

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS



LOS MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS SON TÉCNICAS O DISPOSITIVOS QUE IMPIDEN EL EMBARAZO. ACTÚAN IMPIDIENDO LA OVULACIÓN, LA FECUNDACIÓN O LA IMPLANTACIÓN DEL EMBRIÓN.

LOS MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS MÁS IMPORTANTES SON:

1. MÉTODOS HORMONALES (químicos).

- BLOQUEAN la OVULACIÓN (no se libera el óvulo) o ESPESAN el MOCO CERVICAL (impide el paso del SEMEN) gracias a **HORMONAS SINTÉTICAS**:
 - > **PÍLDORA COMBINADA** (estrógeno + progestágeno, que bloquea la ovulación)
 - > **MINIPÍLDORA** (sólo progestágeno, que espesa el moco cervical para impedir el paso del espermatozoides.)
 - > **IMPLANTE** (etónogestrel, que bloquea la ovulación)
 - > **INYECTABLE** (Depo-Provera, que bloquea la ovulación)

2. MÉTODOS de BARRERA (físicos).

- BLOQUEAN el PASO de los ESPERMATOZOIDES e IMPIDEN que lleguen al óvulo:
 - > **CONDÓN MASCULINO** (funda delgada, lubricada y de látex que se coloca sobre el pene erecto)
 - > **CONDÓN FEMENINO** (funda delgada, lubricada y de látex que se coloca en la vagina)
 - > **DIAFRAGMA** (copa de silicona flexible en forma de domo que tapa el cuello uterino)
 - > **ESPONJA VAGINAL** (un disco de espuma de poliuretano suave, desechable, impregnado con espermicida)

3. Dispositivo Intrauterino (DIU) (químicos).

- GENERAN un AMBIENTE HOSTIL para los ESPERMATOZOIDES (cobre) o espesan el moco cervical y pueden INHIBIR la OVULACIÓN (hormonal):
 - > **DIU de COBRE** (libera iones que son tóxicos para los espermatozoides.)
 - > **DIU HORMONAL** (libera progestágeno localmente)

4. MÉTODOS NATURALES (físicos).

- EVITAR que el SEMEN y los ÓVULOS se encuentren
 - > **MARCHA ATRÁS** (retirar el pene de la vagina justo antes de que se produzca la eyaculación)
 - > **CALENDARIO** (hacer un seguimiento del ciclo menstrual para identificar los días fértiles y evitar mantener relaciones sexuales con penetración durante ese periodo)

5. ANTICONCEPCIÓN de EMERGENCIA (químicos).

- RETRASAN o INHIBEN la OVULACIÓN para EVITAR que el ESPERMATOZOIDE se encuentre con el ÓVULO.
 - > **PÍLDORA del DÍA DESPUÉS** (el químico levonorgestrel hace efecto si se toma antes de 72 horas de haber tenido relaciones sexuales)
 - > **PÍLDORA de los 5 DÍAS DESPUÉS** (el químico ulipristal hace efecto si se toma antes de 120 horas de haber tenido relaciones sexuales)

6. MÉTODOS DEFINITIVOS (quirúrgicos).

- CORTAN los CONDUCTOS por donde va el SEMEN y los ÓVULOS.
 - > **VASECTOMÍA** (se cortan los conductos deferentes -no afecta erección ni eyaculación-)
 - > **LIGADURA de TROMPAS** (se cortan o bloquean las trompas de Falopio)

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS HORMONALES



¿Por qué hay dos valores de eficacia?

93 %

Effectividad con uso típico*
(* El uso típico se refiere a cómo se usa el anticonceptivo en la vida real, incluyendo posibles olvidos o errores de uso)

99,7 %

Effectividad con uso ideal
(* El uso ideal se refiere a cómo se usa el anticonceptivo siguiendo todas las indicaciones sin errores ni olvidos)

LOS **MÉTODOS HORMONALES** BLOQUEAN la OVULACIÓN (no se libera el óvulo) o ESPESAN el MOCO CERVICAL (impide el paso del SEMEN) gracias a **HORMONAS SINTÉTICAS**.: Son métodos muy seguros. La eficacia teórica es superior al 99%, pero en la práctica depende del uso correcto



PÍLDORA COMBINADA

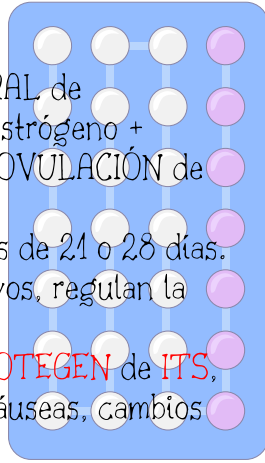
-> MECANISMO. TOMA ORAL de PASTILLAS que CONTIENEN estrógeno + progestágeno, que INHIBEN la OVULACIÓN de forma MUY CONSISTENTE.

