

El Dispositivo Intrauterino (DIU)

¿Qué es el DIU?

El DIU es un aparato pequeño que se inserta por el cuello uterino dentro del útero para prevenir el embarazo. Un hilo pequeño cuelga del cuello uterino hasta la parte superior de la vagina. Uno no se percata del DIU durante el sexo. El DIU puede durar de 1 a 10 años. El DIU afecta el movimiento de los óvulos y los espermatozoides para prevenir la fertilización. También cambia las paredes del útero y previene la implantación. Es del 99.2% al 99.9% efectivo para el control de la natalidad. No protege contra infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH/SIDA.

Uso

Si quiere el DIU, tendrá que visitar la clínica. Para prevenir infecciones, la clínica requiere que la mujer se haga chequeos antes de la inserción. Estos pueden incluir un examen completo médico, pélvico y de los senos, con un Papanicolaou, un chequeo de infecciones de transmisión sexual y una prueba de embarazo. Si se halla algo fuera de lo normal, tendrá que ser tratado antes de que se inserte el DIU. El DIU es efectivo inmediatamente después de la inserción.

Inserción:

Por lo regular el DIU se inserta durante su menstruación, cuando el cuello uterino está un poco abierto y la posibilidad de un embarazo es menor. Sin embargo, se puede insertar en cualquier momento. El procedimiento para insertarlo dura entre 5 y 15 minutos. La mayoría de las mujeres sienten calambres o cólicos durante y después de la inserción. El ibuprofeno puede ayudar con los calambres.

Aviso

Usted puede revisar su DIU buscando y sintiendo el hilo. Para revisar su DIU, ponga un dedo en su vagina hasta alcanzar el hilo. Algunas mujeres prefieren mirar el hilo usando un espéculo, espejo y linterna.

Se recomienda que las mujeres revisen su DIU después de cada regla. Si siente el hilo más corto de lo regular puede ser que el DIU se haya implantado. Si no siente el hilo puede ser que el DIU haya sido expulsado. Si no encuentra el hilo, llame a la clínica y use otro anticonceptivo.

Si no le baja su regla cuando esté usando el DIU, es buena idea hacerse una prueba de embarazo. Si está preocupada por cualquier razón acerca de su DIU, llame a la clínica. Entre más tiempo permanezca el DIU en su lugar, menor será la posibilidad de que el útero lo rechace y lo expulse.

Para remover el DIU

El DIU se puede remover en cualquier momento y el procedimiento es más rápido y fácil que la inserción. Si se remueve cerca del tiempo de la ovulación (estudios revelan que en 44 % de las mujeres se inhibe la ovulación), una mujer puede salir embarazada si ha tenido relaciones recientes antes de remover el DIU.

Tipos de DIUs

Hay dos tipos de DIUs: el ParaGard y el Mirena. El ParaGard tiene un alambre diminuto de cobre envuelto alrededor del aparato de plástico y no lo debe usar si tiene alergia al cobre. El Mirena suelta pequeñas cantidades de una hormona de progesterona sintética. Esta se añadió para intentar disminuir el sangrado excesivo y los calambres o cólicos que algunas mujeres experimentan con el DIU.

Su salud

Cada mujer es diferente y no se recomienda el DIU para todas las mujeres. Debido al riesgo de problemas serios de salud, las mujeres con las siguientes condiciones no deben usar el DIU:

- Infecciones pélvicas recientes o repetidas**
- Embarazo establecido o sospechado**
- Cervicitis severo**
- Salpingitis**
- Lesiones malignas en la tráquea genital**
- Sangrado vaginal sin explicación**
- VIH/SIDA**
- Si ha tenido un embarazo ectópico**
- Historial del Síndrome de Shock Tóxico**
- Incapacidad física de revisar el DIU**

El DIU no se recomienda para las mujeres que tienen riesgo de contraer una Enfermedad Pélvica inflamatoria (PID por sus siglas en inglés), un Papanicolaou anormal, enfermedades del corazón, anemia, un historial de calambres severos o mucho sangrado con su periodo, o si ha tenido problemas con el DIU en el pasado. El DIU de cobre no se recomienda para las mujeres con la enfermedad de Wilson's o con alergias al cobre.

- Las mujeres con un historial de cáncer de los senos no pueden usar el DIU Mirena.
- Las mujeres con diabetes deberán recibir atención cuidadosa si usan el DIU Mirena.
- Las mujeres lactantes deberán estar al tanto de que la hormona sintética en el DIU Mirena se excreta en la leche del pecho.

