

# Mi Universidad

## MANUAL DE ANTICONCEPTIVOS

*Freddy Ignacio Lopez Gutierrez.*

*Manual de atención y procedimientos de métodos anticonceptivos.*

*4to parcial*

*Clínicas de Ginecología y Obstetricia.*

*Dr. Miguel de Jesús García Castillo.*

*Licenciatura en medicina humana*

*7mo semestre Grupo C*

*Comitán de Domínguez, 18 de Diciembre del 2024.*

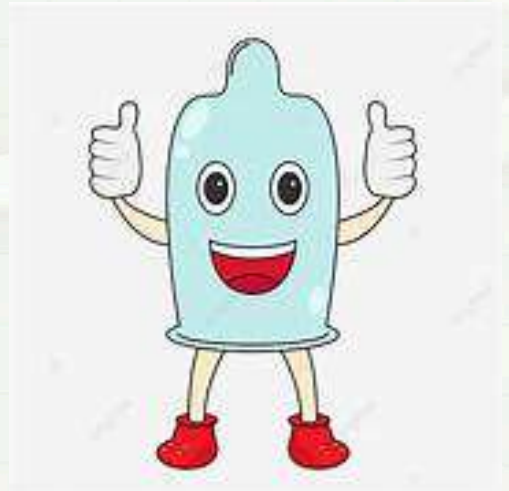


# **MANUAL DE ATENCIÓN Y PROCEDIMIENTOS**

*Métodos  
anticonceptivos*

# INTRODUCCION:

Este manual tiene como objetivo brindar una guía completa sobre los diferentes métodos anticonceptivos disponibles, incluyendo su definición, indicaciones, contraindicaciones, efectos adversos, técnica de aplicación y dosis. Este documento está dirigido a profesionales de la salud y estudiantes de medicina en formación ya que con este manual podrán tener una idea mas clara de que son los métodos anticonceptivos y la importancia que estos tienen.



# SEXUALIDAD Y ANTICONCEPCIÓN

La sexualidad es una característica humana del desarrollo vital que cada cual vive de manera particular y que se ve afectada por variables culturales, sociales y personales. Implica aspectos como la comunicación, el placer, la afectividad, la expresión de las emociones, los deseos y la reproducción.

Los métodos anticonceptivos nos permiten:

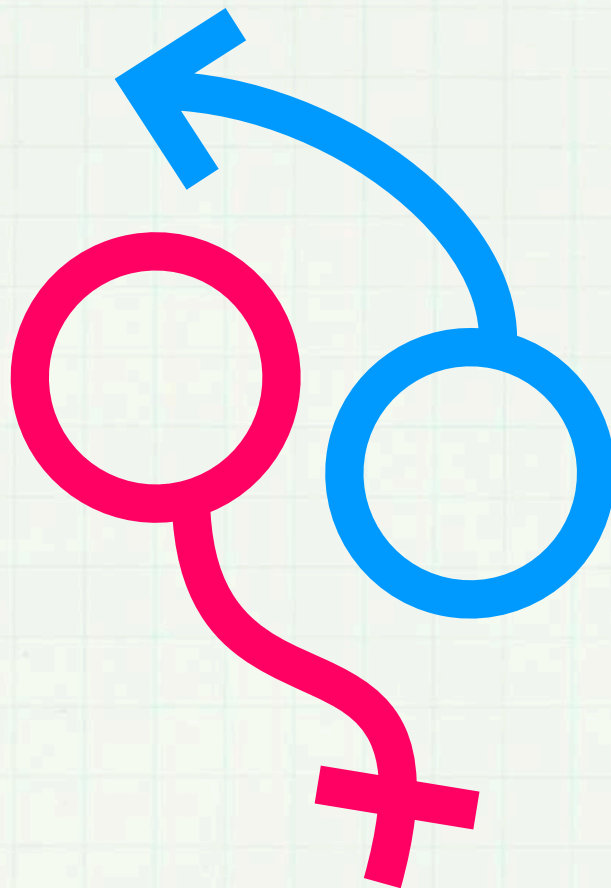
- Vivir la sexualidad de una manera libre y satisfactoria
- Tener relaciones sexuales sin temor al embarazo
- Planificar con bastante seguridad el número de hijos y el momento de tenerlos, evitando embarazos no deseados

La reproducción está unida al disfrute de la sexualidad. Por esta razón, la posibilidad de tener descendencia debe ser valorada y decidida conjuntamente de manera responsable por los miembros de la pareja. El embarazo no debe producirse como consecuencia de la desinformación y el desconocimiento de los riesgos, fallos y errores que pueden producirse. Si se tienen relaciones sexuales con coito y el objetivo deseado no es la reproducción, se deben utilizar métodos que evitan el embarazo.



