

... Hola, buenas noches. Información y educación sanitarias a partir de estos momentos en la programación de la UNED. ... Un tiempo semanal que preparan los profesores del curso de nivelación de los ayudantes técnicos sanitarios para abordar cuestiones de interés general sobre salud pública. ... La libertad sexual, el control de la natalidad, la utilización de anticonceptivos eran temas tabú hace apenas 15 años. Pocas mujeres atrevían a ir a los escasos médicos, por supuesto privados, que recetaban las famosas pastillas sin mayores problemas. Hoy en día la situación ha cambiado de forma radical, aunque la historia de la planificación familiar en España es aún más difícil.

muy reciente. Fueron grupos feministas los primeros en responder a una demanda social exigida muy especialmente por mujeres que reclamaba el derecho de la persona a controlar su capacidad reproductora y a disfrutar de su sexualidad. Hace aproximadamente 10 años asociaciones ciudadanas, partidos políticos y ayuntamientos empezaron a crear los primeros centros de orientación familiar. Hoy funcionan numerosos servicios en todo el país que dependen de diversas entidades estatales y cuyas prestaciones y criterios de funcionamiento están regulados en el llamado Plan de Centros de Orientación Familiar creado por el Ministerio de Sanidad en 1983. Cualquiera de estos centros cubre los siguientes servicios.

orientación en materia de sexualidad, información y prestación directa de todos los métodos anticonceptivos, asesoramiento de esterilidad y consejo prenatal, detección precoz de cáncer genital, mamario y de enfermedades de transmisión sexual. La mayoría de estos centros dependientes del Insalud son gratuitos, tienen lista de espera, es decir, hay que llamar antes de ir, excepto cuando se trata de una urgencia, y únicamente se requiere la cartilla de la Seguridad Social para poder ser atendida. Según datos del Ministerio de Sanidad, la gran mayoría de las personas que acuden a estos centros son mujeres. Tienen entre 25 y 34 años de edad, aunque va aumentando el número de personas atendidas entre 19 y 24 años. Son casadas en un 75%, con estudios primarios y un nivel de ingreso suficiente. La mayoría tienen dos hijos y el método de asesoramiento es el mismo, y el nivel de asesoramiento es el mismo.

anticonceptivo más utilizado antes de la primera visita al centro es la píldora anticonceptiva seguida muy de cerca por el coitus interruptus. Un 60% viven en el medio urbano y un 41% en el medio rural. Hoy en Vida y Salud vamos a conocer un poco más de cerca el trabajo que se desarrolla en los centros de planificación familiar y para ello la profesora del curso de nivelación de ATS de la UNED, Belén Cabello, ha invitado a nuestro programa a una enfermera de uno de los primeros centros de Madrid que cuenta con más de 7.000 historias clínicas y que atiende una población muy determinada como es la del distrito centro de Madrid. Hola, buenas tardes. Hoy tenemos con nosotros a Sara Abad que es una matrona, es enfermera, es matrona, trabaja en un centro de promoción de la salud del ayuntamiento y queremos charlar, queremos informar sobre lo que es la actualidad que hoy tiene la planificación familiar. Hola, hola.

Hola Sara, buenas tardes. Hola, buenas tardes. Mira, yo creo que hay que empezar siempre por el principio. ¿Qué es? ¿Qué entendemos por planificación familiar? Bueno, la planificación familiar es el conjunto de medidas y sistemas que cualquier pareja puede acceder para evitar o espaciar el número de hijos deseado. Eso sería el concepto básico. Luego, pues, hay... Bueno, vamos a hablar luego de más sistemas específicos de la

planificación. Tenemos una historia muy reciente todavía de planificación familiar en nuestro país, aunque parezca mentira. ¿Cómo podemos acceder hoy los españoles a la planificación familiar? ¿La pareja o la mujer que la desea? ¿Dónde se puede dirigir? Bueno, tenemos varias vías de acceso. En primer lugar, es decir... Yo, como trabajadora del ayuntamiento, les digo que todos los ayuntamientos de Madrid tienen un centro en cada barrio, en cada distrito. Afortunadamente, el Insalud también ha hecho...

