



Valido hasta el 18.10.05 para ciertos Dell Inspiron con Tecnología móvil Intel Centrino™

Inspiron™ 6000  
949€  
Sólo **879€**  
con IVA

centrimo  
MOBILE TECHNOLOGY

COMPRE AHORA  
**DELL**

DAZIBAO  
Y ADEMÁS

1 DE JUNIO DE 2005

**AULA**  
DE EL MUNDO

CORREO  
EL MUNDO

MIERCOLES SOLIDARIO

## MANUAL

### Para saber qué anticonceptivo elegir y por qué

MIREN IZQUIETA

La educación sexual no sólo consiste en hablar sobre espermatozoides y óvulos. La segunda lección debería tratar sobre los métodos anticonceptivos. Por eso, se acaba de publicar el Manual básico de anticoncepción, que firma Joaquín Calaf Alsina, jefe del servicio de obstetricia y ginecología del Hospital de la Santa Creu i Sant Pau y profesor titular en la Universidad Autónoma de Barcelona.



Se trata de la tercera edición de este libro que, en esta ocasión incluye los avances en los métodos anticonceptivos en los últimos cinco años y "los cambios en las costumbres y hábitos sexuales", explica Calaf.

A través de esta guía, el especialista asegura que se pretende informar tanto a médicos de familia, enfermeras, estudiantes de medicina o profesores de Secundaria. "Los adolescentes tienen mucho contacto con sus profesores, los que en ocasiones se pueden enfrentar a dudas que pueden solventar gracias a este manual", añade.

Sin embargo, la recomendación de Calaf es que, sobre todo, se transmita a los jóvenes que "el sexo es una manera más de relacionarse de la que hay que obtener satisfacción y que no debe pensarse que sólo consiste en el coito".

Por eso, asegura que el trabajo de la educación sexual "hay que llevarlo a cabo activa y conjuntamente entre las distintas administraciones, la escuela, la familia y los profesionales sanitarios".

Eso sí, de la misma forma que este manual se convierte en una enumeración de los métodos anticonceptivos, también incluye un "consejo anticonceptivo" que firma el mismo doctor: "No existe un método de aplicación universal y, por lo tanto, la elección por parte de los usuarios de un método determinado implica una opción individual ante las ventajas e inconvenientes que éste presenta con respecto a los demás".

Así pues, el libro recorre en diez capítulos los métodos naturales, de barrera (como los preservativos), hormonales o de urgencia, combinados, gestágenos, intrauterinos, las esterilizaciones y los métodos masculinos.

### Más cosas

DATOS. Según el Registro de Interrupción Voluntaria del Embarazo del Ministerio de Sanidad y Consumo, el número de interrupciones voluntarias del embarazo (IVE) en mujeres menores de 25 años fue, en 2000, de 27.547 lo que supuso un aumento del

10% respecto a 1999. En menores de 20 años, esta tasa fue de 7,49 por mil. Entre las menores de 20 años que abortaron en el año 2000, sólo el 27,41% utilizó algún servicio de planificación familiar, durante los dos años anteriores y en el grupo de 20 a 24 años, sólo lo hizo el 34,48%. Un aspecto que merece especial atención es que el 23,15% de las mujeres que abortaron en 2000, había tenido uno o más abortos anteriores (8,5% de las menores de 20 años, y 19,29% de las mujeres de 20 a 24 años).

**PÁGINAS WEB.** El informe Ganar salud con la juventud del Ministerio de Sanidad y Consumo, recomienda la existencia de páginas web que permitan el acceso juvenil a información relevante, contrastada científicamente, sobre la sexualidad y sobre la contracepción de emergencia entre otros aspectos relacionados con su salud.

**¿DÓNDE ENCONTRARLO?** El Manual básico de anticoncepción se puede encontrar en cualquier librería o poniéndose en contacto con la editorial Masson que lo edita [www.masson.es](http://www.masson.es). Calaf asegura que esta guía se puede utilizar tanto en consultas médicas, como en las aulas de los colegios para orientar a los profesores en cuestiones de educación sexual en lo que se refiere a la anticoncepción.

### **“Las relaciones sexuales son un modo positivo de diálogo entre las personas”**

Aprender que “las relaciones sexuales son un modo positivo de diálogo entre personas” es, para Joaquín Calaf Alsina la primera enseñanza que se debe transmitir a los más jóvenes en lo que a educación sexual se refiere: “Muchas veces sólo se piensa en que un encuentro sexual debe terminar en un coito, pero eso evita la reflexión”.

Como ejemplo, Calaf explica una situación común en la que un chico se niega a utilizar un preservativo: “Esta actitud ya demuestra un síntoma de egoísmo de él hacia ella”. Además de percibir este cambio en cómo las personas entienden ahora las relaciones sexuales, el especialista asegura que la prevención del sida ha jugado un papel protagonista en la elección de uno u otro método anticonceptivo.

La democratización y gratuidad en muchas comunidades autónomas de la píldora poscoital añade un punto más al Manual de anticoncepción. Sobre este tema Joaquín Calaf explica que cuando una chica solicita la poscoital suele ser en la primera visita que se realiza a un especialista “porque en muchos casos el incidente ha sucedido en la primera relación sexual y no se estaba tan preparada”.

Sagrario Mateu, jefa de Salud de la Mujer y del Niño de la Dirección General de Salud Pública del Ministerio de Sanidad, que participó en la presentación del Manual de Anticoncepción, asegura que la píldora del día después “es buena, pero mejor sería que todos los jóvenes usaran un método de anticoncepción previo. Hay veces que acuden a ella y se hace que la joven la tome delante del médico para evitar que pasen las 72 horas o se les pierda”.

La publicación El menor maduro ante la salud reproductiva y la anticoncepción de emergencia de Manuel Amarilla Gundín, presidente del Grupo Europeo de Derecho Farmacéutico, respalda la capacidad de elección de los jóvenes: “Con las medidas de prevención expuestas el joven y la joven pueden alcanzar la madurez suficiente para decidir sobre su sexualidad y podrán vivirla sin riesgos”.

### **La píldora poscoital, la primera visita**

Joaquín Calaf recuerda que “la petición de anticoncepción de urgencia puede ser el primer contacto de una adolescente con el sistema sanitario, lo que constituye una oportunidad única para ofrecer asesoramiento adecuado no sólo sobre los métodos anticonceptivos sino también sobre la prevención de enfermedades de transmisión

sexual. Si el sistema les falla, no volverán a confiar en él”.

Manuel Amarilla Gundín, presidente del Grupo Europeo de Derecho Farmacéutico, asegura en la publicación ‘El menor maduro ante la salud reproductiva y la anticoncepción de emergencia’ que “la píldora del día después está indicada como anticonceptivo de emergencia dentro de las 72 horas siguientes a haber mantenido relaciones sexuales sin protección o al fallo de un método anticonceptivo”. De ello se informa a los jóvenes que acuden a las consultas solicitando este tratamiento, para que sólo se trate de eso, de una medida de “emergencia” y no se convierta en un hábito.