

¿Que Tipo de
Control de
La Natalidad Es
Mejor Para
Usted?



Department of Health and Human Services
Food and Drug Administration
5600 Fishers Lane, (HFI-40)
Rockville, MD 20857

May 2000
(FDA)00-1298S
(replaces 99-1277S)

 **U.S. Food and Drug Administration**

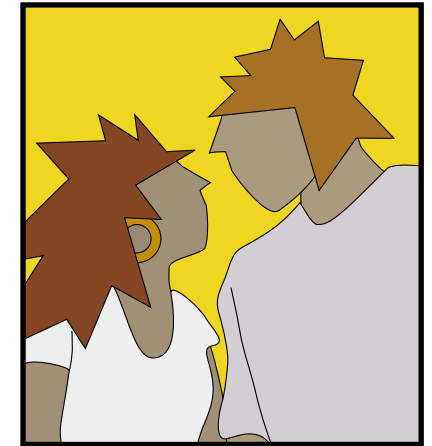
La Administración de Drogas y Alimentos (FDA) es parte del Gobierno de los Estados Unidos. Una de las misiones de la FDA es la de asegurarse que las drogas y otros tratamientos médicos son seguros y eficaces.

Muchos Productos Pueden Ayudar a Evitar un Embarazo

Si usted y su compañera no desean tener un bebé por ahora, hay muchos y diferentes productos que pueden ayudar a evitar el embarazo.

Los tipos de control de la natalidad más efectivos para evitar los embarazos son las píldoras anticonceptivas, inyecciones, los dispositivos intrauterinos y la esterilización. De cada 100 mujeres que durante un año usan alguno de los tipos de control de la natalidad mencionados, de una a cinco de ellas quedará embarazada.

Los condones masculinos de látex y los diafragmas para la mujer con espermaticida son menos efectivos. De cada 100



mujeres que dependen de ellos durante un año, de 14 a 20 quedan esperando un bebé. Otros métodos de control de la natalidad, tales como los espermaticidas solamente, condones femeninos y el sistema de planeamiento natural de la familia, no son muy efectivos.

Algunos Productos Para el Control de la Natalidad Pueden Ser Obtenidos Sin Receta Médica

Algunos de los tipos de control de la natalidad se pueden obtener sin necesidad de una receta médica. Estos no producen efectos secundarios en la mayoría de los casos, pero en algunos pueden ser causa de alergias, como salpullidos de la piel.

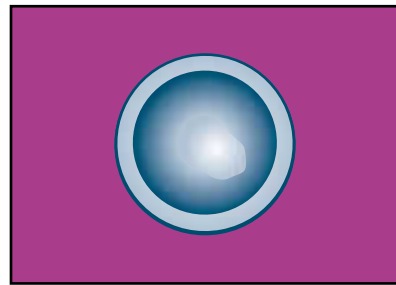
El Condón Masculino

El condón masculino es un forro que se coloca sobre el pene erecto antes de penetrar en la mujer, con el fin de bloquear el paso de la esperma, eliminando la posibilidad del embarazo. Un condón no debe ser usado más de una vez. Algunos de ellos tienen un espermaticida, usualmente nonoxynol-9 para destruir la esperma. Científicamente los espermaticidas no han

2

demostrado tener ninguna protección anticonceptiva sobre el condón. Ambos actúan como una barrera mecánica, pero es el condón el que evita el contacto vaginal con el semen y las secreciones y descargas genitales infecciosas.

La mayoría de los condones son hechos de látex, algunos de



poliuretano y otros de intestinos de cordero. Algunas personas creen que el sólo uso de un condón para evitar un embarazo es una protección automática contra el VIH, el virus causante del SIDA y otras enfermedades transmitidas sexualmente. Con excepción de la abstinencia total, los con-

done de látex son considerados como el método más efectivo para prevenir el embarazo y ciertas enfermedades infecciosas. Los fabricados de intestinos de cordero no son igualmente recomendados debido a que son porosos y pueden permitir el paso de otros virus como el de la hepatitis B y el herpes.

