

Planificación familiar y Tecnología anticonceptiva

MARIA DEL PILAR CASTRO PEREZ



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Medicina Humana

sexualidad Humana

Primeramente, hay que definir la planificación familiar y la tecnología anticonceptiva. La planificación familiar es el derecho de toda persona a decidir de manera libre y responsable, sobre el número de hijos y el momento en que los tendrá; así como a recibir información sobre el tema y los servicios necesarios. Este derecho es independiente del sexo, la preferencia sexual, edad y el estado social o legal de las personas. La tecnología anticonceptiva se trata de métodos o procedimientos que previenen un embarazo en mujeres sexualmente activas, ya sean ellas o sus parejas quienes los usen. En lo posible, los métodos anticonceptivos deben cumplir con algunos requisitos y características que permitan a las personas alcanzar sus metas reproductivas en forma efectiva y segura para su salud y de acuerdo a su situación de vida.

Ciertamente para la planificación familiar se necesita una paternidad responsable, en ambos casos femenino y masculino, aunque hay que destacar que una buena planificación familiar no debe de tener factores, como la orientación sexual, preferencia sexual, sexualidad o edad.

Una buena planificación familiar, dependerá de factores como lo son: economía, entorno social, cultura, religión, desarrollo socioeconómico, entre otros que giraran entorno para que una pareja pueda planificarse de manera exacta.

Bien existen instituciones que garantizan ayuda de orientación por parte del medico hacia el paciente, para una buena organización fundamental de planificación familiar y que en conjunto llevan las tecnologías anticonceptivas.

En las Unidades de Medicina Familiar del IMSS cuentan con amplia variedad de métodos anticonceptivos, así como personal de salud que te brindará información y consejería en planificación familiar, para que puedas adoptar el método anticonceptivo de acuerdo a tus necesidades, expectativas reproductivas y estado de salud.

Existirá la tecnología anticonceptiva, la cual se divide dentro de su eficacia y tiempo.

En los métodos temporales encontraremos:

Mela: Es un método temporal de planificación familiar basado en el efecto natural que tiene la lactancia materna sobre la fertilidad, para que este método sea efectivo, se debe cumplir con tres requisitos:

1) que la mujer no le haya venido la regla o menstruación.

2) que él bebe reciba lactancia materna completa y exclusiva, es decir durante el día y la noche

3) Que él bebe sea menor de 6 meses

ABSTINENCIA PERIÓDICA: Son métodos en que las parejas deben evitar tener relaciones sexuales durante el periodo fértil de la mujer. Entre estos métodos podemos mencionar.

Ritmo o calendario: La mujer debe controlar la duración de sus ciclos menstruales, por lo menos 6 meses previos al inicio del método, se debe identificar cual ha sido el ciclo más corto y cuál ha sido el más largo en ese periodo de 6 meses, aplicando la siguiente regla: Calcular el primer día fértil restando 18 días a la duración del ciclo más corto y luego calcular el último día fértil restando 11 días al ciclo más largo. Luego se debe trasladar este periodo fértil en el calendario, para que la pareja conozca el periodo en el que la mujer podría quedar embarazada.

Método de los Días fijos: Este método puede ser utilizado por aquellas mujeres cuyos ciclos menstruales se encuentran entre 26 a 32 días. El periodo fértil se encuentra entre el día 8 y el día 19 de cada ciclo menstrual. Para facilitar el uso de este método se puede usar el Collar del Ciclo.

-Collar del Ciclo es un collar de perlas de colores que representa el ciclo menstrual de la mujer, esto le ayuda a saber en qué días del ciclo hay mayor riesgo de embarazo si tiene relaciones sexuales sin protección.

-Las perlas blancas marcan los días de mayor riesgo de embarazo.

-Las perlas marrones marcan los días de bajo riesgo de embarazo.

-Las perlas marrones marcan los días de bajo riesgo de embarazo.

-La perla de color rojo representa el primer día de la regla o menstruación.

En los métodos de barrera encontramos:

Condón Masculino: Es una funda de látex, que se colocan en el pene erecto, antes de cualquier contacto sexual, actúa como una barrera que no deja que los espermatozoides lleguen a fecundar el óvulo maduro, previniendo embarazos no planificados y al mismo tiempo disminuye el riesgo de contraer Infecciones de Transmisión Sexual incluyendo el VIH SIDA.

