

Anexo 10

Métodos anticonceptivos

El objetivo de los métodos anticonceptivos a los que también se les conoce con el nombre de contraceptivos, es el de prevenir embarazos. Hay diferentes tipos de métodos que se dividen en cinco grupos:

1. Métodos naturales

1.1 Ritmo, calendario o de Ogino

El nombre de Ogino se le dio por el apellido de su inventor, el japonés Kyusaku Ogino. En este método suponiendo que la menstruación y ovulación de la mujer son casi exactas, se calcula que entre los días 11 y 18 la mujer está fértil, en esos días no se puede tener relaciones con penetración, pero en los demás días sí.

1.2 Billings

Este método lleva este nombre debido a que es el apellido del matrimonio australiano que en 1964 planteó este método que se basa en la consistencia del moco, que comprende dos métodos que son el método de la temperatura y el del flujo que deben practicarse simultáneamente para mayor seguridad.

1.2.1 Método de la temperatura

En este método se debe tomar todos los días por vía rectal la temperatura, con un termómetro especial que se llama termómetro para temperatura basal. El objetivo de este método es ir chequeando en que día sube la temperatura, ya que un día antes de que el óvulo salga del ovario, la temperatura del cuerpo baja un poco y después de salir sube varias décimas que se mantiene alta, un día o dos días antes de que aparezca la regla.

1.2.2 Método del flujo

Este método consiste en chequear a lo largo del mes como va cambiando el flujo vaginal, pues cuando el moco sea espeso y claro es señal que durante las próximas horas saldrá el óvulo del ovario y eso significa que desde ese día hasta cuatro días después, la mujer es fértil.

2. Métodos hormonales

2.1 Pastillas o píldora

El objetivo de las pastillas o píldoras que contienen hormonas (estrógeno y progesterona) es el de que los ovarios no produzcan óvulos y aumente la consistencia del flujo cervical que impide la penetración de los espermatozoides.

Fue en los años 50 cuando el norteamericano Pincus, preparó la píldora anticonceptiva.

2.2 Inyecciones

A diferencia de las pastillas éstas funcionan casi igual, sólo que no tienen estrógeno y son eficaces para evitar el embarazo durante un mes o tres meses.

2.3 Norplant

Este método es de larga duración y se implanta debajo de la piel del brazo. Es una especie de palitos que contienen una sustancia del tipo de la progesterona, que hace que haya una mucosidad que cubra el cuello de la matriz sea mucho más espesa, impidiendo así que los espermatozoides penetren. Una de sus características es que es efectivo para evitar el embarazo por un periodo de cinco años.

3. Métodos de barrera

3.1 Condón masculino

El condón es una cubierta de latex delgada y fuerte en forma de pene, que se coloca como una funda sobre el miembro del hombre en erección. El objetivo de este método es que cuando el hombre eyacule, el semen se quede en la punta del condón, para que éste no llegue a la vagina.

3.2 Condón femenino

El condón femenino a diferencia del hombre es que está hecho de poliuretano plástico y es más grande, trae en su interior dos aros elásticos, uno queda insertado en el fondo de la vagina y el otro queda extendido en la vulva sobre los genitales externos.

3.3 Espermaticidas: espuma vaginal, jalea, crema, óvulos (todos estos se deben aplicar 30 minutos antes de empezar la penetración)

- 3.3.1 La espuma vaginal tiene consistencia de la crema de afeitar.
- 3.3.2 La crema o jalea vienen con su aplicador de plástico y en el empaque se indica como introducirla.
- 3.3.3 A los óvulos también se les conoce con el nombre de tabletas o supositorios vaginales, que contienen espermicida o espermaticida, que se disuelven en la vagina.

3.4 Diafragma

El diafragma viene a ser el antiguo condón femenino al que también se le conoce como: pesario, obturador, casquete o capuchón cervical, que es una cubierta de hule suave con forma de media naranja hueca que tiene un aro de metal flexible alrededor. Este dispositivo es una barrera que si se acomoda adecuadamente cubre el cuello del útero que evita que los espermatozoides pasen a la matriz.

3.5 Dispositivo intrauterino (DIU)

Este dispositivo es de diferentes formas y en México el más común es en forma de T, esta T es como un palito de plástico que tiene un alambre de cobre alrededor. Este dispositivo se introduce por el cuello de la matriz y al colocarlo quedan unos hilos colgando que sirven para saber que el DIU está en el sitio adecuado. El objetivo de este método es que el alambre de cobre que está alrededor de la T, inmoviliza a los espermatozoides, impidiendo que se implanten en el óvulo, pudiendo durar este dispositivo ocho años.

4. Métodos definitivos

4.1 Esterilización en la mujer (también conocido por amarre de trompas o salpingoclasia)

Este método consiste en hacer un pequeño corte por donde el/la médico (a) toma las trompas para cortarlas, esto originando que cuando ovule la mujer, el óvulo quede detenido en su camino y no pueda ser fertilizado.

Esta práctica no se realiza en adolescentes, debido a que la mejor edad de procreación es entre los 20 y 30 años de edad.

4.2 Esterilización en el hombre

Este método consiste en hacer una incisión en el costado de cada uno de los testículos cortándose el conducto por donde pasan los espermatozoides. Esta operación tiene como objetivo que los espermatozoides no se mezclen con el semen durante las relaciones sexuales.

5. Prácticas que no funcionan

5.1 Coito interrumpido o retirarse a tiempo

Varias personas, sobre todo los jóvenes, piensan que si el hombre se sale de la vagina justo antes de que sienta que va a eyacular, no existe peligro de embarazo, pero esto es falso porque antes de que salga la eyaculación del pene, sale un líquido preeyaculatorio que sirve para lubricar y en ocasiones contiene espermatozoides.

5.2 Lavados vaginales

Esta práctica la realizan varias mujeres creyendo que las ayudará a no quedar embarazadas, pero no funciona porque el chorro de agua en vez de lavar los espermatozoides, los empuja hacia arriba, en donde está la entrada de la matriz.

5.3 Relaciones durante el ciclo menstrual

Cuando una mujer está reglando, no hay seguridad absoluta de que en estos días no haya un óvulo en camino, por lo que es mejor tener cuidado.

Cualquiera de los métodos que se elija, tiene sus ventajas y desventajas que debe ser el adecuado a la frecuencia y número de parejas sexuales que se tengan, así como se recomienda darle información referente al uso de los diferentes métodos anticonceptivos a las y los adolescentes, ha presentado un puente de comunicación educativo y social en materia de planificación familiar (SNDIF y UNICEF, 1999) y (Ochoa, 1998).