



SECRETARÍA
DE EDUCACIÓN
GOBIERNO DE CHIAPAS

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN ESTATAL
DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN SUPERIOR



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

CLAVE: 07PSU0075W

RVOE: PSU-65/2006 VIGENCIA: A PARTIR DEL CICLO ESCOLAR 2006-
2007

TESIS

"FALTA DE INTERES EN LA PLANIFICACION FAMILIAR EN
LA MADRES DE 20 A 25 AÑOS EN EJIDO MORELIA
(VICTORICO RODOLFO GRAJALES) MUNICIPIO DE
ALTAMIRANO CHIAPAS."

PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN ENFERMERÍA

PRESENTADO POR:

CRISTIAN BENJAMIN SANCHEZ GOMEZ

ASESOR DE TESIS:

MTO: MALAQUÍAS GARCÍA PÉREZ

OCOSINGO, CHIAPAS; 19 DE FEBRERO DE 2022.

ÍNDICE

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA: FALTA DE INTERÉS DE LA PLANIFICACIÓN.....	3
META.....	3
OBJETIVOS.....	3
DESCRIPCIÓN DE LA ALTERNATIVA DE LA PROPUESTA.....	3
DESCRIPCIÓN DE LA ORGANIZACIÓN	4
Historia.....	5
Dirección.....	5
Datos:	5
Colegios y Escuelas en Morelia (Victórico Rodolfo Grajales)	9
FUNDAMENTACION	10
Que es planificación familiar	12
El Control de la planificación	12
Ventajas de la planificación familiar	13
Desventajas.....	13
Los beneficios de la planificación.....	14
Métodos de planificación familiar.....	14
Tipos de métodos de planificación familiar	15
La importancia de la planificación	18
Bibliografía	19
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....	20
Resumen.....	22
Palabras claves:.....	23
summary.....	23
KEY WORDS.....	24
Diagnóstico del proyecto	24
Preguntas de investigación.....	25
Justificación del estudio	25
Beneficios científicos esperados.....	25

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA: FALTA DE INTERÉS DE LA PLANIFICACIÓN

Lo que he notado últimamente en estos últimos años en el ejido Morelia Chiapas es que las mujeres adolescentes de 20 a 25 años son las que tienen más hijos a su corta edad tienen de 2 a 3 hijos y por lo visto sus hijos vienen casi de la misma por lo cual da una referencia de que no conocen los métodos de planificar y tienen muy poco interés en cuidarse.

META

Infórmales los beneficios que les brinda planificar

Informarles el grado de efectividad que tiene cada método de planificación

OBJETIVOS

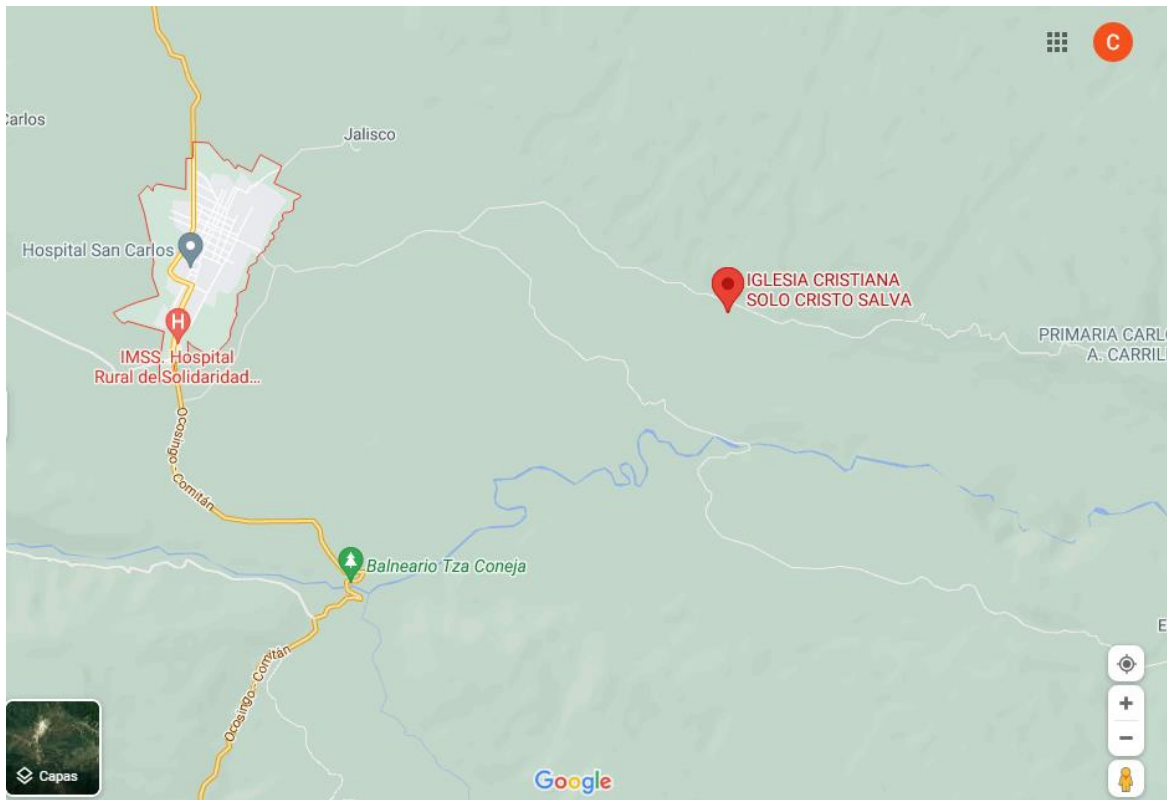
- ✓ Analizar el problema del porque no quieren planificar
- ✓ Buscar información sobre la planificación en sitios confiables
- ✓ Hacer una campaña informativa, para poder brindarles la información necesaria de los beneficios que tiene una buena planificación.
- ✓ Darles a conocer los tipos de planificación
- ✓ Clasificar los métodos de planificación explicar su uso, explicarles las ventajas, desventajas

