

MÉTODOS DE CONTROL NATAL

Control natal y planificación familiar

Su elección del método de control natal depende de muchos factores, entre ellos su salud, la frecuencia de sus relaciones sexuales y si desea o no tener hijos.

Aquí están algunas preguntas a considerar al seleccionar un método anticonceptivo:

- ¿Qué tan efectivo es el método para prevenir el embarazo? Para decir qué tan bien funciona un método, observe el número de embarazos en 100 mujeres que usan dicho método por un período de un año.
- ¿Cuáles son sus sentimientos respecto a quedar embarazada? ¿Un embarazo no planeado crearía dificultades o angustia a una mujer o su pareja? ¿O sería un embarazo bienvenido si ocurrió antes de lo previsto?
- ¿Cuánto cuesta un método de control de la natalidad? ¿Su plan de seguro lo paga?
- ¿Cuáles son los riesgos para la salud? Hable sobre estos riesgos con su proveedor de atención médica antes de creer lo que oye de los demás.
- ¿Su pareja está dispuesta a aceptar y utilizar un determinado método anticonceptivo?
- ¿Quiere un método que solo necesite usar cuando tiene relaciones sexuales? ¿O quiere algo que esté puesto y siempre funcionando?
- ¿Es importante prevenir las infecciones transmitidas por contacto sexual? Muchos métodos no lo protegen de infecciones de transmisión sexual (ITS). Los condones son la mejor opción para la prevención de estas infecciones. Funcionan mejor cuando se combinan con espermicidas.
- Disponibilidad: ¿Puede usarse el método sin una receta, sin la visita del proveedor o, en caso de los menores de edad, sin el consentimiento de los padres?

Metodos anticonceptivos de barrera

CONDONES

- Un condón es una cubierta delgada de látex o poliuretano. El [condón masculino](#) se coloca alrededor del pene erecto, mientras que el [condón femenino](#) se coloca dentro de la vagina antes de la relación sexual.
- Un condón se tiene que usar en todo momento durante la relación sexual para prevenir un embarazo.
- Los condones están disponibles en la mayoría de las farmacias y tiendas. Algunas clínicas de planificación familiar ofrecen los condones en forma gratuita. Usted no necesita una receta médica para conseguir los condones.

El condón masculino - ilustración

El condón masculino es un método anticonceptivo de barrera hecho de látex y poliuretano que se coloca sobre el pene erecto. Los condones son de venta libre y, si se los usa de forma apropiada, constituyen una barrera efectiva para prevenir el embarazo y las enfermedades de transmisión sexual.



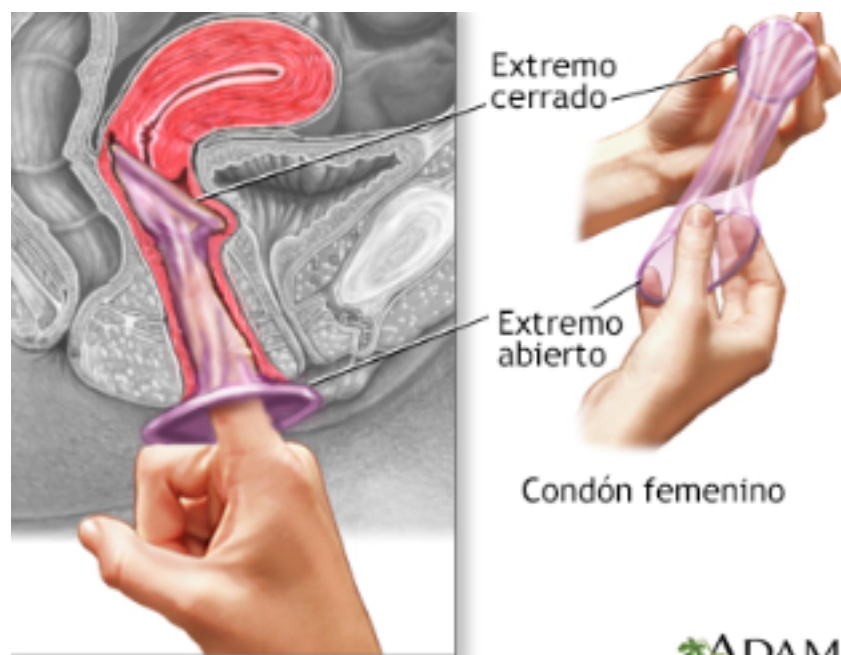
Apretar la punta del condón para que no quede aire adentro y sujetar la punta mientras se desenrolla en condón sobre la base del pene



