

**[TENDENCIAS]**

# ¿En qué fijarse al momento de elegir un método anticonceptivo?

La condición de salud de la paciente y la recomendación de un médico son claves para una elección segura y eficiente.

Ignacio Arriagada M.  
 Medios Regionales

**C**onmoción causó en Escocia la experiencia vivida por una mujer de 32 años, quien estuvo al borde de la muerte tras haber tomado unas pastillas anticonceptivas que no eran las adecuadas y que le hicieron desarrollar coágulos de sangre en una pierna y embolias bilaterales en ambos pulmones.

Este hecho confirma que la elección de un método anticonceptivo es fundamental para alcanzar dos objetivos trascendentales: primero, lograr una protección efectiva; y segundo, que se adapte a las condiciones de salud de quien la utiliza. En esa línea, dos expertas en el ámbito comparten con este medio los principales factores que se deben considerar a la hora de decidirse por uno.

Antes de ir de lleno a esta temática es esencial conocer algunas de las opciones disponibles para evitar embarazos. "Hay varias clasificaciones. Por ejemplo, existen los anticonceptivos no hormonales y hor-



LAS PASTILLAS ORALES SON UNA DE LAS OPCIONES HORMONALES PARA NO QUEDAR EMBARAZADA POR UN TIEMPO DETERMINADO.

monales. En los primeros encontramos los preservativos, dispositivos intrauterinos de cobre, diafragma, las esterilizaciones quirúrgicas, entre otros. En el segundo grupo podemos encontrar las pastillas vía oral, parches dérmicos, anillos vaginales, implantes subdérmicos, dispositivos intrauterinos hormonales o incluso inyecciones que pueden ser intramusculares o subcutáneas", detalla la matrona Valentina

Hormazábal.

**¿EN QUÉ FIJARSE?**

Si una mujer desea comenzar un tratamiento anticonceptivo, cualquiera sea, es clave que lo consulte con un especialista en el área. Durante esta atención la paciente debe tener en cuenta que el experto debe proporcionarle algunos antecedentes previo a sugerirle uno de los métodos.

"Podemos mencionar tres. En primer lugar, la

entrega de información completa, objetiva y, sobre todo, actualizada de los métodos anticonceptivos disponibles para que la mujer pueda elegir informadamente. En segundo lugar, la aplicación de los criterios médicos de elegibilidad, en base a la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Ministerio de Salud (Minsal) de Chile, para que el personal sanitario pueda evaluar las contraindicaciones especí-

ficas que tiene cada mujer en relación a cada método antes de iniciarlo. Y por último, que se dé el espacio para que la mujer tome una decisión", sostiene Hormazábal, quien se desempeña como académica de la carrera de Obstetricia de la Universidad San Sebastián (USS).

Además de los factores técnicos, el experto debe contemplar las condiciones de salud y los hábitos de la paciente antes de

plantear una opción para evitar que esta quede embarazada.

"Existen múltiples variables que debemos evaluar como profesionales de la salud antes de recetar un anticonceptivo, las cuales están definidas por la OMS como criterios. Algunos de ellos son evaluar si la usuaria se encuentra en lactancia materna, si tiene obesidad, hábito tabáquico, antecedente de trombosis, entre otros", menciona Romina Bustos Águila, matrona, especialista en ginecología y docente de la carrera de obstetricia de la Universidad Andrés Bello (UNAB) Sede Concepción.

Bustos asegura que si no se consideran estos principios, que incluso podrían influir en la efectividad del método, una mujer podría experimentar complicaciones de salud al usar la fórmula inadecuada.

"Existen riesgos de todo tipo, que incluso pueden concluir en la muerte. Por ejemplo, una usuaria con antecedentes de trombosis y/o con hábito tabáquico, no puede consumir estrógenos debido a la alta probabilidad de desarrollar algún trombo", advierte. ☺