

DGETAYCM

Dirección académica

ORIENTACIÓN EDUCATIVA

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

Arit Furiati Orta | Itandehui García Flores | Judith Doris Bautista Velasco



TERCER SEMESTRE

2020

SI HAS TOMADO LA DECISIÓN DE INICIAR TU VIDA SEXUAL, ES IMPORTANTE QUE TE INFORMES A CERCA DE CÓMO PREVENIR EMBARAZOS NO DESEADOS Y DE LAS ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

El método anticonceptivo es cualquier sustancia, objeto o procedimiento para prevenir un embarazo. Permiten tener el control de la natalidad, ayudando a las parejas a decidir si desean o no tener hijos o el momento en el cual tenerlos. Asimismo, existe un método que además de ser anticonceptivo previene la transmisión de enfermedades sexuales.

Los métodos anticonceptivos ayudan a la prevención de embarazos no deseados y embarazos en adolescentes, no obstante, se debe tener en cuenta que ningún método anticonceptivo puede considerarse mejor que otro ni que es cien por ciento seguro.



¿Cuáles son los métodos anticonceptivos?

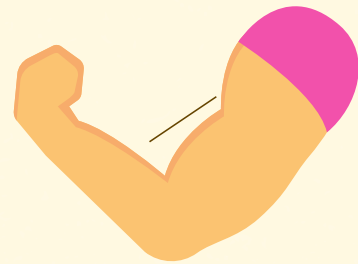
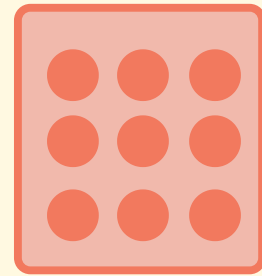
Hormonales

Son anticonceptivos que utilizan hormonas para prevenir el embarazo, generalmente este tipo de anticonceptivos contienen estrógenos y progesterona, aunque en algunos casos sólo progesterona. Evitan el embarazo al bloquear la liberación de óvulos de los ovarios, adelgazar el revestimiento del útero o engrosar el moco en el cuello uterino para evitar que los espermatozoides lleguen al óvulo.

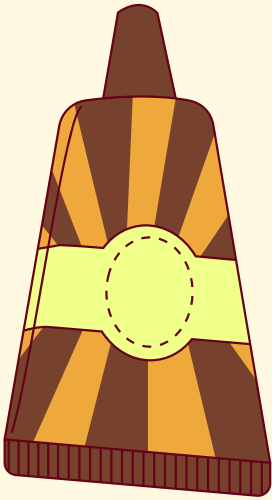
- **Anillo vaginal: único de administración vaginal mensual.** Es un anillo transparente, suave y flexible que se coloca vía vaginal, liberando diariamente dosis bajas de hormonas.
- **Pastillas anticonceptivas: son pastillas que contienen hormonas similares a las que producen los ovarios (estrógenos y gestágenos), funcionan impidiendo la ovulación y por tanto el embarazo. Su administración es diaria por vía oral.**
- **Dispositivo intrauterino con Levonorgestrel: es un dispositivo de plástico en forma de T que contiene un sistema liberador de Levonorgestrel, lo cual evita un embarazo.**



- **Parches anticonceptivos:** es una pequeña lámina adhesiva de plástico que contiene las hormonas que impiden la ovulación y por tanto el embarazo. Esta lámina se pega a la piel y las hormonas se van liberando lentamente, pasando al organismo a través de la piel.
- **Implante subdérmico:** es una varilla flexible que se coloca bajo la piel del brazo de la mujer, ofreciendo protección anticonceptiva entre 3 y 5 años, contiene una hormona derivada de la progesterona, que evita la ovulación y hace más espeso el moco del cuello del útero, impidiendo el paso de los espermatozoides al interior del útero. Si bien su duración es de años, el médico lo puede retirar en cualquier momento.
- **Inyección intramuscular anticonceptiva:** método que se inyecta en un músculo y la aplicación puede ser mensual o trimestral. La mensual contiene hormonas combinadas (estrógeno y progesterona), mientras que la trimestral contiene sólo progestina. Las inyecciones anticonceptivas mensuales pueden ser usadas por toda mujer, mientras que la trimestral se recomienda para mayores de 18 años.