Condón de látex enrollado

El condón femenino - ilustración

El condón femenino, al igual que el masculino, es un método anticonceptivo de barrera hecho de látex o poliuretano. El condón tiene un anillo en cada extremo; el anillo que corresponde al interior de la vagina se encaja sobre el cuello uterino, mientras que el otro anillo permanece abierto y al exterior de la vagina, cubriendo la vulva. El condón femenino es de venta libre.



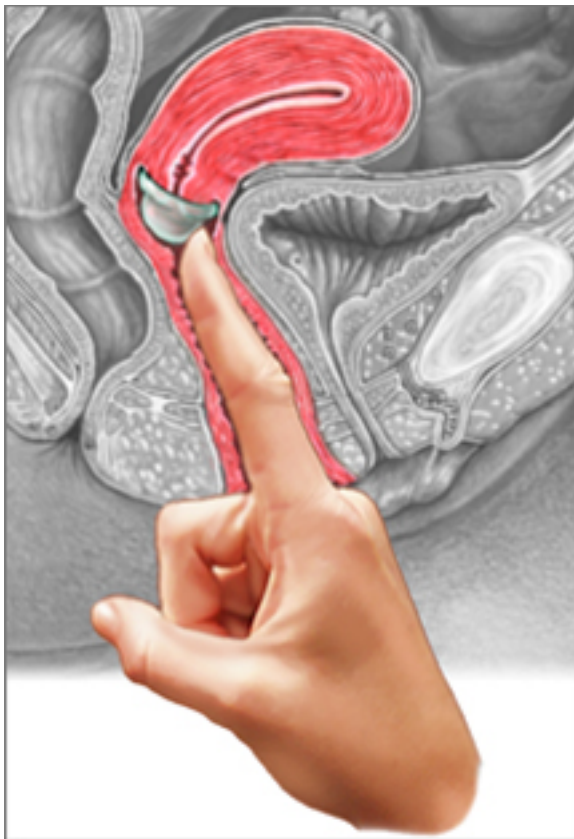
DIAFRAGMA Y CAPUCHÓN CERVICAL

- Un diafragma es una copa de goma flexible llena con crema o jalea espermicida.
- Se coloca en la vagina, sobre el cuello uterino, antes de la cópula, para evitar que los espermatozoides lleguen al útero.
- Se debe dejar en su lugar por 6 a 8 horas después de tener una relación sexual.
- Los diafragmas deben ser recetados por el proveedor de la mujer. El proveedor determinará el tipo y tamaño de este dispositivo adecuado para la mujer.
- Alrededor de 5 a 20 embarazos ocurren anualmente por cada 100 mujeres que emplean este método, dependiendo del uso apropiado.
- Un dispositivo similar más pequeño se denomina capuchón cervical.

- Los riesgos abarcan irritación y reacciones alérgicas al diafragma o al espermicida e incremento de la frecuencia de las infecciones urinarias y las candidiasis. En pocos casos, se puede presentar síndrome de *shock* tóxico en mujeres que se dejan el diafragma puesto por mucho tiempo. Un capuchón cervical puede provocar una prueba de Papanicolaou anormal.

