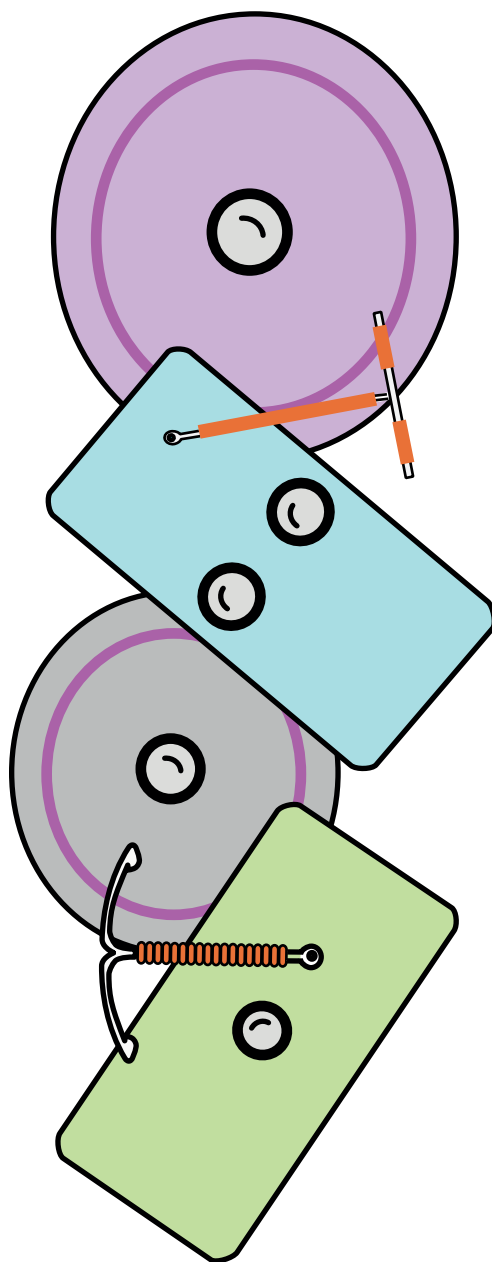


## PASTILLAS ANTICONCEPTIVAS DE EMERGENCIA

Josué Pérez Domínguez, Aurora Leonila Jaimes Medrano y Angélica Arce Cedeño

La Anticoncepción de Emergencia (AE) está compuesta por aquellos anticonceptivos que evitan el embarazo posterior a una relación vaginal reciente sin protección. Dentro de estos anticonceptivos se encuentran la Pastilla Anticonceptiva de Emergencia (PAE) y el Dispositivo Intrauterino no hormonal T de Cobre (DIU-TCu).<sup>[1]</sup> En el caso específico de las PAE, si bien ayudan a prevenir embarazos no deseados, se debe utilizar como un anticonceptivo de **respaldo** ocasional y no como un método anticonceptivo de uso regular; sin embargo, esto **no es una limitante** para su empleo en caso de ser **necesario**<sup>[1]</sup>.

Por lo anterior, es importante valorar la posibilidad de informarse y elegir algún método anticonceptivo que cubra sus expectativas para ejercer la sexualidad de manera segura y responsable<sup>[2]</sup>. De acuerdo con la información publicada por el



### ÍNDICE

*Pastillas Anticonceptivas de Emergencia... 1*

*Efeméride del mes... 6*

Consejo Nacional de Población, con base en la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (ENADID), 2018<sup>[3]</sup>, para el grupo de adolescentes de 15 a 19 años dentro de las razones por las que no utilizaron algún método anticonceptivo en su primera relación sexual, el 36.5% no planeaba tener relaciones sexuales y el 17.3% no conocía o no sabía dónde obtener algún método. En lo referente al embarazo, del total de las adolescentes embarazadas al momento de la ENADID 2018, el 31.7% no lo planeó y el 15.1% no deseaba embarazarse. Cabe destacar que el embarazo

*Continúa...*

## ¿Qué son?

Las Pastillas Anticonceptivas de Emergencia (PAE) son conocidas como anticoncepción post coital, anticoncepción hormonal post coito o pastillas del día siguiente.

