

Métodos Anticonceptivos



www.enanticoncepcionvivetuvida.es




en anticoncepción
VIVE TU VIDA



Anticoncepción Hormonal Combinada

Anillo Vaginal



Es un anillo de plástico flexible de 5 cm de diámetro y 4 mm de grosor que contiene las hormonas.

Se coloca en la vagina, se mantiene tres semanas, y se extrae durante una semana, en la que es probable tener sangrado.

Fácil colocación en vagina, incluso más sencilla que la copa menstrual o el tampón.

A través de unos pequeños poros del anillo se va soltando el medicamento, que es absorbido por la mucosa de la vagina.

La duración de cada anillo es de tres semanas (1 ciclo)

El uso mensual disminuye la posibilidad de olvidos

- Etinilestradiol + Etonogestrel.
- Se coloca en cavidad vaginal durante 3 semanas y se retira durante 1 semana.
 - Efectividad: IP 9.
- El sangrado suele ser regular, con menos dolor, poca cantidad y pocos días

* IP: Índice de Pearl de uso típico (número de embarazos no deseados que se producen en el primer año de uso por cada 100 mujeres fértiles que usan el método de forma real/típica; OMS2018)



SEEC

SOCIEDAD ESPAÑOLA
DE CONTRACCIÓN

www.enanticoncepcionvivetuvida.es



Anticonceptivos Hormonales Gestágenos

DIU de LEVONORGESTREL

*Contienen sólo una hormona:
gestágeno LEVONORGESTREL (LNG)*

*Debe ser insertado por profesionales
médicos/as.*

*Su acción principal es evitar la
proliferación del endometrio, la capa
interior del útero.*

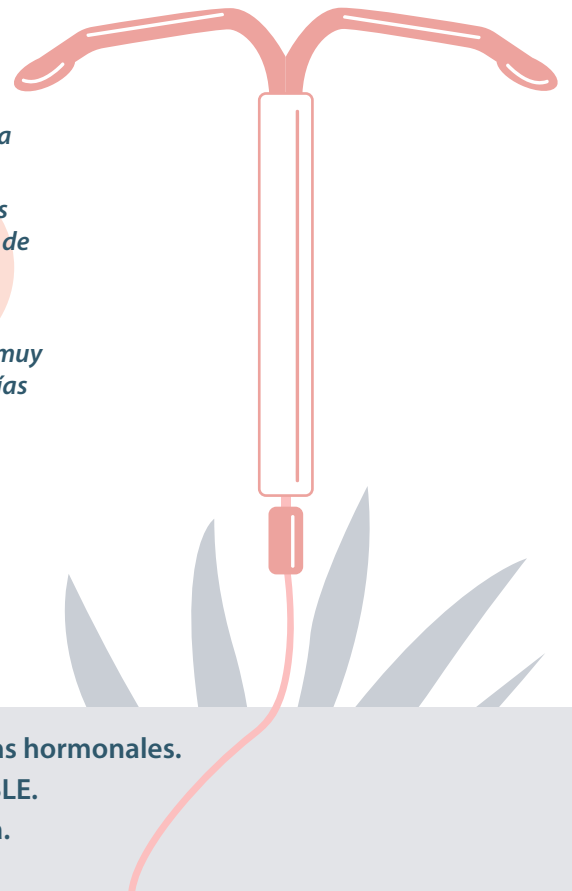
No contiene estrógenos.

*Una vez que se extrae se recupera
inmediatamente la fertilidad*

*Pueden ser colocados en mujeres
independientemente de su edad o de
que hayan tenido hijos/as o no.*

*Está indicado también como
tratamiento en mujeres con reglas muy
abundantes y en algunas patologías
ginecológicas.*

Puede desaparecer la regla.



- Contiene Levonorgestrel en diferentes cargas hormonales.
 - Duración de 3 - 8 años. REVERSIBLE.
 - Se coloca en la cavidad uterina.
 - Efectividad: IP 0,2.
- Regla suele ser irregular, con menos dolor, poca cantidad de sangrado

** IP: Índice de Pearl de uso típico (número de embarazos no deseados que se producen en el primer año de uso por cada 100 mujeres fértiles que usan el método de forma real/típica; OMS2018)*