Anillo vaginal - ilustración

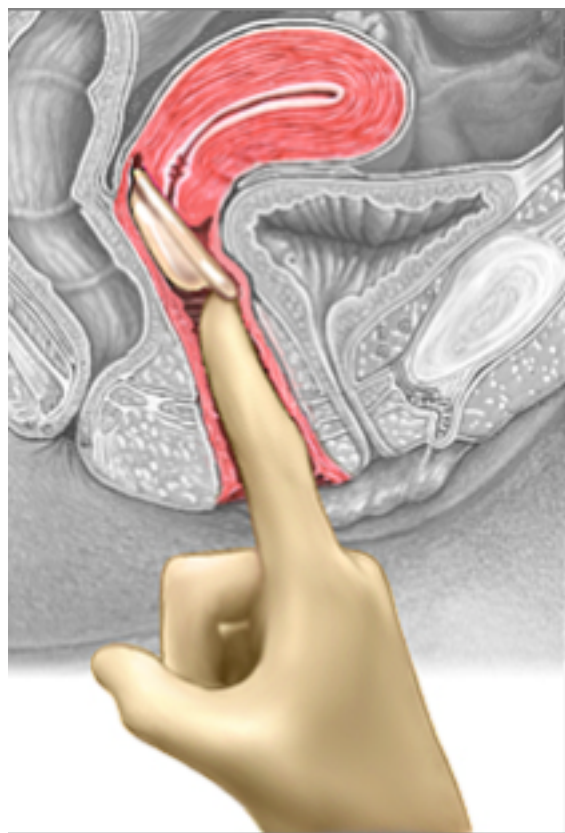
El anillo vaginal es un anillo flexible de aproximadamente 2 pulgadas (5,1 cms) de diámetro que se inserta dentro de la vagina y que libera progestágeno y estrógeno dentro del cuerpo para evitar el embarazo. La mujer se lo inserta ella misma, lo deja en la vagina durante 3 semanas y luego lo retira por una semana para tener el período. Al igual que otros métodos hormonales, se requiere prescripción por parte del médico.



Método de barrera:
El capuchón cervical
se ajusta cómodamente
sobre el cuello uterino
e impide que los
espermatozoides
penetren en el útero

El diafragma - ilustración

El diafragma es un receptáculo flexible de caucho que las mujeres llenan de espermicida e insertan sobre el cuello uterino antes del acto sexual. Dicho instrumento se deja en su sitio varias horas después del coito. El diafragma se obtiene con la prescripción y la medición de un profesional de la salud y es más caro que otros anticonceptivos de barrera como el condón.



Método de barrera:
El diafragma se ajusta
en el cuello uterino
e impide que los
espermatozoides
entren al útero

 ADAM

ESPONJA VAGINAL

- Las esponjas vaginales anticonceptivas son suaves y contienen un químico que destruye o "inactiva" los espermatozoides.
- La esponja se humedece y se introduce en la vagina para cubrir sobre el cuello uterino antes de la cópula.
- La esponja vaginal se puede comprar en la farmacia sin necesidad de receta.

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS HORMONALES

Algunos métodos anticonceptivos utilizan hormonas. Estos tienen ya sea un estrógeno y un progestágeno, o un progestágeno solo. Usted necesita receta para la mayoría de los métodos anticonceptivos hormonales.

- Ambas hormonas le impiden al ovario de una mujer liberar un óvulo durante su ciclo menstrual. Ellas hacen esto afectando los niveles de otras hormonas que el cuerpo produce.
- Los progestágenos ayudan a evitar que los espermatozoides ingresen al útero al hacer que la mucosidad alrededor del cuello uterino de una mujer se vuelva espesa y pegajosa.

Los tipos de métodos anticonceptivos hormonales abarcan:

