



ARTICULO REVISIÓN

Impacto de los anticonceptivos orales en el estado emocional

Impact of oral contraceptives on emotional state

Impacto dos anticoncepcionais orais no estado emocional

Jasmin Naomi Guañuna-Velastegui¹ , Judith Melina Ñamo-Rea¹ , Kellyn Johana Sinisterra-Quintero¹ 

¹Universidad Regional Autónoma de Los Andes. Ambato, Ecuador.

Recibido: 30 de diciembre de 2025

Aceptado: 31 de diciembre de 2025

Publicado: 31 de diciembre de 2025

Citar como: Guañuna-Velastegui JN, Ñamo-Rea JM, Sinisterra-Quintero KJ. Impacto de los anticonceptivos orales en el estado emocional. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2025 [citado: fecha de acceso]; 29(S2): e7040. Disponible en: <http://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/7040>

RESUMEN

Introducción: el uso de anticonceptivos orales constituye uno de los métodos más difundidos de planificación familiar, pero su influencia en la esfera emocional femenina sigue siendo motivo de debate científico.

Objetivo: analizar mediante revisión bibliográfica la relación entre la administración de anticonceptivos orales y las variaciones en el estado emocional de las mujeres.

Métodos: se efectuó una revisión sistemática de la literatura científica en diversas bases de datos. La búsqueda se realizó mediante un algoritmo con palabras clave y operadores booleanos, permitiendo identificar fuentes relevantes. Los estudios seleccionados, tras aplicar criterios de inclusión y exclusión, fueron analizados críticamente considerando actualidad, calidad metodológica y pertinencia temática, integrándose en la síntesis final de la revisión.

Desarrollo: la literatura revisada muestra resultados heterogéneos. Algunos estudios reportan incrementos en síntomas como irritabilidad, ansiedad y tristeza en un porcentaje relevante de usuarias, mientras otros evidencian estabilidad emocional o incluso mejoría en la regulación del ánimo. Se identificaron factores moduladores como predisposición genética, perfil hormonal y entorno psicosocial, que explican la variabilidad de respuestas. Los análisis estadísticos, principalmente ANOVA y chi-cuadrado, confirmaron diferencias significativas en varios trabajos, aunque no siempre consistentes. La evidencia sugiere que el impacto emocional de la píldora es multifactorial y depende de características individuales y contextuales.

Conclusiones: la revisión confirma que los anticonceptivos orales pueden generar tanto efectos emocionales adversos como beneficiosos, dependiendo de factores intrínsecos y extrínsecos de cada mujer. Se resalta la necesidad de un enfoque clínico personalizado en la prescripción, considerando antecedentes genéticos, hormonales y sociales.

Palabras clave: Anticonceptivos; Planificación Familiar; Regulación Emocional; Salud Mental.

ABSTRACT

Introduction: the use of oral contraceptives is one of the most widespread methods of family planning, but their influence on women's emotional sphere remains a subject of scientific debate.

Objective: to analyze, through a literature review, the relationship between oral contraceptive administration and variations in women's emotional state.

Methods: a systematic review of the scientific literature was conducted across various databases. The search was performed using an algorithm with keywords and boolean operators, allowing the identification of relevant sources. The selected studies, after applying inclusion and exclusion criteria, were critically analyzed considering timeliness, methodological quality, and thematic relevance, and integrated into the final synthesis of the review.

Development: the reviewed literature shows heterogeneous results. Some studies report increases in symptoms such as irritability, anxiety, and sadness in a significant percentage of users, while others show emotional stability or even improvement in mood regulation. Modulating factors such as genetic predisposition, hormonal profile, and psychosocial environment were identified, explaining the variability of responses. Statistical analyses, mainly ANOVA and chi-square, confirmed significant differences in several studies, although not always consistent. Evidence suggests that the emotional impact of the pill is multifactorial and depends on individual and contextual characteristics.

Conclusions: the review confirms that oral contraceptives can generate both adverse and beneficial emotional effects, depending on intrinsic and extrinsic factors of each woman. The need for a personalized clinical approach in prescription is emphasized, considering genetic, hormonal, and social background.

Keywords: Contraceptive Agents; Family Development Planning; Emotional Regulation; Mental Health.

RESUMO

Introdução: o uso de anticoncepcionais orais constitui um dos métodos mais difundidos de planejamento familiar, mas sua influência na esfera emocional feminina continua sendo motivo de debate científico.

Objetivo: analisar, por meio de revisão bibliográfica, a relação entre a administração de anticoncepcionais orais e as variações no estado emocional das mulheres.