Son pastillas que previenen un embarazo no deseado y, como su nombre lo indica, únicamente deben utilizarse en circunstancias de EMERGENCIA <sup>[1]</sup>.

es la cuarta razón de deserción escolar en las adolescentes, mientras que para los adolescentes es la sexta <sup>[3]</sup>.

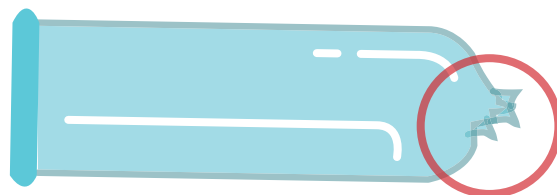
Por otro lado, la ENADID 2018 <sup>[4]</sup> reportó que, para el grupo de mujeres de 15 a 49 años, 98.6% conocen al menos un método anticonceptivo; de ellas, 78.4% conoce el funcionamiento de la píldora del día siguiente o anticoncepción de emergencia y 87.2% el del DIU, dispositivo o aparato.

Esta misma encuesta señala que en medida que aumenta la escolaridad de las mujeres, disminuye la posibilidad de un embarazo no deseado, por lo que, en el grupo de adolescentes, tener conocimientos relacionados con la salud sexual y reproductiva, incluyendo lo referente a la AE sería un factor protector. Además, su uso ayuda a prevenir consecuencias desfavorables en personas que son víctimas de violencia sexual o tienen relaciones sexuales en alguna situación de inequidad de género <sup>[5]</sup>.

Estos datos estadísticos reflejan la importancia de familiarizarnos más con los métodos anticonceptivos. El objetivo de este boletín es brindar información básica y clara relacionada con la PAE, un método de emergencia que, aunque es de fácil acceso, es importante conocer sus características, indicaciones y efectos para que su empleo sea informado y responsable.

### ¿Cuáles son las indicaciones para usarlas?

Las PAE se pueden consumir cuando se tuvo una relación sexual sin protección anticonceptiva; es decir, cuando hubo una falla en el uso del método, como la ruptura o colocación incorrecta del condón u olvido de la toma de las pastillas anticonceptivas regulares; cuando hubo una relación sexual forzada, sin consentimiento y en ese momento no estaba protegida por algún método anticonceptivo.



## ¿Son efectivas?

Para garantizar la efectividad, las PAE se deben tomar de forma correcta y lo antes posible (las primeras 24 horas de preferencia), es decir, dentro de las 72 horas (tres días) y hasta 120 horas (5 días) desde la relación sexual no protegida. Por ello, no se debe esperar para tomarla hasta el día siguiente, como comúnmente se cree, ya que al postergar la toma disminuye su efectividad [1].

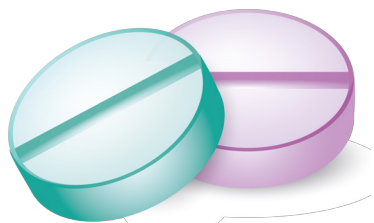
De acuerdo con la **Norma Oficial Mexicana NOM-046-SSA2-2005 de Violencia Familiar, Sexual y contra las Mujeres. Criterios para la prevención y atención** [6], en caso de violación, la PAE se debe ofrecer de inmediato, informando previamente sobre su uso para que la persona decida libre e informadamente tomarla o no; por lo que las víctimas tienen derecho a acceder a este método de emergencia.

## ¿En qué condiciones se pueden tomar?

Las PAE se pueden consumir después de un parto (posparto) o un aborto (posaborto) y lactancia; independientemente del día del ciclo menstrual y de la edad, incluso de su condición de salud o enfermedad, o si se está usando algún otro método como los anticonceptivos orales (pastillas regulares) o inyectables [1].