-> DURACIÓN. Diaria. Ciclos de 21 o 28 días.

-> VENTAJAS. Muy efectivos, regulan la regla

-> DESVENTAJAS. **NO PROTEGEN** de ITS, efectos secundarios posibles (náuseas, cambios de humor).

-> EFICACIA. 99.7 %



MINIPÍLDORA

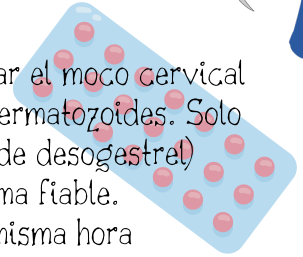
-> MECANISMO. espesar el moco cervical para impedir el paso de espermatozoides. Solo algunas formulaciones (las de desogestrel) inhiben la ovulación de forma fiable.

-> DURACIÓN. Diaria, misma hora

-> VENTAJAS. Muy efectivos, regulan la regla

-> DESVENTAJAS. **NO PROTEGEN** de ITS, efectos secundarios posibles (náuseas, cambios de humor).

-> EFICACIA. 99.7 %



IMPLANTE SUBDÉRMICO

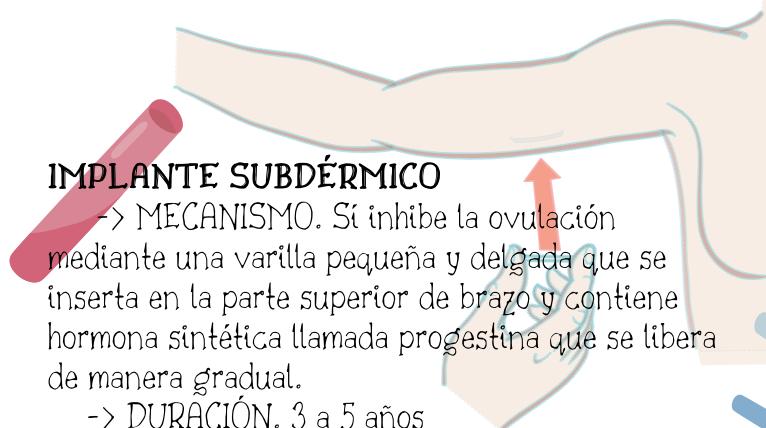
-> MECANISMO. Sí inhibe la ovulación mediante una varilla pequeña y delgada que se inserta en la parte superior de brazo y contiene hormona sintética llamada progestina que se libera de manera gradual.

-> DURACIÓN. 3 a 5 años

-> VENTAJAS. Muy efectivos, regulan la regla

-> DESVENTAJAS. **NO PROTEGEN** de ITS, efectos secundarios posibles (náuseas, cambios de humor).

-> EFICACIA. > 99 %



INYECTABLE

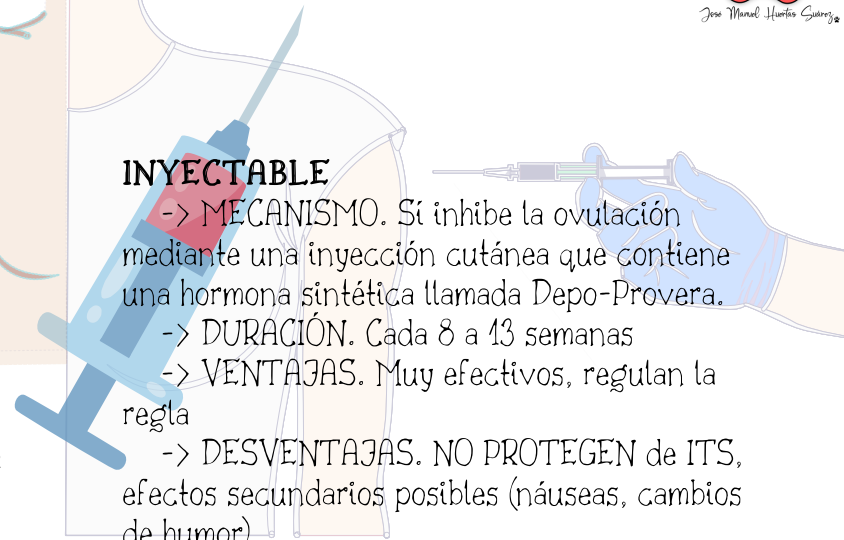
-> MECANISMO. Sí inhibe la ovulación mediante una inyección cutánea que contiene una hormona sintética llamada Depo-Provera.