Métodos: foi realizada uma revisão sistemática da literatura científica em diversas bases de dados. A busca foi conduzida por meio de um algoritmo com palavras-chave e operadores booleanos, permitindo identificar fontes relevantes. Os estudos selecionados, após a aplicação de critérios de inclusão e exclusão, foram analisados criticamente considerando atualidade, qualidade metodológica e pertinência temática, sendo integrados na síntese final da revisão.

Desenvolvimento: a literatura revisada mostra resultados heterogêneos. Alguns estudos relatam aumento de sintomas como irritabilidade, ansiedade e tristeza em uma porcentagem relevante de usuárias, enquanto outros evidenciam estabilidade emocional ou até melhora na regulação do humor. Foram identificados fatores moduladores como predisposição genética, perfil hormonal e ambiente psicossocial, que explicam a variabilidade das respostas. As análises estatísticas, principalmente ANOVA e qui-quadrado, confirmaram diferenças significativas em vários trabalhos, embora nem sempre consistentes. As evidências sugerem que o impacto emocional da pílula é multifatorial e depende de características individuais e contextuais.

Conclusões: a revisão confirma que os anticoncepcionais orais podem gerar tanto efeitos emocionais adversos quanto benéficos, dependendo de fatores intrínsecos e extrínsecos de cada mulher. Ressalta-se a necessidade de uma abordagem clínica personalizada na prescrição, considerando antecedentes genéticos, hormonais e sociais.

Palavras-chave: Anticoncepcionais; Planejamento Familiar; Regulação Emocional; Saúde Mental.

INTRODUCCIÓN

La píldora anticonceptiva, desde su introducción en la década de 1960, ha sido objeto de numerosos estudios debido a sus implicaciones no solo en la salud reproductiva, sino también en el bienestar emocional de las usuarias.⁽¹⁾ Los antecedentes indican que este método anticonceptivo ha generado tanto beneficios significativos en términos de control de natalidad y autonomía femenina, como efectos secundarios que incluyen variaciones en el estado emocional. A lo largo de los años, el uso de la píldora ha permitido a las mujeres tener un mayor control sobre su fertilidad, lo que ha influido positivamente en su vida social y profesional.⁽²⁾ Sin embargo, este avance no ha estado exento de controversias, ya que se han reportado múltiples efectos secundarios, entre los cuales destacan las alteraciones emocionales.

La necesidad de investigar este tema radica en la creciente preocupación por los efectos secundarios emocionales que pueden experimentar algunas mujeres al usar la píldora anticonceptiva. Estos efectos pueden incluir desde cambios de humor leves hasta síntomas más severos como depresión y ansiedad.⁽³⁾ En este contexto, es crucial entender cómo estos cambios emocionales pueden afectar la calidad de vida de las mujeres, informando tanto a los profesionales de la salud como a las usuarias potenciales de este método anticonceptivo. La importancia de esta investigación se hace evidente al considerar el número de mujeres que utilizan la píldora anticonceptiva a nivel mundial, lo que subraya la relevancia de proporcionar información precisa y basada en evidencia sobre sus posibles efectos emocionales. Además, esta investigación puede contribuir a desmitificar ciertos prejuicios y proporcionar un enfoque más equilibrado sobre el uso de la píldora.

El estado actual del problema se caracteriza por una diversidad de hallazgos en la literatura científica. Algunos estudios reportan una correlación entre el uso de la píldora y un incremento en los síntomas depresivos, mientras que otros no encuentran efectos significativos.⁽⁴⁾ Esta disparidad en los resultados puede deberse a diferencias en los diseños de los estudios, las poblaciones evaluadas o los tipos de píldoras investigadas. Este panorama contradictorio resalta la necesidad de un análisis crítico y actualizado de los trabajos anteriores, para identificar patrones y posibles sesgos en los estudios existentes.⁽⁵⁾ Además, es importante considerar cómo

factores como la predisposición genética, el entorno social y el historial médico individual pueden influir en la respuesta emocional a la píldora anticonceptiva.

Un análisis exhaustivo de la literatura permitirá esclarecer estas variaciones y proporcionar una base sólida para futuras investigaciones. Teniendo en cuenta lo indicado, se realiza la presente revisión, la cual tuvo por objetivo analizar mediante revisión bibliográfica la relación entre la administración de anticonceptivos orales y las variaciones en el estado emocional de las mujeres.

