

AVANCES EN METODOS ANTICONCEPTIVOS

Hablar del uso de métodos anticonceptivos implica hablar del número de embarazos no planificados, del embarazo en adolescentes, de la necesidad del ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos iguales tanto para los hombres como para las mujeres.

Las estadísticas nacionales nos dicen que 99.3% de las mujeres en edad fértil conocen algún método de planificación familiar y que el 75.2% lo usan. Además que el uso de métodos modernos es de 90.4%. Mientras que el 54.4% de las mujeres prefieren la abstinencia periódica.¹

En contradicción con esta situación, al parecer la prevención y la seguridad en las relaciones sexuales son temas que están sobre la mesa, sobretodo en las parejas jóvenes. En este contexto los laboratorios farmacéuticos se han lanzado al desarrollo de nuevas formas de anticoncepción.

Los métodos de barrera (preservativos, óvulos) sólo han avanzado en la forma de colocación. Los métodos hormonales son los que más han evolucionado, encontramos píldoras, inyecciones, implantes, en ellos lo más importante son los niveles de estrógeno y progesterona.

A continuación se da a conocer los más destacados para ser usados por las mujeres:

- **Condón Femenino.** Este método, que también protege de las infecciones de transmisión sexual y VIH, consiste en una funda de poliuretano que se inserta en la vagina antes del coito. Un anillo interior desmontable de poliuretano moldeado en el extremo cerrado de la funda facilita la inserción del dispositivo y ayuda a mantenerlo en su lugar. Un anillo moldeado externo más grande permanece fuera de la vagina y ayuda a cubrir los genitales externos durante el coito. El dispositivo, empaquetado en celofán, viene prelubricado con un lubricante de dimeticona a base de silicona, no espermicida, para facilitar la inserción y el retiro. El dispositivo puede insertarse en la vagina varias horas antes o bien inmediatamente antes del coito y puede retirarse en cualquier momento después del coito.
- **Seasonale.** Píldora desarrollada por los laboratorios de las industrias Barr. La característica principal de este fármaco es la reducción del número de menstruaciones por año, en 25%. Seasonale se ingiere durante 84 días consecutivos, para luego dejar una semana de descanso que coincide con el periodo de sangrado. En Holanda casi un tercio de las mujeres estaría dispuesta a usarla y de éstas, el 92% recomendaría la utilización a otras mujeres. Se puede usar cualquier píldora monofásica con este esquema.
- **Nuvaring.** Es un pequeño anillo transparente y flexible de 5.4 centímetros de diámetro, que se introduce en la vagina y se encarga de liberar hormonas que inhiben la ovulación. Se debe retirar a las tres semanas por una semana para el sangrado y colocar uno nuevo cuando este termine.
- **Gynefix.** Este nuevo dispositivo intrauterino (DIU) tiene como principal característica su comodidad y sus facilidades de aplicación. El clásico DIU genera contracciones uterinas, produce más dolor y las menstruaciones son más abundantes. Gynefix, al estar formado por seis pequeños cilindros de cobre, de medio centímetro de largo y dos milímetros de diámetro facilita su sujeción, colocación y evita las grandes molestias que generan los otros dispositivos, este no está disponible en nuestro medio.
- **Mirena** es un endoceptivo, un sistema intrauterino en forma de T, que después de su inserción libera la hormona levonorgestrel en la cavidad del útero, hormona parecida a

la que produce la mujer. Tiene una eficacia de 5 años. Mirena es comparable en efectividad anticonceptiva a la esterilización femenina. Es más eficaz que los DIUs de cobre más eficaces de hoy en día o como los anticonceptivos orales.

- **Parche anticonceptivo.** Este parche libera hormonas (estrógeno y progestina) lentamente a través de la piel para impedir los embarazos. El parche es pequeño y posee tres capas. Las mujeres deben colocárselo en la parte inferior del abdomen, glúteos o en torso, pero nunca sobre las mamas. Las mujeres deben usarlo continuamente por un período de una semana y reemplazarlo semanalmente por un total de tres semanas. Es retirado en la cuarta semana para permitir que la mujer tenga su sangrado menstrual. El parche, llamado Ortho Evra, es fabricado por Johnson & Johnson.
- **Implanon.** Tras doce años de investigación, Organon lanzó esta varilla de dos milímetros de diámetro y cuatro centímetros de largo que tarda poco más de un minuto en implantarse bajo la piel del brazo y que libera progestina que permite la inhibición de la ovulación de forma confiada durante casi tres largos años.
- **Implante de 2 varillas.** Este método anticonceptivo libera levonorgestrel y es colocado mediante una rápida inserción debajo de la dermis, en la parte interna del brazo. La inserción se debe efectuar durante los primeros días de la menstruación o a más tardar en el séptimo día de esta. Tiene una efectividad de 5 años. La acción del levonorgestrel modifica la función ovárica de diversas formas, produciendo además el aumento de la densidad del moco cervical, evitándose así el paso de los espermatozoides, suprimiendo la actividad endometrial. En cuanto los implantes son retirados, se puede producir un embarazo en cualquier momento. Su nombre comercial es Jadell y lo comercializa Bayer.
- **Collar de la Planificación Familiar.** Su función es ayudar a la mujer a identificar los días de su ciclo menstrual en que tiene mayor riesgo de embarazo, si tiene relaciones sexuales sin protección. Es un collar de cuentas de colores que representa el ciclo menstrual de la mujer, donde cada perla representa un día del ciclo. El color de las perlas del collar le ayuda a saber en qué día del ciclo se encuentra la mujer: si está en un día fértil o un día infértil.
 - El día que viene la regla se pone el anillo en la perla roja. Cada día se mueve el anillo a la siguiente perla, en la dirección de la flecha.
 - Cuando el anillo está la perla roja o en cualquiera de las perlas marrones, el riesgo de embarazo es muy bajo. En estos días la mujer puede tener relaciones sexuales.
 - Cuando el anillo está en una perla blanca, el riesgo de embarazo es alto. En estos días la mujer debe evitar las relaciones sexuales para prevenir el embarazo.

Es importante saber que el collar es apropiado para mujeres con ciclos menstruales de 26 a 32 días de duración.

También hay para ellos

El método del retiro, la abstinencia periódica, los condones y la vasectomía son métodos que comúnmente están disponibles para los hombres y que son de utilidad para evitar los embarazos, si son utilizados correctamente, excepto la vasectomía. Al parecer, pronto se sumará otro método: la inyección. Recientemente, la OMS dio a conocer en la revista *Fertility and Sterility*, los resultados de una investigación que pretende conseguir una inyección anticonceptiva para hombres. Las pruebas se han realizado en 401 parejas de Europa y Asia, demostraron que es un método seguro, reversible y efectivo. La inyección está compuesta por un derivado sintético de la hormona masculina testosterona, la cual reduce la cantidad de espermatozoides a concentraciones imperceptibles.

Lic. Marina Aguilar Ticona
Dpto. Comunicación Social – INPPARES

ⁱ Fuente INEI – Perú: Encuesta Demográfica y de Salud Familiar – ENDES Continua, 2009. Lima - 2009