

Nombre de alumno: Fátima
Montserrat Cruz Hernández

Nombre del profesor: Víctor Manuel
Nery

Nombre del trabajo: Ensayo

Materia: Ginecología y Obstetricia

Grado: Quinto

Grupo:

Pichucalco, Chiapas a 08 de abril de 2021.

PLANIFICACIÓN FAMILIAR METODOS TEMPORALES Y MÉTODOS DEFINITIVOS

El embarazo es una de las etapas más bonitas en la vida del ser humano, la OMS define al embarazo como los nueve meses durante los cuales el feto se desarrolla en el útero de la mujer y es para la mayoría de las mujeres un período de gran felicidad, aunque muchas veces este momento se ve afectado pues en muchas ocasiones y especialmente en jóvenes se dan los embarazos no planeados que aunque la reproducción y su condición necesaria, el ejercicio de la sexualidad, deberían ser siempre actos deseados y planeados. Lamentablemente, no es así y es en este momento donde ocurren los llamados embarazos no planeados que traerán consigo graves consecuencias en cualquier decisión que la futura madre tome. Es un tanto inusual que en el siglo en que estamos y a pesar de los métodos de planificación familiar temporales y definitivos los embarazos no deseados sigan existiendo. Pues a grandes rasgos la planificación es el tipo de método que permite a las personas tener el número de hijos e hijas que quieran y determinar por ellos mismos cuándo quieren ser padres o madres.

PLANIFICACION FAMILIAR

Cuando hablamos de planificación familiar no solo nos referimos a la decisión que permite a los padres tomar en cuanto a el momento y número de hijos que desean tener pues, cabe mencionar que la planificación es posible gracias a los usos de métodos anticonceptivos que, aunque no todos, muchos de ellos además de prevenir un embarazo también previenen muchas de las enfermedades de transmisión sexual. Muchos no lo saben o ignoran que toda persona tiene derecho 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.

Es también una estrategia que ayuda a las familias a lograr un mejor nivel de vida. Esta medida permite, además, el espaciamiento adecuado de un parto a otro (de 2 a 3 años), de forma a favorecer la recuperación de la mujer de los desgastes ocasionados por el embarazo, y de esa forma, garantizar el cuidado del recién nacido en los primeros años de vida.

En cuanto a la elección de un método anticonceptivo es una decisión muy personal que debe realizarse conforme al estilo de vida, salud, edad, creencia y experiencia anticonceptiva de la pareja, es por eso que no todas las personas pueden usar cualquiera de los métodos disponibles. Y es aquí donde entran los profesionales en el área que se encargan de orientar, así como plantear los métodos que ayudaran a planificar, y que brinde protección y seguridad según se necesite, que sea de fácil uso, que no afecte la salud o genere complicaciones, que no represente un problema para la relación con la pareja y que ayude a que la pareja participe.

En cuanto a métodos anticonceptivos, existe una gran variedad cada uno de ellos indicado para ciertos tipos de personas según lo requieran, por ejemplo, los métodos temporales son

PLANIFICACIÓN FAMILIAR

La planificación familiar se concibe como un derecho humano que hace posible acceder a otros derechos como la salud, la educación y el disfrute de una mejor calidad de vida, usando métodos anticonceptivos que evitan tener un embarazo no deseado y la libertad de una intimidad con tu pareja.

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS



capaces de evitar la aparición de un embarazo de manera reversible y pueden abandonarse cuando la pareja lo desee.

Entre los métodos temporales encontramos los *hormonales*; el implante subdérmico es un método moderno de anticoncepción que puede durar entre tres a cinco años, dependiendo del tipo de implante que se elija. Consiste en una o dos barras cortas y delgadas se implanta en la parte superior del brazo de la mujer y libera una hormona llamada progestina que espesa el moco cervical, impidiendo el paso de los espermatozoides hacia el óvulo y disminuyendo la frecuencia de ovulación. Es un método altamente efectivo que ofrece 99,5% de protección anticonceptiva y como no contiene estrógeno, se puede utilizar en mujeres durante el periodo de lactancia o en pacientes que tengan contraindicado el uso del estrógeno. Pueden usarlo mujeres mayores de 15 años con un peso menor de 90 kg. Los métodos *orales*; Los anticonceptivos hormonales orales o pastillas anticonceptivas, son un método seguro y efectivo para evitar temporalmente el embarazo. Estas contienen pequeñas cantidades de hormonas femeninas, como estrógeno y progesterona, que logran evitar la ovulación evitando el riesgo de embarazo. Detiene la ovulación y como efecto secundario las píldoras de progestágeno pueden causar dolores de cabeza, variaciones en el estado de ánimo y sensibilidad en las mamas. Los métodos *inyectables*; estas contienen pequeñas cantidades de hormonas femeninas, como estrógeno y progesterona, que evitan la ovulación. De esta forma al no haber ovulación, no hay riesgo de embarazo. De igual manera, las pastillas anticonceptivas generan cambios en el moco del cuello del útero, haciéndolo más espeso, de forma tal que los espermatozoides no pueden penetrarlo.