-> DURACIÓN. Cada 8 a 13 semanas

-> VENTAJAS. Muy efectivos, regulan la regla

-> DESVENTAJAS. **NO PROTEGEN** de ITS, efectos secundarios posibles (náuseas, cambios de humor).

-> EFICACIA. > 99 %



PARCHE TRANSDÉRMICO

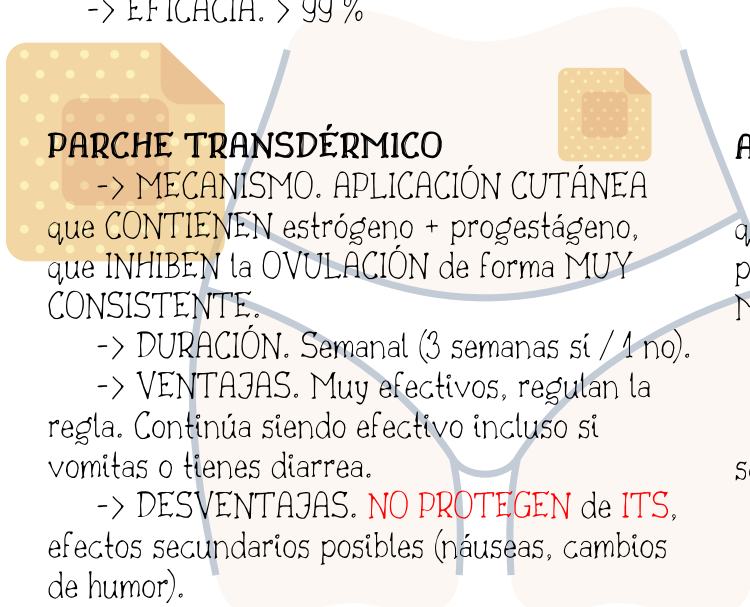
-> MECANISMO. APLICACIÓN CUTÁNEA que CONTIENEN estrógeno + progestágeno, que INHIBEN la OVULACIÓN de forma MUY CONSISTENTE.

-> DURACIÓN. Semanal (3 semanas sí / 1 no).

-> VENTAJAS. Muy efectivos, regulan la regla. Continúa siendo efectivo incluso si vomitas o tienes diarrea.

-> DESVENTAJAS. **NO PROTEGEN** de ITS, efectos secundarios posibles (náuseas, cambios de humor).

-> EFICACIA. > 99 %



ANILLO VAGINAL

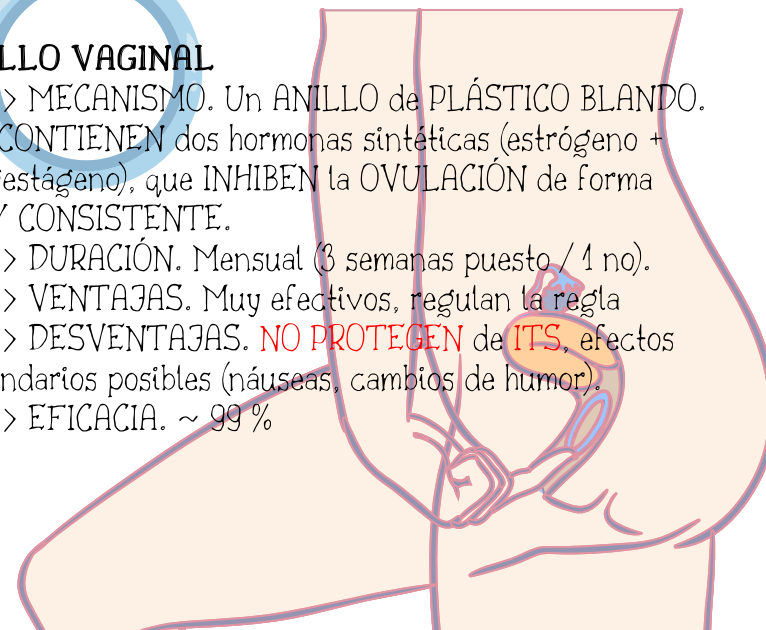
-> MECANISMO. Un ANILLO de PLÁSTICO BLANDO, que CONTIENEN dos hormonas sintéticas (estrógeno + progestágeno), que INHIBEN la OVULACIÓN de forma MUY CONSISTENTE.

