

# ¿Querés formar una familia? Javiera Valenzuela nos explica los beneficios de una planificación consciente

3 agosto, 2021



[Por Estefanía Tello](#)

**La licenciada en obstetricia brinda valiosa información en el Día Internacional de la Planificación Familiar.**

El 3 de agosto se celebra el [Día Internacional de la Planificación Familiar](#), una fecha establecida para resaltar la importancia del control de la natalidad en la población sexualmente activa mediante el uso de métodos anticonceptivos, de acuerdo con los intereses y contextos socioeconómicos.

La planificación familiar es muy importante porque permite preparar a toda la familia para la llegada de un nuevo integrante. Además, es fundamental para que las personas puedan organizarse en cuanto al número de hijos que desean y

determinar el intervalo entre embarazos.

Entre sus aspectos principales, sirve para controlar el crecimiento poblacional y su impacto en la economía y el medio ambiente, sobre todo en los países en vías de desarrollo. Es por eso que desde la Organización Mundial de la Salud (OMS) advierten sobre la importancia de garantizarle a la población el pleno acceso al uso de métodos anticonceptivos, reafirmando así el derecho a la salud sexual y reproductiva como un componente fundamental de bienestar y libertad de las personas.

Por tal motivo, en este Día tan importante para la salud de la población, *El Cuco Digital*, decidió entrevistar a Javiera Valenzuela, licenciada en obstetricia del Hospital Antonio Scaravelli de Tunuyán, quién brindó valiosa información.

**-Javiera, ¿por qué es importante que exista una planificación familiar ante la llegada de un nuevo integrante?**

Es importante que exista la planificación familiar porque es *un derecho* de las mujeres y las familias poder decidir cuándo tener a sus hijos de acuerdo a sus deseos. Por otro lado, es importante para que los espacios entre embarazos no afecten la salud de la mujer y permitan el disfrute de la sexualidad con libertad y conciencia, sin la presión de embarazos no deseados. Es más, el realizar la planificación nos acerca al sistema de salud promoviendo los controles ginecológicos adecuados de la mujer

**-¿Hoy por hoy cuántas familias en Valle de Uco crees que hacen una planificación? ¿Habría un registro? (porcentaje estimativo)**

Actualmente, son muchas las mujeres que se acercan a los servicios de salud, tanto a hospitales como centros de salud para controlarse y solicitar métodos anticonceptivos pero no tenemos números específicos en cuanto a la planificación familiar.

## **-¿Cuál es la importancia de los métodos anticonceptivos?**

Los métodos anticonceptivos son importantes porque permiten la elección de un embarazo en el momento deseado y también en algunos casos previenen infecciones de transmisión sexual.

El método principal para evitar este tipo de contagios es el preservativo que debe usarse siempre durante las relaciones sexuales. También, existen las pastillas anticonceptivas que suelen venir en formato de 21 y 28 comprimido.

Además, tenemos el reconocido “chip” que es un implante subdérmico con una duración de tres años que se coloca en el brazo, y el DIU hormonal y de cobre.

## **-Qué consejos le darías a quienes deseen planificar un embarazo**

Es fundamental realizar los controles ginecológicos, PAP y comenzar con ácido fólico **antes de buscar un embarazo** realizando una **consulta preconcepcional** para recibir toda la información necesaria. Y, por otro lado, les aconsejamos a todos a acercarse a solicitar métodos anticonceptivos y consejería de salud reproductiva.