

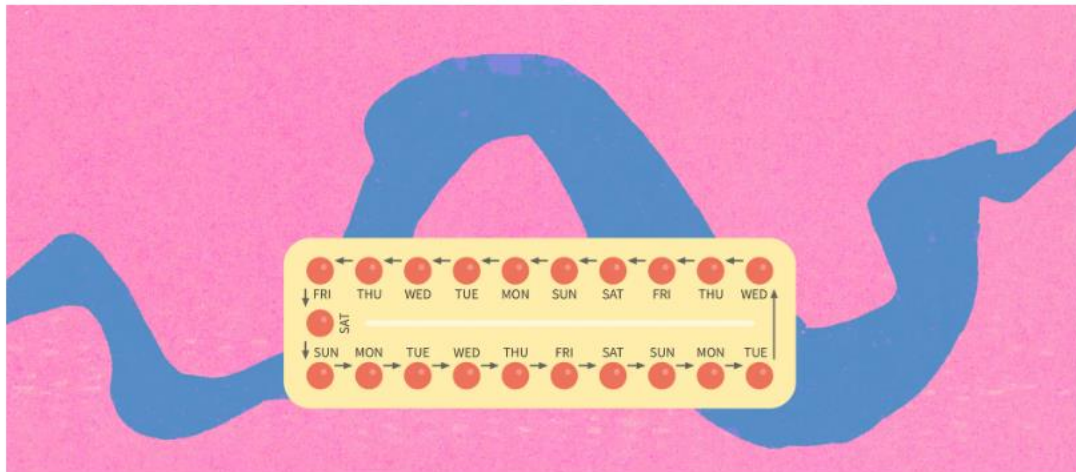
SEXO Y PAREJA

## La píldora anticonceptiva: de icono de liberación femenina a método en decadencia

Baja el uso del mítico medicamento, según los últimos estudios al respecto. Además, uno de cuatro jóvenes no usa ningún método anticonceptivo en sus relaciones sexuales y la pornografía se ha convertido en la primera escuela sexual para los adolescentes. Las expertas dan la voz de alarma.



POR GEMA HOSPIDO  
7 DE NOVIEMBRE DE 2022



“Faltan campañas de concienciación y estamos en una situación peligrosa”. **Marta Sánchez-Dehesa, ginecóloga**, lleva años observando cómo se ha relajado la importancia del uso de los métodos anticonceptivos entre los jóvenes: “Por un lado, la cronificación del SIDA ha dado lugar a que el uso de condón no esté tan presente como décadas anteriores, en las que se realizaron fuertes campañas de concienciación de su uso. Y por otro, es cierto que ha bajado la información sexual de calidad en las más jóvenes”.

Los expertos dan la voz de alarma ante el actual panorama: las **enfermedades de transmisión sexual**, también conocidas como ETS, **han crecido en nuestro país un 84%** en los últimos 5 años, según indican los resultados obtenidos a través de la base de datos anonimizados THIN, perteneciente a la compañía Cegedim Health Data España. Las que lideran la lista son **el VIH, la clamidia y las infecciones gonocócicas**. El **VIH aumentó un 343%**, la **clamidia un 140%** y las **infecciones gonocócicas un 71%**. Le siguen el **herpes genital** en un 59%, el virus del **papiloma humano (VPH)** un 45% y la **sífilis** un 43%. De las infecciones analizadas, las únicas que sufrieron un descenso en el período estudiado fueron las hepatitis B, C y D, con un 19%.

Y el 23% de las mujeres españolas está en riesgo de tener un embarazo no deseado, lo que supone el 6,2% de la población general, según la Encuesta de Anticoncepción en España, llevada a cabo por el Observatorio de Salud Sexual y Reproductiva de la Sociedad Española de Contracepción a más de 1.500 mujeres, de entre 15 a 49 años.

