmica

- Preguntar a les usuàries preferències personals per a pautes perllongades
- Eficàcia igual a regim convencional
- Menys dies totals de sagnat
- Explicar el patró de sagnat esperat: el sagnat o tacat imprevist es sol reduir amb el pas del temps
- Reducció de dismenorrea, disparèunia profunda i dolor pèlvic en dones amb endometriosis comprovada
- Sagnat uterí anormal per miomes
- Indicats en: símptomes d'interval lliure d'hormones, sagnat anormal i símptomes vasomotors de la perimenopausa
- Seguretat a curt termini igual que regim convencional, a llarg termini no disponible
- Menys visites mèdiques per problemes menstruals
- Cost similar als règims cíclics

Extended regimens of combined hormonal contraception to reduce symptoms related to withdrawal bleeding and the hormone-free interval: A systematic review of randomised and observational studies

Nicolás Mendoza*, Paloma Lobo†, Roberto Lertxundi‡, Marta Correa§, Esteban Gonzalez#, Alberto Salamanca^ and Rafael Sánchez-Borrego\$

- 16 estudis randomitzats, 14 estudis observacionals (2006-2013)
- Pautes perllongades preferides per les usuàries: disminució del sagnat, símptomes de l'interval lliure d'hormones, menor cost per la disminució de símptomes
- Augment de sagnat intermenstrual en el primers mesos
- Seguretat endometrial: no augment gruix endometrial, no risc hiperplàsia
- Retorn ràpid fertilitat
- Risc tromboembolisme similar a règims tradicionals
- No augment risc IAM ni ictus

- 12 estudis randomitzats (1 anell, 1 pegat)
- Compliment similar entre pautes perllongades i cícliques
- Sagnat, taxes de discontinuïtat i satisfacció similars entre els diferents tipus de pautes perllongades
- Més discontinuïtat en anell continuat
- Més amenorrea en pegat continuat en comparació a píndola
- Més cefalea, tensió mamària o nàusees en cicle perllongat amb pegat en comparació a pegat cíclic
- Les pautes perllongades són una bona opció anticonceptiva en dones sense contraindicació pels estrògens

Original article

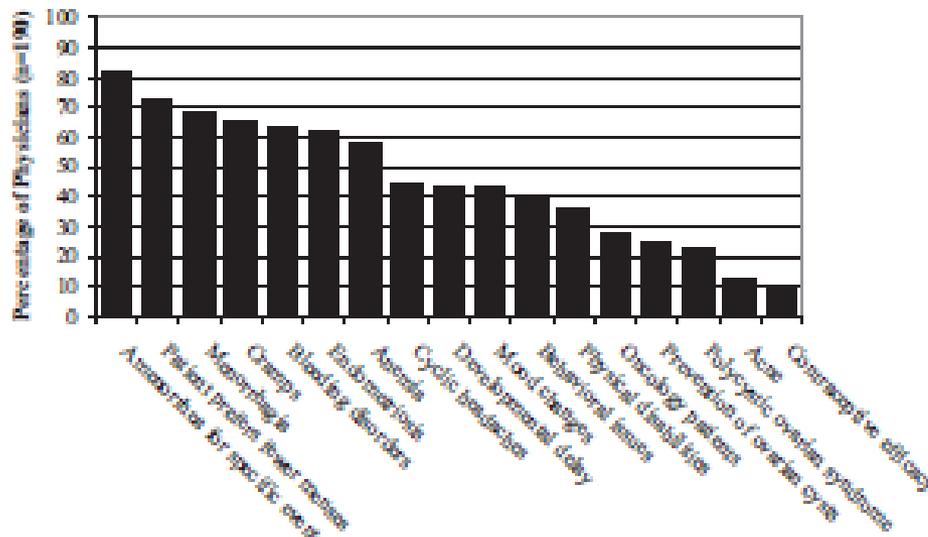
Extended Cycling of Combined Hormonal Contraceptives in Adolescents: Physician Views and Prescribing Practices

Kelly L. Gerschultz, B.S.^a, Gina S. Sucato, M.D., M.P.H.^{a,b,c,*}, Teresa R. Hennon, M.D.^c,
Pamela J. Murray, M.D., M.H.P.^{a,b,c,d}, and Melanie A. Gold, D.O.^{a,b,c,d}