DESCRIPCIÓN DE LA ALTERNATIVA DE LA PROPUESTA

Si no llego a cumplir mis objetivos planteados mi actividad solo quedara para una información de su propia clínica situada en la comunidad del ejido morelia

DESCRIPCIÓN DE LA ORGANIZACIÓN

Ilustración 1 ubicación de la comunidad ejido Morelia



Referencia: [Altamirano - Google Maps](#) en esta página web está ubicada Morelia(victorico Rodolfo Grajales)

HISTORIA

La historia de Morelia (Victorico Rodolfo Grajales) me lo dio a conocer el señor Miguel, cuenta que antes las tierras eran baldías ya que no tenían dueños, Los primeros que llegaron a estas tierras fueron gente de diferentes lugares, después gentes que vivían cerca de esos terrenos, gentes que vivían alrededor de esos terrenos en los cerros se podría decir, se enteraron de la llegada de las demás personas a esos terrenos, por lo cual decidieron unirse a ese grupo de personas, las primeras casas fueron de paja y de sácate, Morelia fue fundada en 1945, el ejido Morelia empezó con ese nombre pero pasando aproximadamente 10 años le cambiaron el nombre por Victorico Rodolfo Grajales, esta comunidad cambió de nombre por que pasaban diferentes partidos de la política, y por eso le dieron un cambio al nombre de esta comunidad, desde ese momento quedó como Morelia (Victorico Rodolfo Grajales), en 1994 surgió el levantamiento armado contra el zapatismo, tanto como en Morelia como en otros lugares, el 7 de enero detuvieron a mucha gente de Morelia hubieron muertos y hasta hoy en día siguen con esa inconformidad, aunque ahora ya están en paz aún queda ese remordimiento por las personas que mataron en ese año, hoy en día el ejido a crecido, hay paz en la comunidad y sigue creciendo día a día.

DIRECCIÓN. La comunidad de ejido Morelia (Victorico Rodolfo Grajales) lo podemos encontrar a 7.6 km en dirección este del pueblo de Altamirano (estado de Chiapas), ejido Morelia tiene una altitud de 1246 metros

DATOS: en ejido Morelia (Victorico Rodolfo Grajales) tiene un 99% de población indígena, el 90% ya cuenta con celulares y teléfonos de casa.

A continuación en la siguiente tabla mostraremos los cambios que han tenido las personas de ejido Morelia, mostraremos como han disminuido el número de hijos

en algunas familias, la población que llega de otras partes y se establecen en ejido Morelia, el avance que han tenido en su razonabilidad y el grado de escolaridad que en este ejido ha avanzado.

Otros datos demográficos en Morelia (Victórico Rodolfo Grajales):

2020

2010

Tabla 1 en esta tabla mostraremos los cambios de la población y de las personas.

Índice de fecundidad (hijos por mujer):	2.52	6.46
Población que proviene fuera el Estado de Chiapas:	0.07%	0.00%
Población analfabeta:	9.93%	12.28%
Población analfabeta (hombres):	2.19%	6.46%
Población analfabeta (mujeres):	7.74%	18.66%
Grado de escolaridad:	6	4.60
Grado de escolaridad (hombres):	6.78	5.51
Grado de escolaridad (mujeres):	5.21	3.61

Referencia: [Morelia \(victórico Rodolfo Grajales\) \(Chiapas\) Altamirano, localidad mexicana \(pueblosamerica.com\)](#)

En la siguiente tabla viene el número de desempleo que hay en este ejido , como ha incrementado la economía y los cambios que hay en la viviendas