QUÍMICOS



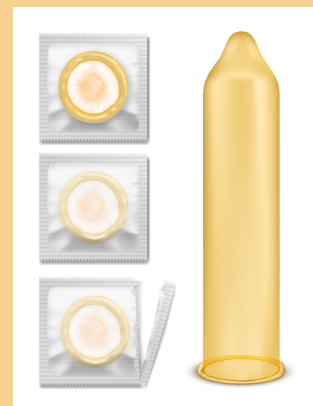
En este tipo de anticonceptivos se encuentran los espermicidas que son productos químicos que desactivan o matan a los espermatozoides, pues causan la ruptura de las membranas de los espermatozoides, lo cual disminuye su capacidad de movimiento y de fecundar el óvulo. Están disponibles en óvulos, aerosoles (espumas), cremas, tabletas vaginales, supositorios o películas vaginales solubles.

BARRERA

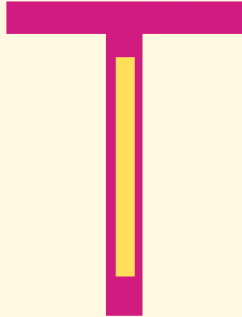
Impiden la entrada de espermatozoides al útero

- **Preservativo o condón:** existe la versión masculina y femenina de este tipo de anticonceptivo. El condón masculino es una funda de látex que se coloca en el pene erecto antes de la relación sexual y que lo cubre por completo, lo cual impide que el espermatozoides lleguen al útero. En el caso del femenino, es un recubrimiento delgado de látex con aros de poliuretano en extremos opuestos, éstos se introducen en la vagina antes del coito, lo cual impide que los espermatozoides lleguen al útero. No tiene efectos perjudiciales para ningún miembro de la pareja, salvo que alguno de los dos tenga alergia al látex.
- **Diafragma anticonceptivo:** aro de goma que se sitúa en el cuello del útero cerrando el paso a los espermatozoides.

Los condones además de ser anticonceptivos, son los únicos que evitan que los microorganismos pasen de un miembro de la pareja al otro, lo cual previene las enfermedades de Transmisión Sexual, incluyendo el VIH



DISPOSITIVO INTRAUTERINO (DIU)



Está elaborado de plástico flexible, tiene una rama vertical y una horizontal a manera de T. La rama vertical está rodeada de un alambre de cobre, que impide el paso de espermatozoides. Su mecanismo de acción es provocar una alteración del microclima intrauterino que dificulta en gran medida la fecundación. Se coloca dentro de la matriz, mediante un tubo especial diseñado para ello.

MÉTODOS QUIRÚRGICOS

Son aquellos que se realizan mediante un procedimiento quirúrgico, generalmente son permanentes y no reversibles. Por lo regular se practican en mujeres y hombres que ya tienen un número de hijos deseado.

- Oclusión Tubaria Bilateral (OTB) o Salpingoclasia: se realiza después de un parto, aborto, durante la cesárea o en cualquier momento que la mujer decida no tener más hijos; consiste en una pequeña herida en el ombligo en el momento inmediato al parto, a nivel del nacimiento del vello púbico, o también se puede realizar durante una cesárea. Se identifican las trompas uterinas, las cuales se cortan y se ligan para impedir el paso del óvulo y de los espermatozoides.
- Vasectomía: consiste en seccionar o cortar los conductos deferentes encargados de llevar los espermatozoides desde el testículo al exterior cuando se eyacula. Una vez realizada, los espermatozoides que a diario se producen son reabsorbidos por el organismo. Puesto que el líquido seminal es elaborado en la próstata, la vasectomía no impide la eyaculación. Después de practicar una vasectomía no se ve afectada la capacidad sexual, la erección y la eyaculación.



Anticoncepción de emergencia

También llamada píldora del día siguiente, es un método que puede ser utilizado por la mujer después de haber tenido relaciones sexuales sin protección o no deseadas (violación), o por fallo de un método anticonceptivo para evitar un embarazo (rotura de un preservativo, olvido de la toma de la píldora). El mecanismo de acción puede ser: detener o retrasar la ovulación, evitar que los espermatozoides fertilicen el óvulo o evitar que el óvulo ya fecundado migre al útero y se implante. Tiene una efectividad después de la relación sexual del 95% antes de las 24 horas y de 75% después de más de 72 horas. No se recomienda su uso de forma rutinaria.

Métodos naturales

Son los relacionados al conocimiento de la fertilidad, se basan en la observación de síntomas asociados a los procesos fisiológicos que dan lugar a la ovulación, y en la adaptación del acto sexual a las fases fértiles o infértiles del ciclo menstrual.

- Método de la temperatura: el aumento de la progesterona afecta la temperatura corporal interna de la mujer durante la ovulación, por lo que se debe registrar la temperatura del cuerpo todos los días después de despertarse y antes de levantarse de la cama. Se necesita una continuidad de al menos tres ciclos para comprobar la regularidad.
- Método de ovulación: se basa en la observación diaria de los cambios en el moco cervical a lo largo del ciclo menstrual, pues este cambia previamente a la ovulación.