-> DURACIÓN. Mensual (3 semanas puesto / 1 no).

-> VENTAJAS. Muy efectivos, regulan la regla

-> DESVENTAJAS. **NO PROTEGEN** de ITS, efectos secundarios posibles (náuseas, cambios de humor).

-> EFICACIA. ~ 99 %



MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS de BARRERA



¿Por qué hay dos valores de eficacia?

93 %

Efectividad con uso típico*

(*) El uso típico se refiere a cómo se usa el anticonceptivo en la vida real, incluyendo posibles olvidos o errores de uso.

99,7 %

Efectividad con uso ideal

(*) El uso ideal se refiere a cómo se usa el anticonceptivo siguiendo todas las indicaciones sin errores ni olvidos.

LOS MÉTODOS de BARRERA ACTÚAN COMO UN OBSTÁCULO FÍSICO PARA IMPEDIR QUE LOS ESPERMATOZOIDES CONTENIDOS EN EL SEMEN LLEGUEN AL ÓVULO Y LO FECUNDEN.



CONDÓN MASCULINO

- > MECANISMO. Funda delgada, lubricada y de látex que se coloca sobre el pene erecto.
- > DURACIÓN. Un solo uso.
- > VENTAJAS. **SÍ PROTEGEN** de ITS. Muy efectivos y fácil de conseguir y usar
- > DESVENTAJAS. Pueden romperse
- > EFICACIA. 98% / 85%

CONDÓN FEMENINO

- > MECANISMO. Funda delgada, lubricada y de látex que se coloca en la vagina.
- > DURACIÓN. Un solo uso.
- > VENTAJAS. **SÍ PROTEGEN** de ITS, fácil de usar
- > DESVENTAJAS. Difícil de conseguir.
- > EFICACIA. 95% / 79%

DIAFRAGMA

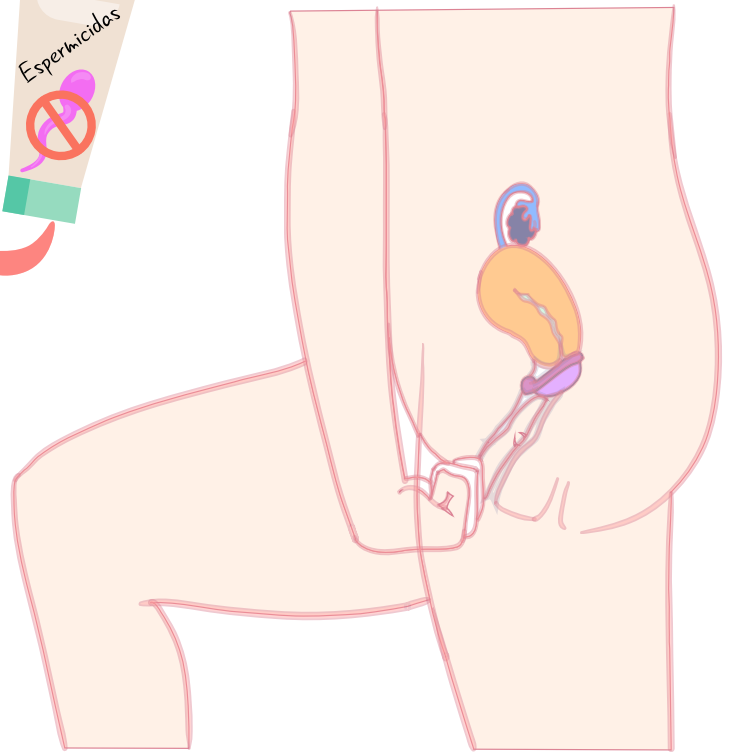
-> MECANISMO. Una copa de silicona flexible en forma de domo que se coloca en la vagina cubriendo el cuello uterino (cérvix). Debe usarse siempre con espermicida (crema o gel que inmoviliza a los espermatozoides), ya que por sí solo no sella herméticamente.

-> DURACIÓN. Reutilizable (con cuidados, dura de 1 a 2 años). Se coloca antes de la relación (con espermicida) y debe dejarse puesto 6-8 horas después.

