## ANTICONCEPCIÓN

Se refiere a los métodos anticonceptivos que pueden utilizarse para prevenir un embarazo después de una relación sexual

(OMS)

## METODOS ANTICONCEPTIVOS

Son estrategias para impedir o reducir de forma significativa las probabilidades de que se produzca la fecundación y, con ello, el embarazo, al mantener relaciones sexuales con penetración vaginal

Ayudan a prevenir embarazos no deseados, infecciones de transmisión sexual y reducen la necesidad de recurrir al aborto inseguro

## CLASIFICACIÓN DE LOS METODOS ANTICONCEPTIVOS

Femeninos o masculinos, Orales o No orales, Hormonales o No Hormonales, Temporales o permanentes, Reversibles o Irreversibles

## USO DE METODOS ANTICONCEPTIVOS DE EMERGENCIA

Relación sexual sin uso de un método anticonceptivo

Uso incorrecto de un método anticonceptivo

Ruptura, filtración, deslizamiento o retención del condón masculino

Desplazamiento o retiro temprano del condón masculino

Expulsión total o parcial del dispositivo intrauterino

Relaciones en el período fértil

Olvido de una o varias tabletas anticonceptivas

En caso de violencia sexual, si la mujer no está usando un método anticonceptivo

## METODOS BARRERA

**Preservativo masculino:** También llamado profiláctico o condón. Este método anticonceptivo tiene forma de funda y se coloca alrededor del pene. Su efectividad es del 97%

**Preservativo femenino:** Similar al condón masculino, pero con un anillo rígido ancho para evitar que resbale por el orificio vaginal

**Diafragma:** Es un capuchón de goma que se coloca en la vagina y obstruye el orificio del cuello del útero, evitando así el paso de los espermatozoides. Su efectividad es del 95%

**Esponja vaginal:** Es como una espuma de poliuretano que se coloca en la entrada del cérvix y que absorbe el semen y libera espermicida. Su efectividad varía del 70 al 90%, pero puede producir irritación vaginal

## ANTICONCEPTIVOS HORMONALES

Se formulan a base de progestágenos, solos o en combinación con estrógenos En función de la dosis de estos últimos que contengan se pueden clasificar en:

Monofásicos: contienen la misma cantidad de estrógeno que de progestágeno durante todo el ciclo

Bifásicos: la misma cantidad de estrógeno, pero menor dosis de gestágeno los primeros días

Trifásicos: estrógenos en igual cantidad durante los primeros y últimos días, con mayor dosis en el intervalo; gestágeno en dosis creciente durante los tres períodos

## MECANISMO DE ACCIÓN

Consiste en alterar los niveles hormonales naturales en la mujer para impedir que tenga lugar la ovulación y así no haya posibilidad de fecundación por parte del esperma. Además, los anticonceptivos hormonales también alteran el endometrio y el moco cervical, y evitan que el útero se prepare para la implantación embrionaria

## PASTILLAS O PÍLDORAS ANTICONCEPTIVAS

Se trata de un anticonceptivo en forma de pastillas que deben tomarse diariamente por vía oral. Es importante tomarlos de forma estable y constante para obtener el efecto deseado, así como usar algún método extra (preservativo) de protección en caso de olvidos o problemas digestivos como vómitos o diarrea

## ANTICONCEPTIVOS INYECTABLES

Consiste en la inyección intramuscular de progesterona todos los meses o cada 3 meses con el fin de evitar la ovulación

## PARCHES ANTICONCEPTIVOS

Consiste en la aplicación de un adhesivo sobre la piel que libera hormonas combinadas. Debe aplicarse sobre la piel limpia, seca y sin lesiones o vello durante 3 semanas cambiando el parche cada semana

## DIU Dispositivo Intrauterino

Se trata de un método de larga duración ya que se suele mantener hasta 5 años. Precisa ser colocado por un ginecólog@ y los hay de dos tipos: hormonal con una duración de 3-5 años y de cobre con una duración de 5 años (que no contiene hormonas)

## IMPLANTE ANTICONCEPTIVO

Consiste en la aplicación debajo de la piel del brazo de una varilla que secreta de forma continuada sólo progesterona. Tiene una durante de 3-5 años, dependiendo de la cantidad de varillas insertadas

## FÁRMACOS RECOMENDADOS PARA LA ANTICONCEPCIÓN DE URGENCIA

Escuchar píldoras anticonceptivas de urgencia de acetato de ulipistral (AU), tomadas en una dosis única de 30 mg

Píldoras anticonceptivas de urgencia de levonorgestrel (LNG) en una dosis única de 1,5 mg, o bien dos dosis de levonorgestrel de 0,75 mg separadas por 12 horas

Píldoras AOC, divididas en dos tomas: una toma de 100 µg de etinilestradiol más 0,5 mg de LNG, seguida de una segunda toma de 100 µg de etinilestradiol más 0,50 mg de LNG 12 horas después (método Yuzpe)

