

**Lo que la mujer
debe saber sobre**

**el control de
la natalidad**



BirthChoice
OF SAN MARCOS

Prueba de Embarazo y Ultrasonido Gratis

Llama o textea al 760-374-8786

por **Chris Kahlenborn, MD**



Según el Instituto Guttmacher en el año 2010, la píldora para el control de la natalidad fue utilizada por más de 10 millones de mujeres en los EE.UU. Más de 27 millones de mujeres utilizaron otros métodos del control de la natalidad, y casi 14 millones de estas mujeres han sido esterilizadas o estaban viviendo con un hombre esterilizado. Otros métodos del control de la natalidad extensamente utilizados incluyeron condones (casi 6.2 millones de mujeres), inyecciones anticonceptivas (más de 1.4 millones), la retirada (1,9 millones), y el DIU (2.1 millones).¹

“La Píldora”

La Píldora consiste en uno o más tipos de hormonas artificiales llamadas estrógenos y progestinas. Funciona inhibiendo la ovulación y el transporte del esperma y cambiando la membrana interior del útero de la mujer (llamado endometrio) así la implantación de un embrión recién concebido es improbable.

Asuntos éticos: Cuando la Píldora funciona previniendo la implantación de un embrión recién concebido, se produce un aborto temprano.²

Efectos médicos secundarios: En el año 2005, La Organización Mundial de la Salud clasificó oficialmente los anticonceptivos orales como cancerígenos del Grupo I (siendo Grupo I los más peligrosos de los Grupos I-IV).³ Un año más tarde, un meta-análisis completo publicado en la revista médica de la Clínica Mayo, *Mayo Clinic Proceedings*, notó que 21 de 23 estudios encontraban un incremento en el riesgo de desarrollar cáncer de seno antes de la menopausia en las mujeres que habían tomado la Píldora antes del nacimiento de su primer niño. En general este grupo de mujeres experimentó un aumento del 44% del riesgo de desarrollar cáncer de seno antes de los 50 años.⁴ Otros efectos secundarios que las mujeres han experimentado son presión arterial alta, coágulos



sanguíneos, ataques cerebrales, infartos, depresión, aumento de peso, y migraña.⁵ Aunque la Píldora puede disminuir el riesgo del cáncer de los ovarios y algunos cánceres uterinos, aumenta la incidencia de los cánceres de seno, hígado y cervix.⁶ Por lo menos tres estudios han notado que el virus del SIDA se transmite más fácilmente en las mujeres que están tomando la Píldora si su(s) pareja(s) tiene(n) el virus VIH.^{7,8,9}

“La Inyección”

Comúnmente conocida como “la Inyección,” Depo-Provera, es una hormona progestina de efecto prolongado, y se inyecta en un músculo de la mujer cada tres meses. Funciona reduciendo la ovulación, impidiendo

el transporte del esperma y cambiando la membrana interior del útero (el endometrio) de la mujer.¹⁰

Asuntos éticos: Al cambiar la membrana del útero, Depo-Provera puede ocasionar un aborto temprano cuando la concepción ocurre.

Efectos médicos secundarios: Los resultados de dos estudios internacionales extensos han demostrado que las mujeres que toman Depo-Provera por dos años o más antes de cumplir los 25 años tienen al menos un incremento del 190% del riesgo de sufrir cáncer del seno.¹¹ Además Depo-Provera puede reducir la densidad ósea de la mujer,¹² y empeorar los niveles de su colesterol.¹³ Un estudio descubrió que las mujeres que han recibido progestinas inyectables (usualmente Depo-Provera o norethisterone enanthate) durante por lo menos cinco años sufrieron un aumento del 430% en el riesgo de sufrir cáncer del cuello del útero.¹⁴ Varios estudios han demostrado que las mujeres que reciben progestinas inyectables corren un riesgo mucho más alto de contraer el virus del SIDA si su pareja está infectada.¹⁵

Otros anticonceptivos hormonales

Las mismas hormonas artificiales que se usan en la Píldora y Depo-Provera se empacan en una variedad de otros sistemas de liberación: el Parche, la

“Píldora del Día Después,” dispositivos intrauterinos impregnados de hormonas, anillos vaginales, y otros más están siendo desarrollados. La mayoría son tan nuevos que sus efectos secundarios no han sido investigados bien. Usan hormonas similares a las usadas en la Píldora, y se puede esperar que por lo general tengan los mismos riesgos de producir cáncer.