### LA PÍLDORA: FALSOS MITOS 60 AÑOS DESPUÉS

“Creo que el rechazo al uso de la píldora es algo lógico, porque durante mucho tiempo el peso de la anticoncepción se ha puesto en las mujeres. Hay un cierto movimiento en contra, a su alrededor, que además es real porque la píldora tiene consecuencias en la salud de estas. Hablamos que el aumento del uso de hormonas da lugar a problemas de coagulación, que con el COVID se acrecentaron. Es algo normal que haya un cuestionamiento de por qué yo (como mujer) tengo que perjudicar mi salud constantemente para no quedarme embarazada, cuando es una responsabilidad compartida o debería serlo. El problema es que el dejar de tomar la píldora no se sustituya por otras medidas, no solamente anticonceptivas, sino de prevención de las enfermedades de transmisión sexual”. La postura de Carmela del Moral contrasta con la de otras expertas en la materia. “Existen en el mercado una gran cantidad de píldoras

---

## Lo más visto

---



### CULTURA

**Las 10 series de Netflix, HBO y Amazon con las historlas de amor más difíciles (y preclosas)**

POR ELENA MANDACEN



### TENDENCIAS

**La mujer más elegante de la historia solo lleva dos prendas (y las combina así)**

POR ISABEL SERRA



### TENDENCIAS

**Victoria Federica tiene los nuevos pantalones que enfadan madres y que nadie entiende: mitad mono mitad vaqueros**

POR ARANCHA GAMO

---



“En la actualidad vivimos en una sociedad con tendencia a polarizar todos los aspectos de nuestra vida: las cosas son buena o son malas. Y no funciona así. En el caso de la píldora, tenemos que estudiar el caso de cada mujer para diagnosticar si es un método contraceptivo que le va bien o no. Lo que es importante es ser consciente que es un medicamento y los pro y los contra de este en cada caso específico”. Para **Miriam Al Adib Medinir, ginecóloga y autora del libro *Hablemos de Adolescencia... Y de sexo, y de amor, y de respeto, y de mucho más (Oberon)***, el método anticonceptivo ideal para los más jóvenes sería el preservativo ya que además de evitar embarazos no deseados, les protege de las enfermedades de transmisión sexual.

“Nosotras lo que recomendamos [en consulta] a las parejas jóvenes es el uso de la doble barrera, que es preservativo, por un lado, para evitar enfermedades de transmisión sexual, unido al uso de anticonceptivos hormonales. Los anticonceptivos hormonales que usamos son de baja dosis. La progesterona de segunda generación apenas produce efectos secundarios”. Marta Sánchez-Dehesa cree que una clave del éxito es diagnosticar, también, teniendo en cuenta la forma de ser de la paciente, “si es una chica joven, que suelen ser más despistadas, recomiendo el parche o los anillos hormonales, porque así no se va a olvidar de tomarlos”. La doctora incide en los pocos trastornos que produce el uso de la píldora y la demonización injustificada que esta sigue recibiendo por parte de determinados grupos. “La píldora la usan muchas mujeres en todo el mundo [más de 100 millones] y solo en un porcentaje pequeñito hay que cambiarla. La mayoría de las pacientes que acuden a nuestras consultas comienza con este método anticonceptivo y lo mantiene años sin ninguna complicación”. Aunque el estudio de la SEC eleva hasta el 42% el porcentaje de mujeres que no usan métodos hormonales por su salud, para Sánchez-Dehesa el verdadero *quid* del asunto reside en el falso mito de que la píldora engorda. “Es la máxima preocupación que expresan. No es cierto, puede que los tres primeros meses retengas líquidos, pero en seguida se ajustan los niveles”. En cualquier caso, las expertas abogan siempre por hablar de manera abierta con expertos en la materia, ya sea nuestra ginecóloga o doctora de familia, y elegir el método que mejor vaya con nuestro organismo y conciencia. No usarlos, no entra dentro de la ecuación para una vida sexual plena y sana.