Tabla 2empleo, economía y viviendas en ejido Morelia

	2020	2010
Población ocupada laboralmente mayor de 12 años:	32.87%	21.54%
Población ocupada laboralmente mayor de 12 años (hombres):	56.52%	40.89%
Población ocupada laboralmente mayor de 12 años (mujeres):	8.84%	0.36%
Número de viviendas particulares habitadas:	289	263
Viviendas con electricidad:	99.31%	95.92%
Viviendas con agua entubada:	97.92%	92.35%
Viviendas con excusado o sanitario:	86.51%	97.45%
Viviendas con radio:	33.56%	23.47%
Viviendas con televisión:	67.82%	40.31%
Viviendas con refrigerador:	12.46%	5.10%
Viviendas con lavadora:	0.35%	0.00%
Viviendas con automóvil:	2.08%	1.02%

Viviendas con computadora personal, laptop o tablet:	0.00%	0.00%
Viviendas con teléfono fijo:	0.00%	0.00%
Viviendas con teléfono celular:	38.75%	4.08%
Viviendas con Internet:	0.69%	0.00%

Referencia: [Morelia \(victórico Rodolfo Grajales\) \(Chiapas\) Altamirano, localidad mexicana \(pueblosamerica.com\)](http://mexicana.pueblosamerica.com)

En la siguiente tabla abordaremos datos sobre las diferentes edades de los habitantes de este ejido (Morelia)

Tabla 3 datos de la pirámide de edades del pueblo Morelia (Victorico Rodolfo Grajales)

Franja de edad	Número de mujeres	Número de hombres	Total habitantes
Bebés (0-5 años)	95	99	194
Jóvenes (6-14 años)	172	173	345
Adultos (15-59 años)	376	386	762
Ancianos (60 años o más)	36	32	68

más)

Referencia: [Morelia \(victórico Rodolfo Grajales\) \(Chiapas\) Altamirano, localidad mexicana \(pueblosamerica.com\)](#)

COLEGIOS Y ESCUELAS EN MORELIA (VICTÓRICO RODOLFO GRAJALES)

- [ALBERT EINSTEIN JARDIN DE NIÑOS](#)
- [JOSE MARIA MORELOS Y PAVON PRIMARIA](#)
- [TELESECUNDARIA 916 ALBERT EINSTEIN](#)
- [Colegios y Escuelas en Morelia \(Victórico Rodolfo Grajales\)](#)

Referencia: [Morelia \(victórico Rodolfo Grajales\) \(Chiapas\) Altamirano, localidad mexicana \(pueblosamerica.com\)](#)

FUNDAMENTACION

Unidad I. Antecedentes históricos de los anticonceptivos

La prescripción más antigua de la anticoncepción parece estar contenida en el Papiro de Petric o Nahum, que fue escrito en el año 1350, Desde épocas primitivas se usaba hierbas y extractos de plantas considerados con propiedades anticonceptivas. Las duchas vaginales de zumo de limón y extracto de vaina de caoba eran de uso común para ellos y se sabe hoy día que esta combinación es fuertemente espermicida, En el antiguo Egipto se utilizaban diferentes formas de preparados intravaginales que actuaban como barreras o como espermicidas. Las preparaciones en forma de pasta o de pesario aplicados en la vagina y en el cuello, eran bien conocidas en la antigüedad

Aristóteles fue el primero en mencionar la anticoncepción, consideraba que el aceite de cedro, por su suavidad al ser untado en la matriz que tuvo contacto con el semen, impedía la concepción. Hoy se sabe que realmente el aceite reduce la movilidad de los espermatozoides, Los griegos usaban la anticoncepción postcoital situándose la mujer en cuclillas, lo que aumentaba la presión intrabdominal, para intentar expulsar el semen de la vagina. También practicaban el coito interrumpido y la limpieza vaginal, Soranus, ginecólogo griego del siglo II, les recomendaba a las mujeres que dieran siete saltos hacia atrás después del coito. A las mujeres europeas se les recomendaba que hicieran mover la rueda de un molino cuatro veces a media noche. El aborto era utilizado como método de control de la natalidad tanto por las civilizaciones griegas como romanas. Hipócrates describía la inserción de sustancias a través del cuello uterino utilizando tubos de plomo huecos, mientras que los romanos empleaban plumas de patos con propósitos similares, Para los antiguos hebreos la anticoncepción se practicaba con la continencia sexual y la utilización de pesarios de barrera como el tampón de algodón llamado mokh, aunque parece que tenían conocimiento acerca de la época fértil del ciclo sexual de la mujer, ya que Moisés señalaba un lapso de siete días desde el final de la menstruación hasta el período de