...he hecho unos centros de nueva creación en los ambulatorios. Simplemente se trata de averiguar dónde están y puede acceder cualquier pareja... ...o cualquier mujer que tenga relaciones sexuales. ¿Sin ningún problema de edad? ¿Cómo ha sucedido antes? Pues yo creo que debiera ser sin ningún problema de edad. O sea, cualquier mujer que tenga relaciones sexuales puede acceder a estos... ...o debe exigir el derecho de acceder a estos centros. Hay un tema que normalmente no lo incluimos dentro de la planificación familiar... ...o que la gente no lo entiende dentro de la planificación familiar. ¿Es posible en un programa de planificación familiar tratar la esterilidad... ...aquellas parejas que quieren y no pueden tener hijos? Evidentemente se puede tratar desde los centros, es decir, se deriva a los grandes hospitales... ...que es donde tienen verdaderamente los recursos para aquellas mujeres... ...que por cualquier causa no logren un embarazo para hacer un estudio más...

somero y poder así acceder a un embarazo deseado. Pues ahora vamos a ponernos ya en el caso práctico. Una mujer o una pareja que decide planificar, controlar su natalidad. ¿Qué sistemática seguís? Por ejemplo, en tu centro, cuéntanos. Bueno, en nuestro centro la primera exigencia que hay, que existe, es la de acudir a una charla. Es decir, que nosotros damos prioridad a la educación sanitaria. Es decir, pedimos o casi exigimos de que venga la pareja en sí que va a usar algún sistema. Hacemos unas charlas con vídeos de información donde hablamos de todos los sistemas y de todas las necesidades que puede tener su pareja, la pareja por un tipo de vida sexual diferente. Y hablamos... Hablamos en general de todos los sistemas. Es decir, que nosotros pretendemos que la gente, antes de lanzarse a planificarse, conozca...

conozca verdaderamente cuál es el sistema adecuado para su edad, para su tipo de vida sexual y el mejor para la pareja, pero que fundamentalmente lo escoja la pareja y previamente es necesario que se adquieran unos conocimientos para una elección sana. ¿Y después hacéis algún tipo de analítica, algún tipo de control? Primero damos la charla y a continuación pasan a una consulta ginecológica con previa citación y se hace una revisión general, una exploración ginecológica, se pide una analítica de sangre y de orina y se hace una citología para determinar y controlar el cáncer de útero en la mujer que es tan habitual y que todas las mujeres debieran hacerse una citología. ¿Que tengan vida sexual? Que tengan vida sexual deben de hacerse una citología al año y así empezamos y decidimos cuál es el mejor sistema.

Cogido por la pareja. Y ahí toman su decisión en esa primer consulta. ¿Qué métodos son los que habitualmente las parejas eligen? Los que están más en boga. Los que están más en boga en este momento son las pastillas. O sea, los anticonceptivos orales. Es decir, porque son realmente correctamente manejados. Las parejas están muy seguras. Aquellas sobre todo que no quieren tener ningún niño por un tiempo. Y entonces es el método más seguro que existe. También hay otros métodos seguros que pueden ser el diafragma. Correctamente usado y entrenado en la mujer. Que es un método inocuo y se puede

manejar perfectamente en relaciones esporádicas. Y es decir, se necesita previamente que se haga un entrenamiento. Nosotros en este momento también estamos recomendando el preservativo en aquellas mujeres.

jóvenes que tengan relaciones inestables porque previene evidentemente el contraer enfermedades de transmisión sexual que hay tantas en este momento y tan peligrosas y dentro de ello el sida el sida que es un elemento de transmisión sexual se puede evitar con el uso de un preservativo es decir que sólo sólo eso el uso de un preservativo luego como otro sistema de uso está el yu que es muy usado que requiere una es decir un es decir nosotros recomendamos que lo usen mujeres que ya han tenido un hijo por lo menos puesto que si no a veces produce muchísimos trastornos o dolores menstruales con lo cual eso no indica que una mujer soltera no pueda ponérselo pero bueno hay una indicación y cada uno debe hacer la experiencia con el yu y es un buen sistema es un sistema que necesita una un continuamente una vigilancia

