

métodos anticonceptivos





Clasificación de los métodos anticonceptivos

Reversibles

Hormonales

- Píldora
- Píldora de emergencia
- Sistema intrauterino de liberación
- Implante subdérmico
- Anillo vaginal
- Parche anticonceptivo
- Inyectables

De Barrera

- Preservativo
- Diafragma

Mecánicos

- DIU

Naturales

Químicos

- Espermicidas

Irreversibles

Quirúrgicos

- Ligadura de Trompas
- Vasectomía



Cuándo debemos usar un método anticonceptivo

Siempre que quieras evitar la posibilidad de embarazo y tengas relaciones sexuales con penetración.

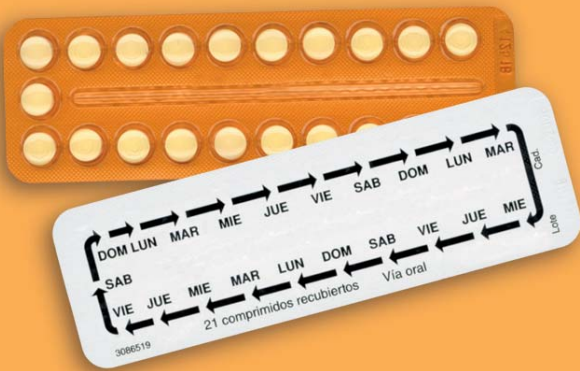
¿Qué métodos anticonceptivos existen?

Métodos hormonales

La píldora

ES UNO DE LOS MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS REVERSIBLES MÁS EFICACES Y SEGUROS UTILIZADO EN EL MUNDO.

Actúa sobre el ciclo hormonal de la mujer impidiendo la ovulación. Las píldoras combinadas contienen las hormonas estrógeno y progestágeno, también existen píldoras que sólo contienen progesterona. Ningún otro método anticonceptivo ha sido y sigue siendo tan estudiado de modo tan profundo como la píldora.





Hoy en día se dispone de píldoras que, además de una alta eficacia anticonceptiva con menos efectos secundarios, poseen ventajas adicionales como:

- Aliviar los síntomas del síndrome premenstrual (sensibilidad mamaria, dolor abdominal, etc.).
- Mejorar algunas alteraciones de la piel (acné).

La anticoncepción oral es un método reversible y muy seguro para prevenir el embarazo, siempre que se utilice siguiendo las indicaciones médicas.

Tú médico/a te recomendará cuál es la más conveniente para ti.

La píldora de emergencia

La píldora anticonceptiva de emergencia o comúnmente llamada “píldora del día después” es un método de emergencia y no se puede utilizar como método anticonceptivo habitual.





Debe ser usada tras el fallo del método habitual o después de practicar el coito sin protección, permitiendo evitar el embarazo no deseado. La píldora de emergencia se comercializa en envases monodosis de uno o dos comprimidos. Deben tomarse el o los dos comprimidos juntos lo antes posible tras el coito desprotegido. Siempre en un plazo máximo de 72 horas.

La máxima eficacia se consigue cuanto antes se tome el o los comprimidos, llegando al 95% si se han tomado en las primeras 24 h. La píldora del día después evita el embarazo antes de que éste se haya producido. No actúa si ya estás embarazada. NO ES ABORTIVA.

Sistema intrauterino de liberación

Se trata de un DIU (dispositivo intrauterino) que además de ofrecer una alta eficacia anticonceptiva, ofrece ventajas con respecto a los otros DIU. Este DIU, actúa liberando pequeñas cantidades de una hormona (parecida a la producida de manera natural por la mujer) durante 5 años. Tiene una eficacia anticonceptiva tan alta como la Ligadura de trompas, no requiriendo de una intervención quirúrgica.





Implantes subdérmicos

Consiste en la inserción por parte del médico/a de una o dos varillas bajo la piel del brazo, que gradualmente liberan pequeñas cantidades de hormona. Actúa durante 3 ó 5 años, dependiendo del tipo de implante, impidiendo la ovulación.



El anillo vaginal

Consiste en la introducción por la propia mujer de un anillo de plástico en la vagina todos los meses. El anillo libera hormonas durante 3 semanas debiendo ser retirado por la mujer al comienzo de la 4^a semana. Actúa igual que la píldora combinada.

Parche anticonceptivo

Este método libera hormonas que son absorbidas a través de la piel. Consiste en la aplicación de un



parche semanal durante 3 semanas seguido de una semana sin parche. Actúa igual que la píldora combinada.

Inyectables

Consiste en una inyección de forma trimestral si su composición es sólo de progestágeno o mensual si su composición es de estrógeno y progestágeno.

Métodos barrera

Los métodos barrera impiden la unión del espermatozoide con el óvulo.

Condón o preservativo

ESTE MÉTODO PREVIENE DE LAS INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL Y DEL CONTAGIO DE S.I.D.A.

Cubierta de látex (generalmente) muy delgada, que se coloca sobre el pene erecto antes de la penetración.

Existe también el **preservativo femenino** que se pone antes del coito dentro de la vagina.





Diafragma

Capuchón flexible de látex, que la mujer introduce en su vagina antes del coito. Debe usarse con espermicidas.



Métodos mecánicos

D.I.U. (Dispositivo intrauterino)

Es un pequeño dispositivo de polietileno con un filamento de cobre que el médico/a implanta en el interior del útero. Su efecto anticonceptivo se debe a una respuesta inflamatoria, incrementada por el cobre que lleva el DIU, dentro de la matriz.





Métodos naturales

Se basan en calcular el período de tiempo en el ciclo de la mujer en el cual el embarazo es más probable y practicar la abstinencia coital durante ese período. Entre estos los más conocidos son: el método del calendario (Ogino), el método de la temperatura, y el método del moco cervical (Billings). Poseen un bajo margen de eficacia debido a la variabilidad del ciclo y a la dificultad del control del mismo.

Métodos químicos

Espermicidas

Son sustancias que destruyen o incapacitan a los espermatozoides de modo que no lleguen al útero o no sean capaces de fecundar el óvulo. Los puedes encontrar como gel, espuma o supositorios. No debe utilizarse como único método anticonceptivo ya que su eficacia es muy baja. La mayoría de preservativos llevan alguna sustancia espermicida.

Métodos quirúrgicos

Son métodos que por lo general se consideran irreversibles, es decir, la persona que se somete a la intervención quirúrgica deja de ser fértil de por vida.

Ligadura de trompas en la mujer

Es una intervención quirúrgica que se realiza con el fin de ocluir las trompas de Falopio, para evitar que el óvulo sea fecundado y llegue al útero, y que produce esterilidad permanente.

Vasectomía en el hombre

Procedimiento quirúrgico, que consiste en cortar y ligar los conductos deferentes, encargados de transportar



los espermatozoides desde los testículos al exterior.

¿Qué método debemos utilizar?

Es una decisión muy personal, cada tipo de anticonceptivo tiene sus ventajas e inconvenientes.

Es aconsejable que un profesional de la salud te ayude a decidir cuál es el mejor para ti.

En principio el método ideal podría ser aquel que reuniese las siguientes condiciones:

- Eficacia absoluta (ningún fallo).
- De uso sencillo.
- Que no interfiera en la espontaneidad y en la calidad de las relaciones sexuales.
- Que sea un método con beneficios añadidos.
- Que proteja frente a las infecciones de contagio sexual si necesitamos esa protección.



CAMPAÑA sexo CON seso



con la colaboración de:



SOCIEDAD ESPAÑOLA
DE CONTRACEPCIÓN



www.sexoconseso.com