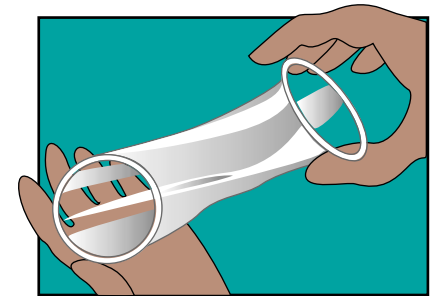
Los condones de poliuretano han estado en el mercado de los Estados Unidos desde 1994 y son un método de protección para las personas alérgicas al látex.

La lubricación de fábrica en algunos condones, no provee protección contra la natalidad ni contra las enfermedades transmitidas sexualmente. Si el lubricante es necesario, se debe usar uno a base de agua como el K-Y Jelly con los condones de látex o de intestinos de cordero; los lubricantes a base de aceites como la Vaselina, lociones para la piel, aceites para

bebés o para masajear, no deben ser usados debido a que debilitan el material de los condones.

El Condón Femenino

Reality, el condón femenino aprobado por la FDA in 1993, consiste de una funda de poliuretano lubricado. Uno de los extremos es cerrado y tiene un aro flexible el cual se inserta dentro de la vagina, mien-



tras que el lado opuesto es abierto y permanece afuera cubriendo parcialmente los labios de la vulva. Los condones, masculino y femenino, son obtenibles sin receta médica y deben ser usados solamente una vez

3

antes de desecharlos. Es importante recordar que no deben ser usados al mismo tiempo.

El Uso de los Espermaticidas Vaginales Solamente

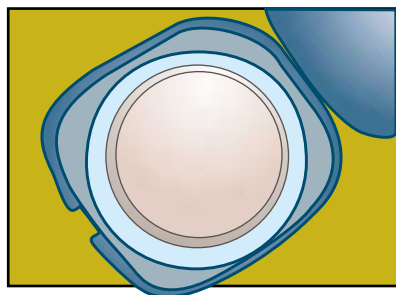
Los espermaticidas vaginales son obtenibles en espumas, cremas, jaleas, supositorios y en forma de tabletas. Todos tienen un compuesto químico que destruye la esperma. Las instrucciones para su uso deben ser seguidas cuidadosamente porque algunos de estos productos requieren precauciones especiales.

Visite a su Médico Antes de Usar un Contraceptivo

Los riesgos y beneficios de las diferentes formas de control de la natalidad, no son las mismas para cada persona. Por lo tanto, es mejor decidir con la ayuda de su médico, la manera más apropiada para usted.

El Diafragma

Obtenible únicamente con receta médica, el diafragma debe ser ajustado a la medida exacta por un profesional de la salud; tiene un doble mecanismo para evitar el embarazo y su protección dura unas seis horas. Está formado por un

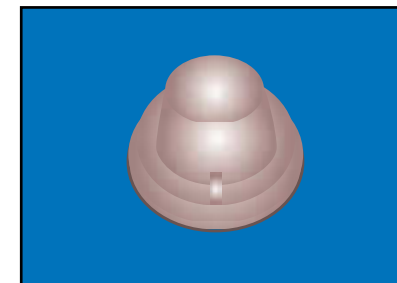


disco de caucho en forma de cúpula con un borde flexible que cubre la cervix, de tal manera que la esperma no pueda llegar al útero siendo destruida por el espermaticida aplicado al diafragma antes del coito. El diafragma debe ser retirado antes de 24 horas de haberlo usado para evitar el riesgo del Síndrome del Choque Tóxico, una infección rara pero potencialmente fatal. Los síntomas del síndrome incluyen fiebre súbita, malestar estomacal, salpullido que arde como una quemadura y presión baja de la sangre.

Cubierta Cervical

La cubierta cervical es una taza de caucho suave con un borde redondo también ajustado por un médico a la medida del cuello del útero. Es obtenible con receta médica y al igual que el diafragma, debe ser usado con un espermaticida. Su protección es de 48 horas, tiempo durante el cual se puede usar varias veces. Después de 48 horas

debe ser removido para evitar el riesgo del Síndrome del Choque Tóxico. El uso prolongado



después de dos días, puede ser causa de un olor desagradable de la vagina en algunas mujeres.

