



Anticonceptivos: cuál utilizar



No existe el anticonceptivo ideal que puedan utilizar todas las personas; según las peculiaridades físicas, de salud, la frecuencia de relaciones coitales, etc. habrá que elegir el anticonceptivo más adecuado.

Lo que se puede afirmar es que, salvo en algunas enfermedades, los anticonceptivos no suponen un riesgo importante para la salud. A pesar de ello, todavía existen muchos mitos y falsas creencias sobre los anticonceptivos, sobre todo los hormonales, que no tienen ningún fundamento: como que la píldora produce esterilidad o cáncer, que engorda mucho o que sale vello, es falso.

Un profesional experto es quien debe indicar cuál es el mejor para cada persona. La edad joven no es un impedimento para usar ningún método, incluido el DIU.

Preservativo o [condón masculino](#) y [femenino](#)

Es el más indicado cuando no hay una relación estable y las relaciones coitales son poco frecuentes.

Es importante colocarlo adecuadamente desde el primer momento, antes de la penetración, asegurarse de que está en buenas condiciones y comprobar después del coito que no se ha roto.

No precisa receta ni control médico y protege frente a infecciones transmitidas sexualmente, como el sida y la infección por el virus del papiloma humano y otras.

Métodos hormonales

Impiden la ovulación; existen [diferentes formas de presentación y administración](#), es decir, cómo el medicamento entra en el cuerpo: píldora, anillo intravaginal, parche, implante, inyectables. Todos ellos son seguros casi al 100%.

Las ventajas, además de la anticoncepción, son que eliminan o disminuyen el dolor de la regla, la cantidad de sangrado y regulan los ciclos. También, muchos de ellos mejoran el acné y el hirsutismo.

Los efectos secundarios son escasos (dolor de cabeza, sensación de estar hinchada o pequeños sangrados inesperados) y suelen desaparecer en pocos meses.

No se precisa citología ni exploración ginecológica para poder tomarlos; si el médico conoce el historial y no se sospecha ninguna enfermedad importante, ni siquiera hace falta un análisis de sangre.

Muchos de los anticonceptivos hormonales están financiados por el Sistema Nacional de Salud.

Los de la píldora y de otros métodos hormonales no son necesarios. Puede tomarse de manera indefinida durante varios años, con los controles adecuados.

[“Píldora del día después”](#)

Es un “plan B” cuando ha fallado otro método o ha habido un despiste.

Aunque se ha hablado mucho sobre sus efectos secundarios, en realidad estos son escasos y no ha demostrado ser una medicación peligrosa ni perjudicial. Se puede conseguir sin receta en las farmacias.

El problema es que la píldora del día después o poscoital es menos segura que la píldora convencional y puede fallar.

Existen dos tipos

- Con levonorgestrel, que hay que tomarla antes de 72 h tras el coito no protegido y es más segura si se toma en las primeras 24 h.
- Con acetato de ulipristal, que es eficaz hasta 5 días después del coito, con la misma eficacia durante ese tiempo.

La píldora poscoital es cara y no está financiada.

Dispositivo intrauterino (DIU)

Anteriormente se recomendaba para mujeres con hijos, pero hoy día se ha desechado esta condición, por lo que cualquier mujer se lo puede poner aunque no haya sido madre.

Hay [dos tipos de DIU](#)

- De cobre: aumenta el sangrado menstrual y en algunos casos el dolor de la regla, por lo que no se lo deben poner mujeres que tengan este problema. Tiene una seguridad alta, en torno al 95%.
- Con levonorgestrel, una hormona que actúa sobre el útero y disminuye el sangrado y el dolor; también es más eficaz que el de cobre, en torno al 98%.

Este dispositivo debe ser colocado por el ginecólogo, por lo que se ha de concertar previamente una visita con este especialista.

Los DIU son financiados en algunas comunidades autónomas y en otras no, por lo que si no estuviera financiado, la usuaria deberá pagarlo íntegramente.

Artículo publicado el 14-6-2017, revisado por última vez el 11-6-2017

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/vida-sana/anticonceptivos-cual-utilizar>