Métodos de barrera: el condón y el diafragma

El condón y el diafragma son dispositivos de látex usados para prevenir que el esperma llegue al ovulo, así previniendo la fertilización.

Efectos médicos secundarios: El condón tiene un porcentaje de fallas que se estima entre 10-30%.^{16,17} Hay varias razones: ruptura o deslizamiento durante el uso, defectos de fábrica, o defectos a causa de haber sido enviándos o guardados en lugares muy calientes o fríos. Una revisión completa de la eficacia del condón para prevenir enfermedades de transmisión sexual, (ETS) patrocinado por el Instituto Nacional de la Salud de los EE.UU., publicado en el año 2001, concluyó que el uso de condones reduce, **pero no elimina**, la transmisión del virus de SIDA en hombres y mujeres y de gonorrea en hombres. La revisión también concluyó que los condones no tienen eficacia probada en reducir la



transmisión de cualquier otra ETS.¹⁸ Por lo menos un estudio ha demostrado que las mujeres que usan métodos de barrera como el diafragma o el condón, o el método del coito interrumpido, tuvieron un riesgo 137% más alto de desarrollar preeclampsia

en sus embarazos subsecuentes.¹⁹ Preeclampsia, una complicación que afecta a algunas mujeres embarazadas, consiste en sufrir presión alta, retención de fluidos, y daño en los riñones, que puede eventualmente conducir a convulsiones prolongadas y/o coma. Existe la teoría de que la exposición al esperma del varón ayudar a prevenir la preeclampsia.

Espermicidas

Un espermicida es un agente químico diseñado para matar el esperma del varón y se vende a menudo en forma de gelatina o como un ingrediente en la esponja vaginal.

Efectos médicos secundarios: El síndrome de shock tóxico ha sido asociado con la esponja con espermicida.²⁰ Un investigador notó que las parejas que han usado cierta clase de espermicida un mes antes de concebir han sufrido el doble de enfermedades congénitas, así como se duplicó el riesgo de abortos espontáneos.²¹

El DIU (Dispositivo Intrauterino)

Este es un dispositivo en forma de T, hecho de plástico. Puede contener también cobre u hormonas anticonceptivas. Un médico lo inserta en el útero de la mujer. Funciona irritando la mucosa del útero y obstruyendo el transporte del esperma.

Asuntos éticos: Cuándo la concepción ocurre con un DIU en su lugar, el DIU puede prevenir la implantación, así causando un aborto temprano.²²

Efectos médicos secundarios: Estos incluyen la perforación del útero, lo que podría conducir a una histerectomía, e infecciones, como los abscesos pélvicos o tubo-ováricos. El uso de todos los DIU se ha asociado con un aumento en la incidencia de la EPI (Enfermedad Pélvica Inflamatoria).²³ El uso de DIU ha sido asociado a la actinomicosis, una infección que puede ocasionar complicaciones a largo plazo como masas pélvicas y la infertilidad.²⁴ Según Rossing y Daling, dos investigadores prominentes, las mujeres que han usado el DIU por tres o más años tuvieron más del doble de riesgo que las mujeres que nunca han usado el DIU de sufrir un embarazo



ectópico. Entre estas usuarias a largo plazo del DIU, el riesgo del embarazo ectópico permaneció elevado durante muchos años después de que el dispositivo fue retirado.²⁵ Los embarazos ectópicos continúan siendo la causa principal de muerte materna en los EE.UU. Además, el DIU puede precipitar dolores de espalda, cólico, dispareunia (copulación dolorosa), dismenorrea (períodos dolorosos), e infertilidad.

Esterilización “permanente”: ligadura de las trompas y vasectomía

La esterilización quirúrgica procura lograr permanente esterilidad a través de cortar, quemar o atar las trompas de Falopio de una mujer (llamada la “ligadura de las trompas”) o los conductos deferentes de un hombre (llamada “vasectomía”). Essure es un nuevo método permanente no quirúrgico de esterilización femenina. Insertos son colocados en las trompas de Falopio que causan una barrera de tejido que previene que el espermatozoide alcance al óvulo.