# Reproducción:

El cuerpo humano posee células encargadas de la reproducción. El óvulo es la célula reproductora de la mujer y se forma en los ovarios. Los espermatozoides son las células reproductoras del hombre y se forman en los testículos. En la mayoría de los varones los espermatozoides se producen de forma continuada, de modo que en cada eyaculación se liberan millones de ellos. El espermatozoide puede mantenerse vivo en el interior de la mujer hasta 5 días, siendo capaz de fecundar al óvulo durante estos días y originar un embarazo. En la mayoría de las mujeres uno de los ovarios libera un óvulo una vez al mes, hacia la mitad del ciclo menstrual (ovulación). El óvulo tiene 3 o 4 días de vida, durante los que desciende por las trompas de Falopio hasta el útero. Si en su camino es fecundado por un espermatozoide, puede producirse el embarazo.



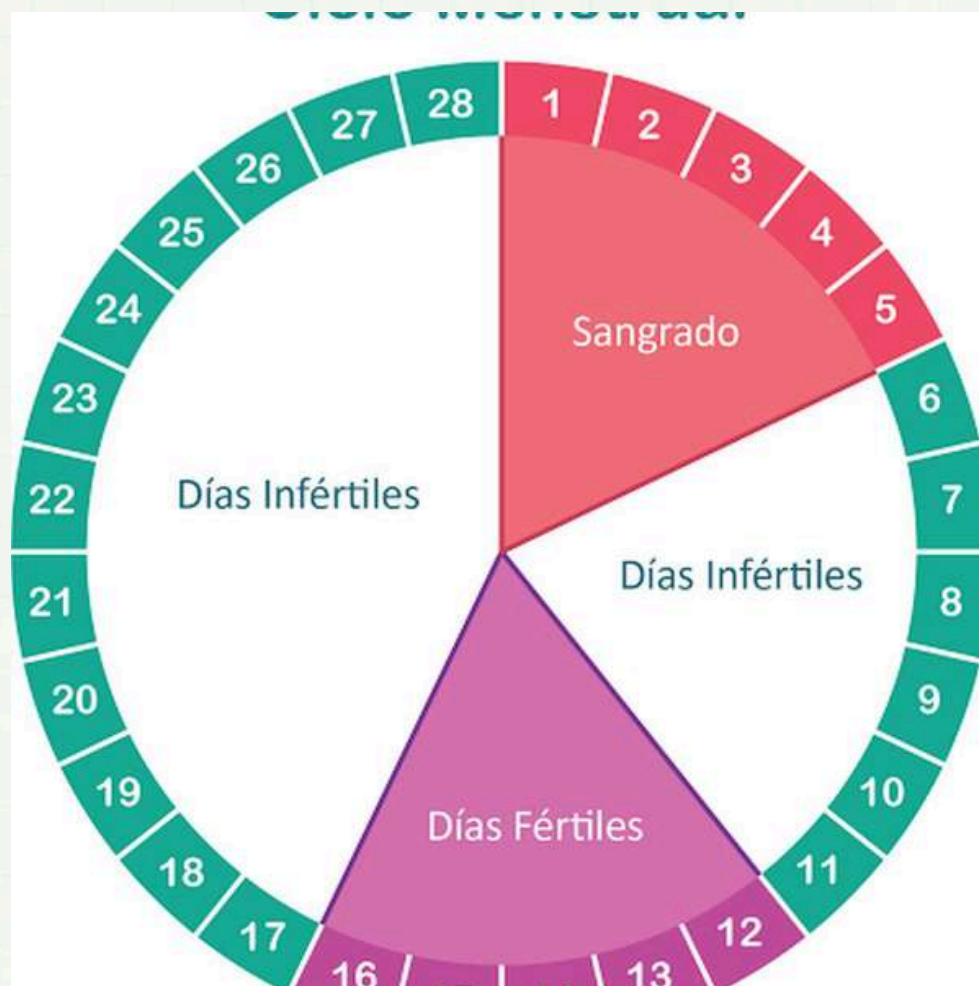
# Ciclo Menstrual

El ciclo menstrual es el periodo de tiempo en el que se produce la ovulación. Abarca desde el primer día de la regla hasta el primer día de la regla siguiente.