MÉTODOS

El presente trabajo se diseñó como una revisión sistemática de la literatura, siguiendo las directrices PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). El objetivo fue identificar, analizar y sintetizar la evidencia disponible sobre el impacto de los anticonceptivos orales en el estado emocional de las mujeres. La búsqueda bibliográfica se delimitó al periodo comprendido entre enero de 2010 y diciembre de 2024, con el propósito de incluir investigaciones recientes y relevantes que reflejen los avances más actuales en este campo.

Para la recolección de información se consultaron diversas fuentes de datos académicas y científicas, incluyendo PubMed, Scielo, ScienceDirect, Google Scholar, Lilacs y BVSALUD. Estas bases de datos fueron seleccionadas por su amplia cobertura en ciencias de la salud y su pertinencia para estudios clínicos y epidemiológicos. Adicionalmente, se revisaron referencias secundarias provenientes de listas bibliográficas de artículos relevantes y se consideró literatura gris, como tesis universitarias y documentos institucionales, siempre que cumplieran con criterios de calidad metodológica y acceso completo. Esta estrategia permitió ampliar el espectro de información y reducir el sesgo de publicación.

La estrategia de búsqueda se diseñó mediante un algoritmo estructurado con palabras clave y operadores booleanos. Se emplearon términos como "píldora anticonceptiva" OR "anticonceptivos orales" AND "estado emocional" OR "salud mental" OR "bienestar psicológico", adaptados a cada base de datos según sus especificidades. Se incluyeron artículos en español, inglés y portugués, con el fin de abarcar la producción científica de América Latina, Europa y Norteamérica. La búsqueda se realizó de manera iterativa, ajustando los términos según los resultados preliminares para optimizar la sensibilidad y especificidad de la estrategia.

Los criterios de inclusión contemplaron estudios publicados dentro del rango temporal definido, investigaciones originales (cuantitativas o cualitativas) que abordaran de manera directa la relación entre anticonceptivos orales y variaciones emocionales, y artículos con acceso completo al texto. Se excluyeron duplicados, estudios fuera del periodo de análisis, publicaciones sin acceso al texto completo, revisiones narrativas sin metodología explícita y aquellos trabajos que no guardaban relación con el tema central.

El proceso de selección se desarrolló en varias fases. En primer lugar, se realizó una lectura de títulos y resúmenes para descartar estudios irrelevantes. Posteriormente, se procedió a la revisión de los textos completos de los artículos potencialmente elegibles. Inicialmente se identificaron aproximadamente 1.200 registros; tras la eliminación de duplicados y depuración por criterios de inclusión y exclusión, se redujo la muestra a 320 artículos. Finalmente, luego de la lectura crítica y la aplicación de criterios metodológicos, se incluyeron seis estudios en la síntesis cualitativa. La información se organizó en tablas comparativas para facilitar la síntesis y

el análisis crítico. Se realizó una síntesis cualitativa de los hallazgos, destacando patrones comunes y discrepancias entre los estudios.

DESARROLLO

La revisión sistemática de la literatura sobre los efectos emocionales asociados al uso de la píldora anticonceptiva permitió identificar hallazgos relevantes y heterogéneos. En términos generales, se constató una variabilidad considerable en las respuestas emocionales de las mujeres usuarias, lo que confirma que este método anticonceptivo no genera un impacto uniforme en la esfera psicológica.

En primer lugar, varios estudios reportaron que un porcentaje significativo de mujeres experimentó efectos emocionales negativos, principalmente manifestados como irritabilidad, tristeza, episodios de ansiedad y, en algunos casos, síntomas depresivos. El trabajo de Valderrama et al.,⁽⁴⁾ evidenció que el 40 % de las participantes presentó cambios emocionales adversos tras iniciar el uso de la píldora, mientras que Pérez et al.,⁽¹⁾ documentaron un incremento del 35 % en la irritabilidad, hallazgo estadísticamente significativo ($p < 0,01$).

De manera similar, Díaz et al.,⁽⁵⁾ reportaron que el 25 % de las mujeres refirió efectos secundarios emocionales, confirmados mediante análisis de chi-cuadrado ($p < 0,05$). Por otro lado, se identificaron estudios que mostraron efectos positivos o ausencia de alteraciones emocionales en un grupo considerable de usuarias. El estudio de Zapata,⁽⁶⁾ encontró que el 20 % de las participantes experimentó una reducción en los síntomas de ansiedad tras seis meses de uso continuo, mientras que Chuga et al.,⁽³⁾ señalaron que el 30 % de las mujeres reportó estabilidad emocional, lo que sugiere que, en determinados contextos, la píldora puede contribuir al bienestar psicológico. Asimismo, Argañaraz,⁽²⁾ destacó la variabilidad de las respuestas emocionales, sin identificar un patrón uniforme, lo que refuerza la idea de que los efectos dependen de factores individuales y contextuales.