En el mundo islámico de la Edad Media, al no ser prohibida la anticoncepción por la religión, se permitían numerosas medidas de control de la natalidad tales como la expulsión del semen de la vagina mediante violentos movimientos del cuerpo, el uso de fumigaciones intravaginales diversas y el empleo de supositorios anticonceptivos vaginales. Entre corrientes a favor y otras en contra de la anticoncepción se debate todo el período de la Edad Moderna y no es hasta principios del siglo XX, cuando la enfermera Margaret Higgins Sauger, conmovida por la miseria y sufrimiento de las familias numerosas de barrios pobres de New York y tras la muerte de una mujer a consecuencia de un aborto criminal, crea una

clínica para estos fines en Brooklyn en 1916; dedicando así toda su vida al control de la natalidad. En 1915, Marie Stopes encuentra a Margaret y se suma al movimiento de control de la natalidad abriendo una clínica en Londres en 1921. Hasta inicios de la década de los años setenta los servicios de planificación familiar no estaban en mano de personal médico, pues estos temas no eran incluidos en los programas de estudio de las escuelas de medicina y fue la aparición de “la píldora” lo que produjo un cambio al comprobarse que esta tenía efectos secundarios graves.

La Historia de los diferentes métodos anticonceptivos Coito interrupto o reservatus, El coito interrupto o retiro del órgano masculino durante el acto sexual, se supone que se ha empleado en todos los tiempos. Todas las comunidades humanas parecen conocer su uso y de él se tiene verdad, El coito interrupto es mencionado en la Biblia. Este método fue vilipendiado por cristianos y judíos debido a la interpretación de que Onán fue castigado por Dios por eyacular fuera. El coito reservatus o coito sin eyaculación era utilizado en la antigua China bajo el

El coito interrupto o coito interrumpido como le llamamos ahora es el método más antiguo de anticoncepción masculina. En Europa se ha usado durante siglos y contribuyó a reducir la tasa de fecundidad. En América Latina cerca del 18% de las parejas lo usan o lo han usado alguna vez, aunque tiene alta tasa de fracaso. Es un método inocuo, no requiere supervisión médica y también es cierto que tiene muchos detractores.

Método de la temperatura basal

Surge este método en el siglo XIX a partir de los estudios de Squire y Jacobo en 1808, quienes argumentaron el aumento de la temperatura basal corporal en la segunda mitad del ciclo menstrual. Sin embargo, debido a que el conocimiento sobre la fertilidad y el ciclo menstrual era escaso, se asoció erróneamente la menstruación con la ovulación, pensándose que el período más fértil del ciclo era el que seguía a la menstruación. En 1928 Van de Velde demuestra la relación existente entre el cambio de la temperatura basal y la función del cuerpo lúteo y unos diez años después se correlaciona con los cambios hormonales.

Método del calendario

En 1930 Ogino, de Japón y en 1933 Knaus, de Austria, demostraron que la ovulación se produce entre las menstruaciones y no durante estas, y encontraron que había un tiempo relativamente constante entre el momento de la ovulación y la menstruación siguiente. Para Ogino el período fértil era de ocho días y para Knaus era de cinco días.

Método del moco cervical.

A principio de la década de los años setenta, John y Evelyn Billings proponen su método de la ovulación basándose en la descripción hecha por Pouchet, en 1847, de las características del moco cervical durante el ciclo menstrual y en los estudios del moco en relación con la ovulación realizados por Viergiver y Pommerenke, en 1944, donde se plantea que este aumenta y cristaliza como hoja de helecho durante los días ovulatorios.

Unidad II. Planificación familiar

QUE ES PLANIFICACIÓN FAMILIAR

Como lo dice (Cayetano, 2019) “La planificación familiar tiene el objetivo de ayudar a las parejas a no tener embarazos no deseados, ya que es un método para cuidarse que sirve para decidir en qué momento tener un hijo, también determina el número de hijos que una pareja desea tener, con este fin se izó la planificación familiar, también la planificación familiar brinda diferentes tipos de métodos, a la que más se adapten oh como mejor les convenga a las parejas, para planificar existen muchos métodos, esto engloba todo el conjunto de planificaciones utilizadas en las familias, que estén interesados en cuidarse para no tener muchos hijos, oh que estén muy cerca de la edad del otro”

El Control de la planificación

El control de tener una planificación da muchos beneficios, ya que puedes elegir en que momento tener familia oh en que momento quieres tener otro hijo, también te brinda el beneficio tanto como mentalmente ya que si aún no tienes los recursos necesario puede ser estresante la crianza de un hijo, te ayuda a decidir el número de hijos que deseas tener y es una forma de controlar la sobrepoblación, al momento de tener relaciones te da seguridad ya que si aún no quieres tener un

hijo el método de planificación te protege, si tienes diferentes parejas te ayuda a asegurar que no quedaras embarazada de quien no quieres, es una forma de cuidar a los nuevos seres, ya que si no es deseado podría tener una mala calidad de vida.