La duración de cada ciclo menstrual es aproximadamente de 28 días, aunque también son normales ciclos más cortos o más largos.

Por eso los días fértiles de cada mujer pueden variar en función de la duración de su ciclo menstrual.

La menstruación aparece al final del ciclo, si no se ha producido el embarazo. Si en los días fértiles de la mujer se mantienen relaciones coitales sin utilizar ningún método anticonceptivo, la posibilidad de embarazo es muy elevada.



# Métodos Anticonceptivos

No existe un método anticonceptivo ideal que vaya bien a todas las mujeres y hombres, a cualquier edad y en todas las situaciones. Cada hombre y mujer han de decidir en las distintas etapas de su vida fértil cual es el método anticonceptivo más adecuado a su situación, estado de salud, condiciones personales y frecuencia de relaciones sexuales con penetración. Para tomar una decisión informada es conveniente buscar el consejo de un profesional sanitario.

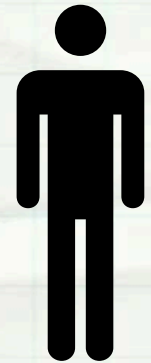
Es importante estar convencido de querer utilizar un método anticonceptivo, saber bien cómo funciona y usarlo correctamente.



# • Condón o Preservativo (Masculino y Femenino).

## Masculino

El condón masculino es una funda de látex o poliuretano que se coloca sobre el pene erecto antes del contacto sexual. Actúa como barrera física, evitando que el semen entre en contacto con la vagina, el ano o la boca, lo que previene el embarazo y reduce el riesgo de transmisión de infecciones de transmisión sexual (ITS), incluido el VIH.



## Indicaciones

- Prevención del embarazo
- Prevención de ETS



## Contraindicaciones

- Alergia al látex: En estos casos, se recomienda el uso de condones de poliuretano o poliisopreno.
- Sensibilidad a los lubricantes: Algunas personas pueden presentar reacciones alérgicas a los lubricantes o espermicidas añadidos al condón.

## Efecto Adverso

### Irritación o alergias:

- Enrojecimiento, picazón o inflamación en la zona genital.
- Más frecuente en personas alérgicas al látex o a los aditivos del condón.

### Sensación de incomodidad:

- Algunas personas reportan disminución de la sensibilidad durante el acto sexual.

## Técnica de Aplicación

- Revisión: Verificar fecha de caducidad y envoltorio en buen estado.
- Apertura: Abrir con cuidado sin objetos cortantes.
- Colocación: Con el pene erecto, pellizcar la punta del condón, eliminar aire y desenrollarlo hasta la base.
- Retiro: Retirar tras la eyaculación con el pene erecto, sujetando la base, y desechar en la basura.

## Dosis

- **Uso individual: Un condón nuevo debe utilizarse para cada acto sexual.**

### CÓMO PONERSE UN CONDÓN PASO A PASO



**Siempre** verificar que el condón **NO** este perforado y **VERIFICAR** mecha de caducidad.



# • Condón o Preservativo (Masculino y Femenino).

## Femenino

Es una bolsa cilíndrica de poliuretano o nitrilo que una vez colocada recubre totalmente la vagina. Tiene un anillo interior (extremo cerrado de la bolsa) que facilita su colocación al introducirlo como si fuera un tampón e impide que entren los espermatozoides, y otro anillo exterior (extremo abierto) que queda por fuera de la vagina, cubriendo los genitales externos de la mujer



## Indicaciones:

- Prevención de embarazo.
- Prevención de ETS, incluyendo VIH.

## Contraindicaciones:

- Alergia al material del condón.



## Efectos adversos:

- Irritación vaginal o incomodidad.



**Dosis:** Uso único por cada acto sexual.

## Técnica de aplicación:

1. Identificar el extremo cerrado y abierto.
2. Insertar el anillo interno profundamente en la vagina.
3. Asegurar que el anillo externo cubra la abertura vaginal.
4. Retirar cuidadosamente después del acto sexual.



**Siempre** verificar que el condón **NO** este perforado y **VERIFICAR** mecha de caducidad.

# Dispositivo Intrauterino (DIU)

## DIU DE COBRE

Dispositivo en forma de T revestido de cobre que se inserta en el útero para prevenir el embarazo.



## Indicaciones:

- Prevención de embarazo a largo plazo (**hasta 10 años**).



## Contraindicaciones:

- Infección pélvica activa.
- Hemorragia uterina anormal sin diagnóstico.
- Deformidad uterina significativa.