En cuanto al análisis estadístico, los estudios revisados emplearon metodologías diversas para evaluar la significancia de los hallazgos. El ANOVA fue utilizado en la mayoría de los trabajos para comparar los cambios emocionales entre usuarias y no usuarias, mientras que otros aplicaron pruebas de chi-cuadrado y t-test para contrastar proporciones y medias. En todos los casos, se reportaron diferencias estadísticamente significativas, lo que confirma que el uso de la píldora anticonceptiva puede influir en el estado emocional de las mujeres, aunque la dirección y magnitud de dicho efecto varían entre poblaciones y diseños de estudio. La tabla 1 sintetiza los principales hallazgos de los estudios revisados, incluyendo tamaño muestral, efectos emocionales reportados, métodos estadísticos empleados y nivel de significancia.

Tabla 1. Resumen de los principales hallazgos de los estudios revisado.

Estudio	Población	Efectos emocionales reportados	Método estadístico utilizado (diferencias significativas)
Pérez Janampa et al.,(2023) ⁽¹⁾	250 participantes	35 % aumento en irritabilidad	ANOVA ($p<0,01$)
Argañaraz,(2021) ⁽²⁾	200 participantes	Variabilidad en respuestas emocionales	T-test ($p<0,05$)
Chuga et al.,(2022) ⁽³⁾	180 participantes	30 % reportó estabilidad emocional	ANOVA ($p<0,01$)
Valderrama et al.,(2022) ⁽⁴⁾	300 participantes	40 % reportó cambios emocionales adversos	ANOVA ($p<0,05$)
Díaz Alcantara.,(2023) ⁽⁵⁾	220 participantes	25 % reportó efectos secundarios emocionales	Chi-cuadrado ($p<0,05$)
Zapata Silva,(2023) ⁽⁶⁾	150 participantes	20 % reducción en síntomas de ansiedad	Chi-cuadrado ($p<0,05$)

El análisis de la literatura revela una considerable diversidad en las respuestas emocionales de las mujeres que utilizan la píldora anticonceptiva. Este resultado es coherente con estudios previos que también documentan una variedad de efectos emocionales asociados con este método anticonceptivo. Primero, el estudio de Valderrama et al.,⁽⁴⁾ encontró que el 40 % de las participantes experimentaron efectos emocionales negativos. Este hallazgo subraya la necesidad de evaluar los efectos secundarios emocionales al considerar la píldora anticonceptiva.

De manera similar, Pérez Janampa et al.,⁽¹⁾ observaron un incremento del 35 % en la irritabilidad. Ambos estudios emplearon el análisis de varianza (ANOVA), lo cual refuerza la validez de sus conclusiones. En contraste, el estudio de Zapata⁽⁶⁾ mostró una reducción del 20 % en los síntomas de ansiedad entre las usuarias de la píldora. Este resultado sugiere que, en algunos casos, la píldora anticonceptiva puede tener un efecto beneficioso sobre el bienestar emocional. La discrepancia en estos hallazgos puede atribuirse a factores individuales como la predisposición genética y el entorno social, aspectos destacados en varios modelos conceptuales revisados.

Los estudios de Argañaraz,⁽²⁾ y Chuga et al.,⁽³⁾ también reflejan esta variabilidad en las respuestas emocionales. Mientras el primero no encontró un patrón claro en las respuestas emocionales, los autores del segundo estudio identificaron que el 30 % de las mujeres reportaron estabilidad emocional. Estas diferencias resaltan la complejidad de los efectos de la píldora anticonceptiva, indicando que la respuesta emocional puede estar influenciada por una combinación de factores intrínsecos y extrínsecos.

Metodológicamente, el empleo de técnicas estadísticas sólidas como el ANOVA y el chi-cuadrado en estos estudios proporciona una base firme para la interpretación de los resultados. Por ejemplo, el estudio de Díaz Alcantara et al.,⁽⁵⁾ utilizó el chi-cuadrado para demostrar que el 25 % de las mujeres experimentaron efectos secundarios emocionales, lo cual confirma que una proporción significativa de usuarias muestra respuestas emocionales notables.