-> VENTAJAS. Método **NO hormonal**

-> DESVENTAJAS. **NO PROTEGEN CONTRA ITS**, requiere colocación profesional (talla) y necesita espermicida en cada uso

-> EFICACIA. 94 % / 88 %



ESPONJA VAGINAL

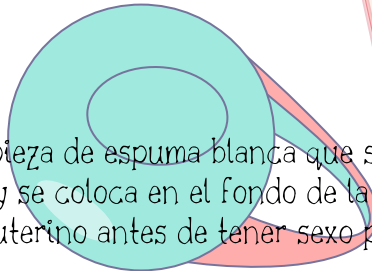
-> MECANISMO. Una pieza de espuma blanca que se humedece con espermicida y se coloca en el fondo de la vagina cubriendo el cuello uterino antes de tener sexo para evitar un embarazo.

-> DURACIÓN. Un solo uso

-> VENTAJAS. Fácil de usar

-> DESVENTAJAS. **NO PROTEGEN CONTRA ITS** y es menos eficaz en mujeres que han tenido partos vaginales.

-> EFICACIA. 91% (mujeres sin partos) / 76% (con partos)



DISPOSITIVO INTRAUTERINO (DIU)



¿Por qué hay dos valores de eficacia?

93 %

Efectividad con uso típico*

(*) El uso típico se refiere a cómo se usó el anticonceptivo en la vida real, incluyendo posibles olvidos o errores de uso.

99,7 %

Efectividad con uso ideal

(*) El uso ideal se refiere a cómo se usa el anticonceptivo siguiendo todas las indicaciones sin errores ni olvidos.

LOS **DISPOSITIVO INTRAUTERINOS (DIU)** SON ESTRUCTURAS DE PLÁSTICO FLEXIBLE EN FORMA DE T QUE LIBERAN SUSTANCIAS QUE MATAN a los ESPERMATOZOIDES o ESPESAN EL MOCO CERVICAL. OJO TIENE QUE PONERLO EL GINECÓLOGO



DIU de COBRE

-> **MECANISMO.** DISPOSITIVO de PLÁSTICO FLEXIBLE con forma de T que tiene un ALAMBRE de COBRE enrollado alrededor de su estructura que LIBERA IONES en el ÚTERO, los cuales son TÓXICOS para los ESPERMATOZOIDES.

-> **DURACIÓN.** 5 a 10 años, dependiendo del modelo.

-> **VENTAJAS.** Muy efectivos, también suele utilizarse como método anticonceptivo de urgencia.

-> **DESVENTAJAS.** **NO PROTEGEN** de **ITS** y lo tiene que poner el ginecólogo.

-> **EFICACIA.** > 99 %

DIU HORMONAL

-> **MECANISMO.** DISPOSITIVO de PLÁSTICO FLEXIBLE con forma de T que LIBERA PROGESTÁGENO, que hace ESPESAR el MOCO CERVICAL, que ACTÚA COMO BARRERA FÍSICA para el SEMEN.

-> **DURACIÓN.** 3 a 5 años

-> **VENTAJAS.** Larga duración y reversible.

-> **DESVENTAJAS.** **NO PROTEGEN** de **ITS**, efectos secundarios posibles (náuseas, cambios de humor).

-> **EFICACIA.** > 99%

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS NATURALES



¿Por qué hay dos valores de eficacia?

93 %

Efectividad con uso típico*

(*) El uso típico se refiere a cómo se usa el anticonceptivo en la vida real, incluyendo posibles olvidos o errores de uso.

99,7 %

Efectividad con uso ideal

(*) El uso ideal se refiere a cómo se usa el anticonceptivo siguiendo todas las indicaciones sin errores ni olvidos.

LOS **MÉTODOS NATURALES** SE BASAN en OBSERVAR E INTERPRETAR las **SEÑALES NATURALES** de TU CUERPO (como la temperatura, el moco cervical o el ciclo menstrual) para **IDENTIFICAR** los **DÍAS FÉRTILES** y **EVITAR TENER RELACIONES SEXUALES SIN PROTECCIÓN DURANTE ESE PERÍODO.**



MÉTODO del RITMO (calendario)