Riesgos

Si contrae una infección vaginal cuando esté usando el DIU, puede aumentar la posibilidad de desarrollar una infección pélvica seria. Esto puede resultar en la pérdida de la fertilidad. Por esta razón, las mujeres deben revisar sus propios riesgos de infección. Si tiene usted más de una pareja, o si su pareja tiene más de una pareja, su posibilidad de contraer una infección es más alta. Con el tiempo, un DIU puede encarnarse en la pared uterina. Un DIU encarnado todavía funciona, pero puede ser doloroso y es posible que haya que sacarlo. Corre el riesgo de necesitar cirugía y/o de convertirse estéril si el DIU se encarna. Si sale embarazada con el DIU, se recomienda grandemente que se lo quite, quiera ella o no llevar el embarazo hasta su término. El DIU aumenta el riesgo de tener un aborto espontáneo o un parto prematuro.

Si sale embarazada con el DIU es más probable que tenga un embarazo ectópico, cuando el óvulo se fecunda, se implanta y empieza a crecer fuera del útero. Puede ser muy peligroso y requiere atención médica inmediata.

Efectos secundarios

Tanto el DIU Mirena como el ParaGard pueden provocar periodos más largos, abundantes y dolorosos. El aumento de sangre puede provocar anemia. El goteo de sangre puede ocurrir sin causa seria y sin ser una señal de infección.

El DIU Mirena IUD puede causar quistes de los ovarios. Algunas mujeres que usan el Mirena dejan de sangrar del todo. Usualmente sus periodos menstruales regresan cuando le quitan el DIU. El Mirena puede causar aumento de peso, dolores de cabeza, aumento en la presión de la sangre, acné, depresión y puede disminuir el interés erótico.

Fertilidad en el futuro

Las mujeres que quieren salir embarazadas pueden removerse el DIU en cualquier momento. A pesar de que la mayoría de las mujeres que dejan de usar el DIU pueden salir embarazadas, los DIUs pueden tener un

efecto negativo en la fertilidad de la mujer. Si ocurre una infección pélvica, perforación, o el DIU se encarna, el útero y las trompas de Falopio se pueden dañar y puede disminuir la posibilidad de un embarazo. En casos de daño severo o infección del útero, puede que una histerectomía (extirpación del útero) sea necesaria, lo cual resultaría en la esterilidad permanente.

Ventajas

- Permite la espontaneidad sexual.
- No requiere atención diaria.
- Es efectivo inmediatamente.
- Dura mucho.
- No tiene residuo.

Desventajas

- No protege contra infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH/SIDA.
- Requiere visitas a la clínica para la inserción y el removimiento.
- Puede ser expulsado.
- Puede provocar periodos más difíciles.
- Pone a riesgo su fertilidad en el futuro.

Anticonceptivo de Emergencia

Usted puede prevenir el embarazo *después* de haber tenido relaciones sin protección mediante la inserción de un DIU de cobre. Siempre y cuando sea dentro de una semana del sexo, el DIU de cobre se puede usar como Anticonceptivo de Emergencia.

Su cuello uterino

El cuello uterino es la apertura del útero por donde pasa la sangre del periodo, los espermatozoides, y nacen los bebés. También es la apertura por donde se hacen los abortos. El DIU se inserta dentro del útero por el cuello uterino.

Los métodos de barrera de control de la natalidad, incluyendo el diafragma, el capuchón cervical y los condones femeninos funcionan cubriendo el cuello uterino y previniendo que pasen los espermatozoides al útero. Los métodos hormonales de control de la natalidad, incluyendo los anticonceptivos orales, incluyendo el DUI Mirena y Depo Provera, afectan la mucosidad alrededor del cuello uterino y hacen la apertura más resistente al espermatozoide.

El cuerpo de la mujer produce hormonas normalmente que cambian el cuello uterino durante un ciclo menstrual. Puede aprender más sobre su cuello uterino usando un espéculo para realizar un examen de su propio cuello uterino.

Anticonceptivo de Emergencia

Se puede prevenir el embarazo *después* de haber tenido relaciones sexuales, tomando Píldoras Anticonceptivas de Emergencia (EC por sus siglas en inglés). Plan B y otras marcas de pastillas anticonceptivas regulares se pueden usar como EC. Este método se puede tomar a más tardar 120 horas después de haber tenido relaciones sin protección, para prevenir el embarazo. Funciona proporcionándole al cuerpo un corto y alto estallido de hormonas sintéticas que alteran los patrones hormonales necesarios para un embarazo.