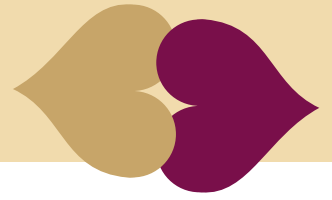


Las personas dejan de usar anticonceptivos cuando estos les impiden disfrutar en sus relaciones sexuales.



La anticoncepción es más que solo prevención: se trata de tener sexo seguro y satisfactorio.

Esta es la primera revisión sistemática que plantea que las preocupaciones sobre la vida sexual [1] afectan el uso de anticonceptivos, mostrando que el impacto de la anticoncepción en la vida sexual es más importante que el costo o el acceso a los métodos anticonceptivos cuando se define su uso o se abandona.

Nuestra investigación demuestra que cuando se trata de la vida sexual, las intervenciones de salud y derechos sexuales y reproductivos (SDSR) suelen pasar por alto el placer. Este silencio sobre la intersección entre anticoncepción y bienestar sexual es una limitación significativa atribuible a sesgos de género, lo cual restringe nuestra capacidad de desarrollar investigación y provisión de servicios de SDSR integrales, efectivos, centrados en las personas y basados en derechos. Es hora de ampliar la conversación para incluir de manera significativa las preocupaciones sobre la vida sexual en el diseño y la provisión de métodos anticonceptivos, asegurar que se promueva el empoderamiento, y garantizar la libre elección y la calidad de los mismos. Esto significa reconocer el papel fundamental del "placer" en la vida sexual y que las necesidades de las personas se satisfacen a través de la actividad sexual.

¿Por qué importa esta revisión?

Si todas las personas tuvieran acceso a anticonceptivos cuando los necesitan, se podrían prevenir muchos embarazos no deseados. Esto salvaría vidas – alrededor de 70,000 madres en países de ingresos bajos y medios cada año – y también reduciría la pobreza y contribuiría a una mayor igualdad de género.

Aunque la anticoncepción puede facilitar sexo más seguro, mejorar los resultados de salud y ayudar a ejercer nuestros derechos, las personas a menudo interrumpen el uso de métodos aun cuando los necesitan, por preocupaciones relacionadas con su vida sexual.

A pesar de estos hallazgos, la investigación sobre preocupaciones de la vida sexual y la discontinuidad de anticonceptivos es muy limitada. Nuestra revisión aborda esta brecha crítica.

¿Cómo lo hicimos?

1. La pregunta que nuestra revisión buscó responder fue:

"¿En qué medida las preocupaciones sobre la vida sexual afectan que una persona usaría de anticoncepción deje o cambie de método?"

3. Para encontrar respuestas

buscamos en 9 bases de datos usando palabras como "anticoncepción", "discontinuidad y cambio de método". Esto dio como resultado 16,600 estudios globales en inglés, realizados entre enero de 2004 y mayo de 2023. Después del proceso de selección, 64 artículos con 125,586 participantes, en su mayoría mujeres de entre 15 y 54 años, cumplieron todos los criterios de inclusión.

2. Los estudios incluidos debían

involucrar a personas en edad reproductiva, que no deseaban un embarazo y que hubieran utilizado anticonceptivos, pero luego dejado o cambiado de método. Fundamentalmente, los estudios seleccionados debían abordar directamente preocupaciones sobre la vida sexual.

4. Se realizó un metaanálisis

de 25 estudios cuantitativos comparables sobre la discontinuidad, lo que permitió combinar datos de 6,428 personas usuarias mediante pruebas estadísticas. Los hallazgos cualitativos, provenientes de entrevistas, se integraron para profundizar en la comprensión con las propias palabras de las y los participantes.

[1] Por "preocupaciones sobre la vida sexual" nos referimos a los impactos directos en la vida sexual, incluyendo el deseo sexual y la satisfacción tanto del usuario como de su pareja, e incluimos únicamente estudios que especificaban esto. Consideramos que estas razones son diferentes de los efectos secundarios más amplios, como el sangrado, que reconocemos afectan la vida sexual pero no son el enfoque de esta revisión.