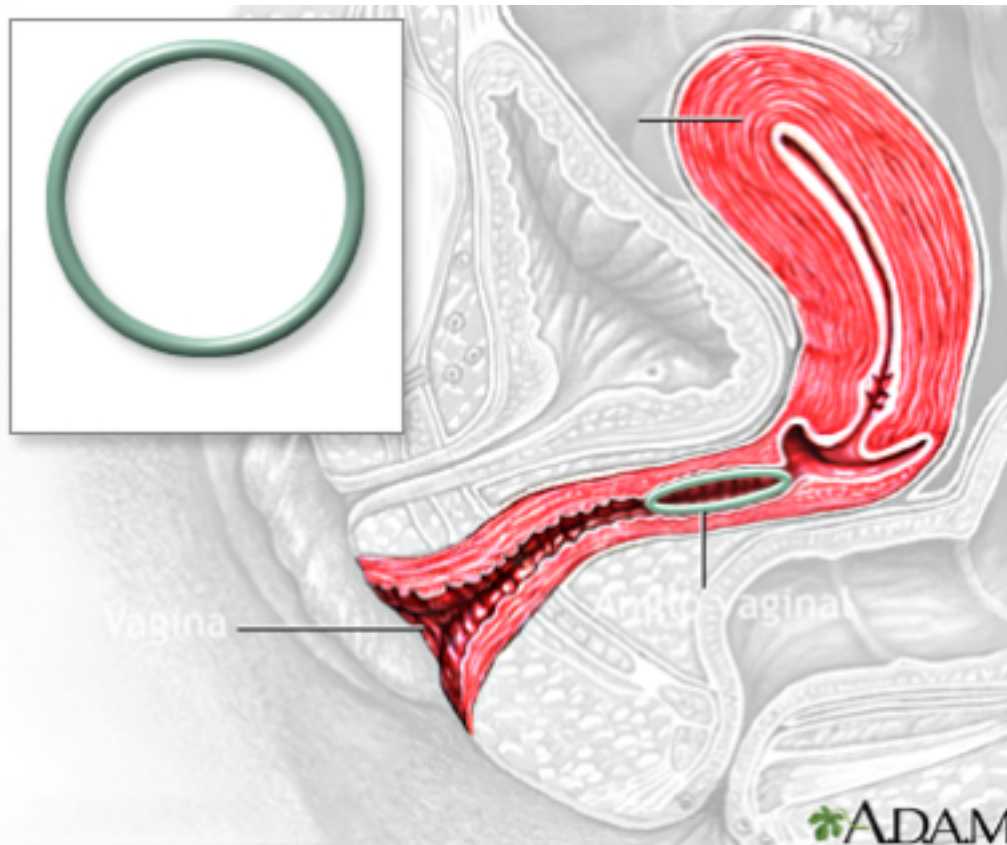
- Las píldoras anticonceptivas que pueden contener estrógeno y progestágeno o solo progestágeno.
- Los implantes son pequeñas barritas implantadas bajo la piel y que liberan una dosis continua de una hormona para prevenir la ovulación.
- Las inyecciones de progestágeno, como el Depo-Provera, se aplican en el tejido muscular de la parte superior del brazo o en los glúteos una vez cada tres meses.
- El parche cutáneo, como por ejemplo Ortho Evra, se coloca en los hombros, los glúteos u otro lugar del cuerpo. Este parche libera una dosis continua de hormonas. Como cualquier otro método hormonal, requiere receta médica.
- El anillo vaginal, como por ejemplo NuvaRing, es un anillo flexible de alrededor de 2 pulgadas (5 centímetros) de diámetro que se coloca dentro de la vagina. Dicho anillo libera las hormonas progestágeno y estrógenos.
- Anticonceptivo de emergencia (o “píldora del día siguiente”). Este medicamento se puede comprar en la farmacia sin necesidad de receta.

Anticonceptivos a base de hormonas - ilustración

La píldora funciona de diferentes maneras para prevenir el embarazo suprime la ovulación de tal forma que los ovarios no liberan el óvulo y ocasiona cambios en el moco cervical,

haciendo que éste sea más espeso y que por lo tanto sea más difícil para el espermatozoide nadar hacia el útero. La píldora tampoco permite que el revestimiento del útero se desarrolle lo suficiente como para albergar y nutrir el óvulo fertilizado. Este método de control de la natalidad no proporciona protección contra las enfermedades de transmisión sexual.