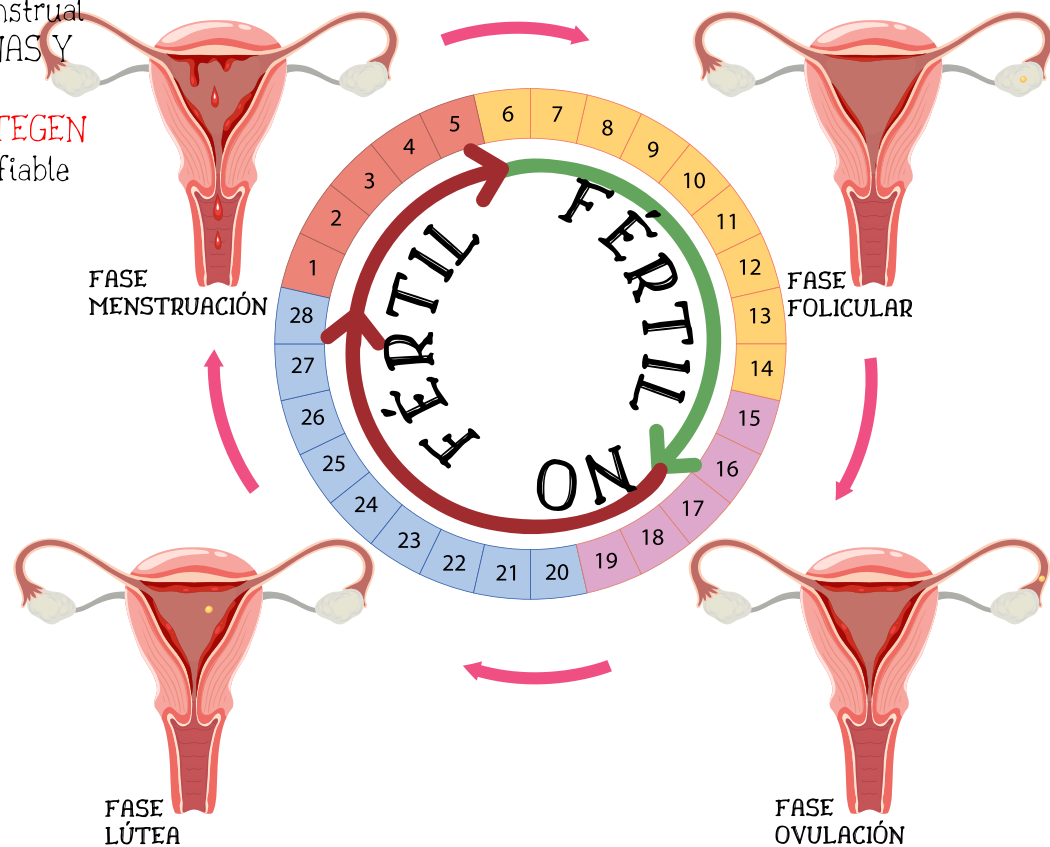
-> **MECANISMO.** No tener relaciones sexuales los días fértiles. Para ello se calcula los días fértiles basándose en la duración de ciclos menstruales pasados.

-> **DURACIÓN.** Cada ciclo menstrual

-> **VENTAJAS.** SIN HORMONAS Y SIN COSTOS

-> **DESVENTAJAS.** **NO PROTEGEN** de **ITS**, y se considera el menos fiable de los métodos naturales.

-> **EFICACIA.** 76% - 98 %



COITUS INTERRUPTUS (MARCHA ATRÁS)

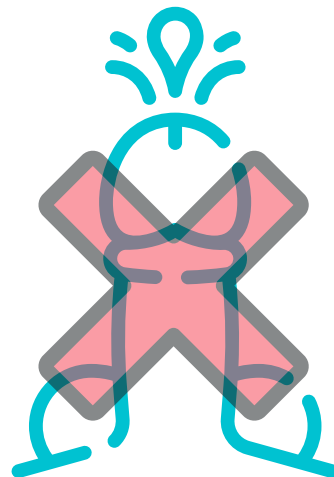
-> **MECANISMO.** RETIRA EL PENE DE LA VAGINA ANTES DE EYACULAR.

-> **DURACIÓN.** Cada vez que se tenga una relación sexual

-> **VENTAJAS.** Método natural sin hormonas

-> **DESVENTAJAS.** **NO PROTEGEN** de **ITS** y riesgo que quearse embarazada pues el líquido preseminal puede contener espermatozoides (antes de llover chispea).

-> **EFICACIA.** 78 % - 80 %



Jose Manuel Huertas Suarez

ANTICONCEPTIVOS de EMERGENCIA



¿Por qué hay dos valores de eficacia?