Ventajas de la planificación familiar

Las ventajas que brinda una planificación es que disminuye la cantidad de embarazos no planificados y disminuye el número de abortos que tiene las mujeres ya que en ocasiones se dan embarazos no deseados, ofrece mejor calidad para los hijos ya que te da esa opción de tener un hijo hasta que esté bien económicamente, y les dará a las mujeres seguir trabajando tranquilamente sin que un hijo sea una carga por no tener economía y esto brindara una buena atención para sus hijos. Y disminuye el embarazo a temprana edad, disminuye los riesgos de las mamas, ya que embarazarse rápidamente después de haber tenido un parto reciente, aumenta las complicaciones y el riesgo del bebe y de la madre.

DESVENTAJAS

La planificación familiar también puede tener algunas desventajas ya que en algunas mujeres podría caerles más a su cuerpo, provocándole dolores de cabeza oh pérdida de peso, oh aumento de peso, mareos y nauseas, esto es una afectación hormonal por eso se dan algunas afectaciones a la salud, también pueden haber efectos secundarios son menos probables pero más graves como la provocación de coágulos sanguíneos, accidentes cerebrovasculares, oh un embarazo ectópico, aunque es raro ver estas complicaciones pero implica un riesgo, también existe planificación familiar natural, como tomar plantas para llegar a la esterilización de una mujer aunque a veces no suele ser muy efectiva, otra de

las desventajas es que no te protegen de las enfermedades de transmisión sexual por lo que si sabes que tienes una planificación no recurren las personas a uso del condón, causan periodos irregulares, aumenta la probabilidad de tener diabetes si anteriormente presentaste una diabetes gestacional.

LOS BENEFICIOS DE LA PLANIFICACIÓN

el tener una buena planificación familiar tiene buenos beneficios ya que cuando tú decides embarazarte estas más al tanto de los cuidados de un embarazo, como los chequeos constantes y esto le da una mayor seguridad a que el bebé nazca fuerte y sano, ya que si llega a ver un embarazo no deseado no puedes estar lo suficientemente segura de que te hayas cuidado o de que hayas consumido un sustancia que puede ser dañina para el bebé, ya que para planear un embarazo se necesita de tener muchos cuidados antes de embarazarse como sería tomar ácido fólico esto sirve para prevenir algunos defectos de nacimiento como anencefalia y espina bífida, también planificar brinda más dinero para una familia pequeña ya que lo económico es algo muy importante ya que más dinero brinda más calidad de vida para los hijos, los padres tienen más tiempo para sus familias y tienen más tiempo para trabajar y también para tener más comodidades ya que lo más importante es tener calidad y no cantidad de vida, también ayuda a las mujeres a no embarazarse tan rápido ya que si apenas una mujer dio a luz, el embarazarse rápido puede ser un riesgo ya que por lo menos es recomendable esperarse 2 años para volverse a embarazar.

Unidad III. Métodos de planificación familiar

MÉTODOS DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR

Como lo dice (planificación, 2022) “existen muchos métodos para cuidarse de embarazos no deseados, ya que esto depende de la edad, y depende de tu

historia clínica si ya eres madre oh aun no, los métodos más comunes son el condón femenino oh masculino, las píldoras anticonceptivas, las inyecciones, las píldoras de emergencia aunque no es recomendable ya que es solo para emergencia y el consumo frecuente podría causar esterilización oh no podría ser efectiva en su uso excesivo, ya que esta pastilla solo se puede tomar una vez al año, existen también los implantes, el diu y la esterilización femenina y masculina aunque esto ya sería para los que han llegado a su número de hijos que desean.”

Tipos de métodos de planificación familiar

la píldora: esta píldora se toma una vez al día, exactamente a la misma hora aunque no se tengan relaciones sexuales ese día, si no se llegase a tomar la píldora un día esta no podría ser efectiva y podría llegarse a un embarazo no deseado, la píldora es un método muy confiable, tiene el 98% de efectividad claro si se toma correctamente, las hormonas que se usan en las píldoras son naturales como la progestinas y estrógeno, puede provocar sangrado irregular, dolores de cabeza, náuseas, puede aumentar el colesterol, los ataques cardiacos, hinchazón abdominal y accidentes cerebrovasculares.

