

## Parche anticonceptivo

El parche anticonceptivo se ha convertido en uno de los métodos hormonales favoritos de muchas mujeres en México por su comodidad y alta efectividad. A diferencia de las pastillas anticonceptivas, no necesitas recordar tomar algo todos los días, ya que el parche se cambia solo una vez por semana. Además de ser discreto y fácil de usar, ayuda a prevenir embarazos de manera eficaz y puede aportar mayor regularidad al ciclo menstrual. Por eso cada vez más mujeres buscan información sobre cómo funciona, cuánto cuesta y cuáles son sus ventajas y desventajas antes de elegirlo como método anticonceptivo.

### ¿Qué es el parche anticonceptivo?

El **parche anticonceptivo** es una pequeña banda adhesiva que se coloca directamente sobre la piel y libera hormonas de forma continua al torrente sanguíneo. Estas hormonas, conocidas como **etinilestradiol** y **norelgestromina**, actúan evitando la ovulación, modificando el endometrio y dificultando el paso de los espermatozoides para **reducir las probabilidades de embarazo**.

Es un método anticonceptivo hormonal combinado con una **efectividad muy alta** cuando se utiliza correctamente. Su uso semanal lo convierte en una alternativa cómoda para quienes no quieren depender de una rutina diaria como sucede con la píldora anticonceptiva.

El parche debe colocarse sobre piel limpia, seca y libre de cremas o aceites para garantizar una correcta adhesión y funcionamiento.

### ¿Cómo se usa el parche anticonceptivo?

- El parche anticonceptivo suele colocarse durante los **primeros cinco días de la menstruación** o después de un **aborto**, siempre siguiendo las recomendaciones médicas. Si se coloca fuera de esos días, es importante utilizar condón durante la primera semana para mantener protección adicional.
- Puede aplicarse en distintas partes del cuerpo, como **abdomen, glúteos, parte superior de los brazos o espalda alta**, evitando zonas donde exista mucho roce con la ropa. Una vez colocado, debe presionarse durante algunos segundos para asegurar que quede bien adherido.
- El método funciona por ciclos semanales. **Se utiliza un parche nuevo cada semana durante tres semanas consecutivas** y en la cuarta semana se descansa para permitir la llegada de la menstruación (si la regla no llega después de la semana de descanso aplica un parche nuevo porque puede llegar más tarde la regla. Lo ideal es cambiarlo siempre el mismo día para evitar olvidos y mantener su eficacia.

## ¿Qué pasa si olvidas cambiar el parche anticonceptivo?

- Uno de los errores más comunes es olvidar cambiar el parche en la fecha correspondiente. Si el olvido ocurre al inicio del ciclo, debes colocar un nuevo parche en cuanto lo recuerdes y utilizar **condón** durante los siguientes siete días.
- Cuando el retraso ocurre en la segunda o tercera semana, existe un margen aproximado de 48 horas. Si pasan más de dos días, será necesario iniciar un nuevo ciclo anticonceptivo y usar protección adicional para evitar un **embarazo no deseado**.
- También es importante revisar frecuentemente que el parche siga bien pegado a la piel, especialmente después de hacer ejercicio, nadar o sudar en exceso.

## Ventajas del parche anticonceptivo

- El parche anticonceptivo ofrece **múltiples beneficios** para quienes buscan un método práctico y seguro. Su principal ventaja es que no requiere atención diaria y resulta sencillo de usar. Además, muchas mujeres experimentan una **menstruación** más regular, menos cólicos y mayor control del ciclo menstrual.
- Otra **ventaja importante** es que su efectividad no disminuye en casos de vómitos o diarrea, algo que sí puede ocurrir con las **pastillas anticonceptivas**. También puede ayudar a disminuir la aparición de **quistes ováricos** y permite recuperar la fertilidad poco tiempo después de suspender su uso.

## Desventajas y efectos secundarios del parche anticonceptivo

- Aunque es un método bastante cómodo, el parche anticonceptivo también puede provocar algunos efectos secundarios. Entre los más comunes se encuentran dolor de cabeza, náuseas, sensibilidad en los senos, irritación de la piel, retención de líquidos o molestias abdominales.
- Además, no protege contra **infecciones de transmisión sexual**, por lo que el uso del condón sigue siendo fundamental. Tampoco suele recomendarse en mujeres fumadoras mayores de 35 años o personas con antecedentes de hipertensión, problemas hepáticos, migrañas severas o ciertos tipos de cáncer.
- En algunos casos, el parche puede despegarse parcial o totalmente, por lo que es importante actuar rápidamente para mantener la protección anticonceptiva.

## Precios del parche anticonceptivo

El **precio del parche anticonceptivo en México** puede variar dependiendo de la marca, la farmacia y la ciudad. Generalmente, una caja con tres parches tiene un costo aproximado de entre **\$180 y \$450** pesos mexicanos.

En algunas farmacias y clínicas privadas también pueden encontrarse promociones o paquetes mensuales.

## ¿Qué hacer si se despegga el parche anticonceptivo?

- Si el parche se despegga parcial o completamente, lo primero es intentar colocarlo nuevamente o sustituirlo por uno nuevo lo antes posible. Si el desprendimiento ocurrió hace menos de 24 horas, normalmente la protección continúa activa.
- Sin embargo, si han pasado más de 24 horas o no sabes cuánto tiempo estuvo despegado, existe riesgo de embarazo y se recomienda iniciar un nuevo ciclo anticonceptivo y utilizar condón durante siete días. Si además hubo relaciones sexuales sin protección, puede ser recomendable acudir a un especialista para valorar el uso de anticoncepción de emergencia.

## Preguntas frecuentes sobre el parche anticonceptivo

### ¿El parche anticonceptivo engorda?

Algunas personas pueden presentar ligera retención de líquidos o cambios hormonales, aunque no todas aumentan de peso.

### ¿Puedo bañarme o hacer ejercicio con el parche?

Sí. El parche está diseñado para resistir actividades diarias como bañarse, hacer ejercicio o nadar, aunque siempre es recomendable revisar que siga bien adherido.

### ¿Qué hago si el parche me irrita la piel?

Si aparece irritación o sarpullido, puedes cambiar el parche a otra zona permitida del cuerpo y consultar con tu médico si las molestias continúan.

#### Autor y colaboradores



Eva Sánchez Castro  
Comunicadora Social, Autor

Comunicadora social y especialista en contenido de calidad para webs médicas con más de 10 años de experiencia. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 11 Septiembre 2017 Actualización: 6 Julio 2026



Delia Sánchez Castro  
Colaborador

Comunicadora social y periodista con más de 20 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 11 Septiembre 2017 Actualización: 6 Julio 2026