Las Píldoras de Protección Contra Los Embarazos Involuntarios

Contraceptivos orales combinados

Típicamente llamados “la píldora”, la combinación de contraceptivos orales ha estado en el mercado durante más de 35 años y es la manera más popular del control de la natalidad en

los Estados Unidos. Esta forma de control suprime la ovulación (la descarga mensual del huevo por los ovarios) mediante la acción combinada de las hormonas, el estrógeno y la progestina.

La mujer que toma la píldora con regularidad conforme a las instrucciones, tiene una posibilidad extremadamente baja de quedar embarazada en un año. Sin embargo, la efectividad de la píldora puede ser reducida si al mismo tiempo, ella toma otros medicamentos como ciertos antibióticos.

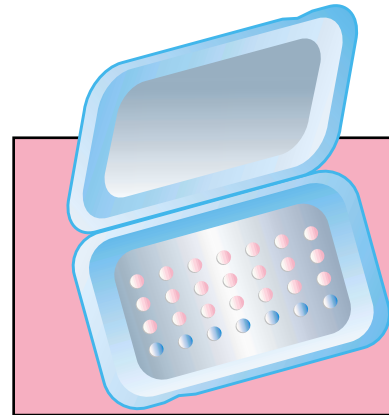
Además de impedir el embarazo, la píldora ofrece beneficios adicionales. Como está indicado en la etiqueta, la píldora puede regularizar los períodos menstruales, provee un efecto protector contra la inflamación de la pelvis, infección de los tubos de Falopio y del útero, una de las mayores causas de la

infertilidad en la mujer y contra el cáncer del endometrio y los ovarios.

La decisión de tomar la píldora requiere aprobación médica; Las píldoras para el control de la natalidad son seguras para la mayoría de las mujeres—más seguras que dar a luz un bebé—pero también son causa de algunos riesgos.

Las píldoras en uso hoy, tienen menos riesgos asociados a ellas que las versiones anteriores. Sin embargo, las mujeres que fuman—especialmente las que pasan de 35 años—y las que tienen problemas médicos como propensión a los coágulos de sangre, cáncer del endometrio o de los senos, deben abstenerse a tomarla. La píldora puede contribuir a enfermedades cardiovasculares como presión alta de la sangre, coágulos de sangre y obstrucción de las arterias.

Las mujeres que sufren o han sufrido de cáncer de los senos no deben usar la píldora, debido a que la enfermedad es susceptible al estrógeno y la progestina.



Los efectos secundarios causados por la píldora, normalmente desaparecen después de unos pocos meses de usarla, incluyen náusea, dolor de cabeza, sensibilidad en los senos, aumento de peso, flujo irregular de sangre y depresión.

Minipíldoras

Aunque se tomen diariamente como la combinación de contraceptivos orales, las minipíldoras contienen solamente la hormona progestina: no contienen estrógeno. La tarea de la minipíldora es la de reducir y engrosar la mucosa cervical para evitar que la esperma llegue al huevo. Las minipíldoras también ayudan a que el forro uterino no se

ponga demasiado grueso, lo cual evita que el huevo fertilizado logre introducirse en el útero. Las minipíldoras son ligeramente menos efectivas que la combinación de contraceptivos orales.

La minipíldora, como los contraceptivos orales combinados, pueden disminuir las hemorragias menstruales y los calambres estomacales, lo mismo que el peligro del cáncer del endometrio, los ovarios y la enfermedad causada por la inflamación de la pelvis. Algunos efectos de la minipíldora incluyen dolores de cabeza, cambios en el ciclo menstrual, aumento de peso y sensibilidad en los senos.