El parche anticonceptivo: este parche tiene la forma de una curita, es brillante y se pega a la piel, este libera hormonas constantemente, estrógeno y progestina, si por alguna razón el parche se desprende necesita reemplazarlo rápidamente ya que podría dejar de ser efectivo, el parche se puede pegar en la parte baja del abdomen, en la espalda, en las nalgas y en la parte superior del brazo, el parche se debe utilizar todos los días tengas sexo o no, este se utiliza durante 21 días situando el mismo día el parche durante semanas esto dará un total de 21 días en la cuarta semana no se aplicara ningún parche, este tiene una efectividad del 99%

para prevenir embarazos no deseados. Puede provocar dolores de cabeza, mareos, náuseas vómitos, puede haber irritación en el sitio aplicado

condón masculino: el condón masculino es de látex y lo utiliza antes de tener relaciones sexuales, se introduce cuando el pene esta erecto, este es un método muy eficaz para prevenir embarazos no deseados y para prevenir enfermedades de transmisión sexual, tiene un costo muy accesible este funciona capturando el semen cuando el hombre eyacula, los condones son muy efectivos si se usan correctamente ya que también podrían romperse, el condón tiene una efectividad del 98% de tener un embarazo no deseado y tiene una efectividad del 92% de las ets.

Implante anticonceptivo: el implante tiene el tamaño de un fosforo y se sitúa de bajo de la piel del brazo, este libera constantemente pequeñas cantidades de hormonas (progestina) el implante puede tarde de 3 a 5 años, tiene una efectividad del 99.5% para prevenir embarazos, no interrumpe las veces de sexo que deseas tener, puede producir aumento de peso y dolor abdominal, este no te protege de las ets, puede presentar cambios irregulares pero pasando los meses la menstruación desaparece.

Diu: este método es un dispositivo en forma de T es pequeño y tiene un emboltura de cobre, este se coloca dentro de la matriz, este libera iones de cobre, este puede permanecer dentro de la matriz de 5 a 10 años, tiene un grado de efectividad del 99% para prevenir embarazos, este puede causar sangrado irregular y pueden aumentar el riesgo de un embarazo ectópico.

Condón femenino: el condón femenino es similar al del condón masculino, solo se introduce dentro de la vagina de la mujer, este condón aparte de ser efectivo para prevenir embarazos también te protege de las ets, el condón femenino se pone antes del coito y tiene una efectividad de 99% de efectividad para prevenir embarazos y un 90% para prevenir las etc.

Anticonceptivo de emergencia: este se utiliza cuando se tiene sexo accidental sin protección oh cuando el condón se rompe, como su nombre lo dice es solo de emergencia ya que su consumo excesivo podría tener consecuencias como llegar a la esterilidad, este se toma después de las 12 horas de haber tenido relaciones ya que pasando las 24 horas podría ser menos efectiva, esta pastilla de emergencia tiene una efectividad del 95% si se toma antes de las 24 horas y si se toma después de las 24 horas hasta las 72 horas tiene un 58% de efectividad, aclarando que este no te protege de las ets.

Esterilización: este método es a base de cirugía, es un método que define el número de hijos que deseas tener ya que elimina por completo la capacidad de la reproducción, este método se utiliza cuando has decidido no tener más hijos, la esterilización es permanente ya que jamás podrías llegarte a embarazar, la esterilización no trae ningún riesgo, no reduce el deseo sexual, este método tiene el 100% de efectividad para ya no embarazarse.

La importancia de la planificación

la planificación es muy importante en la sociedad ya que te da a decidir por ti mismo cuando hasta que edad te sientes apto para poder crear una familia, también te hace elegir de manera responsable de darle una buena calidad de vida a tu familia ya que para tener una hijo también necesitas madurar mentalmente, si no tienes la maduración necesaria podrías no darle una buena vida a tus hijos ya que es una responsabilidad el tener familia, la planificación es una estrategia clara que ha sido desarrollada con el fin de no tener embarazos no deseados y a lograr oh tener una mejor calidad de vida tanto como de los padres e hijos, el hablar de este tema con los hijos es muy importante ya que los que salen más afectados en embarazos no deseados son los adolescentes ya que a esta edad empiezan a experimentar su cuerpo y si no se tiene una buena plática tanto en la familia como ya en las parejas casadas o juntas podría ocasionar un estrés por un embarazo no deseado oh incluso para los adolescentes el abandono de su escuela, y eso llevaría a una mala calidad de vida tanto como el de la madre como el del bebe, también hoy en día vemos que los jóvenes en vez de protegerse con preservativo se les hace más fácil comprar una pastilla de emergencia las famosas pastillas del día siguiente, y es por lo mismo de que quizá no tienen el conocimiento de que si puede evitar un embarazo pero no puede protegerte de una enfermedad de transmisión sexual, por lo que se van por el placer de que sin preservativo es mejor pero la pastilla de emergencia puede ser muy útil pero también puede afectarte su consumo excesivo ya que podría una mujer quedar estéril o podría sufrir de una embolia pulmonar oh un derrame cerebral.

