



Informe técnico de salud mundial

Encargados Principales del Informe Técnico:
Laureen López, Family Health International/Programa CRTU
David Grimes, Family Health International/Programa CRTU
Michael Szpir, Family Health International/Programa CRTU

No existe evidencia de que las píldoras y los parches anticonceptivos propicien aumento de peso

- *No existe evidencia que corrobore la creencia de que las píldoras y los parches anticonceptivos causan considerable aumento de peso en las mujeres.*
- *La consejería podría disminuir las percepciones erróneas acerca del aumento de peso y reducir el número de mujeres que abandonan el uso de estos anticonceptivos eficaces.*

Antecedentes

Muchas mujeres y profesionales clínicos creen que el uso de anticonceptivos combinados, típicamente píldoras o parches que contienen estrógeno y una progestina, puede causar aumento de peso. Estas inquietudes posiblemente impidan que algunas mujeres inicien el uso de anticonceptivos combinados o quizás propicien una discontinuación temprana. Estas mujeres quizás recurran a métodos menos eficaces o no usen ningún método anticonceptivo.

Hasta el año 2003, nadie había revisado las publicaciones científicas sobre la relación entre los anticonceptivos combinados y el aumento de peso. En una revisión Cochrane se remedió la situación con un análisis exhaustivo de las publicaciones en inglés al respecto. Esa revisión de 2003 fue actualizada por los autores.¹ Una de las fortalezas de la revisión es que se limita a ensayos controlados aleatorizados: el “estándar de oro” de los diseños de ensayos para disminuir el potencial de sesgo.

El peso de la evidencia

En la revisión Cochrane, publicada en 2006 en *Cochrane Database of Systematic Reviews (Base de datos Cochrane de revisiones sistemáticas)*, Número 1, se incluyen dos estudios adicionales además de aquellos publicados originalmente en 2003 por los científicos de Family Health International (FHI). La revisión actualizada examina 44 ensayos de anticonceptivos hormonales, que contienen información sobre los cambios de peso experimentados por las participantes del estudio. La mayoría de las participantes eran usuarias de anticonceptivos orales.

En tres de los ensayos se compararon los cambios de peso en mujeres que usaban ya sea los anticonceptivos orales o un parche transdérmico con los cambios de peso en mujeres que tomaron placebos. Ninguno de los tres ensayos controlados con placebo mostraron una asociación entre estos anticonceptivos y el aumento de peso.

En los otros ensayos se compararon los cambios de peso entre las mujeres que tomaban diferentes regímenes de anticonceptivos combinados. Aunque algunas mujeres subieron de peso y otras bajaron, las diferencias generales entre los grupos fueron mínimas: la mayor diferencia en el cambio de peso entre los grupos fue menos de cinco libras.

Si el estrógeno causa aumento de peso, según sugieren algunas personas, es de esperarse que las mujeres que toman un anticonceptivo con más estrógeno engorden más. La revisión no encontró ninguna evidencia de que esto ocurriera. Sin embargo, es posible que los estudios no hayan sido diseñados para detectar cambios imperceptibles de peso en respuesta a diferentes dosis.

En la mayoría de los ensayos no se emplearon métodos cuidadosos para medir el peso de las mujeres; es más, en un sólo ensayo se determinó que el “aumento de peso” fue el resultado principal. Las mediciones de peso pueden verse afectadas por balanzas mal calibradas, la cantidad de ropa que lleva puesta la mujer y la hora del día en que se pesa la mujer. Estos factores podrían diluir las diferencias entre los grupos, y por ende ocultar pequeños cambios causados por los tratamientos.

Además, algunos ensayos incluidos en la revisión Cochrane no proporcionaron información sobre los cambios de peso de las mujeres que no concluyeron el estudio. Estos estudios hubieran sido más informativos de haberse informado los cambios de peso de todas las participantes, sin importar que concluyeran el ensayo.

La revisión Cochrane no elimina la posibilidad de que el uso de anticonceptivos combinados esté asociado con pequeños cambios de peso. Varios factores complican la corroboración de una posible asociación. Por un lado, es difícil comparar los resultados de muchos regímenes de anticonceptivos orales. Por otro lado, muchas personas aumentan de peso con el paso del tiempo, independientemente de que usen anticonceptivos. Un estudio bien diseñado debería incluir un grupo de placebo no hormonal a fin de controlar otros factores como un aumento de peso con el tiempo.

Implicaciones programáticas

Los proveedores deben ser informados de que la evidencia no corrobora una asociación causal entre el uso de los anticonceptivos combinados y el aumento de peso. Los proveedores deben discutir el efecto que los hábitos alimenticios y un estilo de vida sedentario pueden tener en el peso. Además, las adolescentes deben recibir consejería sobre el aumento natural de peso asociado con el crecimiento y el desarrollo. Una consejería adecuada podría ayudar a disminuir las percepciones erróneas respecto al aumento de peso y reducir el número de mujeres que abandonan el uso de estos anticonceptivos eficaces.

¹ Gallo MF, Lopez LM, Grimes DA, Schulz KF, Helmerhorst FM. Combination contraceptives: effects on weight. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2006, Issue 1. Art. No.: CD003987. DOI: 10.1002/14651858.CD003987.pub2.

La revisión fue publicada por primera vez en el año 2003. La versión actualizada en 2005 fue publicada en 2006.

Cochrane Collaboration es una organización internacional, que promueve y proporciona información actualizada sobre los efectos de las prácticas de atención a la salud. Las revisiones sistemáticas de los ensayos clínicos son publicadas electrónicamente en la Biblioteca de Cochrane. Para mayor información sobre Cochrane Collaboration y su biblioteca, ver <http://www.cochrane.org/reviews/>

Para mayor información: www.maqweb.org

Última revisión: 25/05/07: ver el próximo renglón
(La versión en español se publicó el 29 de noviembre de 2007)

Producido en asociación con la Iniciativa para Maximizar el Acceso y la Calidad

Diseñado y producido por: The INFO Project at the Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health/Center for Communication Programs.

Este informe se produce gracias al apoyo de la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional, de Global, GH/PRH/PEC, bajo los términos de la Subvención No. GPH-A-00-02-00003-00.



USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS
UNIDOS DE AMÉRICA