La Depo-Provera

La Depo-Provera, aprobada en 1992 se inyecta en las nalgas o en un músculo de un brazo cada tres meses por un profesional de la salud. La Depo-Provera

evita el embarazo en tres formas: impide la ovulación, cambia la mucosidad cervical ayudando así a que la espermia no llegue al huevo y cambia el forro uterino para impedir que el huevo fertilizado penetre en el útero. La inyección de progesterina es extremadamente efectiva porque previene el embarazo y requiere un mínimo esfuerzo por parte de la mujer para acomodarse a ella, simplemente recibiendo una inyección de la hormona cada tres meses. Los beneficios son semejantes a los de la minipíldora y a los de otro contraceptivo, el Norplant. Los efectos secundarios también son similares e incluyen irregularidades en los períodos menstruales, aumento de peso y sensibilidad en los senos.

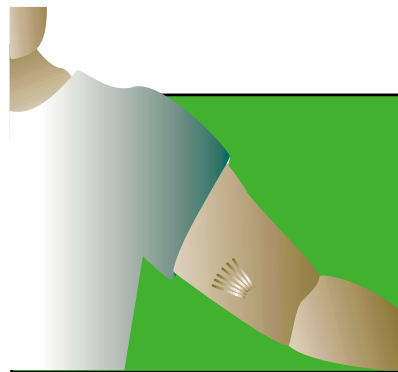
El Norplant

El Norplant aprobado en 1990 y el nuevo Norplant 2

8

aprobado en 1996, son el tercer tipo de contraceptivo de progesterina solamente. Consiste de seis pequeñas barritas de caucho del tamaño de un fósforo. Este contraceptivo es insertado quirúrgicamente en la parte alta del brazo debajo de la piel, descargando continuamente el esteroide levonorgestrel. Las seis barritas proveen protección durante cinco años o hasta que son removidas, mientras que las dos barritas de Norplant 2, protegen durante 3 años.

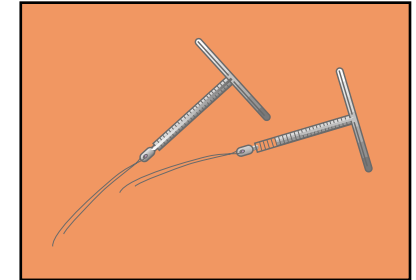
Algunas mujeres sufren inflamaciones y hasta infecciones en el sitio del injerto. Otros efectos incluyen cambios en el ciclo de la menstruación, aumento de peso y sensibilidad en los senos.



Dispositivos Intrauterinos

Un dispositivo intrauterino es un dispositivo mecánico en forma de T que un profesional de la salud coloca dentro del útero de la mujer, con el propósito de evitar el embarazo. En los Estados Unidos hay dos clases: el Paragard CopperT 380A y el Progestasert Progesterone T. El Paragard puede permanecer en el útero durante 10 años, mientras que el Progestasert debe ser reemplazado cada año. No es enteramente claro cómo estos dispositivos evitan el embarazo, aunque parece que bloquean el encuentro de la espermia del hombre con el huevo de la mujer, immobilizando uno de los dos en su camino hacia las trompas de Falopio, o cambiando el forro uterino de tal manera que el huevo fertilizado no puede implantarse allí.

Los dispositivos intrauterinos gozan hoy de una de las posibilidades de fallar más bajas que cualquiera otro método



contraceptivo. Las complicaciones serias debido al uso de estos dispositivos son muy raras, aunque algunas mujeres pueden correr un riesgo de desarrollar una enfermedad causada por la inflamación de la pelvis. Otros efectos secundarios son posibles, como la perforación del útero, sangrías anormales y calambres. Las complicaciones frecuentemente ocurren durante la colocación del dispositivo o inmediatamente después.

9

Esterilización Masculina (Vasectomía)

Este procedimiento conocido por el nombre de vasectomía, envuelve sellando, atando o cortando el conducto que de otra manera llevaría la esperma del testículo al pene. La vasectomía envuelve una pequeña operación con una duración máxima de menos de 30 minutos, sin mayores complicaciones.

Las investigaciones continúan en busca de contraceptivos efectivos que puedan eliminar los efectos secundarios. Un estudio importante, es el desarrollo de métodos para el control de la natalidad que sean espermaticidas y microbicidas para evitar no solamente el embarazo, sino también la transmisión de enfermedades sexuales y el SIDA.

