

Anticoncepción Para Mujeres Mayores

www.menopauseinfo.org

menopause
Info

International **IMS**
Menopause Society
Promoting education and research on midlife women's health



Anticoncepción: para las mujeres mayores

Las mujeres suelen tener la tentación de abandonar la anticoncepción (¡y lo hacen con frecuencia!) antes de que la menstruación desaparezca por completo. Aunque la fertilidad en esta etapa de la vida es baja, no es nula. Un embarazo no planificado a una edad avanzada puede ser devastador para la mujer y puede plantear decisiones difíciles. Por ello, los profesionales de la salud recomiendan que las mujeres continúen con la anticoncepción hasta que no haya más posibilidades de ovulación y riesgo de embarazo. Las mujeres en edad reproductiva tardía también pueden tener menstruaciones abundantes, irregulares o dolorosas, lo que debe tenerse en cuenta a la hora de elegir un método anticonceptivo. Muchas mujeres en esta etapa de la vida también se plantean si desean o no iniciar una terapia hormonal sustitutiva (THS).

Cuándo hay que dejar los anticonceptivos

La regla general es continuar con la anticoncepción durante:

- Un año más después de la última menstruación espontánea si tiene 50 años o más
- Dos años más después de la última menstruación espontánea si tiene menos de 50 años

Factores que afectan la fertilidad

La fertilidad comienza a disminuir de forma drástica en las mujeres a partir de los 30 años. La razón principal es la disminución de la calidad de los óvulos producidos en los ovarios de la mujer. Los embarazos después de los 50 años son poco frecuentes.

Las mujeres que se someten a tratamientos de fertilidad después de los 40 años tienen tasas de éxito muy bajas. Sin embargo, se sabe que una mujer mayor puede concebir con éxito utilizando óvulos sanos de una mujer más joven. La mujer de más edad que ha tenido un hijo por este método tiene actualmente 65 años. El útero de una mujer mayor puede ser estimulado hormonalmente para favorecer un embarazo a edades muy superiores a la menopausia natural. Esto demuestra claramente que la principal limitación para el éxito del embarazo reside en la calidad o la falta de óvulos, y no en la función del útero.

Otro factor importante que afecta la concepción a edades avanzadas es la frecuencia de la actividad sexual. Los estudios han demostrado que las mujeres casadas de 40 años tienen, por término medio, la mitad de relaciones sexuales que las mujeres casadas de 20 años. Sin embargo, con las altas tasas de divorcio, es muy posible que las personas se embarquen en nuevas relaciones en esta etapa de la vida y que aumente la frecuencia de la actividad sexual.



Esta información ha sido elaborada por Menopause Matters. La IMS comparte esta información con su permiso.

<https://www.menopausematters.co.uk>