## ¿Cómo funcionan?

Las PAE retrasan o inhiben la ovulación, evitando así que se produzca un embarazo, ya que el óvulo no podrá unirse con el espermatozoide. Una vez pasado su efecto, la ovulación vuelve a su curso normal, por lo que no afecta la fertilidad [1]. Es importante considerar que no protegen del riesgo de un embarazo resultado de una relación sexual posterior a su toma, ni de adquirir una Infección de Transmisión Sexual (ITS) [7].



## ¿Cómo se toman?

Existen dos presentaciones, la de una y la de dos pastillas. En la siguiente tabla se muestra la forma de tomarlas.

Presentación	Forma de tomarla
Una pastilla de acetato de Ulipristal (UPA)*	Tomar la pastilla lo antes posible, luego de la relación sexual no protegida
Una pastilla de Levonorgestrel (LNG)	Tomar la pastilla lo antes posible, luego de la relación sexual no protegida
Dos pastillas de Levonorgestrel (LNG)	Tomar una pastilla lo antes posible (dentro de las primeras 72 horas), luego de la relación sexual no protegida; y 12 horas después tomar la segunda pastilla

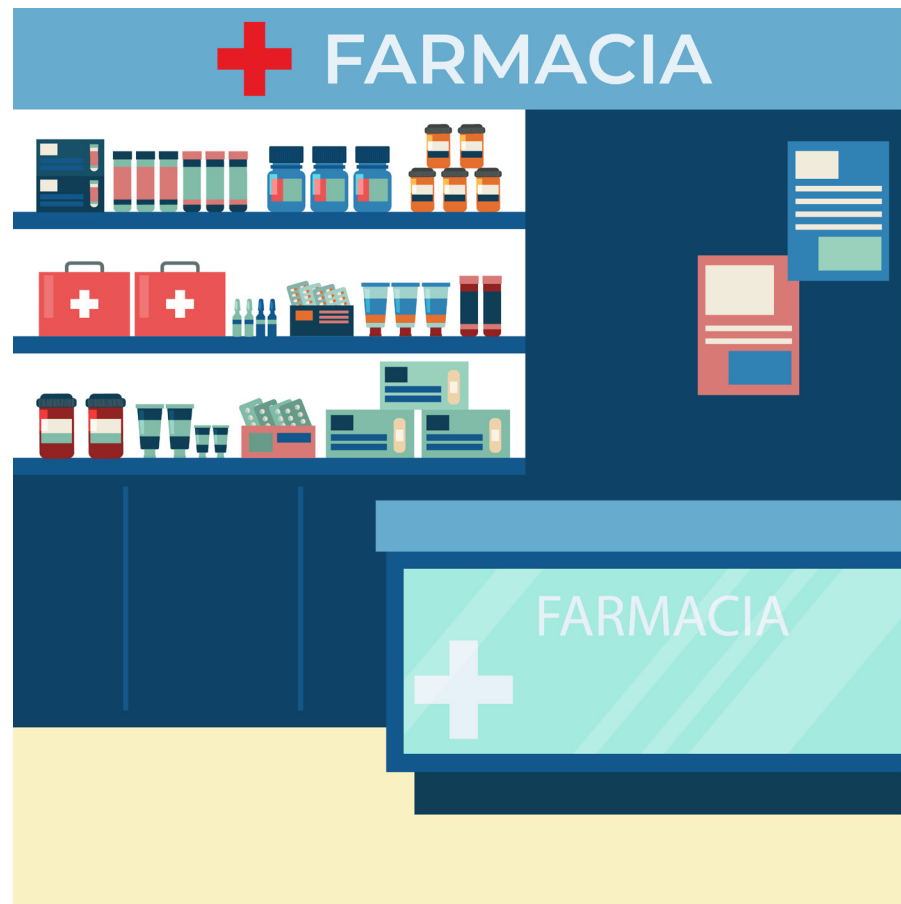
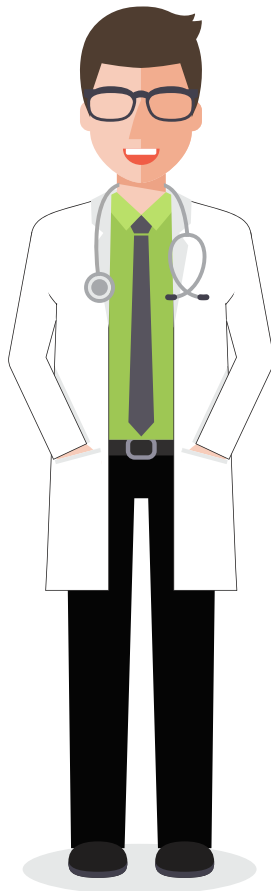
Fuente: Secretaría de Salud. (2022). *Lineamientos técnicos para la prescripción y uso de métodos anticonceptivos en México* [1].