Condón Femenino: Es una alternativa en anticoncepción para la mujer, consiste en una funda delgada de un material suave llamado nitrilo, que se acomoda en el interior de la vagina, antes de tener una relación sexual, este método puede

prevenir embarazos no planificados y al mismo tiempo disminuye el riesgo de contraer Infecciones de Transmisión sexual incluyendo el VIH SIDA.

Espermicidas: Son productos químicos que tienen efecto anticonceptivo. Se introducen en la vagina 10 a 15 minutos antes de tener relación sexual. Contienen una sustancia que debilita los espermatozoides para que no fecunden el óvulo. Este método no evita la transmisión de las infecciones de transmisión sexual incluyendo el VIH-SIDA.

Dispositivo Intrauterino (DIU): Es un pequeño dispositivo intrauterino en forma de la letra 'T' de plástico flexible, rodeado de hilos de cobre que actúa debilitando a los espermatozoides e impidiendo que lleguen a las trompas de Falopio, evitando la fecundación del óvulo. Después de la colocación del DIU, es necesario que la mujer asista a realizarse controles médicos periódicos en su servicio de salud.

En los métodos hormonales encontramos:

Orales: La píldora o anticonceptivo oral, es un método temporal para las mujeres. Está compuesto por hormonas sintéticas similares a las producidas en ovarios de la mujer. Las sustancias que contiene este anticonceptivo no dejan que el óvulo madure y ocurra la ovulación; adelgaza el endometrio y espesa el moco cervical lo cual dificulta el paso de los espermatozoides, disminuyendo las posibilidades de embarazo. Se debe tomar una píldora anticonceptiva cada día.

Inyectables: Es un método anticonceptivo inyectable que contiene hormona sintética similar a la producida en los ovarios de la mujer. Se aplica mediante una inyección vía intramuscular. Existen 2 tipos de inyectables, uno que se coloca una vez al mes y otra que se coloca cada tres meses. La inyectable trimestral puede ser utilizado por mujeres que están amamantando. La sustancia que contienen estos anticonceptivos no deja que el ovulo madure y ocurra la ovulación; adelgaza el endometrio y espesa el moco cervical lo cual dificulta el paso de los espermatozoides, disminuyendo las posibilidades de embarazo.

Y por último encontramos los métodos permanentes:

Ligaduras de trompa/oclusión tubarica bilateral (OTB): Es un método de anticoncepción permanente, que consiste en una pequeña cirugía, que interrumpe el camino del ovulo desde el ovario al útero. Al cortar y / o amarrar las trompas, se evita la unión del ovulo con los espermatozoides, impidiendo la fecundación, si no hay fecundación no hay embarazo.

Vasectomía: Es una pequeña cirugía mediante la cual interrumpe el camino de los espermatozoides de los testículos al pene. Al cortar y/o amarrar el conducto, se evita la unión de los espermatozoides con el ovulo, impidiendo así la fecundación.

Y como podremos observar serán procedimientos quirúrgicos.

Posteriormente, en conclusión, podremos decir que la planificación familiar nos servirá para planear una vida futura, tomando en cuenta una paternidad responsable, y que nos de como objetivos claros, de los factores que entraran al concluir con una pareja, empezar un matrimonio y tener una familia con hijos, en esto hay que decir que no importa tu preferencia sexual, todos somos humanos y todos queremos tener en cierto momento una familia. Mas sin embargo, hoy en día la población juvenil esta envuelta en precocidad sexual y social, por lo tanto el dar conocimientos de como planifica una vida a los jóvenes puede ser meramente beneficioso, y esto no provocaría más, las marchas incoherentes que se hacen hoy en día para aceptar el aborto por culpa de una mala información y educación sexual e imprudencia de los jóvenes. Por ello es muy importante mantenerse informado de la cantidad de anticonceptivos que nuestro centro de salud nos puede proporcionar que son un total de 9 anticonceptivos en regla pero se pueden proporcionar más y así no tener esa preocupación de tener próximamente al momento de relacionarnos sexualmente, contraer una ETS o un embarazo no planeado.

Bibliografía:

<http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/planificacion-familiar>

https://www.icmer.org/documentos/lactancia/tablas_resumen_tecnolog_elegibilidad_2006.pdf

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/family-planning-contraception>

<http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/documentos/DOCSAL7202.pdf>