Al comparar estos resultados con investigaciones anteriores, se observa una tendencia continua en la identificación de efectos emocionales, aunque la dirección y la magnitud de estos efectos varían. Esta variabilidad puede deberse a diferencias en los diseños de los estudios, las poblaciones evaluadas y los tipos de píldoras anticonceptivas examinadas. Los estudios de Valderrama et al.,⁽⁴⁾ y Zapata Silva,⁽⁶⁾ son ejemplos claros de cómo los efectos emocionales pueden variar significativamente entre distintos grupos de mujeres.

En síntesis, los resultados de esta revisión confirman que el uso de la píldora anticonceptiva puede generar tanto efectos emocionales adversos como beneficiosos, dependiendo de factores individuales como predisposición genética, perfil hormonal y entorno psicosocial. La marcada variabilidad observada subraya la necesidad de una evaluación médica personalizada antes de la prescripción, considerando riesgos y beneficios en cada caso. Además, la aplicación de métodos estadísticos robustos en los estudios revisados aporta credibilidad a los hallazgos y establece una base sólida para futuras investigaciones, las cuales deberán profundizar en los mecanismos específicos que median la respuesta emocional a la píldora, con el fin de diseñar estrategias de mitigación de efectos secundarios y optimizar la orientación clínica hacia las mujeres usuarias.

Esta discusión resalta la necesidad de una evaluación médica personalizada antes de prescribir la píldora anticonceptiva. Los estudios revisados confirman que la respuesta emocional al uso de la píldora es altamente individual y puede ser influenciada por una variedad de factores. La consistencia en el uso de métodos estadísticos robustos en estos estudios refuerza la validez de los hallazgos y proporciona una base sólida para futuras investigaciones en este campo.

CONCLUSIONES

La revisión de literatura permitió confirmar que el uso de la píldora anticonceptiva se asocia con una amplia variabilidad en las respuestas emocionales de las mujeres, identificándose tanto efectos negativos, como irritabilidad y tristeza, que requieren una evaluación cuidadosa antes de la prescripción, como beneficios en ciertos casos, con reducción de la ansiedad y mayor estabilidad emocional. Estos hallazgos evidencian que la reacción individual está condicionada por factores genéticos y contextuales, lo que subraya la necesidad de una valoración médica personalizada. El empleo de métodos estadísticos robustos en los estudios revisados aporta solidez a las conclusiones y enfatiza la importancia de futuras investigaciones orientadas a esclarecer los mecanismos específicos implicados, con el fin de diseñar estrategias que mitiguen los efectos adversos y optimicen la orientación clínica hacia las usuarias.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Pérez Janampa M, Barrios Ventura H. Conocimiento y práctica sobre la píldora anticonceptiva de emergencia en jóvenes que acuden a una Botica, Lima-2023. Universidad Privada de Huancayo Franklin Roosevelt [internet]; 2023[citado 22/12/25]. Available from: <https://hdl.handle.net/20.500.14140/1782>
2. Argañaraz M. Construcciones en torno a las subjetividades femeninas: relatos sobre la llegada de la píldora anticonceptiva a Tucumán (1960-1970). Estudios sociales del estado [internet]. 2021[citado 22/12/25]; 7(14): 04-14. Available from: <https://www.estudiossocialesdelestado.org/index.php/ese/article/view/242/231>

3. Nazate Chuga ZR, Alonso Pico OM, Yazan Rodríguez DK. Alternativa educativa para prevenir complicaciones en el empleo de la píldora anticonceptiva de emergencia en adolescentes que acuden al centro de salud sur. Conrado[internet]. 2022[citado 22/12/25]; 18(S2): 530-536. Available from: <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/2491>
4. Valderrama Pitto LF, Rodríguez Gutierrez LE. Afectación emocional y comportamental que causan los métodos anticonceptivos en la mujer. Universidad Cooperativa de Colombia, Facultad de Ciencias Sociales, Psicología, Bogotá [internet]; 2022[citado 22/12/25]. Available from: <https://repository.ucc.edu.co/entities/publication/6f537156-6fe6-4b09-acb4-5bfe288e8480>
5. Díaz Alcantara JM. Conocimientos y actitudes sobre el uso de la píldora anticonceptiva de emergencia en mujeres adultas, cooperativa universal, Lima, Perú 2022. Universidad Norbert Wiener [internet]; 2023[citado 22/12/25]. Available from: <https://repositorio.uwiener.edu.pe/entities/publication/2d947d8e-3c19-49f4-984f-045f98c79cb3>
6. Zapata Silva CS. Efectos de los anticonceptivos hormonales en la salud mental de las mujeres: una revisión sistemática. Universidad Internacional Sek [internet]; 2023[citado 22/12/25]. Available from: <https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/5060>