SEEC

SOCIEDAD ESPAÑOLA
DE CONTRACEPCIÓN



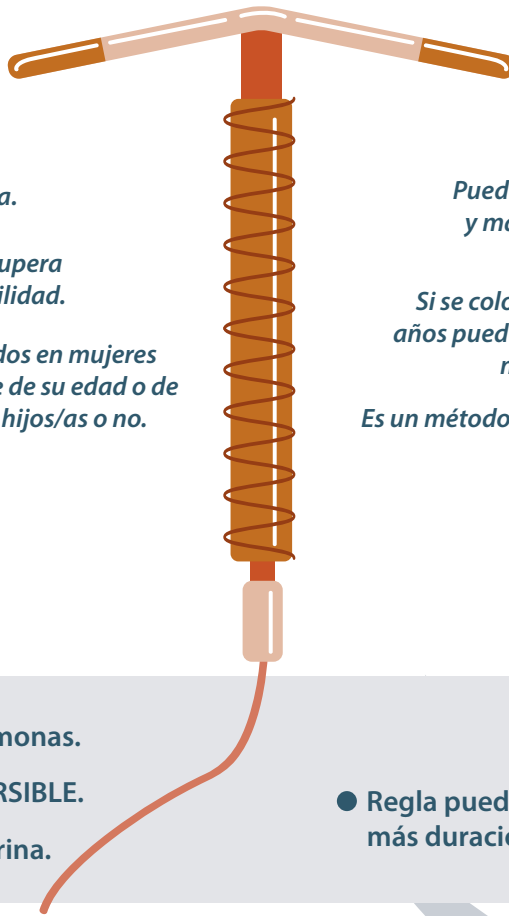
DIU de Cobre (Cu)

Es un dispositivo de plástico de 4-5 cm de largo, que tiene un hilo de cobre enrollado y puede tener diferentes formas.

Lo inserta dentro del útero un/a profesional debidamente entrenado/a.

Una vez extraído se recupera inmediatamente la fertilidad.

Pueden ser colocados en mujeres independientemente de su edad o de que hayan tenido hijos/as o no.



La duración del DIU suele ser de cinco años, aunque hay algunos de más duración (hasta 10 años), pudiendo ser retirado en el momento en que la mujer lo desee.

Puede producir reglas más abundantes y más largas y dolorosas de lo que en esa mujer sea habitual.

Si se coloca a partir de los 40 años puede mantenerse hasta la menopausia.

Es un método muy eficaz.

- Contiene Cobre. No lleva hormonas.
- Duración de 5 -10 años. REVERSIBLE.
- Se coloca en la cavidad uterina.

● Efectividad: IP 0,8.

- Regla puede ser más dolorosa, más cantidad y más duración pero con la misma periodicidad.

* IP: Índice de Pearl de uso típico (número de embarazos no deseados que se producen en el primer año de uso por cada 100 mujeres fértiles que usan el método de forma real/típica; OMS2018)