Nota: Para fines de este boletín sólo se consideró mencionar a las pastillas de acetato de Ulipristal (UPA) y de Levonorgestrel (LNG).

**\*No se recomienda la lactancia materna durante una semana después de tomar Acetato de ulipristal, porque se excreta en la leche materna (la leche se debe extraer y desecharse durante ese tiempo).**

Continúa...

Las PAE no requieren una consulta médica previa, ni algún tipo de examen o prueba, por lo que se pueden adquirir sin restricción en centros de salud y comprar en farmacias; sin embargo, para aclarar la información sobre su consumo o efectos, sería recomendable acudir a una consulta médica o de planificación familiar [1].



## ¿Qué efectos secundarios provocan?

Algunas personas pueden presentar vómito en menos de dos o tres horas de haber ingerido la PAE de LNG; en el caso de haber ingerido la UPA se debe volver a tomar la dosis lo antes posible [1].

Otros efectos que se pueden presentar son náuseas, dolor de cabeza, mareos, fatiga, dolor abdominal, dolor en los senos y sangrado irregular; sin embargo, normalmente desaparecen en un día.

A pesar de que la PAE es segura y efectiva, cuando se ingiere varias veces en el mismo ciclo menstrual puede provocar alteraciones en el sangrado; sin embargo, estas alteraciones también son provocadas por otros métodos anticonceptivos regulares y son transitorias [1].

Es importante recordar que una vez que se inicia el embarazo, la ingesta de la PAE no causará aborto, ya que no interrumpe el proceso de implantación [1].

## ¿Sabías qué?

La PAE **NO protege contra las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)**, el Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH) o el Virus del Papiloma Humano (VPH) <sup>[1]</sup>.

El condón externo (masculino) o el condón interno (femenino) son los únicos métodos de barrera que pueden disminuir la posibilidad de un embarazo no deseado si se colocan de manera adecuada y también disminuyen la probabilidad de adquirir una ITS como VIH/Sida, VPH, gonorrea, sífilis, herpes genital, entre otras <sup>[1]</sup>.

La “doble protección” se refiere al uso del condón externo (masculino) o del condón interno (femenino) a la par con el método anticonceptivo regular como el DIU, las pastillas anticonceptivas, el anillo vaginal, entre otros, para prevenir un embarazo no deseado y una ITS <sup>[8]</sup>.

Si bien la PAE se puede ingerir cuantas veces sea necesario, lo ideal sería que se busque consejería sobre los diferentes métodos anticonceptivos de uso regular <sup>[1]</sup> con personal de salud profesional y sensibilizado para brindar información, sobre todo a la población adolescente, como aquellos que se ubican en los Servicios Amigables.