222 qüestionaris on-line *North American Society of Pediatric and Adolescent Gynecology (NASPAG)* i *Society for Adolescent Medicine (SAM)*

39 preguntes, 10 minuts

Reasons for Prescribing Extended Cycles

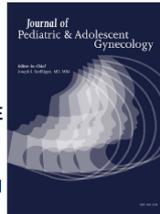


- Prescripció pautes perllongades 90%
- No identifiquen pauta específica perllongada
- 53% escullen el gestagen segons grau d'androgenisme, condicions mèdiques i efectes secundaris

Accepted Manuscript

Impact of Extended 30 mcg EE With Continuous Low-Dose EE and Cyclic 20 mcg EE Oral Contraception on Adolescent Bone Density: A Randomized Trial

Janet Gersten, MD, Jennifer Hsieh, MS, Herman Weiss, MD, Nancy A. Ricciotti, MSN



PII: S1083-3188(16)30058-4

DOI: [10.1016/j.jpag.2016.05.012](https://doi.org/10.1016/j.jpag.2016.05.012)

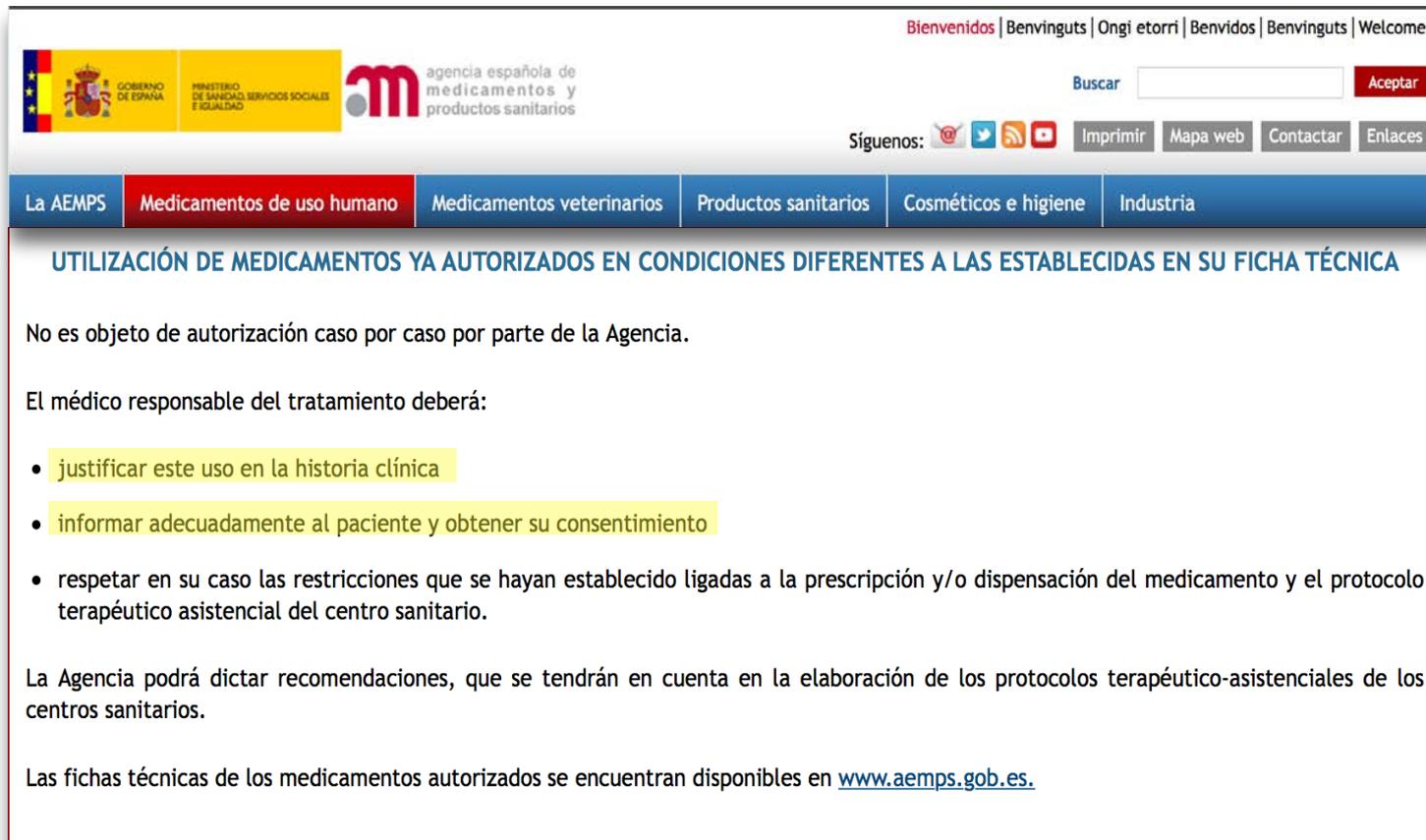
Reference: PEDADO 2003

To appear in: *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*

- 829 adolescents nord-americanes
- 12-18 anys
- Estudi randomitzat LNG/EE:
 - AHC règim continu (Seasonique®)
 - AHC cíclic
 - Grup control
- DMO basal i 12 mesos
- Menor adquisició massa òssia AHC cíclic

Què s'havia fet fins ara?

- Utilitzar qualsevol AHC (píndola, pegat, anell), eliminant el període lliure de tractament



Bienvenidos | Benvinguts | Ongi etorri | Benvidos | Benvinguts | Welcome

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD

agencia española de medicamentos y productos sanitarios

