

# CONTRACEPCIÓN DE EMERGENCIA

(PILDORA DEL DÍA DESPUÉS)

## LAS PREGUNTAS MÁS HABITUALES



En el Centro Joven de Anticoncepción y Sexualidad de Madrid venimos trabajando desde hace nueve años con el objetivo general de prevenir embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual, con especial énfasis en el VIH/SIDA. Las actividades que realizamos para conseguir estos objetivos son atenciones personales, telefónicas, talleres grupales, y un servicio de consulta en línea a través de Internet.

Hasta ahora hemos atendido a más de 70.000 adolescentes y jóvenes de toda la Comunidad de Madrid, dando información y asesoramiento sobre sexualidad, métodos anticonceptivos, enfermedades de transmisión sexual, VIH/SIDA, etc.; y además ofrece-

mos servicios asistenciales entre los que se encuentra la consulta ginecológica, el test de embarazo y la prescripción del tratamiento postcoital o anticoncepción de emergencia.

En relación a los motivos más demandados cabe destacar como los últimos años estamos encontrando un aumento de la demanda de anticoncepción de emergencia o anticoncepción postcoital. Pensamos que esto se ve influido por varios factores, entre los que se encuentran el mayor conocimiento que tienen los jóvenes sobre este método, el aumento en el uso del preservativo, y por las dificultades que suelen encontrar en la red sanitaria pública para obtenerlo. A nivel social este tema también se encuentra de actualidad por ejemplo entre los medios de comunicación. Y no siempre hay una información correcta, por lo que solemos encontrarnos con mitos y errores sobre la anticoncepción de emergencia que hacen que el tema esté confuso no solo a nivel de los propios/as jóvenes, sino también entre profesionales de la salud.

Por ello queremos resaltar aquí algunas de las preguntas que nos realizan para potenciar una información correcta sobre este modo de anticoncepción.

### **¿Qué es la anticoncepción de emergencia?**

Una forma de prevenir el embarazo si se han mantenido relaciones sexuales con penetración sin utilizar anticoncepción o si se ha tenido un "accidente" con el método anticonceptivo, del tipo rotura del preservativo. El método más común en el tratamiento postcoital en píldoras (que debe tomarse antes de las 72 horas de

esa relación), aunque en algunos casos, también se puede utilizar un dispositivo intrauterino.

### **¿Cómo funciona?**

Actualmente está claro que el mecanismo fundamental de actuación es sobre el endometrio (capa que recubre la cavidad uterina). El endometrio es muy importante que se encuentre en un estado óptimo para la implantación. Lo que producen la anticoncepción de emergencia es un desfase madurativo, por lo que el endometrio no resulta adecuado para la implantación. Es decir, que impiden la anidación de un posible óvulo fecundado.

### **¿Es eficaz?**

Es muy difícil establecer su nivel de eficacia, dado que no sabemos cuantas mujeres se hubieran quedado embarazadas si no hubiéramos efectuado una anticoncepción postcoital. Hay que tener en cuenta además que muchas son adolescentes, con ciclos irregulares aún no bien establecidos, y que muchas veces mantienen relaciones con parejas esporádicas cuya fertilidad es desconocida. Sin embargo, si podemos afirmar que resulta sumamente eficaz. Según esto Aubert y García estiman que la anticoncepción postcoital sería eficaz si redujera las gestaciones hasta el 1%. Pero los estudios realizados encuentran unos índices de gestación por debajo de esta cifra, por lo que podemos considerar el método como altamente eficaz, entre un 97 y 98 % de eficacia.

### **¿Tiene efectos secundarios?**

Sí en algunas mujeres. De todos ellos los

más desagradables son los gastrointestinales que afectan en general a más del 50 % de las pacientes, especialmente son náuseas y vómitos. También es relativamente frecuente la aparición de dolor en los pechos y cuadros de tensión mamaria.

Por otro lado, con relativa frecuencia se producen alteraciones en el ciclo menstrual, bien con adelanto de la regla o con retraso al menos de 5 días. Otras alteraciones que se pueden producir en la regla son el aumento de cantidad o la disminución de la misma. Otros trastornos de menor frecuencia e importancia son cefaleas, mareos, etc.

### **¿Qué pasa con la menstruación?**

Hay que desterrar la idea que siempre adelanta la menstruación, porque no es así. Dado que la medicación produce alteraciones en la maduración del endometrio, la menstruación puede adelantarse, atrasarse, ser más abundante o más escasa, cualquiera de estas circunstancias no tienen por que producir preocupación.

### **¿Es la píldora abortiva?**

No. El tratamiento postcoital se diferencia de la píldora abortiva o RU 486, en que esta última produce una interrupción del embarazo y requiere un seguimiento médico importante en una clínica autorizada o en un hospital, porque su actuación es sobre el embarazo y conlleva todo un proceso con una serie de riesgos. La anticoncepción de emergencia se toma cuando aun no se sabe si hay embarazo o no, porque se toma en un plazo inferior a 72 horas, y no necesita de una intervención médica tan especializada.

Estas son las preguntas más habituales con que nos encontramos en las consultas de postcoital. De todos modos no debemos olvidar al trabajar con los jóvenes que hay que enfatizar que este método debe utilizarse solo en caso de emergencia y que no es un método anticonceptivo como tal, y por supuesto, que nunca previene de enfermedades de transmisión sexual ni VIH/SIDA, y que esto tiene que valorarse siempre en la atención, porque la idea general que a veces se transmite a nivel social es que es cien por cien seguro en la línea de las pastillas de la felicidad que están tan de moda.

**Paloma Rivero Velasco**  
**Psicóloga. Centro Joven de**  
**Anticoncepción y Sexualidad de**  
**Madrid**