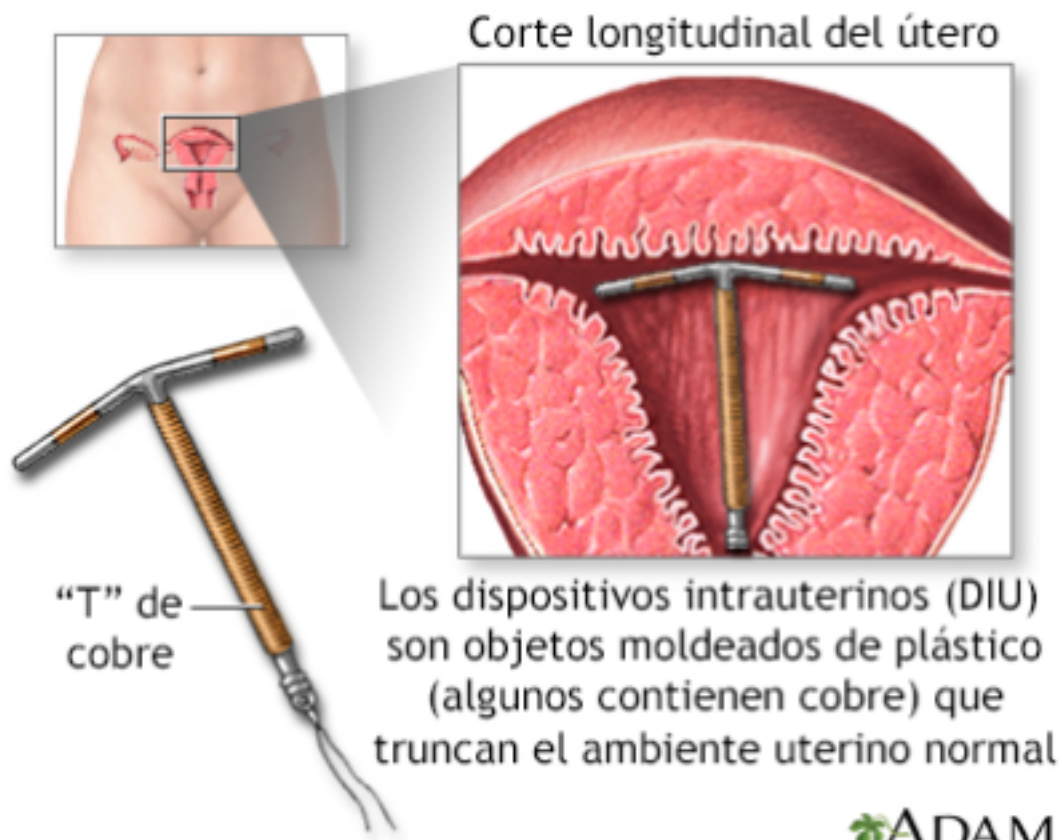


DISPOSITIVO INTRAUTERINO (DIU)

- El dispositivo intrauterino (DIU) es un pequeño dispositivo de plástico o cobre que el proveedor coloca dentro del útero. Algunos DIU segregan pequeñas cantidades de progestágeno. Los DIU se pueden dejar en su lugar hasta por 3 a 10 años, dependiendo del tipo de dispositivo utilizado.
- Los DIU se pueden colocar casi en cualquier momento.
- Los DIU son seguros y funcionan bien. Menos de 1 de cada 100 mujeres por año quedará en embarazo usando este método.
- Los DIU que liberan progestágeno puede tratar el sangrado menstrual abundante y reducir los cólicos. También pueden hacer que los períodos se detengan por completo.

Dispositivos intrauterinos - ilustración

El dispositivo intrauterino (DIU) que aquí se muestra utiliza el cobre como anticonceptivo activo; otros emplean la progesterona contenida en un dispositivo de plástico. Los DIU son muy eficaces para prevenir el embarazo (menos del 2% cada año para los DIU de progesterona y menos del 1% cada año para los DIU de cobre). Los DIU incrementan el riesgo de embarazos ectópicos y de perforación del útero y no proporcionan protección contra las enfermedades de transmisión sexual. Los DIU se obtienen bajo prescripción médica y los debe implantar un profesional de la salud.



MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS PERMANENTES

Estos métodos son los mejores para las mujeres, los hombres y las parejas que están convencidos que no desean tener hijos en el futuro. Incluyen la vasectomía y la ligadura de trompas. Estos procedimientos algunas veces se pueden anular si se desea un embarazo posteriormente. Sin embargo, la tasa de efectividad para la anulación no es alta.

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS QUE NO FUNCIONAN MUY BIEN

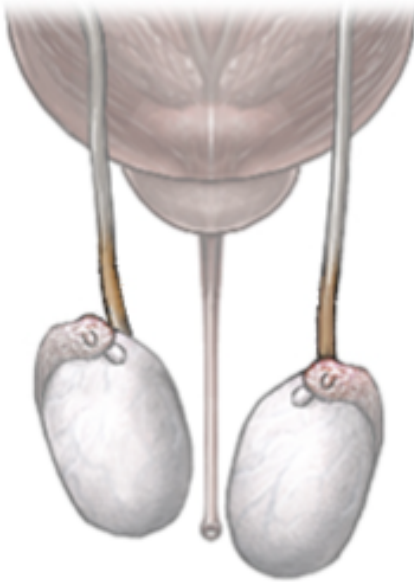
- El retiro del pene de la vagina antes de la eyaculación aún puede provocar un embarazo. Algo de semen con frecuencia se escapa antes del retiro completo del pene, suficiente para provocar un embarazo.
- Realizarse una ducha vaginal poco después de la relación sexual probablemente no funcione. Los espermatozoides pueden hacer su recorrido y atravesar el cuello uterino en cuestión de 90 segundos.
- Lactancia materna: a pesar de los mitos, las mujeres que están amamantando pueden quedar embarazadas.

Antes y después de la vasectomía - ilustración

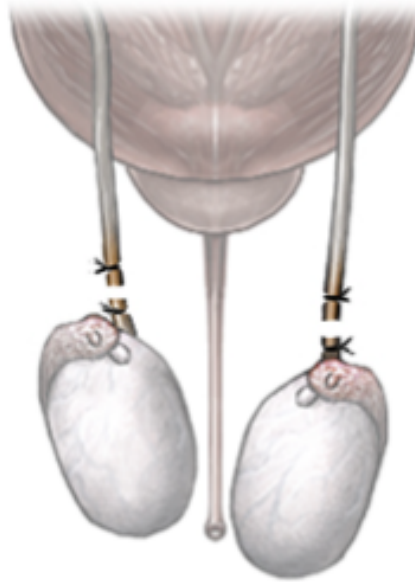
La vasectomía es un procedimiento simple que es muy efectivo para la prevención del embarazo. Por lo general, los hombres no presentan efectos secundarios de la vasectomía, ni experimentan ningún cambio en el desempeño o en la función sexual. Algunos hombres sentirán dolor por unos cuantos días, pero éste se puede aliviar por medio de analgésicos y una compresa de hielo.



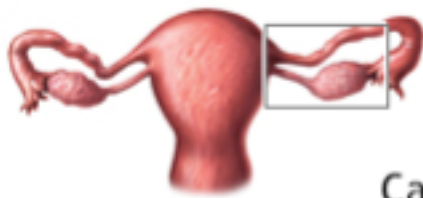
Antes



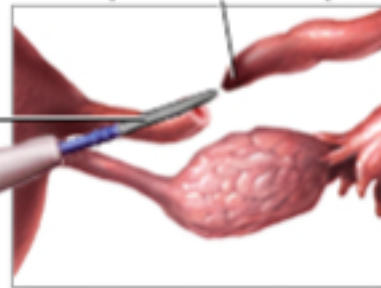
Después



ADAM.



Cauterización de las trompas de Falopio



Cauterio

Se sellan las trompas de Falopio



ADAM.

REFERENCE:

urac. (2023). Control natal y planificación familiar. Recuperado de
<https://ssl.adam.com/content.aspx?productid=118&pid=5&gid=001946&site=trihealthse3.adam.com&login=T>
[RIHEALTH1897](#)