

CUADERNOS - F. Q.

Nº 24

Traducción de Juan Montaña, objetor de conciencia, para la Federación Española contra la Fibrosis Quística para uso de sus miembros. ¹

Traducción de un artículo informativo del CF Trust

Para solicitar información técnica o médica, rogamos contacten directamente con el Comité Médico Asesor de la Federación Española contra la Fibrosis Quística.

Octubre 1999

Fertilidad y Métodos Anticonceptivos en Mujeres con *Fibrosis quística*

Introducción

El número de mujeres adultas con fibrosis quística (FQ) está aumentando rápidamente y la mayoría de adolescentes y los adultos jóvenes poseen buena salud, buen peso y buena función pulmonar. Cada vez se pide más consejo a doctores especialistas en FQ sobre crecimiento, pubertad, madurez sexual, métodos anticonceptivos y embarazo. En esta hoja se intentan contestar algunas preguntas básicas y se intenta dar algún consejo a nivel general. Para solucionar problemas específicos debe dirigirse a su especialista en FQ o a un ginecólogo acostumbrado a tratar con pacientes de FQ.

Crecimiento y Pubertad

Al contrario que en los hombres, que tienen bloqueados los tubos en los testículos (y los cuales son casi en su mayoría infértiles), las mujeres tienen una anatomía normal de los órganos sexuales. Las mujeres con FQ a veces son un poco menos altas que el promedio debido a que el crecimiento rápido visto normalmente en los adolescentes puede retardarse debido a problemas de nutrición, sin embargo, el crecimiento normal es posible con un cuidado nutricional apropiado. Los periodos empiezan normalmente alrededor de los 14½ años, un poco después que las muchachas sin FQ (media edad 13). *De todas formas mujeres con FQ y con buena salud tendrán periodos normales y un normal desarrollo del pecho.*

Periodo normal, irregular y ausencia del mismo

El ciclo menstrual normal de 26-30 días entre los periodos con cuatro-cinco días sangrando es lo esperado en jóvenes con FQ con peso normal y buena función pulmonar. Los periodos irregulares o la falta de los mismos, son más comunes en aquellas que tienen un peso insuficiente. En algunas mujeres jóvenes muy enfermas, los periodos pueden no empezar nunca, pero un retraso no sería considerado

¹ La traducción ha sido realizada por colaboradores voluntarios, por lo cual rogamos disculpen los posibles giros idiomáticos de traducción que puedan existir en las mismas.

inusual hasta después de los 16 años. Los periodos irregulares o extraños pueden suceder cuando una mujer está enferma, sobre todo si pierde peso. Estos pueden reiniciarse cuando el peso se recupera o detenerse totalmente. Cuando una mujer que ha tenido la falta de tres o más periodos juntos, es necesario un estudio y una investigación extensa. Esto no es serio en sí, sin embargo es una manera para conservar energía en el cuerpo, por ejemplo luchar contra una infección. *Cuando se habla de pérdida de los periodos también se debe tener en cuenta la posibilidad de embarazo.*

Fertilidad

En el pasado cuando las mujeres con FQ eran mucho menos saludables, el embarazo era raro y se daba por supuesto que las mujeres con FQ eran menos fecundas. Pero esto no es muy evidente hoy por hoy. La mucosidad del cuello del útero tiende a ser más pegajosa en FQ pero normalmente no previene a mujeres de que se puedan quedar embarazadas. Hay alguna evidencia de que la liberación de óvulos en el cuello del útero pueda ser irregular en las mujeres que no estén en buenas condiciones y esto puede ser la causa de periodos irregulares. Cuando se producen los óvulos, estos son normales y si se fertilizan producen bebés normales.

Métodos anticonceptivos

Es muy importante que todas las mujeres que están a punto de empezar, o que ya están teniendo una relación sexual tomen precauciones (métodos anticonceptivos) para protegerse del embarazo no deseado. También es importante considerar el riesgo de transmisión de enfermedades sexuales (SIDA). *Hay varios métodos anticonceptivos, pero sólo el preservativo ofrece protección contra Sida.*

Métodos naturales

Estos métodos naturales que mencionamos son compatibles con motivos religiosos que no permiten los métodos anticonceptivos materiales, pero son considerados menos fiables que otros métodos.

Retiro

El hombre se retira de la mujer antes de la eyaculación.

Ritmo

Este método confía en cambios detectores en temperatura del cuerpo y en la viscosidad de la mucosidad cervical para que el sexo se evite en momentos cuando la mujer es fecunda.

Nota: El método de ritmo no puede ser utilizado por las mujeres con FQ porque la mucosidad siempre es pegajosa y un aumento de la temperatura puede ser una señal de infección.

Métodos de la barrera

Estos usan una barrera física para impedir al espermatozoides entrar en el útero. Normalmente se usan con un gel espermicida para matar a cualquier espermatozoides que escape.

Preservativos

La más común y ampliamente usada barrera disponible. Es llevado por el hombre sobre el pene. *El preservativo es el único método que protege contra Sida.*

Gorra cervical

Esto cubre la cervix pero puede ser difícil de colocar para algunas personas en la posición correcta.

Diafragma

Esto cubre la cima de la vagina y es más grande y más fácil encajar que "la gorra."

Nota: La primera vez que se coloquen tanto "la gorra" como el "diafragma" debe ser supervisada por un médico.