Es vital considerar las preocupaciones sobre la vida sexual:

Las preocupaciones sobre la vida sexual son una de **las principales razones para la discontinuidad en el uso de anticonceptivos**, con una prevalencia promedio [1] del 5% en nuestro metaanálisis (6428 personas, 25 estudios), en comparación con la discontinuidad por costo (3.5%) y la falta de acceso (4.7%) en datos globales.

Hallazgos Clave

La perspectiva es limitada

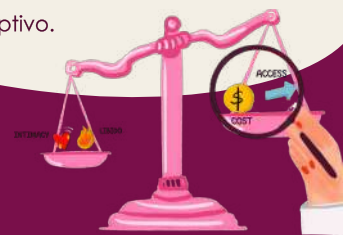
Rara vez se **pregunta directamente** por las preocupaciones de la vida sexual. Generalmente, se agrupan como "otros" o "efectos secundarios" junto con sangrado, dolor de cabeza o acné; o se examina **solo una dimensión** (por ejemplo, el deseo sexual); o se priorizan **las percepciones de la pareja** (por ejemplo, en DIU: "mi pareja siente los hilos").

Está muy poco estudiado

Solo 2 de los 64 artículos tuvieron como objetivo principal investigar las preocupaciones de la vida sexual. De 581 estudios revisados en su totalidad, el 83% no consideró **ningún aspecto** de estas preocupaciones. En su lugar, dominaron estudios sobre los impactos como el sangrado o el aumento de peso, reflejando una visión sesgada por género sobre las motivaciones sexuales.

Se mide de forma deficiente

Sabemos que las razones para discontinuar el uso de un anticonceptivo son multifactoriales (p. ej., el sangrado irregular puede generar dificultades en la vida sexual). Sin embargo, las encuestas sobre anticoncepción **suelen limitar las explicaciones**, ya que en muchos casos solo permiten seleccionar una razón para suspender el uso del anticonceptivo.



Lo que no hicimos y por qué

Incluimos todos los métodos anticonceptivos **excepto los condones masculinos (externos)**, porque su impacto en la satisfacción sexual ya ha sido estudiado ampliamente, particularmente la "sensación reducida" y la relación entre el uso/no uso del condón, así como la integración del placer en programas de condones para aumentar su uso.

No incluimos estudios sobre **ensayos de nuevos métodos anticonceptivos** ni sobre **intervenciones** de sistemas de salud o de proveedores, ya que estos no reflejan directamente las motivaciones de las personas.

Reconocemos que **efectos secundarios más amplios**, como el sangrado irregular, también impactan la vida sexual, pero no fueron incluidos en esta revisión debido a nuestro enfoque centrado en experiencias **directas relacionadas con la vida sexual**.

Qué queremos que hagas ahora

Hacer del placer una prioridad en la agenda global de SDR

Las razones de discontinuidad relacionadas con el **costo y el acceso** siguen dominando la investigación, el **financiamiento** y las **políticas**. Los programas de anticoncepción continúan excluyendo las preocupaciones sobre la vida sexual. Necesitamos **romper el silencio** sobre la importancia de este tema y reequilibrar el enfoque para incluir esta pieza crítica.

Recordar que el sexo es una razón clave para usar anticonceptivos

Investigadores y desarrolladores de tecnología deben crear **métodos que funcionen** para la vida sexual. La discontinuidad debe rastrearse de manera significativa, permitiendo que las personas **indiquen específicamente por qué dejaron de usarlo**, incluidas preocupaciones sobre su vida sexual.



Preguntar a las personas usuarias si el método en uso afecta su vida sexual

El **asesoramiento** sobre el método anticonceptivo puede mejorar significativamente la satisfacción, reducir la discontinuidad y potenciar los resultados en salud reproductiva. Para ofrecer un apoyo integral, basado en derechos y que responda a las necesidades de las personas usuarias, es clave que las y los proveedores aborden de **manera proactiva las preocupaciones sobre la vida sexual** en la provisión de anticonceptivos.