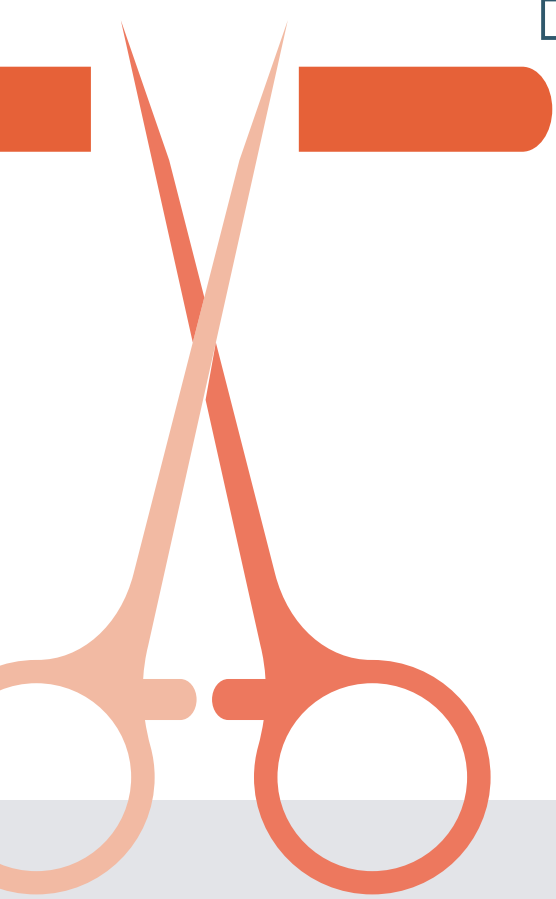
SEEC

SOCIEDAD ESPAÑOLA
DE CONTRACEPCIÓN



Métodos Definitivos

Esterilización

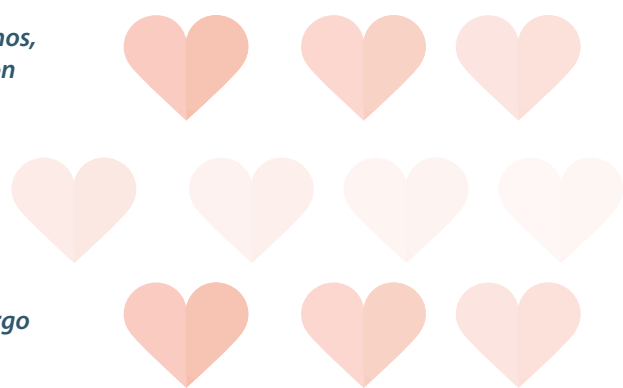


*Son métodos, femeninos y masculinos,
que pretenden una anticoncepción
permanente*

Cirugía mínimamente invasiva

Pocas complicaciones

*No tienen efectos secundarios a largo
plazo*



- Método quirúrgico.
- IRREVERSIBLE.
- Efectividad: Vasectomía: IP 0,15.
- Efectividad: Ligadura tubárica: IP 0,5.

* **IP:** Índice de Pearl de uso típico (número de embarazos no deseados que se producen en el primer año de uso por cada 100 mujeres fértiles que usan el método de forma real/típica; OMS2018)



SEC

SOCIEDAD ESPAÑOLA
DE CONTRACEPCIÓN



Anticonceptivos Hormonales Gestágenos

Implante Subcutáneo

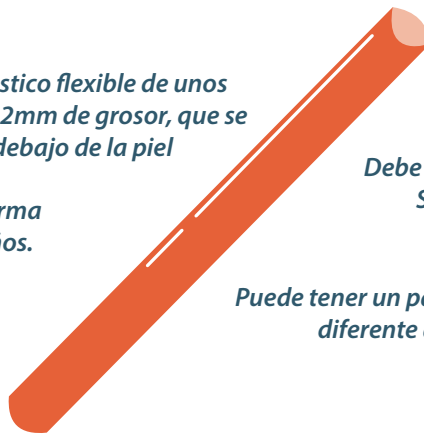


Varilla de plástico flexible de unos 4cm de largo y 2mm de grosor, que se inserta debajo de la piel

Libera el gestágeno de forma continuada durante 3 años.



Una vez extraído se recupera inmediatamente la fertilidad



Debe ser insertado por Profesionales Sanitarios/as debidamente capacitados/as.



Puede tener un patrón de sangrado diferente al habitual



- Etonogestrel.
- Duración de 3 años. REVERSIBLE.
- Se coloca en la parte interna del brazo.
- Efectividad: IP 0,05.
- El sangrado suele ser irregular, con menos dolor, poca cantidad.

**IP: Índice de Pearl de uso típico (número de embarazos no deseados que se producen en el primer año de uso por cada 100 mujeres fértiles que usan el método de forma real/típica; OMS2018)*



SEC

SOCIEDAD ESPAÑOLA
DE CONTRACEPCIÓN



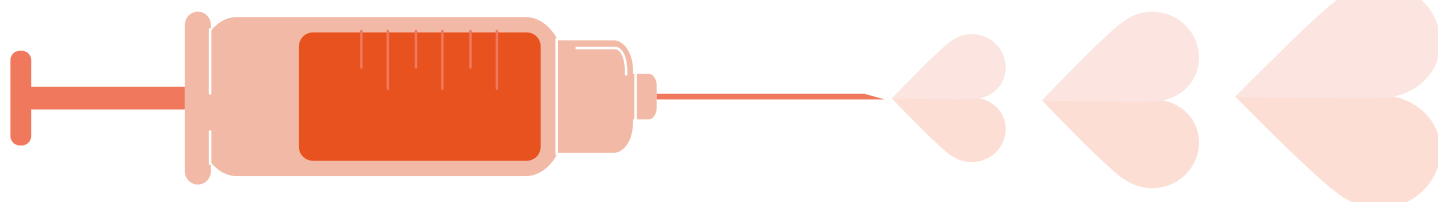
Anticonceptivos Hormonales Gestágenos

Inyectable

*Contienen sólo una hormona
AMPD (gestágeno)*

*Una vez que se interrumpe el
tratamiento se pueden tardar varios
meses en recuperar la fertilidad.*

*Puede disminuir la densidad ósea
mientras se usa pero se recupera al
dejar de utilizarlo*



No contiene estrógenos.

