



**Nombre de alumno: ESTEBAN CONTRERAS HUERTA.**

**Nombre del profesor: MARIA CECILIA ZAMORANO**

**Nombre del trabajo: TRIPTICO**

**Materia: ENFERMERIA EN EL CUIDADO DE LA MUJER**

**Grado: 4° CUATRIMESTRE**

**Grupo: B**

Comitán de Domínguez Chiapas a 14 de octubre de 2021.

## ¿Qué es planificación familiar?

- ✓ Es cuando decides de manera libre e informada:
- ✓ Cuantos hijos quieres tener.
- ✓ Cuando quieres tenerlo.
- ✓ Con que método anticonceptivo puedes cuidarte.

## ¿Qué es un Método Anticonceptivo?

Es aquel que impide o reduce significativamente las posibilidades de un embarazo en las mujeres y también previene enfermedades de transmisión sexual (ITS).

### Método de Lactancia Materna

**Exclusiva:** Consiste en alimentar exclusivamente con la leche materna a tu bebe, por lo menos 10 a 12 veces por día durante los 6 primeros meses. Es efectivo mientras no tengas tu menstruación.



## Métodos de Abstinencia Periódica (ritmo, Billings o moco cervical)

Consiste en evitar tener relaciones sexuales durante los días en que la mujer podría quedar embarazada y a ello se les llama días fértiles.



## El Condón o Preservativo

Es una funda delgada de látex que se coloca en el pene erecto antes de tener relaciones sexuales.

Es el único método anticonceptivo que previene las infecciones transmitidas por medio de las relaciones sexuales como el VIH/Sida, se usa uno en cada relación sexual

Se debe retirar una vez terminada la relación sexual.



## Píldora Anticonceptiva

Es un método anticonceptivo hormonal para la mujer.

Es eficaz y seguro si se toma todos los días, te protege de 1 a 3 meses.



## Implante

Consiste en una delgada varilla que se inserta justo por debajo de la piel, en la parte superior del brazo.

Protege de un embarazo durante 3 años.



## Ligadura de Trompas

Consiste en una operación sencilla para cortar los conductos que comunican los ovarios con el útero, impidiendo la unión entre el ovulo y el espermatozoide.

Es un método definitivo.



## Vasectomía

Consiste en cortar los conductos por donde pasan los espermatozoides, impidiendo la salida y evitando la unión con el ovulo. Este método es definitivo para los hombres que ya no deseen tener más hijos.