Los Servicios Amigables son espacios que brindan atención e información relacionada con la Salud Sexual y Reproductiva a los adolescentes entre 10 y 19 años de manera gratuita, confidencial y sin ser necesaria la presencia de padres o tutores. El equipo de salud está integrado por personal del área médica, enfermería, trabajo social, psicología, promotores de salud; los que proveen gratuitamente métodos anticonceptivos, no sin antes brindar una orientación y consejería sobre el funcionamiento y uso correcto de cada uno de ellos; así como otros temas relacionados con el ejercicio responsable de la sexualidad: la prevención del embarazo no deseado y prevención de las ITS, si deseas iniciar o tener una vida sexual protegida y sin riesgos y en casos de que algún adolescente requiera atención especializada, se le referirá a otras unidades o centros especializados <sup>[9]</sup>.

Conócelos, existen en toda la República Mexicana:

[https://drive.google.com/file/d/1E-ssrU\\_jTr\\_dG3nxH\\_764YbeOg7Z754C/view](https://drive.google.com/file/d/1E-ssrU_jTr_dG3nxH_764YbeOg7Z754C/view)

o consulta el mapa interactivo:

<https://public.tableau.com/app/profile/centro.nacional.de.equidad.de.g.nero.y.salud.reproductiva/viz/DirectoriodeServiciosAmigables/Serviciosamigables?publish=yes> 



# EFEMÉRIDE DEL MES


**10 de octubre**

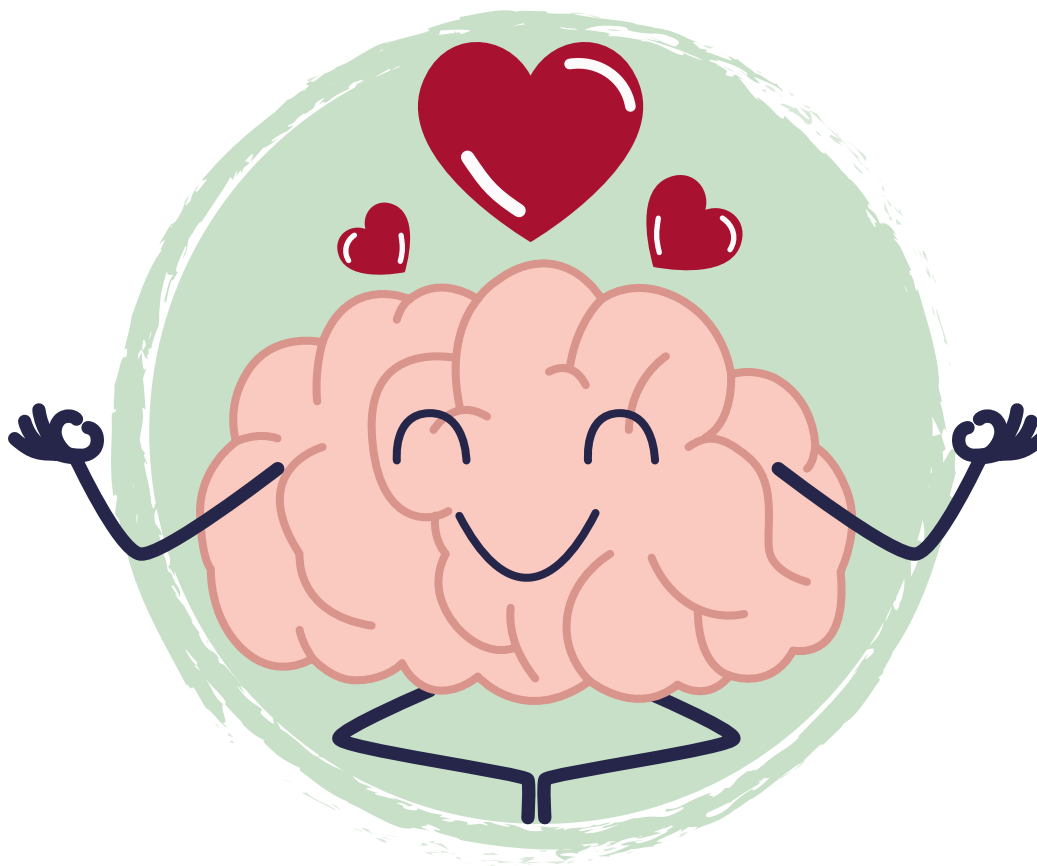
## ***Día Mundial de la Salud Mental.***

**E**ste día es promovido por la Federación Mundial de la Salud Mental y respaldado por la Organización Mundial de la Salud (OMS). El evento celebra la salud mental como un derecho humano y tiene como objetivo crear conciencia sobre su importancia, así como promover esfuerzos para defenderla <sup>[10]</sup>.