Buscar **Aceptar**

Síguenos:     **Imprimir** **Mapa web** **Contactar** **Enlaces**

La AEMPS **Medicamentos de uso humano** Medicamentos veterinarios Productos sanitarios Cosméticos e higiene Industria

UTILIZACIÓN DE MEDICAMENTOS YA AUTORIZADOS EN CONDICIONES DIFERENTES A LAS ESTABLECIDAS EN SU FICHA TÉCNICA

No es objeto de autorización caso por caso por parte de la Agencia.

El médico responsable del tratamiento deberá:

- justificar este uso en la historia clínica
- informar adecuadamente al paciente y obtener su consentimiento
- respetar en su caso las restricciones que se hayan establecido ligadas a la prescripción y/o dispensación del medicamento y el protocolo terapéutico asistencial del centro sanitario.

La Agencia podrá dictar recomendaciones, que se tendrán en cuenta en la elaboración de los protocolos terapéutico-asistenciales de los centros sanitarios.

Las fichas técnicas de los medicamentos autorizados se encuentran disponibles en www.aemps.gob.es.

Seasonique ®



84 píndoles levonorgestrel 150 µg /
etinilestradiol 30 µg
7 píndoles etinilestradiol 10 µg
(estabilitzadores)

Cicle continuat (SEGO)

Seasonique ®. Maneig oblit >12 hores



Sem. 1
(días 1-7)

Prendre el comprimit oblidat. Utilitzar mètode barrera durant 7 dies

Sem 2-11
(días 8-77)

Prendre el comprimit oblidat i el següent quan toqui. Si hi ha més d'un oblit en els 7 dies anteriors, utilitzar un mètode barrera.