Anticonceptivos orales ("la Píldora")

Es la forma más común de anticoncepción en mujeres jóvenes. Hay dos tipos principales. La "píldora combinada" que contiene ambas hormonas femeninas, oestrogena y progesterona y la píldora "sólo

progesterona". El trabajo que se ha realizado en FQ con las píldoras combinadas han mostrado que son absorbidas y proporcionan el mismo nivel de protección a las mujeres con FQ como a las mujeres sanas. *Las píldoras actualmente recomendadas deben contener 30 microgramos oestrogena.*

Depoprovera

Ésta es una inyección de hormonas que se aplica cada tres meses. Aunque se utiliza en FQ, se conoce poco cualquier problema especial que los pacientes de FQ puedan tener. Puede que no siente bien a las mujeres que ya han experimentado efectos secundarios con la píldora.

Dispositivos Anticonceptivos intrauterinos (IUCDs: "la espiral", "Copper T" etc.)

Éstos son insertados dentro del útero por un doctor y pueden quitarse días más tarde. Son normalmente eficaces pero hay un riesgo pequeño de embarazo que puede ocurrir en una posición extraña (etéopica). Hay también un riesgo de infección o de daño del útero y los periodos pueden ser más pesados de lo usual. Puede ser más cómodo para las mujeres más mayores o para aquéllas que han tenido un bebé, pero no se recomienda para adolescentes o mujeres que puedan considerar un embarazo futuro.

Píldoras anticonceptivas/Inyecciones y Tratamiento de FQ

Tanto la píldora como las inyecciones son consideradas seguras en FQ. La función pulmonar debe controlarse durante seis meses por si aparece alguna señal de complicaciones extrañas, sin embargo, estas no son normalmente serias y pueden desaparecer al dejar de tomar la píldora o establecerse si la píldora se sigue tomando.

Antibióticos

La Píldora En teoría tanto los antibióticos orales como los intravenosos pueden producir que la píldora sea menos eficaz y ha habido informes de mujeres que se han quedado embarazadas con la píldora al tomar antibióticos. Es, por consiguiente muy importante tomar precauciones adicionales (normalmente un método "Barrera") durante el curso entero de toma de antibióticos y durante siete días después de que este finalice.

Depoprovera Tiene la ventaja de no verse afectado por antibióticos y puede ser conveniente en personas que puedan olvidarse de usar otros métodos correctamente.

Otros medicamentos y la píldora

Los medicamentos de FQ normales no alteran la efectividad de la píldora. Algunos medicamentos para la tuberculosis y epilepsia pueden reducir la efectividad pero éstos normalmente no se utilizan en FQ.

Complicaciones de la Píldora

Las píldoras modernas son seguras y muy eficaces pero conllevan pequeños riesgos en todas las mujeres. Usted no debe usar la píldora si tiene la tensión alta, ha tenido un coágulo de sangre en las piernas o los pulmones, si tiene vesícula o enfermedad del hígado o si un pariente íntimo ha tenido cáncer de pecho. Las diabetes severas pueden ser más difíciles de manejar si usa la píldora y por ello puede ser preferible utilizar otros métodos.

Fuentes de Consejo

Aunque los médicos en general, los médicos y enfermeras especialistas en FQ den consejos de buen grado, las clínicas de planificación familiar ofrecen consejos detallados, y pueden suministrarle el método anticonceptivo que usted escoja. En el caso de "la gorra" o "el diafragma" ellos también comprobarán que usted pueda usarlo adecuadamente. Ofrecen un servicio totalmente confidencial y están muy experimentados, y sabrán cuándo debe visitar al ginecólogo si hay problemas especiales.

Embarazo

El embarazo es ahora más común en FQ. Se debe trabajar mucho para entender su efecto en FQ, pero en mujeres con buena función pulmonar y peso correcto, el embarazo exitoso es ciertamente posible. Si usted está considerando el embarazo, es mejor discutir esto con su especialista de FQ antes de que se

quede embarazada. Él/Ella comprobará que su funcionamiento pulmonar, peso, nutrición, vitaminas y medicación sean lo mejor posible, y hará el embarazo más seguro para usted y el bebé. Esto es especialmente importante para mujeres con una salud débil porque el embarazo puede causar una pérdida significativa de la función pulmonar que no pueda recuperarse y puede producir complicaciones en el embarazo y en el bebé.

RESUMEN

- **Las jóvenes con FQ con buena salud crecen como adultos sexualmente normales.**
- **Los periodos pueden empezar tarde pero serán normales en la mayoría de las mujeres que gocen de buena salud.**
- **Las mujeres con periodos menstruales son normalmente fértiles.**
- **La anticoncepción es importante en cualquier mujer que tenga relaciones sexuales y no quiera tener un bebé.**
- **Los métodos de la barrera son seguros y eficaces si se usan correctamente.**
- **La píldora anticonceptiva es generalmente segura y eficaz y es una opción popular.**
- **La función pulmonar debe supervisarse después de empezar a tomar la píldora.**
- **Sólo el preservativo protege contra las enfermedades de transmisión sexual.**
- **El embarazo es posible en FQ pero puede ser peligroso en mujeres con un deterioro pulmonar avanzado.**
- **Es preferible comentar el embarazo con su médico especialista de FQ antes de que usted se quede embarazada.**
- **Si usted se queda embarazada que es aconsejable hacérselo saber a su médico lo más pronto posible.**

Esta información ha sido escrita para ayudarte a ti y a tus consejeros médicos. No reemplaza ningún consejo que puedas recibir de tu médico. Para más detalles o consejos, contacta con tu médico especialista en F.Q., ginecólogo, o clínica de planificación familiar.

¿Qué es el Cystic Fibrosis Trust?

El CF Trust, fundado en 1964, recoge fondos para continuar subvencionando hospitales e investigación médica para mejorar el tratamiento y prevención de la FQ. También suministra apoyo y consejo a los grupos de personas con FQ y sus familiares.