

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Jan 28, 2020

Anticoncepción: dispositivos intrauterinos (DIU)

Los DIU son pequeños dispositivos que se pueden colocar en el útero (matriz) para evitar que quede embarazada. Es necesario que un médico o una enfermera le coloquen uno.

Puedes usar nuestra información para hablar con tu médico sobre si un DIU es el tipo de anticonceptivo adecuado para ti.

El anticonceptivo adecuado para ti

Hay muchos tipos de anticonceptivos para elegir. Pero no todos son aptos para todo el mundo.

Por ejemplo, es posible que las mujeres con afecciones cardíacas no puedan tomar ciertos tipos de píldoras anticonceptivas. Y las personas alérgicas al látex no podrán usar condones de látex, pero pueden usar condones que no sean de látex.

El tipo de anticonceptivo que más le convenga dependerá de varios factores, entre ellos:

- Tu historial médico, incluyendo cosas como alergias y cualquier afección de salud que tengas
- Tu estilo de vida
- si necesita pensar en prevenir las infecciones de transmisión sexual (ITS), incluido el VIH. Por ejemplo, esto se aplica a usted si tiene varios socios, o si cambia de socio, y
- Sus propias preferencias: Por ejemplo, es posible que no desee usar algunos tipos de anticonceptivos porque le preocupan los efectos secundarios. O tal vez no quieras usar condones porque quieres algo en lo que no quieres tener que pensar "en el momento".

Qué son los dispositivos intrauterinos?

Un DIU es un pequeño dispositivo que se coloca en el útero (matriz). Hacer que un médico o una enfermera le coloque uno lleva unos cinco minutos.

Pero no todos los médicos y enfermeras están capacitados para adaptarlos. Por lo tanto, es posible que tenga que ir a una clínica especial de planificación familiar para que le coloquen uno. Por ejemplo, en el Reino Unido se llaman Clínicas de Salud Sexual y Reproductiva.

Anticoncepción: dispositivos intrauterinos (DIU)

Hay dos tipos de DIU, que funcionan de maneras ligeramente diferentes para evitar que quede embarazada. Son los siguientes:

- el DIU de cobre (a veces llamado 'bobina de cobre') y
- el DIU de progestágeno.

Los DIU son muy eficaces para prevenir el embarazo. Otras ventajas de los DIU incluyen que:

- Son fácilmente reversibles. Por lo tanto, si decides que quieres intentar quedar embarazada, puedes quitarte el DIU y comenzar a intentarlo de inmediato
- Son adecuados para las mujeres que no pueden o no quieren usar métodos anticonceptivos que contienen hormonas, como algunas píldoras anticonceptivas y otros dispositivos
- el DIU de progestágeno puede ayudar con las menstruaciones abundantes o dolorosas, y
- Una vez que el DIU esté colocado, no tendrás que hacer nada más.

Las posibles desventajas de los DIU incluyen:

- una pequeña probabilidad de contraer una infección cuando se coloca el DIU
- molestias cuando se coloca el DIU, y
- problemas con la menstruación, especialmente con el DIU de cobre, y especialmente durante los primeros meses después de la colocación del DIU, como menstruaciones más abundantes o dolorosas.

También existe la posibilidad de que tu cuerpo empuje el DIU hacia afuera. A esto se le llama "expulsión". Esto sucede en aproximadamente 5 de cada 100 mujeres. Es más probable que suceda:

- en el primer año después de haberlo colocado
- Si nunca has tenido hijos
- si le colocan un DIU poco después de dar a luz, y
- si te colocan un DIU poco después de tener un aborto.

El médico o la enfermera que le coloque el DIU puede decirle cómo verificar si todavía está en su lugar.

Los DIU no protegen contra el VIH u otras ITS.

Dispositivos intrauterinos de cobre

El DIU de cobre funciona liberando lentamente pequeñas cantidades de cobre en el útero. Esto funciona para prevenir el embarazo de varias maneras. El cobre puede:

- matar los espermatozoides, y
- Impedir que un óvulo fecundado se implante en el útero.

Anticoncepción: dispositivos intrauterinos (DIU)

Un DIU de cobre puede permanecer en su lugar entre cinco y 10 años. Su médico o enfermera le dirá cuánto tiempo debe durar el suyo.

Los DIU de cobre a veces pueden causar períodos menstruales más abundantes y dolorosos, especialmente durante los primeros meses.

El DIU de cobre también se puede usar como método anticonceptivo de emergencia durante varios días después de tener relaciones sexuales sin protección.

Para obtener más información sobre la anticoncepción de emergencia, consulte nuestro prospecto: *Anticoncepción: anticoncepción de emergencia*.

Dispositivos intrauterinos de progestágeno

El segundo tipo de DIU es el DIU progestágeno. Es un dispositivo similar a la versión de cobre. Pero en lugar de liberar cobre en el útero, libera hormonas llamadas progestágenos.

Estas hormonas previenen el embarazo de varias maneras, entre ellas:

- afectar el moco cervical para que los espermatozoides no puedan viajar a lo largo del cuello uterino, y
- Adelgazamiento del revestimiento de la matriz.

Un DIU de progestágeno puede permanecer en su lugar entre tres y seis años. Su médico le dirá cuánto tiempo durará el suyo.

Este tipo de DIU puede causar problemas en algunas mujeres, entre ellos:

- cambios en la piel
- cambios en el estado de ánimo
- hinchazón, y
- sensibilidad en los senos.

Estos síntomas suelen ser leves y tienden a desaparecer con el tiempo.

Pero los cambios en las hormonas también pueden ayudar a algunas mujeres, al aliviar los síntomas del sangrado menstrual abundante y la endometriosis.

Para obtener más información sobre otros tipos de anticonceptivos que utilizan hormonas, consulte nuestro prospecto: *Anticoncepción: parches, anillos, implantes e inyecciones hormonales*.

Por qué es importante la anticoncepción?

El número de embarazos no planificados nos dice lo importante que es que las personas sexualmente activas piensen en la anticoncepción. Por ejemplo:

- en el Reino Unido, alrededor de 30 de cada 100 embarazos no son planeados, y
- en los Estados Unidos, alrededor de 50 de cada 100 embarazos no son planeados.

Anticoncepción: dispositivos intrauterinos (DIU)

Esto no siempre es una mala noticia, por supuesto: el hecho de que un embarazo no sea planeado no significa que no sea deseado.

Los DIU son un método anticonceptivo muy eficaz. Pero no le gustan a todo el mundo.

Pero sea cual sea el método que elijas, planificar y asumir la responsabilidad de la anticoncepción es vital si:

- Eres sexualmente activa y quieres desempeñar un papel responsable en la prevención de un embarazo no deseado
- cree que podría estar en riesgo de contraer el VIH u otras ITS (por ejemplo, si tiene varias parejas sexuales) y desea usar un método anticonceptivo que proteja contra la infección.

Muy pocos métodos anticonceptivos son totalmente efectivos. Pero la planificación le da la mejor oportunidad de tener el control de cuándo y si queda embarazada.

Su médico o enfermera estará encantado de hablar sobre los métodos anticonceptivos y de planificación familiar que mejor se adapten a usted.

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