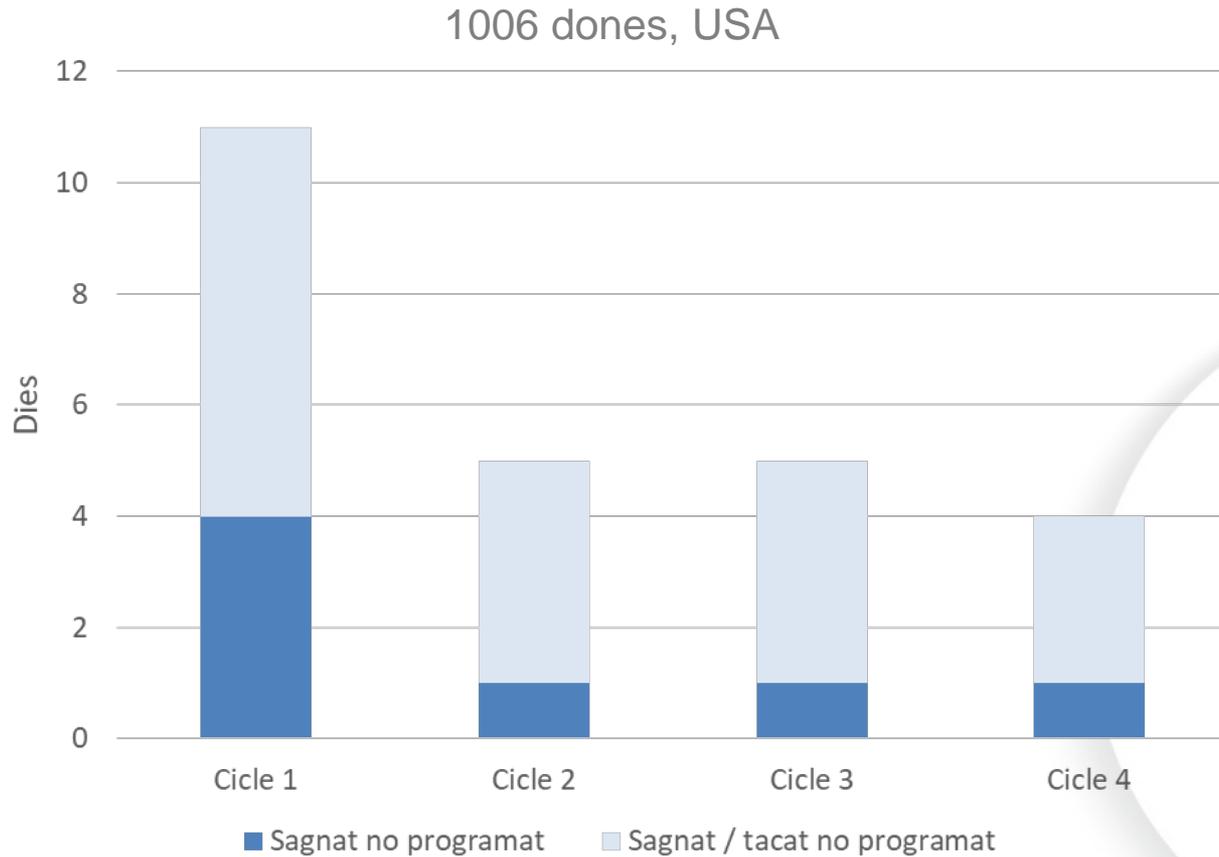
Sem 12
(días 78-84)

Si no hi ha cap oblit en els 7 dies anteriors, continuar amb la presa de forma regular. Si hi ha més d'un oblit en els 7 dies anteriors, utilitzar un mètode barrera durant 7 dies i començar els comprimits blancs d'EE

Sem 13
(días 85-91)

Continuar amb els comprimits blancs fins acabar l'envàs

Dies de sagnat/tacat no programat Seasonique®



Anderson FD, et al. *Contraception* 2006;73:229-234

Drosbelalleflex ®

120 píndoles

Drospirenona 3mg / etinilestradiol 20 mcg

Cicle perllongat fix o flexible (SEGO)

Fase
Obligatòria

Fase
Flexible

- Es pot continuar diàriament fins a 120 dies o fer una pausa de 4 dies
- Es recomana una pausa de 4 dies si sagnat o tacat durant 3 dies

