

CAMPAÑA  
sexo  
CON  
seso

Con la colaboración de:



Métodos  
anticonceptivos



(12/04/2005) ES.2005.0294

[www.sexoconseso.com](http://www.sexoconseso.com)

CAMPAÑA  
sexo  
CON  
seso

CAN - MINGO - AMARILLO - NEGRO

## Clasificación de los métodos anticonceptivos

### Reversibles

#### Hormonales

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

#### De barrera

- Preservativo
- Diafragma

#### Naturales

#### Mecánicos

- DIU

#### Químicos

- Espermicidas

### Irreversibles

#### Quirúrgicos

- Vasectomía
- Ligadura de trompas

## 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.

Ningún otro método anticonceptivo ha sido y sigue siendo tan estudiado de modo tan profundo como la píldora.

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

Tu 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 de 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 dos comprimidos. Deben tomarse los dos comprimidos juntos lo antes posible tras el coito desprotegido, antes de transcurridas 72 horas.





La máxima eficacia se consigue cuanto antes se realice la toma, llegando al 95% en las primeras 24 horas.

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 anteriores 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, no requiriendo de una intervención quirúrgica.



### Implantes subdérmicos

Consiste en la inserción por parte del médico/a de una o dos cápsulas 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 4ª semana.

### 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.

## 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 o copa cervical

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 periodo de tiempo en el ciclo de la mujer en el cual el embarazo es más probable y practicar la abstinencia coital durante ese periodo. 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 y son métodos difíciles de emplear.

## 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.

También existen algunos preservativos que 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 unir 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.