## Dosis:

Colocación única con revisiones periódicas.



## Efectos adversos:

- Sangrado menstrual abundante.
- Dolor pélvico.
- Riesgo de infección.



## Técnica de aplicación:

La mujer se pone en posición ginecológica con las piernas ligeramente abiertas



Este proceso es simple, puede durar entre 15 y 20 minutos y **no requiere anestesia**.

# Dispositivo Intrauterino (DIU)

## DIU (MIRENA)

Dispositivo intrauterino que libera levonorgestrel para prevenir el embarazo.



## Indicaciones:

- Prevención de embarazo a largo plazo (**hasta 5 años**).
- Tratamiento de menorragia.

## Contraindicaciones:

- Embarazo actual.
- Infecciones pélvicas activas.



Sangrado vaginal

Dolor uterino



## Efectos adversos:

- Sangrado irregular.
- Cefalea.
- Dolor abdominal.

## Dosis:

Colocación **única** con revisiones periódicas.

## Técnica de aplicación:

La mujer se pone en posición ginecológica con las piernas ligeramente abiertas



Este proceso es simple, puede durar entre 15 y 20 minutos y **no requiere anestesia**.

# ● Implante Subdérmico

El implante anticonceptivo subdérmico, como su nombre indica, es un método anticonceptivo que se aplica debajo de la piel. Este anticonceptivo consiste en una varilla flexible que se coloca en la cara interna del brazo.

Su mecanismo de acción se basa en liberar progestágenos, es decir, hormonas. La liberación tiene lugar de forma continua, impidiendo la **ovulación** entre otros efectos.



## Indicaciones:

- Método anticonceptivo de **alta eficacia (más del 99%)** durante un período de **hasta 3 años** (según el tipo de implante).



## Contraindicaciones:

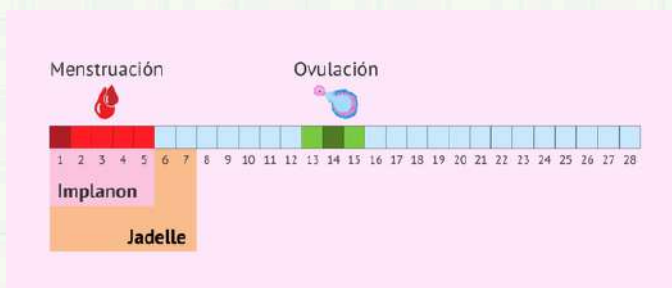
- Embarazo actual.
- Mujeres que sospechen que pueden estar embarazadas.
- Mujeres que presenten sangrado vaginal no diagnosticado.
- Mujeres con alergia al principio activo del implante.



## Efectos adversos:

- Periodos menstruales irregulares en los primeros meses tras su colocación.
- Aumento de peso.
- No protege de las **enfermedades de transmisión sexual (ETS)**.

## Técnica de aplicación:



- **Implanon** se inserta en 30 segundos gracias a un dispositivo especial y debe colocarse en los primeros 5 días del ciclo menstrual.
- **Jadelle** requiere cirugía ambulatoria y debe colocarse en los primeros 7 días del ciclo menstrual.

## Dosis:

**Colocación única con revisiones periódicas.**

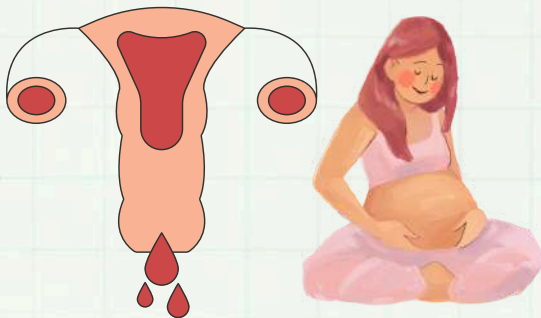
# • Anticonceptivos Hormonales Combinados Orales

Los anticonceptivos hormonales combinados orales son medicamentos que contienen una combinación de dos hormonas sintéticas: estrógeno y progestágeno. Su mecanismo de acción incluye: Inhibición de la ovulación, Alteración del moco cervical y Modificación del endometrio.



## Indicaciones:

- Anticoncepción
- Control de trastornos menstruales:



## Contraindicaciones:

- Embarazo actual.
- Embarazo confirmado o sospecha.
- Trombosis venosa profunda o embolia pulmonar actual o previa.
- Enfermedad cardiovascular, como hipertensión severa o cardiopatía isquémica.
- Cáncer de mama o endometrio actual o reciente.
- Sangrado vaginal sin causa conocida.

