

# ESTERILIZACIÓN FEMENINA (M) DETALLES

DR. MAURO FERNÁNDEZ

En nuestro afán de desvanecer tantos temores que han surgido en torno a la efectividad de la cirugía para no tener más hijos, hemos considerado pertinente aportar algunos detalles de este procedimiento. Sin duda, esta información le permitirá al lector tener un concepto más amplio e integral de este método anticonceptivo.

Como lo hemos señalado anteriormente, la salpingectomía es un método altamente eficaz con cifras muy bajas de falla, con una tasa de embarazo que oscila entre cinco y veinte por cada mil cirugías realizadas. Sin embargo, no es un método perfecto.

Esta es una operación realmente sencilla, con una herida entre 1 a 5 centímetros, dependiendo del tipo de técnica utilizada. Por su sencillez, toda la cirugía toma entre 45 minutos a una hora.

Debido al pequeño tamaño de la herida, la recuperación es sumamente rápida. La paciente usualmente ingresa al hospital el mismo día de la cirugía y sale en horas de la tarde o, a lo sumo, al día siguiente. Sale caminando y con una dieta blanda, que se sustituye por una dieta corriente al segundo o tercer día.

Otra de las características estelares, es que la mujer queda protegida de un embarazo desde el momento mismo de la cirugía. No requiere de un compás de espera más allá del que impone su recuperación. La mayoría de las mujeres reinicia su vida sexual entre el tercero y quinceavo día posterior al procedimiento.

El reinicio de las actividades laborales también ocurre muy rápido. Usualmente a los 15 o 21 días, la mujer está en capacidad de realizar buena parte de las labores diarias. Si tuviera un trabajo físicamente intenso, se suele reiniciar al mes de la cirugía. En cuanto al ejercicio, el panorama es similar: se pueden reiniciar sesiones de baja carga y bajo impacto a los 15 o 21 días y sesiones realmente arduas, a los 45 días.

Por último, resulta fundamental destacar que el índice de complicaciones es sumamente bajo, inferior al 5% y la mayoría son leves y fáciles de superar. Por todo esto, se considera que la esterilización femenina es una cirugía segura, confiable y efectiva.