Efectos médicos secundarios: La ligadura de las trompas no siempre previene la concepción. Cuando la concepción aún ocurre, está asociado con una incidencia más alta de embarazos ectópicos,²⁶ que, como se ha observado antes, es la causa principal de muerte entre las mujeres embarazadas. Además, las mujeres que se someten a la operación pueden sufrir complicaciones por la anestesia o por la cirugía. Complicaciones por la cirugía incluyen: perforación de la vejiga, hemorragias, y hasta paro cardíaco a consecuencia de la inflamación del abdomen con el dióxido de carbono.²⁷ Además, algunas mujeres que se han sometido a la ligadura de las trompas experimentan un síndrome de sangrado intermitente asociado con dolores tipo cólico en el abdomen bajo.²⁸ Severas complicaciones están asociadas al uso del Essure como colocación inapropiada, embarazo no deseado, dolor, infección, y alergia al níquel.²⁹

Aproximadamente el 50% de los hombres que se someten a una vasectomía desarrollan anti-cuerpos anti-esperma. En esencia, sus anti-cuerpos aprenden a reconocer a su propio

esperma como “el enemigo.” Esto puede conducir a una mayor incidencia de enfermedades autoinmunes. Varios estudios han notado que los hombres que se someten a la vasectomía desarrollan una incidencia más alta de cáncer de la próstata, especialmente 15 a 20 años después de la vasectomía.^{30,31,32,33,34} Un estudio reciente encontró correlación entre la vasectomía y cáncer de próstata agresivo.³⁵ La vasectomía también ha sido asociada a un tipo raro de demencia.³⁶

Decisiones sabias

La mejor opción antes del matrimonio es la abstinencia. Los beneficios obvios incluyen el mayor auto-respeto, libertad del riesgo de adquirir enfermedades de transmisión sexual, así como ahorro de dinero y la seguridad de evitar embarazos no deseados. Dentro del matrimonio debe notarse que la actitud de aceptación a los hijos produce beneficios médicos específicos. Cada hijo adicional a que la mujer da luz reduce su riesgo de sufrir cáncer del seno y cáncer de los ovarios en un 5-10%. Además, el riesgo de cáncer de seno y de los ovarios es reducido apreciablemente en mujeres que dan pecho, con reducciones más altas en las mujeres que amamantaron por intervalos más largos.³⁷

PNF: Planificación Natural de la Familia

La Planificación Natural de la Familia es un método completamente natural por medio del cual las parejas pueden manejar su fertilidad. Con la ayuda de la PNF la mujer determina los períodos en que ella es fértil o infértil por medio de la observación de su moco cervical y otros biomarcadores. El estudio más grande a la fecha (con cerca de 20.000 mujeres indias)—patrocinado por la OMS (Organización Mundial de la Salud)—demostró una tasa de embarazo no deseado menor del 0.2%.³⁸

Algunos de los beneficios obvios de la PNF son que es casi gratis y no hay aumento en el riesgo de sufrir cáncer u otras enfermedades asociadas con el uso de anticonceptivos hormonales. Las parejas que usan la PNF tienen una tasa de divorcio menor del 5%³⁹—mucho menor de la tasa nacional de aproximadamente 50%.

Referencias

Por favor vea las referencias en línea en <http://onemoresoul.com/downloadable-pamphlets/lo-que-la-mujer-debe-saber-sobre-los-anticonceptivos.html>

Para conseguir más información sobre la PNF usted puede contactar:

Método Billings

(888) 637-6371
www.metodobillings.com

Liga de Pareja a Pareja

(800) 745-8252
www.planificacionfamiliar.org

Fundación Familia de las Americas

(800) 443-3395
www.familiadelasamericas.org

FertilityCare Centers of America

(402) 390-6600, ext. 117
www.fertilitycare.org

Institute for Natural Family Planning

(414) 288-3854
www.mu.edu/nursing/NFP

Natural Family Planning International

(740) 457-9663
www.nfpandmore.org

Northwest Family Services

(503) 215-6377
www.nwfs.org/couples-a-singles/natural-family-planning.html

One More Soul/Un Alma Más

(800) 307-7685
www.OneMoreSoul.com

United States Conference of Catholic Bishops

(202) 541-3070
www.usccb.org/issues-and-action/marriage-and-family/natural-family-planning/

Permiso es dado para copiar y distribuir este folleto sin alteración alguna para usos no comerciales.

PWWSsp

1+	\$.35 cada uno
10+	\$.28 cada uno
100+	\$.25 cada uno



<http://onemoresoul.com/catalog/lo-que-la-mujer-debe-saber-sobre-el-control-de-la-natalidad-p498.html>

(800) 307-7685 1846 North Main Street
www.onemoresoul.com Dayton, Ohio 45405-3832