Las inyecciones tienen un mecanismo de acción muy similar al de las píldoras anticonceptivas y en general a todos los métodos hormonales de anticoncepción. Los anticonceptivos hormonales inyectables de aplicación mensual y/o trimestral alcanzan un 94% de efectividad desde el primer día de uso. Alrededor de un tercio de las mujeres que usan este método anticonceptivo no presenta sangrado menstrual en los 3 meses que siguen a la primera inyección, y otro tercio tiene menstruaciones irregulares y manchado durante más de 11 días cada mes. Por lo general, se ganan entre 1,5 kg y 4,8 kg de peso durante el primer año de uso y se sigue aumentando de peso. Los métodos *intrauterinos*; La T de Cobre es el Dispositivo Intrauterino (DIU) más conocido. Es un método de anticoncepción muy eficaz, que además tiene una capacidad de protección anticonceptiva hasta de 12 años, aunque la mujer puede solicitar su retiro en cualquier momento, regresando la capacidad fértil de inmediato. Es un método ideal para mujeres que deseen retrasar o espaciar sus embarazos por un largo periodo. Además, como la T de Cobre es

un dispositivo de plástico y cobre, se recomienda su uso para aquellas mujeres que tienen restricción en el uso de hormonas. Los efectos secundarios más frecuentes son la presencia de menstruaciones irregulares o su ausencia total y las cefaleas. Estos efectos secundarios inducen a algunas mujeres a retirarse el implante. Los de *barrera*; por ejemplo, El condón o preservativo que no solo evita los embarazos no deseados, su uso también reduce el riesgo de contagio de múltiples infecciones de transmisión sexual, como VIH /Sida, VPH (Virus del Papiloma Humano), gonorrea, clamidia y sífilis, entre otros.

El condón es una cubierta de látex que se adapta al pene erecto, formando una barrera entre el semen y la vagina o el ano. Este impide el paso de los espermatozoides y reduce el paso de los agentes causantes de algunas de las infecciones y enfermedades de transmisión sexual. Se debe usar durante todo momento donde haya contacto genital y hasta después de la eyaculación. Es necesario usar uno por cada relación sexual. También en este apartado se clasifican los naturales, como la abstinencia periódica, coito interrumpido o ritmo, aunque estos no son recomendados debido al grado de exposición a ETS y su baja efectividad.

Por otro lado, se encuentran los *métodos definitivos* que son métodos principalmente quirúrgicos mediante los cuales la persona se vuelve estéril o infecunda. Estos procedimientos son difícilmente reversibles por lo que se debe estar seguro de no querer tener más hijos. La esterilización masculina se llama vasectomía y la femenina ligadura de trompas.

La *vasectomía*: Es la sección y desconexión de los conductos que llevan los espermatozoides desde los testículos hasta las vesículas seminales, de forma que en la eyaculación no hay espermatozoides. Es una intervención sencilla, con anestesia local.

Ligadura de Trompas: Precisa generalmente una intervención con anestesia general, en la que se seccionan las trompas de Falopio, para evitar el paso de los óvulos al útero. No son métodos recomendados para jóvenes. Además, que no previenen de las enfermedades de transmisión sexual. Está indicada cuando el embarazo sea una amenaza grave para la salud materna, se trate de evitar la transmisión de enfermedades hereditarias, exista alteraciones o enfermedades psiquiátricas graves (autorización legal) y es contraindicada en embarazo, enfermedad pélvica inflamatoria activa, situaciones que contraindiquen la cirugía e indecisión del paciente. Tanto en el hombre como en la mujer, ambos métodos anticonceptivos definitivos, no tienen efectos secundarios, ni les impide continuar una vida sexual plena.

A manera de conclusión, es sabido que un embarazo conlleva una gran responsabilidad en todo individuo pues su aceptación y decisión, fortalecerá o quebrantará el vínculo como pareja. La planificación familiar es una de las mejores formas y la manera más responsable de proyectar nuestro futuro. Puesto que esta bien explorar nuestra sexualidad, pero de una forma responsable en la que nos cuidemos no solo por el echo de un embarazo no deseado si no que aprovechemos al máximo los métodos anticonceptivos, pues además de la prevención de embarazos, métodos de barrera como lo es el condón previenen de ciertas enfermedades de transmisión sexual. Estar informados puede cambiar nuestra vida, mas cuando se es joven y muchos planes pueden quebrantarse por no tomar decisiones correctas y acertadas, he aquí la importancia de la planificación familiar en manos de profesionales de la salud o basada en la investigación para así elegir el método más adecuado en relación a su salud, economía y comodidad.