Después de la pandemia por SARS-CoV-2, la Organización Panamericana de la Salud (2021) advierte que se ha agravado la situación de salud mental reportando que en la región de las Américas la depresión es la primera causa de discapacidad y agregando que más de 100.000 personas mueren a causa del suicidio cada año en esta región <sup>[10]</sup>.

Hoy en día persisten temas de estigma, discriminación y violación de los derechos humanos que perpetúan el hecho de que algunas personas con necesidades relacionadas con salud mental no tengan acceso a servicios de calidad y sean sometidos a prácticas coercitivas, maltrato y abuso en los entornos de salud en donde deberían de ser protegidos <sup>[11]</sup>.

Las Naciones Unidas en 2018 se comprometieron a que para el 2030, se haya logrado que todas las personas cuenten con alguien a quien recurrir para apoyo a la salud mental. El secretario general de las Naciones Unidas, Antonio Guterres menciona en su mensaje: «Si cambiamos nuestra actitud hacia la salud mental, cambiamos el mundo. Es hora de pasar a la acción en favor de la salud mental <sup>[12]</sup>». 



## Referencias

- [1] Secretaría de Salud. Lineamientos técnicos para la prescripción y uso de métodos anticonceptivos en México [Internet]. 2022. [Fecha de consulta: 23 de agosto de 2023]. [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/767436/Lineamiento\\_TPUMAM\\_10\\_oct\\_2022.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/767436/Lineamiento_TPUMAM_10_oct_2022.pdf)
- [2] Promotor, C. Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes. [Internet] 2a edición. (Actualización jurídica 2020). [Fecha de consulta: 23 de agosto de 2023] Gob.mx. [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/576262/Cartilla\\_de\\_los\\_Derechos\\_Sexuales\\_de\\_Adolescentes\\_y\\_Jovenes\\_2020.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/576262/Cartilla_de_los_Derechos_Sexuales_de_Adolescentes_y_Jovenes_2020.pdf) (Original work published 2016)
- [3] Consejo Nacional de Población (CONAPO). Consejo Nacional de Población. “Determinante del embarazo adolescente en México y su impacto socioeconómico”. [Internet]. 2021. [Fecha de consulta: 23 de agosto de 2023] [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/627660/DeterminantesImpactoEA\\_final.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/627660/DeterminantesImpactoEA_final.pdf)
- [4] Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI]. Principales resultados de la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (ENADID) 2018 Nota técnica. [Internet]. 2018. [Fecha de consulta: 23 de agosto de 2023] [https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enadid/2018/doc/nota\\_tec\\_enadid\\_18.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enadid/2018/doc/nota_tec_enadid_18.pdf)
- [5] Cárdenas, L., Sánchez, M., Ramírez, O., Robledo, A. Uso de la anticoncepción de emergencia en un grupo de estudiantes universitarias. [Internet], Aten Fam. 2014. [Fecha de consulta: 23 de agosto de 2023] 21(3):90-93. <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-familiar-223-pdf-S1405887116300256>
- [6] Norma Oficial Mexicana NOM-046-SSA2-2005, Violencia familiar, sexual y contra las mujeres. Criterios para la prevención y atención. [Internet] [Última actualización 24 de marzo de 2016; fecha de consulta: 23 de agosto de 2023] [https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/doc/Programas/VIH/LeyesNormasReglamentos/NormaOficialMexicana/NOM-046-SSA2-2005\\_ViolenciaFamiliarSexual.pdf](https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/doc/Programas/VIH/LeyesNormasReglamentos/NormaOficialMexicana/NOM-046-SSA2-2005_ViolenciaFamiliarSexual.pdf)
