



# Mi Universidad

## Cuadro sinoptico.

*Nombre del Alumno: Leydi Laura Cruz Hernández*

*Nombre del tema: Metodos de planificación familiar.*

*Parcial: 4*

*Nombre de la Materia: Ginecologia y obstetricia.*

*Nombre del profesor: Víctor Manuel Nery González*

*Nombre de la Licenciatura: Lic. Enfermería.*

*Cuatrimestre: 5 cuatrimestre*

# Metodos de Planificación Familiar.

## CONCEPTO.

Es el derecho de toda persona a decidir de manera libre, responsable e informada, sobre el número de hijos y el momento en que los tendrá.

## MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

Los métodos anticonceptivos, son sustancias, objetos o procedimientos que evitan que la mujer quede embarazada.

## MÉTODOS HORMONALES

Los **anticonceptivos hormonales** contienen progesterona sola o una combinación de progesterona y estrógeno. Evitan el embarazo al impedir que los ovarios liberen óvulos, además adelgazan el revestimiento del útero y espesan el moco del cuello uterino de manera que bloquean el paso de los espermatozoides hacia el óvulo.

El término **planificación familiar** se refiere a todos aquellos suministros y servicios que hacen posible que las personas y las parejas tengan el número de hijos e hijas que desean tener y planifiquen el cuándo y cada cuánto tiempo los tendrán.

En ella se incluyen los métodos anticonceptivos modernos, tales como la píldora anticonceptiva, los DIU, los productos inyectables, o los preservativos para hombres y mujeres.

Permiten tener el control de la natalidad, ayudando a las parejas a decidir si desean o no tener hijos hasta el momento en que estén preparadas para ello.

### • Orales

Los anticonceptivos hormonales orales o pastillas anticonceptivas, **son un método seguro y efectivo para evitar temporalmente el embarazo**, contienen pequeñas cantidades de hormonas femeninas parecidas a las que produce el organismo de la mujer.

### • Inyectables

Las inyecciones anticonceptivas contienen hormonas similares a las producidas por la mujer, evitan temporalmente el embarazo ya **que** impiden la ovulación y hacen **que** el moco **que** se produce en el cuello de la matriz se vuelva muy espeso impidiendo el paso de los espermatozoides.

### • Implante Subdérmico

Liberan una hormona (progestágeno) en forma continua **que** inhibe la ovulación. Una vez colocado brinda protección entre 3 y 5 años, dependiendo del dispositivo.

### • Parches

Es un **parche** de plástico delgado, cuadrado, el cual se pega a la piel y libera hormonas similares a las **que** produce la mujer, inhibiendo la ovulación y haciendo más espeso el moco del cuello del útero.

# Metodos de Planificación Familiar.

## NATURALES

se trata de **monitorear (hacerle seguimiento a) tu ciclo menstrual y ovulación para calcular tus días fértiles**. Una vez que calculas tus días fértiles, te aseguras de no tener sexo vaginal (sexo de pene en vagina) sin protección en esos días, para no quedar en embarazo.

- Ritmo o Calendario

se trata de **monitorear (hacerle seguimiento a) tu ciclo menstrual y ovulación para calcular tus días fértiles**. Una vez que calculas tus días fértiles, te aseguras de no tener sexo vaginal (sexo de pene en vagina) sin protección en esos días, para no quedar en embarazo.

- Temperatura basal

**un método basado en el conocimiento de la fertilidad**, es un tipo de planificación familiar natural. La temperatura basal es la temperatura corporal cuando estás totalmente en reposo. La ovulación puede provocar un leve aumento de la temperatura basal.

- Moco cervical

Es un **método de planificación o prevención del embarazo basado en la observación e interpretación del moco cervical** que se produce con el aumento de los niveles de estrógeno durante la fase preovulatoria, delimitando los días naturales de las fases más fértiles y menos fértiles del ciclo menstrual.

- Coito interrumpido

**se produce cuando sacas el pene de la vagina y eyaculas fuera de esta para intentar evitar un embarazo**. El objetivo del método de coito interrumpido (también denominado retirada) es evitar que el esperma ingrese en la vagina

## DE BARRERA

Diseñados para evitar que el **esperma ingrese al útero**, los métodos de barrera son removibles y pueden ser una opción para las mujeres que no pueden usar métodos anticonceptivos hormonales. Los métodos de barrera tienen una tasa de falla típica del 12 % al 28 %, según el método.

- Condón (masculino y femenino)

es una funda de de látex que se coloca en el pene erecto antes de la relación sexual y que lo cubre por completo.

- Espermicidas

Pertencen a este grupo el preservativo o condón, el diafragma, el capuchón cervical y la esponja anticonceptiva. Algunos preservativos contienen espermicidas.

- Dispositivo Intrauterino (DIU)

**es un método anticonceptivo seguro y eficaz que sirve para evitar temporalmente un embarazo**. Está elaborado de plástico flexible, tiene una rama vertical y una horizontal a manera de T.

## DE BARRERA

Son **procedimientos quirúrgicos que no impiden a la mujer o al hombre continuar con su actividad sexual**. Para la mujer se realiza la oclusión tubaria bilateral (OTB) o ligadura de las trompas y para el hombre la vasectomía sin bisturí.

- Vasectomía (tradicional y sin bisturí)

Es un **método anticonceptivo permanente o definitivo para el hombre que ya tiene el número de hijos deseado**, y que recibió previamente consejería.

- OTB (Oclusión Tubárica Bilateral) o Salpingoclasia

**método de planificación familiar en el cual se cortan y se ligan las Trompas de Falopio evitando el paso del óvulo para unirse con el espermatozoide**.