*Se administra en una inyección
intramuscular que debe repetirse cada
tres meses.*

- Inyección cada 3 meses
- Efectividad: IP 6.
- Tiene un patrón de sangrado diferente al habitual

** IP: Índice de Pearl de uso típico (número de embarazos no deseados que se producen en el primer año de uso por cada 100 mujeres fértiles que usan el método de forma real/típica; OMS2018)*



www.enanticoncepcionvivetuvida.es



Anticoncepción Hormonal Combinada

Parche Transdérmico

Es un pequeño parche similar a una tirita de 4,5 cm de lado y menos de 1 mm de grosor.

Este parche contiene hormonas anticonceptivas en la parte central, al igual que los otros métodos hormonales, y las va liberando, siendo absorbidas a través de la piel.

*Se adhiere firmemente a la piel
Se recomienda ir cambiándolo de lugar cada semana*



Los sitios mas adecuados para colocarlo son la piel del glúteo, el brazo, la espalda o el abdomen (nunca en mamas ni axilas)

Se cambiará cada semana durante tres semanas seguidas, para luego dejar una semana sin parche en la que es probable tener el sangrado.

Menor frecuencia de olvidos

- **Etinilestradiol + Norelgestromina.**

- **Se coloca en la piel durante 3 semanas y se retira durante 1 semana (cambio semanal de parche).**

- **Efectividad: IP 9.**

- **El sangrado suele ser regular, con menos dolor, poca cantidad y pocos días**

** IP: Índice de Pearl de uso típico (número de embarazos no deseados que se producen en el primer año de uso por cada 100 mujeres fértiles que usan el método de forma real/típica; OMS2018)*



SEC

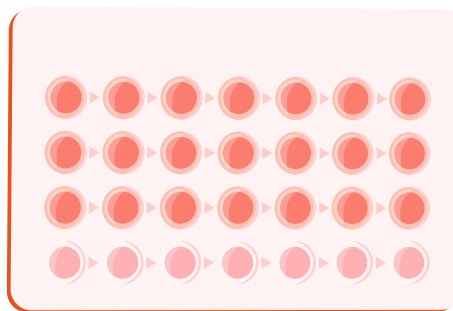
SOCIEDAD ESPAÑOLA
DE CONTRACEPCIÓN



Anticoncepción Hormonal Combinada

Píldora Combinada

Son métodos anticonceptivos compuestos por dos hormonas similares a las que elabora el ovario femenino



Suele ser de 21 pastillas, 21 pastillas y 7 de placebo ó de 24 pastillas y 4 de placebo

Son comprimidos que se toman por vía oral

En el periodo de descanso o píldoras de placebo, suele venir el sangrado.

Deben tomarse diariamente y a la misma hora

- Estrógeno + Gestágeno.
- Administración diaria a la misma hora.
- Efectividad: IP 9.
- El sangrado suele ser regular, con menos dolor, poca cantidad y pocos días.

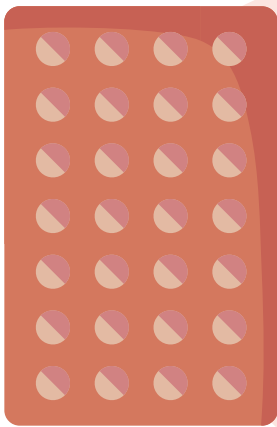
** IP: Índice de Pearl de uso típico (número de embarazos no deseados que se producen en el primer año de uso por cada 100 mujeres fértiles que usan el método de forma real/típica; OMS2018)*





Anticonceptivos Hormonales Gestágenos

Píldora sólo Gestágeno



Son comprimidos que se toman por vía oral diariamente.

Habitualmente no hay descanso ni placebo.

Pueden usarse durante la lactancia (consultar a un/a profesional)

Sus pautas de administración son continuadas de 28 comprimidos (6 de 24+4)

No llevan estrógenos.

Hay menos contraindicaciones de uso que con la píldora combinada.

- Sólo gestágeno.
- Administración diaria.
- Efectividad: IP 9.
- El sangrado suele ser irregular, menos dolorosa, poca cantidad y pocos días.