Fértil:

la fertilidad es la capacidad que los seres humanos tienen, es para reproducirse o procrear un nuevo miembro en una familia, la fertilidad masculina y femenina son diferentes, en las mujeres es el efecto de la edad, ya que la etapa de edad de una mujer se limita a lo largo de los años, en el caso de los hombres, dependen de una calidad de espermatozoides correcta, esto se ve a la hora que salen al exterior, los hombres nacen con una inmadurez de los órganos masculinos a lo largo de los años este tiene cambios ya que llega a la maduración, esto permite procrear espermias, estos espermias se expulsan a través de la eyaculación, la edad en la que el hombre llega a ser fértil es a los 45 años y es debido a que la calidad de semen no es la misma a la de un joven

La fertilidad de la mujer depende de los óvulos, la mujer nace con todos los ovulocitos que tendrá el resto de su vida, esto se significa que los óvulos de la mujer ya viene con una determinación que es determinada desde el nacimiento, la principal fertilidad femenina empieza en la pubertad con la primera menstruación, , el periodo fértil, es durante la menstruación, en esta se desarrolla los folículos, y después libera el ovulo maduro, este proceso ocurre durante toda su vida hasta que llega la menopausia, a los 40 años la mujer se aproxima drásticamente a ser fértil, lo que hace que un embarazo sea de riesgo o las probabilidades de embarazarse sean pocas.

BIBLIOGRAFÍA

- Cayetano, D. S. (03 de 05 de 2019). *extraido de la red*. Obtenido de La planificación familiar: beneficios, recomendaciones y métodos: recuperado de <https://www.reproduccionasistida.org/metodos-de-planificacion-familiar/> el dia 14/02/2022
- Gutiérrez, M. (2013 de 08 de 21). *extraido de la red*. Obtenido de LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR COMO HERRAMIENTA : recuperado de <http://www.scielo.org.pe/pdf/rins/v30n3/a16v30n3.pdf> el dia 14/02/2022

planificacion, m. d. (14 de 02 de 2022). *extraido de la red*. Obtenido de Métodos de planificacion: recuperado de <https://whb.dph.ncdhhs.gov/Manuals/FPMethodsSpanish5-12.pdf> el dia 14/02/2022

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

actividades	Semanas																							
	enero			febrero				marzo					abril						mayo				junio	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	2	
Selección del tema	■	■																						
Planteamiento del problema		■	■																					
Descripción de la organización			■	■	■	■																		
Marco teórico							■																	
Cronograma de actividades								■	■															
Presentación del proyecto										■	■	■												
resumen												■	■											
Diagnóstico del proyecto													■	■										
Preguntas de investigación															■	■								
justificación																■								

ver un antes y un después que tanto les intereso sobre el tema de cuidarse para tener una mejor vida.

PALABRAS CLAVES: planificación familiar, métodos anticonceptivos, economía, prevención de las ets, embarazos no deseados.

SUMMARY

In this community I think they do not have enough information as much as women as for their husbands, so it is necessary to analyze the problem of why they do not want to plan this in order to make them understand and provide them with the necessary information so that they accept good planning since this will help them to have a better quality of life for their present and their future. so that this goal works for families, I will look for information about planning in reliable places, so that we can provide people with safe information that will help them take care of the number of children they want to have.

In this community that is ejido Morelia I would like to make an information campaign, to be able to provide them with the necessary information of the benefits that good planning has, such as making them aware of the types of planning, so that they decide which one suits them oh which one gives them better security, and also to assess the cost oh the possibility you have to buy a method, oh also to inform you that in your clinic it is free, Classify the planning methods that have favored more people, explain their use, explain the advantages, disadvantages so that the inhabitants of this community are satisfied, as well as women for their husbands, this campaign will serve as a lot of help so that your people have a better quality of life, before starting I intend to ask a question so that you compare the results of before and at the end raise another series of questions to see how beneficial my talk could be oh if you convinced them the benefits of taking care of

themselves, this will help me to see a before and after that they are so interested in on the subject of taking care of themselves to have a better life.

KEY WORDS: family planning, contraceptive methods, economics, prevention of STDs, unwanted pregnancies.

DIAGNÓSTICO DEL PROYECTO

El propósito de mi investigación en la comunidad de ejido Morelia que esta situado en el municipio de Altamirano Chiapas, es conocer a fondo los beneficios que brinda la planificación familiar y si la ponen en práctica se pretende observar si la localidad cumple con el índice de la reducción de la natalidad para observar si la comunidad pone en práctica la planificación, donde se pretende realizar una campaña informativa para brindarles información necesaria de los beneficios que tiene planificar, se pretende explicar el uso correcto de cada método, las ventajas y las desventajas para que así tengan conocimiento de lo que un dispositivo brinda para sus familias, ya que cuidarse no está de más, para llevar una vida estable, y que no corran riesgo de embarazarse pronto cuando apenas han tenido un bebe, ya que esta es una buena ayuda para las familias ah que estén mejores oh que las esposas no tengan alguna complicación en la etapa del embarazo, también servirá para las mama primerizas para que tengan la información necesaria para que se cuiden antes de tener muchos hijos, ya que esta campaña informativa es para que las mamas de 20 a 25 años que a pesar de su corta edad ya están entre los 3 a 4 hijos por lo cual es una desventaja para ellas ya que la economía es muy baja en su comunidad.

PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN

¿Cuál es el motivo por el cual esta una comunidad me llevo a considerar que requiere información acerca de este tema de planificación familiar?

¿Qué descontrol tiene esta comunidad para llegar a ser una buena opción para brindarles información acerca de la planificación familiar?

¿Qué beneficios tendrán las familias al obtener la información de los métodos de planificación?

JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

Esta campaña informativa tiene la información necesaria para que las personas de esta comunidad tengan el acceso a una buena información sobre el tema de planificación familiar esto les servirá para que obtengan muchos beneficios en su calidad de vida, ya que hasta ahora no han querido tener una plática oh no an querido obtener información acerca de este tema, por la falta de interés oh por los motivos que la gente tenga, acerca de estos datos.

Ya que por falta de economía en las familias es necesario hacer un cambio por el bien de ellos mismos y de su familia, ya que la abundancia de hijos en cada familia es muy numerosa y creo que esto es por falta de información, es muy necesario para las personas que no tienen este tipo de información como en el (ejido Morelia) esta información les servirá para tener una buena economía y tengan un buen sustento en sus domicilios, ya que una buena planificación brinda beneficios y se les dará a conocer los tipos para que cada pareja se acomode de acuerdo a su forma de ver lo que le convenga o no.

BENEFICIOS CIENTÍFICOS ESPERADOS

Esta investigación a través de la campaña aportara la información de cuantas mamás aceptaron el método de planificación, cuantos padres de familia pensaron

en su familia ya que son muy numerosas las familias en esta localidad, y se tomara los datos de las familias que si aceptaron planificar, el aporte a esta comunidad todavía no está registrada, ya que aún no tengo los datos del número de personas que aceptaron planificar, ya que cada familia tendrá que aceptar un método en el que más se acomoden oh el que más les favorezca, estos datos los registrare para poder ver el impacto que tuvo la información que brindare a la comunidad, esto con el fin de ver todo lo que requiere la comunidad para que tengan la mejor calidad de vida.

Diagnóstico de la comunidad

Como ya lo avia mencionado anteriormente la comunidad de ejido Morelia (victorico Rodolfo Grajales) lo podemos encontrar a 7.6 km en dirección este del pueblo de Altamirano (estado de Chiapas), ejido Morelia tiene una altitud de 1246 metros, y consta de 34 familias, lo cual aplique la fórmula para el cálculo del tamaño muestra aumento muestreo aleatorio simple para determinar a las familias que necesito entrevistar lo cual el resultado me dio un total de 25 familias a entrevistar lo cual mis preguntas fueron las siguientes.

Encuesta

¿Conoce el significado de planificación familiar?

¿Qué tipo de métodos conoce?

¿Tiene el apoyo de su pareja en cuidarse para no tener embarazos muy prolongados?

¿Se ha informado de los beneficios de los métodos anticonceptivos?

¿Con que frecuencia su clínica les da información acerca de planificación familiar?

¿Cuál es el motivo por el cual no acepta una planificación familiar?

¿En su clínica les ofrecen métodos de planificación familiar?

Estancia en la comunidad

Llegue a la comunidad lo cual entreviste a la primera familia para poder ver la aceptación que me daban para poder realizar las preguntas planteadas lo cual obtuve éxito y me respondieron de forma positiva explicandome sus motivos del por cual motivo no quieren planificar oh por el cual motivo no tiene un método de planificación, entonces en mi primera entrevista me di cuenta de un factor muy importante que es la comunicación entre pareja ya que en mi primera entrevista la señora me dio a conocer que el motivo era que su esposo no aceptaba la planificación familiar porque eso era malo a sus costumbres y que no tenia nada de malo tener hijos a muy corto plazo de uno al otro por el cual segui con mi encuesta con otras familias, por lo cual de las 25 familias que tenia que entrevistar solo encontré a 9 señoras amas de casa en su domicilio ya que las demás estaban trabajando en el campo y en sus responsabilidades, lo cual de las familias entrevistadas 4 familias me abian comentado que no planificaban porque su pareja no quería ya que ellos son los que toman la decisión y las otras 4 familias eran porque no tenían la suficiente información y tenían miedo de no volverse a embarazar, lo conclui que esa comunidad requerían de información confiable y de el convencimiento de sus parejas para que acepten una planificación familiar y asi tengan una mejor calidad de vida ya que las personas se ven de escasos recursos

y asu corta edad de 23 años la mayoría consta ya de 3 a 4 hijos lo cual necesitan información para que no continúen con esta costumbre que se ah convertido en un mal habito porque para ellos es normal tener muchos hijos.