ESTOS MÉTODOS SON DE BAJA EFICACIA, PUES EN MUCHOS CASOS LAS MUJERES TIENEN PERÍODOS IRREGULARES, O PUEDEN TENER MÁS DE UNA OVULACIÓN AL MES.

REFLEXIONA Y CONSULTA

Después de haber revisado la información, realiza un análisis acerca de tus conocimientos sobre métodos anticonceptivos.

- 1 ¿Identificas los diferentes tipos de anticonceptivos?
- 2 ¿Qué aspectos consideras que deben tomarse en cuenta para optar por un método anticonceptivo?
- 3 ¿En qué casos se puede utilizar la pastilla del día siguiente?
- 4 ¿Cuáles son las implicaciones de optar por anticonceptivos hormonales para la mujer?
- 5 ¿En qué casos se puede optar por un método quirúrgico?
- 6 ¿Crees que el coito interrumpido es un método anticonceptivo?



A series of horizontal lines for writing, intended for the user to provide answers to the questions listed on the left.

SUGERENCIAS PARA ELEGIR UN MÉTODO ANTICONCEPTIVO

- Reconoce tu estado de salud general
- Considera la importancia de prevenir enfermedades de transmisión sexual
- Reflexiona, analiza y plática con tu pareja
- Toma en cuenta la frecuencia con que tienes relaciones sexuales
- Analiza la eficacia de cada método para la prevención del embarazo
- Identifica los efectos secundarios del método anticonceptivo a elegir
- Si deseas tener hijos en un futuro, descarta métodos irreversibles
- Considera la facilidad y comodidad de uso del método elegido
- Acude al médico para una valoración y orientación adecuada



El coito interrumpido, no es un método anticonceptivo, pues previo a la eyaculación se expulsan gotas de semen que contienen espermatozoides, lo cual puede producir un embarazo.

Si necesitas más información acerca del tema puedes consultar las siguientes recomendaciones o investigar en la web.



- Instituto Mexicano del Seguro Social (2015). Planificación familiar [en línea]. Disponible en: <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/planificacion-familiar/>



- Carballo, Alba (2018). Embarazo adolescente: riesgos y consecuencias [en línea]. Disponible en: <https://www.guiainfantil.com/articulos/embarazo/embarazo-adolescente-riesgos-y-consecuencias/>

- Humberto Soriano Fernández, Lourdes Rodenas García y Dolores Moreno Escribano (2010). Criterios de Elegibilidad de Métodos Anticonceptivos. Nuevas Recomendaciones [en línea]. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1699-695X2010000300009



- Hospital Privado Universitario de Córdoba (2018). Los métodos anticonceptivos. <https://www.youtube.com/watch?v=NdEKzllittk>



Película:

- La joven vida de Juno (EUA, 2007)

Referencias

- Sanitas (s.f.). Los métodos anticonceptivos [en línea]. Disponible en: <https://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/ginecologia/exploraciones-ginecologia/san041994wr.html> (Consultado el 5 de agosto de 2020)
- CIGNA (2019). Métodos anticonceptivos [en línea]. Disponible en: <https://www.cigna.com/individuals-families/health-wellness/hw-en-espanol/temas-de-salud/metodos-anticonceptivos-hw237864#:~:text=El%20m%C3%A9todo%20anticonceptivo%20es%20cualquier,de%20que%20pudiera%20quedar%20embarazada.> (Consultado del 5 de agosto de 2020)
- Sexualidad Informada. (s.f.). Métodos anticonceptivos [en línea]. Disponible en: https://sexualidadinformada.mx/index.php?option=com_blankcomponent&view=default&Itemid=104&gclid=EAlaIqobChMlt-wusGH6wIVjsDACH1aogh1EAAAYASAAEgl6ePD_BwE (Consultado el 5 de agosto de 2020)
- Instituto Mexicano del Seguro Social (2015). Planificación familiar [en línea]. Disponible en: <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/planificacion-familiar/> (Consultado del 5 de agosto de 2020)
- Instituto Nacional del Cáncer (s.f.). Anticoncepción hormonal [en línea]. Disponible en: <https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionario/def/anticoncepcion-hormonal> (Consultado del 6 de agosto de 2020)
- Diseño elaborado en [canva.com](https://www.canva.com)
- Imágenes y fotografías tomadas de:
 - [pixabay.com](https://www.pixabay.com)
 - [canva.com](https://www.canva.com)
 - [freepik.es](https://www.freepik.es)