Y nosotros lo recomendamos bastante. Y a mí todo esto que nos has contado me parece la forma lógica de planificarse. Pero todavía quedan muchas parejas o muchas mujeres que no se planifican o que se planifican ellas solas sin ningún tipo de consejo profesional. Bueno, eso es peligroso. Realmente es peligroso porque hay que valorar, cuando uno toma la pastilla, tiene que valorar cómo esas pastillas entran en nuestro organismo y qué consecuencias tienen. Aquellas mujeres que están planificando sin médicos, les recomendamos que vayan a cualquier centro de salud o cualquier centro de la seguridad social donde el ginecólogo haga su control anual, por lo menos. Es decir, su analítica y su revisión ginecológica y su citología. Y con eso... Tres elementos que es verdaderamente fácil de utilizar porque no creo que las mujeres...

necesitamos dedicarnos una vez al año a nosotros mismas y eso evitaría muchos desastres. Todo esto me está encantando oírtelo decir y que tenga una audiencia que yo espero que sea mayoritaria. Sin embargo, hay un grupo de población, Sara, que a mí me parece especialmente interesante que conozca la política de anticonceptivos y que conozca su utilización, y son los adolescentes. Bien, los adolescentes para nosotros son el grupo de más riesgo que existe porque son los que tienen la mayor actividad sexual. Con lo cual nosotros trabajamos especialmente con ellos. En primer lugar, acuden a nuestra consulta demandando sistemas que inmediatamente los requieren y son utilizados. Es decir, nosotros en primer lugar recomendamos para los adolescentes el preservativo, hasta que hagan sus analíticas e inmediatamente podemos...

Podemos usar la pastilla, el diafragma y nada más de momento para ellos. Pero sí, lo que previene, diríamos, embarazos de alto riesgo, que es lo que se da en estos adolescentes, es el acudir inmediatamente a un centro y ser informado rápidamente. A mí hay otro punto que me gustaría tratar precisamente con los adolescentes. En la escuela, ¿estáis haciendo algo? Porque yo creo que sería el punto por el cual llegar a este grupo de población, a través de la escuela, del colegio, incluso desde muy pequeños, para que al llegar a esa edad no se planteen problemas. Bueno, nosotros tenemos un sistema informativo dentro del centro que es dar charlas a los de octavo DGB y a los institutos que lo requieran. Es decir, nosotros hace cinco años que estamos haciendo charlas informativas y realmente emocionamos. Hemos tenido grandes resultados, que es que ha acudido en masa una gran cantidad de jóvenes.

estaban desinformados totalmente. Otro tema es que precisamente por ser unos embarazos de alto riesgo, los embarazos en adolescentes, ¿le ofrecéis, le indicáis alguna solución para evitar un embarazo no deseado, pero un embarazo que se ha podido producir ya, alguna interrupción del embarazo o la utilización de otro método? Bien, existe y todas las mujeres debemos conocer que si ha habido algún fallo, alguna rotura de un preservativo, o algún fallo en la relación sexual, se puede evitar el embarazo con las pastillas poscoitales, que son anticonceptivos de dosis masivas. Pero hay que acudir a un centro de cualquier ayunta, de cualquier centro, donde realmente se da dos pastillas y hay que acudir dentro de las primeras 12 horas del accidente o de la rotura del preservativo y se puede realmente evitar, un embarazo.

no deseado. En cuanto a la interrupción del embarazo, en todos los centros se hace información o se debiera hacer información de la interrupción del embarazo, es decir, hay lugares donde se hacen interrupciones. De acuerdo, pues yo creo que con esto hemos terminado. Nos encantaría seguir charlando contigo, pero el tiempo en la radio es siempre muy limitado. Lo que sí te emplazo es a otro día para que vuelvas y nos sigas contando, que creo que esto tiene una audiencia mayoritaria. Muchas gracias, Sara. De nada, gracias. Así se despide hoy Vida y Salud. Sara Abad, enfermera de un centro de planificación de Madrid, fue nuestra invitada de hoy al programa. Por parte de la UNED estuvo...

Con nosotros Belén Cabello, profesora del curso de nivelación de los ayudantes técnicos sanitarios. El martes que viene volveremos para hablar de otros problemas de salud característicos de la mujer.