## Efectos adversos:

- Náuseas, vómitos, cefalea.
- Tensión mamaria, aumento de peso.
- Cefalea
- Aumento de peso



## Técnica de aplicación:

**Inicio:** Comienza el primer día de la menstruación para anticoncepción inmediata. Si inicia entre los días 2 y 5, usar método de barrera 7 días.

**Administración:** 1 tableta diaria por 21 días, seguidos de 7 días de descanso o placebo.

### Presentaciones:

- Monofásicos: Dosis fija de hormonas.
- Bifásicos/Trifásicos: Dosis variable.

## Dosis:

- **Estrógeno: 20-35 µg.**
- **Progestágeno: 0.1-0.3 mg.**

## • Métodos anticonceptivos hormonales intramusculares (mensuales y bimensuales)

Los anticonceptivos hormonales intramusculares son inyecciones de hormonas que se administran por vía intramuscular para prevenir el embarazo. Se caracterizan por la liberación continua de una hormona, que puede ser una progestina (como el medroxiprogesterona) o una combinación de progestina y estrógeno, dependiendo del tipo de inyección. Las formulaciones pueden ser de acción mensual o bimensual.



### Indicaciones:

- Prevención de Embarazos
- Para mujeres que no quieren utilizar hormonales orales.
- Control de la menstruación.
- En ocasiones para tratar Endometriosis.



### Contraindicaciones:

- Embarazo confirmado o sospechado.
- Cáncer de mama.
- Enfermedad hepática grave: Como cirrosis o tumores hepáticos.
- Alergias.

### Efectos adversos:

- Menstruación irregular
- Cefalea.
- Náuseas y vómitos.
- Sensibilidad en los senos.
- Disminución de la libido.



### Técnica de aplicación:

La preparación de la inyección requiere que el médico ajuste la dosis adecuada y que la paciente esté en una posición cómoda, generalmente acostada o sentada. La inyección intramuscular profunda se realiza en el músculo glúteo o en la parte superior del muslo, aplicando el medicamento lentamente para evitar hematomas. Después del procedimiento, se recomienda evitar actividades físicas intensas y monitorear la zona de la inyección por posibles reacciones adversas.

### Dosis:

- La **Medroxiprogesterona** (Depot-Provera) se administra en dosis de 150 mg cada 4 semanas o 300 mg cada 8 semanas.
- El **Enantato** de estradiol y noretisterona se administra en 2 mg de enantato de estradiol y 1 mg de noretisterona mensualmente.

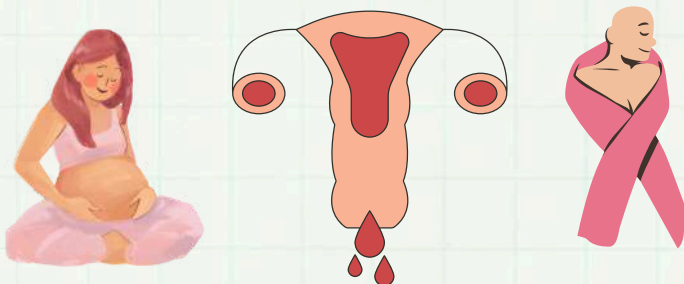
# ● Parches Hormonales

El parche anticonceptivo es un sistema transdérmico que libera diariamente hormonas (una combinación de estrógeno y progestina) que previenen la ovulación y modifican el ambiente del útero, dificultando la fertilización. Se utiliza en un ciclo mensual, con un parche por semana durante tres semanas seguidas, seguido de una semana sin parche.



## Indicaciones:

- Prevención de Embarazos
- Para mujeres que no quieren utilizar píldoras anticonceptivas

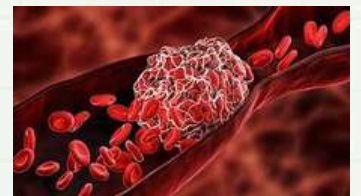


## Contraindicaciones:

- Embarazo confirmado o sospechado.
- Cáncer de mama.
- Sangrado vaginal anormal de causa desconocida.
- Hipersensibilidad a los componentes del parche (estrógeno o progestina).

## Efectos adversos:

- **Cefalea**
- Náuseas y vómitos.
- Reacciones en la piel.
- Riesgo incrementado de coágulos sanguíneos, especialmente en mujeres fumadoras o mayores de 35 años.



