

Embarazos y Reproducción

El ser padres es una bendición, pero es una decisión que se debe tomar con calma. Si deseas convertirte en padre debes considerar lo siguiente: posees un trabajo o una profesión, tiempo para dedicarle a esa labor, metas y logros consolidados, tener la autonomía de tus decisiones y estar física, mental y económicamente preparado. Si este no es su caso, este artículo te informará sobre algunas formas de evitar los embarazos.

¿Que son los métodos anticonceptivos?

Son métodos que evitan los embarazos y son de ayuda para una buena planificación familiar. Existen varios métodos que puedes utilizar para evitar un embarazo imprevisto. En este artículo encontrarás varios métodos para que puedas realizar una toma de decisión preliminar. Siempre consulta con tu médico los efectos secundarios y los beneficios que estos puedan tener en tu salud y la de tu pareja.

Métodos Anticonceptivos de Barrera.

Aquellos que por un mecanismo físico impiden la unión del espermatozoide y el óvulo. Esta barrera es efectiva para otros tipos de micro-organismos, también son útiles para impedir el contagio de las *ETS.

Espermicidas

Pro: fácil de usar, bajo costo y fácil acceso. No tienen efecto sobre las hormonas femeninas.

Contra: pueden causar irritaciones en el cuello uterino, en algunos casos pueden tener reacciones alérgicas. Los que contienen nonoxinol-9 **NO** protegen contra los *ETS, este método se sugiere utilizar en conjunto de condones o diafragmas.

Condones Masculinos

Pro: el más recomendado contra las *ETS. Es un método poco costoso y de fácil acceso. No tienen ningún efecto en las hormonas de la mujer.

Contra: se pueden romper, por eso se recomienda utilizar un espermicida en conjunto a este método. Algunas personas son alérgicas al material en el cual están hechos.

Condones Femeninos

Pro: pueden ser utilizados hasta un máximo de 8 horas. Protege de *ETS. No afecta las hormonas de la mujer y puede ser utilizado mientras se esta amamantando.

Contra: se pueden romper, por eso se recomienda utilizar un espermicida en conjunto a este método. Algunas personas son alérgicas al material en el cual están hechos.

Importante, no utilizar el condón femenino y masculino a la misma vez, ya que se pueden desgarrar por la fricción.

Diafragma

Pro: se reemplaza cada dos años, aunque siempre antes de utilizarlo debe ser revisado frente a la luz para verificar que no tenga ninguna ruptura. Se puede introducir varias horas antes de tener relaciones sexuales. Protege de *ETS

Contra: se puede mover durante el acto sexual. Se puede debilitar el látex con el uso de lubricantes con base de aceite. El síndrome shock tóxico puede ocurrir, para reducir este riesgo, el diafragma no debe permanecer en el cuerpo por más de 24 horas. Si acaba de dar a luz consulte con su médico cuando puede utilizarlo.

Anticonceptivo de Emergencia o Plan B

Este método se utiliza para evitar que ocurra un embarazo luego de tener una relación sexual heterosexual sin usar anticonceptivos, si ha fallado el método anticonceptivo empleado o en el caso de una violación. Esta pastilla se puede adquirir en la farmacia sin necesidad de receta y no debe ser utilizada como un método anticonceptivo de uso regular. Para su mayor efectividad debe ser ingerido antes de que pasen 72 horas luego del acto sexual.

Métodos anticonceptivos artificiales u hormonales.

Son métodos mecánicos o quirúrgicos que impiden la concepción independientemente de su mecanismo de acción.

Píldora Anticonceptiva

Pro: son de fácil acceso, se pueden conseguir en algunos casos gratuitamente en los centros de salud. Su eficiencia es 99% en contra de los embarazos.

Contra: se debe crear un hábito de ingerir un medicamento siempre a la misma hora todos los días. Pueden haber contraindicaciones por lo que debe visitar a su médico y realizarse un examen médico antes de comenzar. No protege contra *ETS.

Inyección

Pro: 99% efectivos tiene bajo contenido de estrógeno y progesterona.

Contra: son suministradas cada 30 días al comenzar el ciclo menstrual. Tiene que visitar a su médico antes comenzar. Algunas mujeres muestran efectos secundarios serios. No protege contra *ETS.

Anillo Anticonceptivo o Anticonceptivo Intrauterino

Pro: aplicado de la manera correcta por su ginecólogo, no causa molestia.

Contra: puede causar molestia y mayores efectos secundarios que las pastillas y su costo es mayor. No protege contra *ETS

Parcho

Pro: es delgado, cómodo y esta diseñado para que no se desprenda.

Contra: puede causar mayor efectos secundarios. Es de alto costo. No protege contra *ETS.

Implantes (Coil)

Pro: tiene una prolongada protección anticonceptiva.

Contra: No protege contra las *ETS. Es de alto costo y es colocado por su ginecólogo.

Tienen que visitar a su médico para verificar que siga en su lugar y que no tenga ninguna complicación. Debe ser removido o intercambiado a los 10 años.

Métodos Anticonceptivos Naturales:

Son todos aquellos que se basan en la fisiología (función) hormonal normal de la mujer, en los cuales hay abstención de tener relaciones sexuales durante la ovulación y los días cercanos a ellas.

Ritmo

Pro: tiene una efectividad de 85 a 93% en mujeres regulares. No químicos, ni efectos secundarios.

Contra: Control de las fechas. No protege de *ETS. Los espermatozoides tienen la capacidad de vivir hasta 4 días dentro del cuerpo femenino.

Coito Interrumpido

Pro: no presenta costo alguno. Se puede utilizar en cualquier momento.

Contra: la imposibilidad del hombre de interrumpir el coito con suficiente antelación a el coito. El varón puede tener una eyaculación pre parcial precoz, dentro de la vagina. No protege contra ninguna *ETS.