



LA ANTICONCEPCIÓN DE EMERGENCIA: UNA OPCIÓN IMPORTANTE PARA LATINAS

La anticoncepción de emergencia podría prevenir 1.7 millones de embarazos no intencionados cada año.

¿Qué es la anticoncepción de emergencia?

La anticoncepción de emergencia es una manera efectiva de evitar un embarazo no intencionado que resulta al tener relaciones sexuales sin protección, inclusive al romperse el condón o desplazarse el diafragma, o cuando la mujer ha sido violada. Este método también es conocido como “la píldora de la mañana siguiente” aunque la anticoncepción de emergencia puede utilizarse hasta 72 horas después del sexo sin protección. Investigaciones recientes han encontrado que esta ventana de eficacia puede ser extendida hasta 120 horas (5 días), pero es mejor tomarlas lo más pronto posible. La anticoncepción de emergencia (AE) es menos eficaz que la anticoncepción regular y no provee ninguna protección contra el VIH/SIDA ni las infecciones transmitidas sexualmente. La AE no le hará daño a un embarazo ya establecido.

¿Cómo se provee la AE?

El método más común y menos costoso de AE son las Píldoras Anticonceptivas de Emergencia (PAE) que son pastillas anticonceptivas con la dosis aumentada. Algunas son diseñadas específicamente para la anticoncepción de emergencia – Plan B® (con sólo progestina) y Preveni (estrógeno y progestina).

Ciertas pastillas anticonceptivas regulares también pueden ser utilizadas.¹ Es muy importante consultar con un proveedor de servicios de salud si vas a usar las píldoras anticonceptivas regulares y que el número

de pastillas en una dosis depende de la marca. Otro método anticonceptivo que puede ser utilizado como AE es un aparato intrauterino de cobre (IUD por sus siglas en inglés) que se puede introducir hasta 7 días después de tener relaciones sexuales sin protección. Este aparato intrauterino (IUD) puede permanecer colocado como un método anticonceptivo por un periodo de hasta diez años o se puede quitar después de unas semanas.

¿Cuales son los efectos secundarios?

Según Planned Parenthood, los efectos secundarios asociados con el



uso de las PAE normalmente se disminuyen uno o dos días después de tomarse la segunda dosis.

- ♦ La mitad de las mujeres que toman las píldoras con estrógeno y progestina sienten náuseas por un máximo de 24 horas.
- ♦ Las PAE con solo progestina como Plan B® tienden a causar menos efectos secundarios y provocan menos náuseas que otras PAE que contienen estrógeno y progestina.
- ♦ Sensibilidad en los senos, retención de líquido, mareos, dolor abdominal, cansancio, dolor de cabeza y cambios menstruales también pueden ocurrir.

¿Cuales son algunas de las razones por las cuales las Latinas no usan la AE?

Hay varias barreras que previenen que las Latinas tengan acceso a las PAE. Una de estas barreras es la falsa creencia que las PAE causan un aborto. De hecho, las PAE no causan un aborto sino que, tal como las pastillas anticonceptivas regulares, atrasan o impiden la liberación del óvulo (ovulación) y así previenen el embarazo de un todo.

Para que ocurra un embarazo, el óvulo tiene que ser liberado, fertilizado en la trompa del falopio y entonces este viaja hacia el útero donde se implanta.²

Otra barrera al acceso de AE es la falta de información sobre su disponibilidad. Aunque cerca de

100% de los Ob/Gyns creen que la AE es un método de anticoncepción seguro y eficaz, estos no siempre le informan a sus pacientes sobre esta opción. En realidad, sólo 31% de proveedores de servicios de salud recetan la AE regularmente.

Estas barreras son más evidentes aun para Latinas que enfrentan otros impedimentos tales como acceso limitado a servicios de salud, barreras lingüísticas, discriminación y altos niveles de pobreza. En actualidad, 51% de Latinas de bajo ingreso no tienen seguro médico, un factor crítico lo cual impide que muchas Latinas tengan acceso a los servicios médicos necesarios.

¿Porqué es la AE una opción importante para Latinas?

Los Estados Unidos tiene la tasa más alta de embarazos no intencionados en el mundo. De los seis millones de embarazos cada año en los E.E.U.U., la mitad fueron accidentales. Planned Parenthood estima que los embarazos no intencionados resultan en 1.4 millones de abortos cada año como también 1.1 millones de nacimientos que las mujeres no deseaban tener hasta más tarde en sus vidas o no los querían del todo. Las Latinas son doblemente más propensas que las mujeres blancas a tener embarazos no intencionados. Al prevenir los embarazos no intencionados, la AE puede ofrecerle a las Latinas más opciones de vida y movilidad económica.

Las PAE son más efectivas cuando se toman lo más pronto posible. Cuando se usan correctamente, las PAE con sólo progestina (Plan B®) disminuyen el riesgo de embarazo



por 89%. Si se utilizan dentro de las primeras 24 horas después de relaciones sexuales pueden prevenir 95% de los embarazos.

- ♦ Para obtener **AE por el Internet**, visite www.getthepill.com.

¿Dónde pueden las Latinas obtener la AE?

Actualmente, se puede obtener la AE visitando a un proveedor de servicios de salud o a una clínica. En algunos estados, las mujeres pueden conseguir la AE directamente de un farmacéutico sin tener que ir a ver un doctor.

Los fabricantes de Plan B® han entregado una solicitud con el FDA para poder vender la AE sin receta médica. Se espera una decisión a medios del 2004. Si el FDA accede, las Latinas al igual que todas las mujeres podrán obtener la AE de una manera más accesible y oportuna. Esto también permitiría que las mujeres sin seguro médico consigan las PAE, derrumbando una de las barreras que se le presentan a las Latinas cuando ejercen sus derechos reproductivos.

Además de preguntándole a su proveedor de servicios de salud regular, las Latinas pueden conocer más y obtener la AE a través de los siguientes recursos:

- ♦ El **Emergency Contraception Hotline**: 1-888-NOT-2-LATE o <http://ec.princeton.edu>. Ambos proveen información en inglés y en español.
- ♦ **Planned Parenthood**: 1-800-230-PLAN o www.plannedparenthood.org/ec.

NOTAS

¹ Planned Parenthood Federation of America, "Emergency Contraception," at <http://plannedparenthood.org/library/BIRTHCONTR-OL/EmergContra.htm>.

² American Medical Women's Association, "Emergency Contraception," at <http://www.amwa-doc.org/Quiz/background.htm>.

Septiembre 2003