## Técnica de aplicación:

El parche anticonceptivo se coloca en una zona limpia, seca y sin vello, preferiblemente en el abdomen, espalda, parte superior del brazo o nalgas, evitando áreas con irritación. Se retira el plástico protector y se adhiere firmemente a la piel. El parche se cambia una vez a la semana durante tres semanas, con una pausa de 7 días en la cuarta semana para permitir la menstruación. Si el parche se despega o pierde, debe reemplazarse de inmediato y ajustarse el ciclo. Si ha estado fuera de la piel por más de 24 horas, se debe usar un anticonceptivo adicional durante 7 días.

## Dosis:

- El primer parche se coloca el primer día del ciclo menstrual o en cualquier día si no está embarazada. Se usa uno cada semana durante 3 semanas, con una pausa de 7 días en la cuarta semana.
- Si se olvida por más de 24 horas, se debe reemplazar y usar anticonceptivos adicionales por 7 días. Es importante monitorear los efectos secundarios y hacer revisiones médicas.

# • Pastilla de anticoncepción de emergencia

La anticoncepción de emergencia (AE) es un método utilizado para prevenir el embarazo después de una relación sexual sin protección o cuando el método anticonceptivo utilizado ha fallado (como en el caso de un preservativo roto). Las pastillas de anticoncepción de emergencia contienen hormonas que alteran el ambiente del útero y los ovarios para prevenir la fertilización o la implantación de un óvulo fertilizado.



## Indicaciones:

- Relaciones sexuales sin protección.
- Violación sexual.
- Retraso o fallo en otros métodos anticonceptivos.

## Contraindicaciones:

- Embarazo confirmado o sospechado.
- Trastornos hormonales graves
- Alergia o hipersensibilidad a un componente de la pastilla

## Efectos adversos:

- **Náuseas y vómitos: comunes después de la toma.**
- Sangrado irregular o manchas: puede haber sangrados entre periodos menstruales o alteración del ciclo menstrual.
- Dolores abdominales o cólicos.
- Fatiga, dolor de cabeza o mareos.



## Técnica de aplicación:

La anticoncepción de emergencia se presenta generalmente en forma de pastillas que se deben tomar por vía oral, preferentemente con agua. No es necesario tomarla con alimentos, aunque esto puede ayudar a reducir las náuseas.



## Dosis:

- Levonorgestrel: Dosis única de 1.5 mg idealmente dentro de 72 horas (hasta 5 días).
- Ulipristal acetato: Dosis única de 30 mg dentro de 5 días.
- Dosis múltiples: Primera pastilla inmediatamente y otra 12 horas después.
- Eficiencia: Mayor efectividad al tomarse lo antes posible tras la relación sexual.





# IMPORTANTE!!!

- Las relaciones sexuales, además de satisfactorias, han de ser seguras. Así se evitan miedos, incertidumbres y problemas posteriores.
- La sexualidad es un medio de comunicar sentimientos y sensaciones placenteras. Se pueden mantener relaciones sexuales de formas muy diversas. No siempre tienen que incluir la penetración.
- El sexo seguro es responsabilidad de hombres y mujeres. Los varones también deben involucrarse en la anticoncepción y en evitar conductas de riesgo.
- Acude al profesional sanitario para elegir el método anticonceptivo que mejor se adapte a tu necesidades. Puedes dirigirte a tu centro de salud, o a un centro de orientación familiar.



# CONCLUSION

- Los métodos anticonceptivos disponibles ofrecen una amplia variedad de opciones adaptadas a las necesidades individuales de cada persona, considerando su estilo de vida, estado de salud, edad, y preferencias personales. Cada método, ya sea de barrera como el condón, de larga duración como el DIU o el implante subdérmico, hormonal en sus diferentes presentaciones, o de uso ocasional como la pastilla de emergencia, tiene sus propias ventajas, indicaciones, y limitaciones.
- La correcta elección y uso de estos métodos no solo previene embarazos no deseados, sino que también, en muchos casos, contribuye a la regulación hormonal y la prevención de enfermedades de transmisión sexual. Sin embargo, es fundamental que las usuarias y usuarios reciban orientación médica adecuada para seleccionar el método más apropiado, garantizando un uso seguro y eficaz que respete su salud y bienestar integral.
- Promover el acceso a la información confiable y el acompañamiento profesional es clave para el empoderamiento reproductivo y el cuidado de la salud sexual.



# BIBLIOGRAFIAS

- CENETEC. (s.f.). Promoción, prescripción y aplicación de métodos anticonceptivos. Guía de Práctica Clínica.