10

Esterilización Femenina

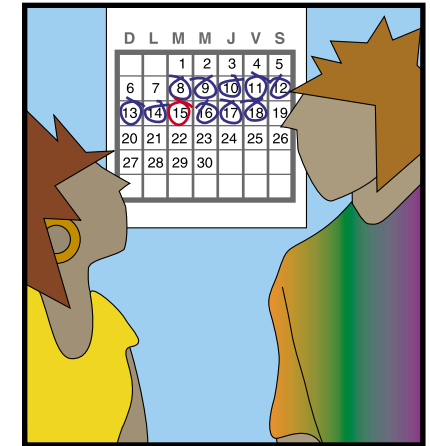
La esterilización femenina consiste en bloquear los tubos de Falopio para que el huevo no pueda llegar hasta el útero. Existen varios procedimientos y técnicas de cirugía, usualmente bajo anestesia general.

Conocimientos Sobre la Fertilidad

También conocido como método natural de planeamiento de la familia o abstinencia voluntaria, el conocimiento sobre la fertilidad consiste en abstenerse de las relaciones sexuales durante los días en que el ciclo menstrual de la mujer puede resultar en un embarazo, o el uso de barreras para controlar la natalidad en esos días.

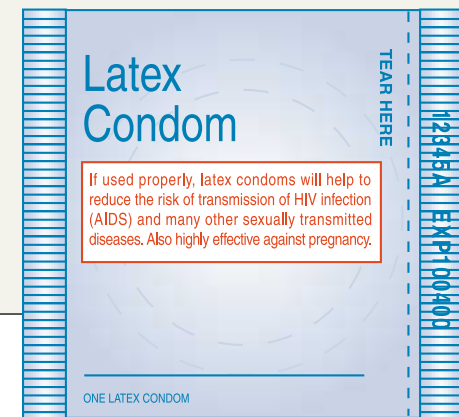
Una mujer puede resultar embarazada después de una relación sexual ocurrida 7 días antes de la ovulación, o 24 horas después. Los métodos para calcular

aproximadamente la fertilidad de la mujer, usualmente están basados en el ciclo menstrual, cambios en la mucosidad cervical, o en la temperatura del cuerpo. El plan natural de familia puede ser efectivo y requiere además, una pareja dedicada a que el método escogido sea un completo éxito.



Previendo las Enfermedades Transmitidas Sexualmente

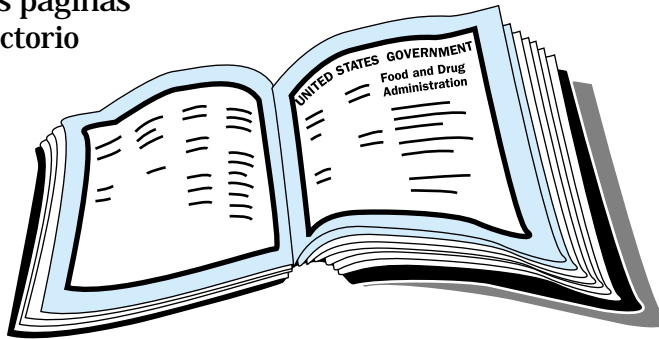
El único tipo de control de la natalidad que a la vez es altamente efectivo para proteger contra las enfermedades transmitidas sexualmente como el SIDA y otras, es el condón masculino hecho de látex. El condón femenino también ofrece alguna protección pero no es tan efectivo como el del hombre. Si usted usa otras formas de control de la natalidad y al mismo tiempo busca protección contra el SIDA y otras enfermedades transmitidas sexualmente, lo logrará solamente si el hombre usa un condón hecho de látex.



11

¿Desea más Información?

La FDA puede tener una oficina cerca de donde usted vive. Consulte las páginas azules de su directorio telefónico.



Use la línea gratis de información de la FDA:
1-888-INFO-FDA
(1-888-463-6332).

O busque la FDA en el Internet: www.fda.gov.

