



profamilia

HOJA INFORMATIVA

JULIO 2021, NO. 57



@profamiliard

www.profamilia.org.do

TÚ DECIDES

La planificación familiar salva vidas y mejora la salud.

Impulsado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), el 3 de agosto de cada año se celebra el Día Internacional de la Planificación Familiar, que nos invita a reflexionar sobre la importancia del control de la natalidad y concientizar en el uso de los métodos anticonceptivos.

Para Karina Tolentino educadora y consejera de la Clínica Profamilia Herrera, la planificación familiar es la capacidad de decidir en qué momento, cuándo, con quién y qué cantidad de hijos e hijas desean tener, de acuerdo a su estilo o plan de vida, y esta es una expresión de sus derechos humanos, entre los que están los derechos sexuales y reproductivos.

La planificación familiar tiene múltiples beneficios, entre estos la salud de las

mujeres, niñas y adolescentes, también tiene estrecha relación con el desarrollo de las naciones. En los países donde se posterga el inicio de la maternidad/paternidad, mientras más se aleja el primer embarazo, mayores posibilidades de poder completar su educación y de que la familia mejore sus ingresos económicos.

Las mujeres y adolescente que no tienen acceso a un método anticonceptivo están expuestas a tener un embarazo no deseado, si están sexualmente activas y esto afecta directamente su calidad de vida.

Karina Tolentino consejera de Clínica Profamilia Herrera nos ofrece respuesta a las preguntas frecuentes sobre métodos anticonceptivos:

¿Cuáles son los métodos anticonceptivos más efectivos?

El mejor método anticonceptivo es aquel que se adapta a la necesidad reproductiva de la mujer, puede ser que a usted le funcione, de manera espectacular un DIU, pero a otra persona le encantan las píldoras, así que, en sentido general, los métodos anticonceptivos son eficientes, son seguros y no traen repercusiones negativas para la vida de las mujeres.

Es importante destacar que cada experiencia es diferente y que no todos los cuerpos reaccionan igual a la planificación, por eso es importante antes de iniciar cualquier método anticonceptivo recibir consejería, al igual que ser evaluada por su médico familiar o ginecólogo.

¿Qué anticonceptivo debo utilizar si estoy lactando?

Se recomienda la lactancia exclusiva (seno solo seno) durante los primeros 6 meses posterior al parto/cesárea, por sus beneficios de alimentar al recién nacido y por su efectividad anticonceptiva. Pero si la mujer desea potenciar la anticoncepción puede adicionar el uso de un método de progestágeno, como son las píldoras (Hyan), el implante subdérmico (Implanon) o las inyecciones trimestrales. O decidir por un Dispositivo Intrauterino (DIU) de cobre o un sistema intrauterino (SIU) que contiene un progestágeno (similar al DIU). Todas estas opciones están disponibles en las clínicas Profamilia.

¿Tiene algún efecto secundario la Famy-Depo o inyección de los tres meses?

La Famy-Depo es una inyección exclusiva de progesterona, que pone en pausa lo relacionado con el ciclo menstrual, por lo que cuando se inicia la planificación con este método, puede ver cambios en su ciclo menstrual. Es importante señalar que no produce ningún efecto secundario a largo plazo relacionado con la fertilidad, es decir, cuando decida que es el momento de un embarazo y deje de planificarse, podrá recuperar la fertilidad.

¿Por qué el método anticonceptivo que le funciona a mi amiga no me funciona a mí?

Los métodos anticonceptivos son personalizados, cada experiencia es diferente y no todos los cuerpos reaccionan igual a la planificación por lo que jamás una mujer debe seleccionar métodos sin recibir su consejería, al igual que ser evaluada por su médico familiar o ginecólogo. Aunque parezca un proceso sencillo, no recomendamos la automedicación cuando se trate de usar métodos anticonceptivos.

En Profamilia el servicio de consejería es gratuito, por lo que solo necesita dirigirse a cualquiera de nuestras clínicas y solicitarlo, o comunicarse a nuestro servicio virtual de consejería en el 809-423-4223.