93 %

Effectividad con uso típico*

(*) El uso típico se refiere a cómo se usa el anticonceptivo en la vida real, incluyendo posibles olvidos o errores de uso.

99,7 %

Effectividad con uso ideal

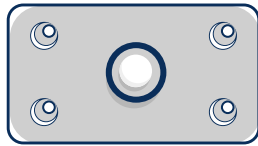
(*) El uso ideal se refiere a cómo se usa el anticonceptivo siguiendo todas las indicaciones sin errores ni olvidos.

LOS **ANTICONCEPTIVOS de EMERGENCIA** SE UTILIZAN DESPUÉS de HABER TENIDO UNA RELACIÓN SEXUAL SIN PROTECCIÓN o cuando HA FALLADO EL MÉTODO ANTICONCEPTIVO HABITUAL (POR EJEMPLO, SE ROMPIÓ EL PRESERVATIVO), PARA PREVENIR UN EMBARAZO NO DESEADO



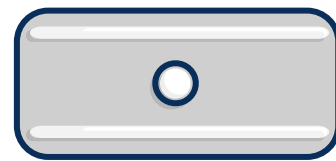
PASTILLA del DÍA DESPUÉS (3 días en verdad)

- > **MECANISMO.** PASTILLA ORAL que contienen progestágeno.
- > **DURACIÓN.** Hasta 3 días (72 horas) después de la relación sexual
- > **VENTAJAS.** Sin receta médica
- > **DESVENTAJAS.** **NO PROTEGEN** de **ITS**, y es un método químico, no natural.
- > **EFICACIA.** Hasta el 98% si se toma en las primeras 12 horas, disminuyendo al 60% hacia el tercer día



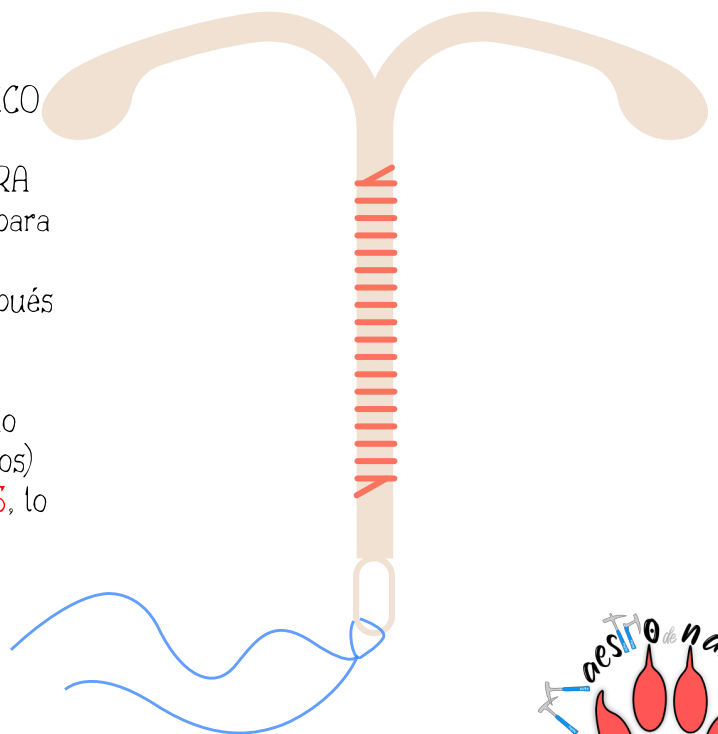
PASTILLA del 5 DÍA DESPUÉS

- > **MECANISMO.** PASTILLA ORAL que contiene ulipristal acetato y retrasa o inhibe la ovulación.
- > **DURACIÓN.** Hasta 5 días (120 horas) después de la relación sexual
- > **VENTAJAS.** Efectiva hasta 5 días después de la relación.
- > **DESVENTAJAS.** **NO PROTEGEN** de **ITS**, y requiere receta médica.
- > **EFICACIA.** ~ 85 %



DIU de COBRE

- > **MECANISMO.** DISPOSITIVO de PLÁSTICO FLEXIBLE que tiene un ALAMBRE de COBRE enrollado alrededor de su estructura que LIBERA IONES en el ÚTERO, los cuales son TÓXICOS para los ESPERMATOZOIDES.
- > **DURACIÓN.** Hasta 5 días (120 horas) después de la relación sexual
- > **VENTAJAS.** Muy efectivos. Doble beneficio: Una vez colocado, sirve como método anticonceptivo de larga duración (de 5 a 10 años)
- > **DESVENTAJAS.** **NO PROTEGEN** de **ITS**, lo tiene que poner el ginecólogo.
- > **EFICACIA.** > 99 %



Jose Manuel Huertas Suarez

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS DEFINITIVOS



¿Por qué hay dos valores de eficacia?

