

# Métodos anticonceptivos

CAMPAÑA  
Sexo CON seso

# Clasificación

Clasificación  
de los métodos anticonceptivos

## Reversibles

De barrera:

Preservativo  
Diafragma

Hormonales

Píldora  
Píldora de emergencia  
Anillo vaginal  
Parche transdérmico  
Implante subdérmico  
Sistema intrauterino de liberación  
Inyectables

Mecánicos

Dispositivo intrauterino DIU

Químicos

Espermicidas

Naturales

Coito interrumpido

## Irreversibles

Vasectomía  
Ligadura de trompas

¿Cuándo hay que usar un método anticonceptivo?

Siempre que se quiera evitar la posibilidad de un embarazo y haya relaciones sexuales con penetración.

### Prevención de infecciones de transmisión sexual

Hay que recordar que muchos métodos anticonceptivos no protegen contra las infecciones de transmisión sexual (ITS). Solo el preservativo te protege frente a ellas. Las personas que utilizan anticonceptivos y precisan protección frente a las ITS han de usar, además el preservativo. De esta forma dispondrán de eficacia anticonceptiva y prevención frente a las infecciones (doble método).



# Métodos de barrera

Los métodos de barrera impiden la unión del espermatozoide con el óvulo. El más conocido es el preservativo masculino, pero también existen otras opciones.

## Preservativo masculino o condón

Es una funda delgada de latex o poliuretano que se coloca sobre el pene erecto antes de la penetración.

También existe el preservativo femenino que es una funda de poliuretano que se introduce en la vagina antes del coito.

Ofrecen una alta eficacia anticonceptiva, protegen frente a las ITS y las displasias cervicales, no tienen efectos secundarios sistémicos y no necesitan prescripción médica, pero el preservativo femenino es difícil de conseguir.

## Diafragma

Semiesfera de látex que se coloca en el fondo vaginal antes de la relación sexual. Ofrece cierta protección frente a las ITS y se utiliza en combinación con crema espermicida.

El diafragma precisa un buen asesoramiento y aprendizaje de su colocación y requiere manipulación de los genitales. Es difícil de conseguir.



# reversibles hormonales

## Píldora

La píldora anticonceptiva es un comprimido que se toma por vía oral y que actúa sobre el ciclo hormonal de la mujer impidiendo la ovulación.

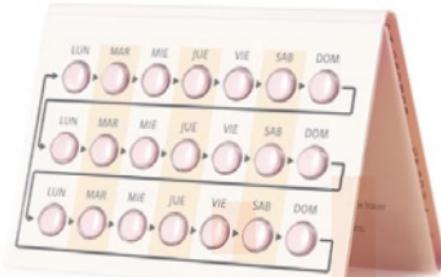
En la actualidad existen varios tipos de píldoras:

✿ Las combinadas, que contienen estrógenos y progestágenos, ofrecen además de una alta eficacia anticonceptiva, efectos beneficiosos sobre la regulación del ciclo o la disminución del dolor menstrual.

Hoy en día existen además nuevas opciones que mejoran la apariencia de la piel y el cabello y favorecen la no retención de líquidos.

✿ Por otra parte están las píldoras que sólo contienen PROGESTERONA y que están especialmente indicadas en la lactancia o en personas que no pueden tomar estrógenos.

es uno de  
los métodos  
anticonceptivos  
reversibles  
**MÁS EFICACES**  
**Y SEGUROS**  
utilizados en  
el mundo



## Píldora de emergencia

La píldora de emergencia o píldora del día después, se usa tras un fallo del método habitual después de un coito sin protección, o de la rotura de un preservativo, evitando un embarazo no deseado. Se trata de un método de emergencia que no puede utilizarse como un método anticonceptivo habitual.

La píldora del día después se comercializa en envases de uno o dos comprimidos. Deben tomarse el o los comprimidos juntos lo antes posible tras el coito desprotegido, y siempre en un plazo máximo de 72 horas.

La máxima eficacia se consigue cuanto antes se tome, llegando al 95% si se ha tomado en las 24 primeras 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.

## Píldora de emergencia

**95%**

de eficacia

en las **24h**  
siguientes



# Contracepciones reversibles hormonales

## 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 4<sup>a</sup> semana. Actúa igual que la píldora combinada.

## Parche transdérmico



Este método libera hormonas que son absorbidas a través de la piel.

Se coloca pegándolo a la piel, y al cabo de las tres semanas se retira y se continúa con una semana sin parche.

Actúa igual que la píldora combinada.

## Implante subdérmico

Consiste en la inserción por parte del médico/a de una o dos varillas

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.

# Métodos

## Sistema intrauterino de liberación

Se trata de un dispositivo que se coloca dentro del útero y libera progesterona. Además de ofrecer una alta eficacia anticonceptiva, ofrece beneficios adicionales a la mujer. El DIU actúa liberando pequeñas cantidades de una hormona (parecida a la producida de manera natural por la mujer) durante 5 años.

## Injectables

Consiste en una inyección trimestral, si la composición es sólo de progestágeno, o mensual si es de estrógeno y progestágeno.

Su eficacia anticonceptiva es muy elevada aunque puede causar cambios en el ciclo menstrual.

## mecánicos

### Dispositivo intrauterino

Es un pequeño dispositivo de polietileno con un filamento de cobre que el médico implanta en el interior del útero. Actúa a nivel local produciendo una respuesta inflamatoria y es tóxico para los espermatozoides.

Puede causar aumento en la cantidad y el dolor de la menstruación.

# si no es reversible



## Espermicidas

Se trata de substancias que en forma de gel, espuma o supositorio, destruyen o incapacitan los espermatozoides.

Tienen una eficacia anticonceptiva baja, por lo que solamente se indican si se usan junto con otros métodos anticonceptivos (diafragma o preservativo).

La mayoría de preservativos llevan una sustancia espermicida.

## naturales

## Métodos naturales

Se basan en calcular el período fértil de la mujer y evitar las relaciones coitales en esos días.

Su eficacia anticonceptiva es baja.



## Coito interrumpido

Consiste en la retirada del pene de la vagina antes de la eyaculación.

Su eficacia anticonceptiva es baja, ya que aunque el varón se retire a tiempo el pene puede estar lubrificado por una pequeña cantidad de líquido que puede contener espermatozoides.

# Métodos irreversibles

## Ligadura de trompas en la mujer

Es una intervención quirúrgica que se realiza con el fin de ocluir 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.

Son métodos, en general, irreversibles. La persona que se somete a estas intervenciones deja de ser fértil para siempre.





## ¿Qué método anticonceptivo hay que usar?

El que decida cada persona, en función de las necesidades particulares. Hay que recordar que todos los métodos anticonceptivos tienen sus ventajas y sus 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.
- ★ Que proteja frente a las infecciones de contagio sexual si necesitamos esa protección.



odos anticico  
nticonceptivo  
ivos  
Métodos anticon  
otivos

con la colaboración de:

Plataforma Joven



SOCIEDAD ESPAÑOLA  
DE CONTRACEPCIÓN



Bayer HealthCare  
Bayer Schering Pharma