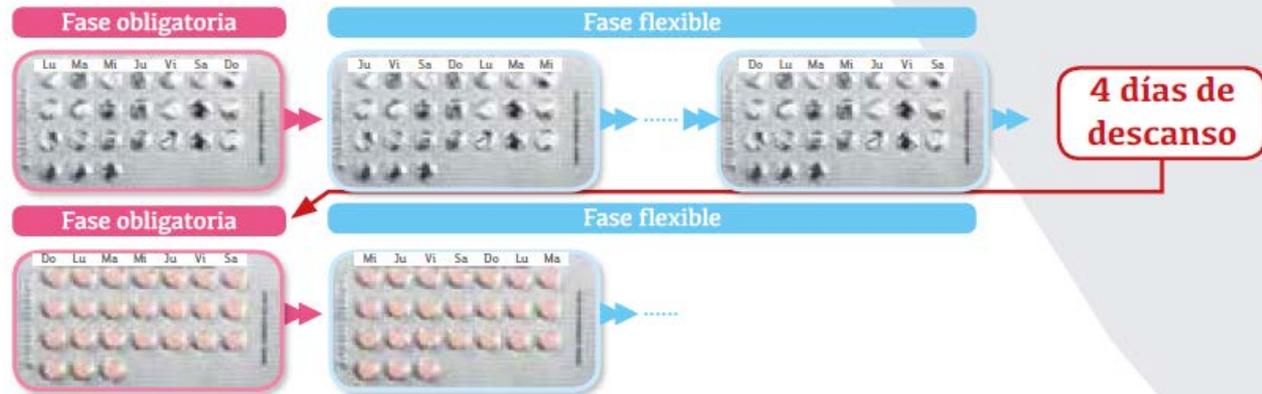


Després de 4 dies de pausa comença una altra vegada la fase obligatòria

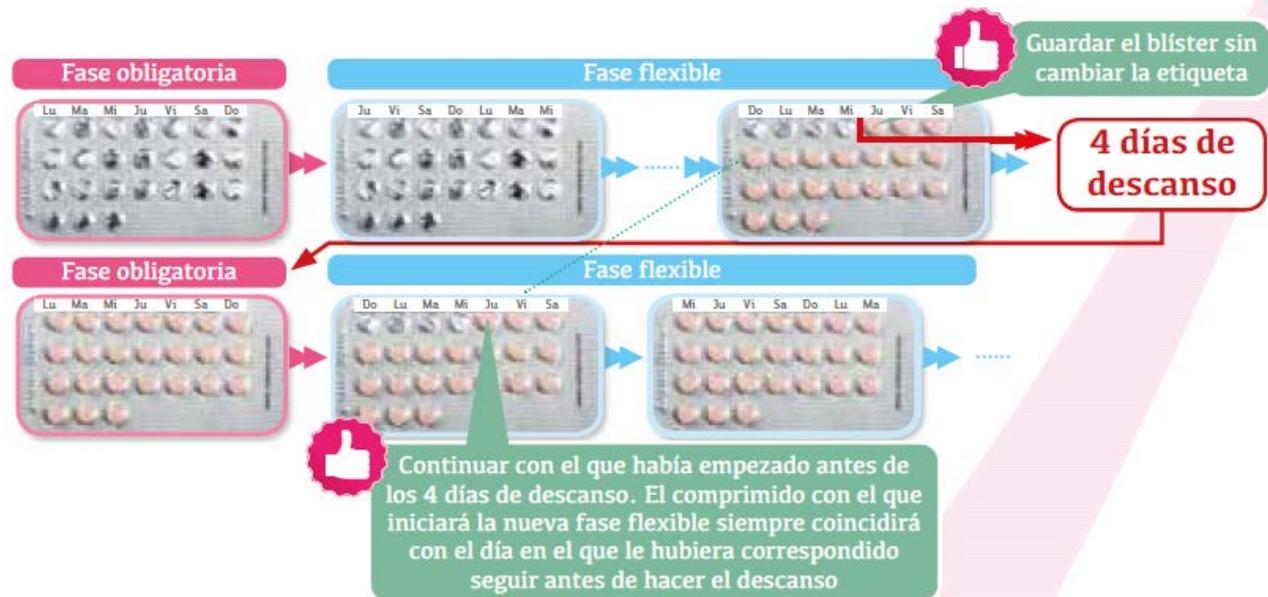
Dos opciones para hacer el descanso de 4 días:

1. Al final de la fase flexible: después de los 120 días (los 5 blíster consecutivos)
2. Durante la fase flexible (del día 25 al 120): por olvido, sangrado de tres días consecutivos, o por elección personal.