- [7] Durand, M., Larrea, F., y Schiavon, R. Mecanismos de acción de la anticoncepción hormonal de emergencia: Efectos del levonorgestrel anteriores y posteriores a la fecundación. [Internet]. Revista salud pública de México. 2009 [Fecha de consulta: 23 de agosto de 2023] Vol. 51 (3) 255-261. <https://www.scielo.org.mx/pdf/spm/v51n3/17.pdf>
- [8] Consejo Nacional de Población (CONAPO). Yo te cuido, tú me cuidas. gob.mx [Internet]; diciembre, 2021. [Fecha de consulta: 26 de agosto de 2023] <https://www.gob.mx/conapo/documentos/yo-te-cuido-tu-me-cuidas>
- [9] Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva (CNEGSR). Servicios Amigables para Adolescentes. gob.mx [Internet]; septiembre, 2023. [Fecha de consulta: 26 de agosto de 2023] <https://www.gob.mx/salud%7Ccnegsr/articulos/servicios-amigables>
- [10] Organización Panamericana de la Salud [OPS] y Organización Mundial de la Salud [OMS]. Día Mundial de la Salud Mental. Salud Mental en un mundo desigual. [Internet] 2021. [Fecha de consulta: 16 de octubre de 2023]. <https://www.paho.org/es/campanas/dia-mundial-salud-mental-2021>
- [11] Organización Panamericana de la Salud [OPS] y Organización Mundial de la Salud [OMS]. Día Mundial de la Salud Mental. Salud Mental en un mundo desigual. Día Mundial de la Salud Mental. [Internet]. 2023 [Fecha de consulta: 16 de octubre de 2023] <https://www.paho.org/es/campanas/dia-mundial-salud-mental-2023>
- [12] Naciones Unidas. Mensaje del Secretario General por el Día Mundial de la Salud Mental. [Internet]; 2018, 10 de octubre. [Fecha de consulta: 16 de octubre de 2023] <https://www.un.org/sg/es/content/sg/statement/2018-10-10/secretary-generals-message-world-mental-health-day-scroll-down>

**BOLETÍN SAPIOSEX**, Año 1, Número 6, octubre de 2023. Publicación mensual de acceso abierto, editada por la Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad Universitaria, Av. Universidad 3000, Coyoacán, 04510, Ciudad de México, a través del Programa de Prevención de Embarazo en Adolescentes de la División de Investigación de la Facultad de Medicina, Torre de Investigación, edificio “H”, primer piso, Circuito Escolar s/n, Ciudad Universitaria, Coyoacán, 04510, Ciudad de México. Teléfono: 55 5623 2153.

<https://boletinsapiosex.facmed.unam.mx>  
[sapiosex@unam.mx](mailto:sapiosex@unam.mx)

Editor responsable: Dra. Mónica Beatriz Aburto Arciniega. Certificado de Reserva de Derechos al uso Exclusivo del Título: 04-2023-092217040500-106, ISSN: en TRÁMITE, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor.

Responsable de la última actualización de este número, Programa de Prevención de Embarazo de la Facultad de Medicina, María Elena González Robles, Torre de Investigación, edificio “H”, primer piso, Circuito Escolar, Ciudad Universitaria, Coyoacán, 04510, Ciudad de México. Fecha de la última modificación: 20 de octubre de 2023.

El contenido de los artículos es responsabilidad de los autores y no refleja el punto de vista del editor del boletín ni de la UNAM.

Se autoriza cualquier reproducción total o parcial de los contenidos de la publicación, siempre y cuando sea sin fines de lucro o para usos estrictamente académicos, citando la fuente completa y la dirección electrónica de la publicación.