



## Ciencia & Sociedad

“La gente llega a la consulta con bastante información de los distintos métodos anticonceptivos disponibles que habitualmente está relacionada con los medios de información o las redes sociales”.

*Katia Sepúlveda, matrona y académica UdeC*

DECISIÓN INFORMADA, CONSCIENTE Y RESPONSABLE

# Educación y asesoría: la base para la anticoncepción y sexualidad sana

Natalia Vargas Olavarría  
 contacto@diarioconcepcion.cl

Datos oficiales del Instituto Nacional de Estadísticas (INE) demuestran que entre 2017 y 2023 se dio una tendencia a la baja de los embarazos en la adolescencia, que la Organización Mundial de la Salud (OMS) define como “periodo de vida que va de los 10 a los 19 años”.

Una de las explicaciones puede estar en el aumento en el uso de métodos anticonceptivos o de protección durante la actividad sexual en personas jóvenes que evidenció la Décima Encuesta Nacional de Juventudes del Instituto Nacional de la Juventud. El informe mostró que el porcentaje de personas jóvenes que declararon haber empleado anticoncepción subió de 77,5% en 2018 a 86,6% en 2022, y el mayor uso se concentró entre los 15 y 19 años con 91%.

Aunque no todo es positivo: se ha visto un alza en casos de infecciones y enfermedades de transmisión sexual (ITS/ETS) como sífilis, virus del papiloma humano o VIH, considerándose como el grupo en mayor riesgo quienes están en el rango etario de 20 a 39 años, de la mano del nivel y estilo de vida sexual, si bien la evidencia es clara: nadie que mantenga actividad sexual está libre de riesgos si falta conocimiento y/o responsabilidad en el cuidado que implica tanto prevenir embarazos no planificados como afecciones, lo que es más que la anticoncepción.

El panorama demuestra que la educación sexual integral acorde a la etapa es clave para promover la salud sexual y reproductiva sana y segura a lo largo de la vida, que también implica concientizar la importancia de recibir evaluación y asesoría profesional para fomentar un uso adecuado de métodos de protección y el autocuidado, fenómeno que aborda la matrona Katia Sepúlveda, académica del Departamento de Obstetricia y Puericultura de la Universidad de Concepción (UdeC).

Un embarazo no planificado no es el único riesgo de una actividad sexual desprotegida, también están las ETS que han aumentado su incidencia en Chile. La seguridad va más allá de la anticoncepción y no todos los métodos son óptimos para todas las personas, existiendo riesgos que pueden ser graves en ciertos casos que deben conocerse a través de una consulta profesional que oriente la elección.



FOTO: /CC

elección adecuada y segura, la que se indaga en una consulta. “La historia personal de la paciente, sus antecedentes ginecológicos, algunos hábitos, su trabajo, etcétera, permiten realizar una mejor asesoría. Entonces hay una serie de requisitos de elegibilidad”, explica la académica.

### Contraindicaciones

Hay condiciones que pueden no ser compatibles con las composiciones de ciertos anticonceptivos, generando riesgos para la salud que pueden ser graves y que contraindican su uso.

En este contexto, desde el 2015 están vigentes los criterios de elegibilidad establecidos por la OMS que se presentan como guía para profesionales y pacientes para analizar cuál anticonceptivo puede resultar más beneficioso y seguro, dependiendo del historial médico. “Estos criterios establecen cuatro categorías: una donde el anticonceptivo no tiene restricciones para esa paciente, la segunda es que los beneficios superan a los posibles efectos adversos, la tercera es que los efectos adversos superan a los beneficios, y la cuarta es que está completamente contraindicada”, profundiza Sepúlveda.

Una de las evidencias más complejas y que releva la necesidad de la asesoría para una decisión informada y responsable es que ciertos métodos hormonales aumentan el riesgo de trombosis venosa y embolia pulmonar, por lo que enfatiza que “pacientes hipertensas no deberían usar anticonceptivos hormonales que sean combinados”.

miliar y prevención de embarazos lo primero a relevar es que existen diversos métodos anticonceptivos y la elección de uno u otro recae completamente en la usuaria, aunque esta decisión debería ser informada y acompañada por alguien profesional.

Sin embargo, muchas veces no

acuden a consulta y la matrona plantea que se debe a varias razones entre las que ejemplifica que “llevan un tiempo con píldoras orales, porque a la prima le ha resultado bien ese método, pero no necesariamente es el adecuado”.

Y existe información pertinente y relevante de saber para realizar una

### Acompañar para decidir

En términos de planificación fa-

Continúa en pág. 12