** IP: Índice de Pearl de uso típico (número de embarazos no deseados que se producen en el primer año de uso por cada 100 mujeres fértiles que usan el método de forma real/típica; OMS2018)*



SECC

SOCIEDAD ESPAÑOLA
DE CONTRACEPCIÓN



Anticonceptivos de Barrera

Preservativos

*Son métodos que tratan de evitar que espermatozoides y óvulos se encuentren.
Interfieren en las relaciones sexuales.
Deben mantenerse en toda la relación.*

PRESERVATIVO MASCULINO

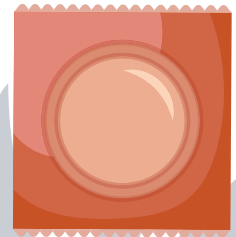
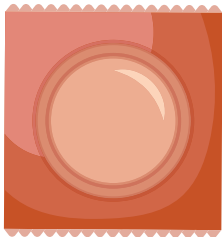
Es una funda de látex que se pone sobre el pene y evita que los espermatozoides entren en contacto con la vagina.

Para personas alérgicas al latex existen preservativos sin latex.



PRESERVATIVO FEMENINO

Es una bolsa de plástico que se introduce en la vagina con la ayuda de un aro flexible interno y que está bordeado por un aro exterior fijo que queda en la vulva.



- Método de barrera.
- Desechable tras cada relación sexual.
 - Masculino: IP 18.
 - Femenino: IP 21.
- ES EL ÚNICO QUE NOS PROTEGE CONTRA LAS ITS.
- Se debe colocar antes del contacto con las mucosas de la pareja.

** IP: Índice de Pearl de uso típico (número de embarazos no deseados que se producen en el primer año de uso por cada 100 mujeres fértiles que usan el método de forma real/típica; OMS2018)*



S E C

SOCIEDAD ESPAÑOLA
DE CONTRACEPCIÓN



Anticoncepción de Urgencia

NO ABORTIVA

No es abortiva sino que es anticonceptiva ya que no actúa una vez que se ha iniciado el proceso de la ovulación.

Evita que se produzca la fecundación del óvulo por un espermatozoide.

No actúa si la mujer está ya embarazada.

No induce un aborto si la mujer está embarazada.

PÍLDORA DEL DÍA DESPUÉS LEVONORGESTREL



Es eficaz durante 72 horas después de una relación no protegida, pero es más efectiva en las primeras 24 horas.

Es una hormona (gestágeno) que actúa inhibiendo o retrasando la ovulación.

Se puede usar varias veces en un mismo ciclo.



PÍLDORA DEL DÍA DESPUÉS ACETATO DE ULIPRISTAL

Es eficaz durante 120 horas después de la relación no protegida pero es más eficaz en las primeras 24 horas.

Es un modulador selectivo de los receptores de progesterona que actúa inhibiendo o retrasando la ovulación.

Anticonceptivo Oral de Urgencia más efectivo.



DIU DE COBRE

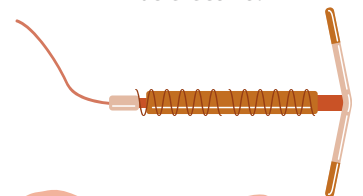


Es eficaz durante 120 horas después de la relación no protegida.

Actúa sobre los espermatozoides dificultando la fecundación y sobre el endometrio dificultando la nidación del óvulo en el caso en que hubiera sido fecundado.

Está indicado principalmente en mujeres que quieren continuar con el DIU a largo plazo.

Método de Anticonceptivo de Urgencia más efectivo.



S E C

SOCIEDAD ESPAÑOLA
DE CONTRACEPCIÓN





Métodos Naturales

Son métodos de prevención del embarazo basados en la observación de signos y síntomas naturales de las fases fecunda e infecunda del ciclo menstrual.

Los métodos naturales no dependen de una dispensación médica o farmacéutica, sino de lo que cada mujer aprende sobre el funcionamiento de su ciclo de fertilidad.

Por esto es necesario contar con personal adecuadamente entrenado, o bien con publicaciones independientes que busquen informar sin intereses espurios.

♥ MÉTODO DEL CALENDARIO

♥ MÉTODO DE LOS DÍAS FIJOS

♥ MÉTODO DE LA TEMPERATURA

♥ MÉTODO CICLOTÉRMICO

♥ MÉTODO BILLINGS

♥ MÉTODO DE LOS DOS DÍAS

♥ MÉTODO MUCOTÉRMICO

♥ MÉTODO SINTOTÉRMICO

♥ MÉTODO DE LA LACTANCIA Y LA AMENORREA (MELA)



S E C

SOCIEDAD ESPAÑOLA
DE CONTRACEPCIÓN



www.enanticoncepcionvivetuvida.es
www.sec.es

