



Anticonceptivos: efectos secundarios

Señor Director:

A propósito del reportaje sobre mitos y verdades de los anticonceptivos (15 de febrero), creo importante destacar la creciente preocupación por sus efectos adversos, especialmente el riesgo de trombosis, así como la disminución de la libido o presencia de migrañas. Los estudios actuales, especialmente los de cohorte, con mayor número de pacientes y mejor seguimiento, han permitido objetivar riesgos que antes eran más difíciles de precisar por su baja frecuencia. Es importante señalar además que estos efectos dependen del tipo de compuesto hormonal y de la predisposición individual.

Ante esto, muchas mujeres han mostrado interés en los métodos naturales de planificación familiar. Aunque persiste la idea de que son poco efectivos, la evidencia demuestra que, bien enseñados y aplicados, alcanzan tasas de eficacia comparables a otros métodos de regulación de la natalidad. Además de evitar efectos adversos, permiten conocer mejor el propio ciclo y tomar decisiones informadas.

Es clave garantizar acceso a información clara y basada en evidencia sobre todas las opciones disponibles de regulación de la natalidad. Esta información permitirá que cada mujer pueda elegir libremente lo mejor para su salud y bienestar.

SEBASTIÁN ILLANES LÓPEZ

Profesor titular, Facultad de Medicina, U. de los Andes, y visiting professor, Yong Loo Lin School of Medicine, National University of Singapore