93 %

Efectividad con uso típico*

(*) El uso típico se refiere a cómo se usa el anticonceptivo en la vida real, incluyendo posibles olvidos o errores de uso.

99,7 %

Efectividad con uso ideal

(*) El uso ideal se refiere a cómo se usa el anticonceptivo siguiendo todas las indicaciones sin errores ni olvidos.

LOS **MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS DEFINITIVOS** SON PROCEDIMIENTOS QUIRÚRGICOS QUE CORTAN O BLOQUEAN LOS CONDUCTOS POR DONDE VIAJAN EL SEMEN O LOS ÓVULOS, IMPIDIENDO LA FECUNDACIÓN DE FORMA PERMANENTE.



VASECTOMÍA (masculino)

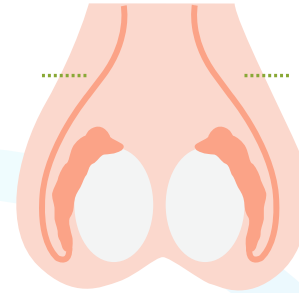
-> **MECANISMO.** CONSISTE EN CORTAR Y SELLAR LOS CONDUCTOS DEFERENTES (LOS QUE TRANSPORTAN LOS ESPERMATOZOIDES DESDE LOS TESTÍCULOS).

-> **DURACIÓN.** Para siempre

-> **VENTAJAS.** No afecta la eyaculación ni la función sexual (el semen sigue igual, pero sin espermatozoides).

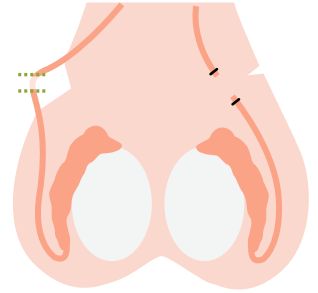
-> **DESVENTAJAS.** **NO PROTEGEN** de ITS, y es **IRREVERSIBLE**.

-> **EFICACIA.** > 99 %



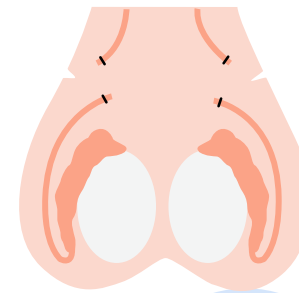
Paso 1

Primero, se palpan los conductos deferentes. A continuación, se realiza una **pequeña incisión** en la **piel del escroto**.



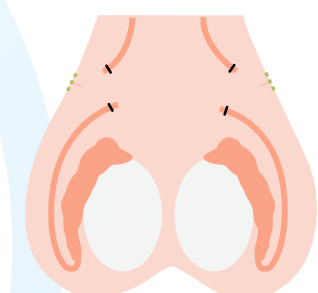
Paso 2

Se corta el conducto deferente. A continuación, se extrae una sección del conducto deferente. Finalmente, los extremos del conducto deferente se sellan eléctricamente (electrocoagulación).



Paso 3

Los extremos del conducto deferente se hunden en diferentes capas de tejido. Esto garantiza que ambos extremos del conducto deferente no se reconecten ni se recanalicen espontáneamente.



Paso 4

Finalmente, la pequeña incisión se cierra con un apósito adhesivo en aerosol o con suturas reabsorbibles. Esto significa que no es necesario retirar las suturas.

LIGADURA de TROMPAS (femenino)

-> **MECANISMO.** CONSISTE EN CORTAR, LIGAR (ATAR) O BLOQUEAR LAS TROMPAS DE FALOPIO, PARA IMPEDIR QUE EL ÓVULO LLEGUE AL ÚTERO Y QUE LOS ESPERMATOZOIDES LO ALCANCEN

-> **DURACIÓN.** Para siempre

-> **VENTAJAS.** No afecta la menstruación ni a las hormonas.

-> **DESVENTAJAS.** **NO PROTEGEN** de ITS y es **IRREVERSIBLE**.

-> **EFICACIA.** > 99 %