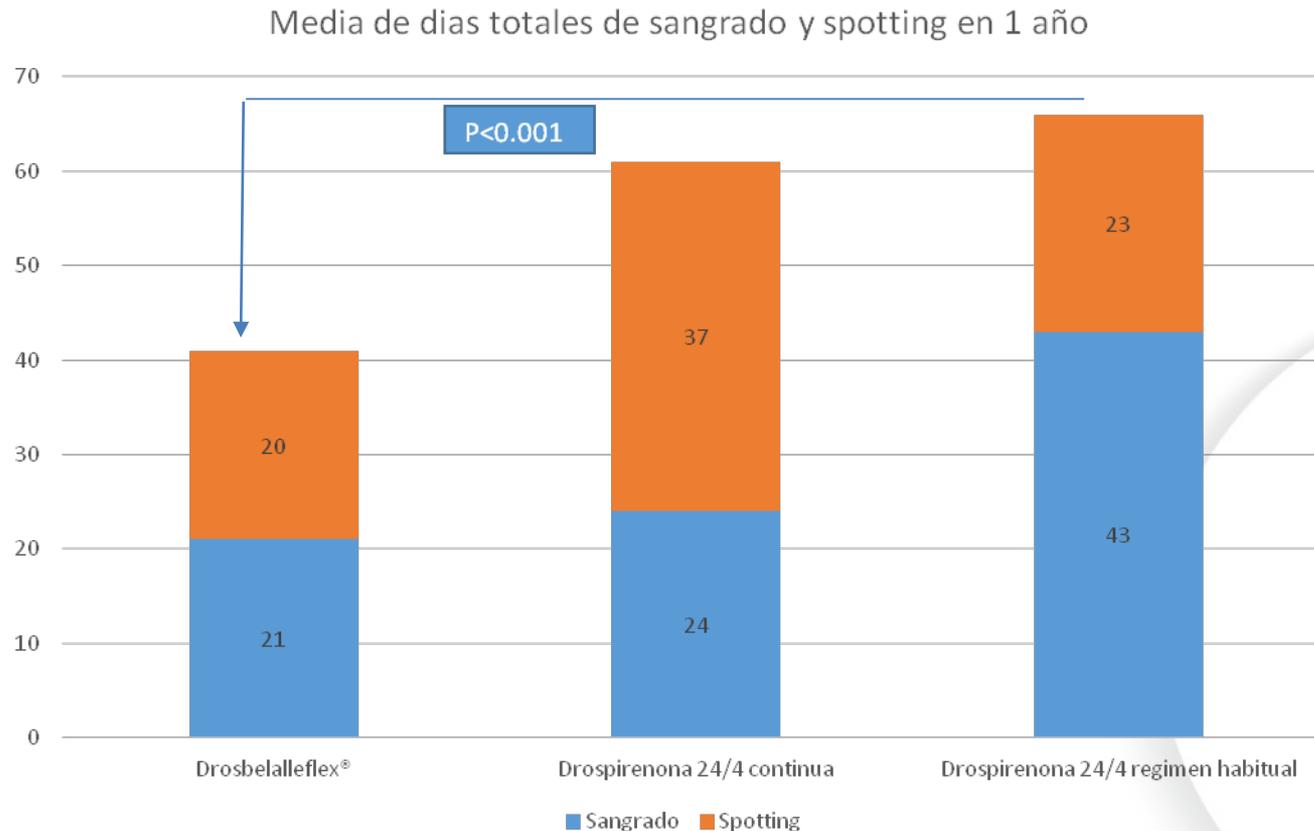
► A. Descanso de 4 días durante la fase flexible al final de un blíster vacío:



► B. Descanso de 4 días durante la fase flexible antes del final de un blíster:



Dies de sagnat/tacat no programat Drosbelalleflex®



Menys sagnats i tacats per període de referència que amb la pauta mensual, sagnats per privació més llargs

Aconsellant a les usuàries sobre pautes perllongades

- El sagnat mensual no és medicament necessari en contracepció hormonal
- Tenir menys episodis de sagnat pot ser més convenient per necessitats mèdiques i d'estil de vida
- La sang menstrual i el revestiment de l'úter no augmenten amb les pautes perllongades
- El sagnat o tacat irregular i no previst pot ocórrer en els primers mesos de tractament, pot ser més freqüent que amb les pautes tradicionals, pot ser molest però no preocupant medicament
- El sagnat i tacat irregular gairebé sempre millora després d'uns mesos
- Si està indicat clínicament, considerar problemes ginecològics: ús inconsistent, interaccions medicamentoses, tabac, ITS, embaràs, patologia uterina
- La seguretat de les pautes perllongades i de les tradicionals és similar
- El retorn a la fertilitat és ràpid

Conclusions

- Les pautes perllongades ens ofereixen més opcions de possibilitats en anticoncepció hormonal combinada
- Les usuàries poden escollir tenir menys sagnats
- Es poden oferir a les dones que escullen píndola com a inici de mètode anticonceptiu hormonal combinat
- Es poden oferir com a possibilitat de canvi d'un mètode cíclic anterior si volen tenir menys sagnats
- S'han de tenir en compte en patologies mèdiques que poden millorar amb la disminució del sagnat



Moltes gràcies per la vostra atenció

nurpar@dexeus.cat