## EFECTOS SECUNDARIOS

Náuseas, vómitos, dolor en los senos y sangrados irregulares

Si la mujer no tiene la menstruación después de 21 días de tomar la anticoncepción de emergencia, debe realizarse una prueba de embarazo

## ANTICONCEPCIÓN DE EMERGENCIA

Es de uso ocasional y debe ir acompañada de consejería que promueva el uso regular de un método, que se ajuste a las necesidades de quien lo va a utilizar

## FÁRMACOS RECOMENDADOS PARA LA ANTICONCEPCIÓN DE URGENCIA

Escuchar píldoras anticonceptivas de urgencia de acetato de ulipistral (AU), tomadas en una dosis única de 30 mg

## FÁRMACOS RECOMENDADOS PARA LA ANTICONCEPCIÓN DE URGENCIA

Escuchar píldoras anticonceptivas de urgencia de acetato de ulipistral (AU), tomadas en una dosis única de 30 mg

## ANILLO VAGINAL

Consiste en la aplicación de un dispositivo flexible y transparente en la vagina. Este libera de forma continuada estrógenos y progesterona durante 3 semanas. Pasado este tiempo se retira y tras la semana de descanso, se puede colocar uno nuevo. No se debe retirar en ningún momento durante esas tres semanas (no dificulta las relaciones sexuales)

## METODOS ANTICONCEPTIVOS DEFINITIVOS

**Vasectomía:** Es la sección y desconexión de los conductos que llevan los espermatozoides desde los testículos hasta las vesículas seminales, de forma que en la eyaculación no hay espermatozoides. Es una intervención sencilla, con anestesia local

**Ligadura de Trompas:** Precisa generalmente una intervención con anestesia general, en la que se seccionan las trompas de Falopio, para evitar el paso de los óvulos al útero

| Métodos /opciones | DIU T de Cobre | DIU (Hormonal) | Implante | Inyección trimestral | Inyección mensual | Anillo vaginal | Parche | Pastillas |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Porcentaje de efectividad con uso típico | 99% efectividad | 99% efectividad | 99% efectividad | 94% efectividad | 94% efectividad | 91% efectividad | 91% efectividad | 91% efectividad |
| ¿Cuánto tiempo dura? | Hasta 12 años | De 3 a 5 años | Hasta5 años | Tres meses | Un mes | Hasta 1 mes | Hasta una semana | Un día |
| ¿Cómo se debe empezar? ¿Quién debe colocarlo? | Médico o enfermera | Médico o enfermera | Médico o enfermera | Médico o enfermera | Médico o enfermera | Médico o enfermera | Médico o enfermera | Médico o enfermera |
| Que debe hacer la usuaria | Nada | Nada | Nada | Acudir cada seis meses a solicitar suministro | Acudir cada tres meses a solicitar suministro | Colocar el anillo en la vagina y cambiarlo cada mes | Colocar el parche en la piel y cambiarlo cada semana | Tomar una pastilla cada día |
| Posibles cambios en el sangrado menstrual | Periodos con sangrado e intenso que vuelven a la normalidad de 3 a 6 meses | Periodo irregular, leve o inexistente | Periodo no frecuente, irregular, extendido e inexistente | Periodo irregular escaso o inexistente | Periodo irregular escaso o inexistente | Periodos más cortos y predecibles | Periodos más cortos y predecibles | Periodos más cortos y predecibles |
| Posibles efectos secundarios | Cólicos que usualmente mejoran de tres a seis meses | Cólicos durante y luego e la colocación, manchas | Dolor en el sitio de la colocación Variaciones de peso. | Variaciones de peso | Variaciones de peso | Náuseas o sensibilidad en los senos | Náuseas o sensibilidad en los senos. Reacción en el sitio de aplicación | Náuseas o sensibilidad en los senos |
| Tiempo de retorno a la fertilidad | Inmediato, luego de la remoción | Inmediato, luego de la remoción | Inmediato, luego de la remoción | Inmediato, algunas veces 6 a 12 meses de retraso. No se requiere ninguna acción | Inmediato, algunas veces 6 a 12 meses de retraso. No se requiere ninguna acción | Inmediato, luego de la remoción del anillo | Inmediato, luego de la remoción del parche | Inmediato luego de suspender la ingesta de pastillas |
| Beneficios del método | Es privado, se puede usar como método de emergencia. | Es privado y ayuda a disminuir periodos dolorosos e intensos. | Es privado y ayuda a disminuir periodos dolorosos e intensos. | Es privado y puede ayudar a mejorar los síntomas del periodo como cólicos | Es privado y puede ayudar a mejorar los síntomas del periodo como cólicos | Ayuda a controlar el ciclo menstrual y a disminuir el sangrado menstrual | Ayuda a controlar el ciclo menstrual y a disminuir el sangrado menstrual | Ayuda a controlar el ciclo menstrual y puede evitar periodos intensos cólicos y acné. |




