



SUPER NOTA

NOMBRE DEL ALUMNO: YAZURI GUADALUPE
ALVAREZ GARCIA

NOMBRE DEL TEMA: PLANIFICACIÓN FAMILIAR

NOMBRE DEL MAESTRO: VICTOR MANUEL
NERY GONZÁLEZ

NOMBRE DE LA MATERIA: GINECOLOGIA Y
OBSTETRICIA

PARCIAL : 4TO

LICENCIATURA : ENFERMERIA

CUATRIMESTRE : 5TO

ELABORACIÓN: PICHUCALCO; CHIAPAS, DOMINGO 30 DE
MARZO DEL 2025

PLANIFICACIÓN FAMILIAR

CONCEPTO

La planificación familiar engloba a todo el conjunto de prácticas utilizadas por una pareja, mujer u hombre que tienen como objetivo controlar la reproducción y la descendencia de estos mismos.



La planificación familiar incluye todos los procedimientos destinados a controlar la reproducción. Los principales objetivos de estas prácticas son los siguientes:

- Poder elegir cuándo es el momento idóneo para tener un hijo.
- Poder decidir el número de hijos que se desean.
- Poder determinar el intervalo de tiempo entre embarazos, es decir, la diferencia de edad entre los hermanos.



Además, la planificación familiar también incluye otros aspectos como:

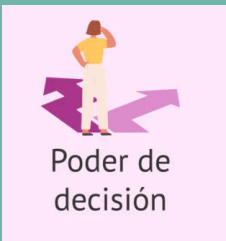
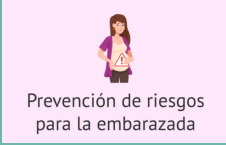
- La educación sexual
- Prevención y tratamiento de enfermedades de transmisión sexual (ETS)
- El asesoramiento antes de la concepción, durante el embarazo y el parto
- El tratamiento de la infertilidad



IMPORTANCIA DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR

Una correcta planificación familiar aporta múltiples ventajas tanto para las mujeres y su familia como para la sociedad en general.

- **Reducción de la mortalidad infantil:** sobre todo en menores de un año debido a problemas de salud en la madre en un momento puntual o al tener embarazos muy seguidos.
- **Prevención de riesgos para la embarazada:** al limitar el número de embarazos que la mujer va a llevar a término, así como el espacio entre ellos, la salud y el bienestar materno van a mejorar en gran medida. Del mismo modo, al limitar los nacimientos a los años de mejor salud del período reproductivo de la mujer, también se disminuye el riesgo de muerte materna y fetal.
- **Prevención de la infección por VIH:** por una parte, se evita el embarazo no deseado en las mujeres infectadas con VIH, lo cual disminuye el nacimiento de bebés infectados y huérfanos. Por otra parte, los métodos anticonceptivos como el preservativo ofrecen una doble protección, ya que evitan el embarazo y el riesgo de transmisión de enfermedades sexuales como el VIH.
- **Disminución de abortos peligrosos:** puesto que la planificación familiar disminuye la obtención de embarazos no deseados, también disminuye el número de abortos que se realizan de manera peligrosa, los cuales representan un 13% de la mortalidad materna mundial.
- **Disminución del embarazo en adolescentes:** las mujeres jóvenes corren un mayor riesgo de dar a luz a un bebé prematuro o con bajo peso al nacer. Además, los hijos de las mujeres adolescentes presentan una tasa mayor de mortalidad neonatal. Asimismo, también se consigue reducir la tasa de abandono escolar al reducir los embarazos en adolescentes.
- **Menor crecimiento de la población:** la planificación familiar ejerce un control de la natalidad mundial, lo cual aporta beneficios para la economía, el medio ambiente y el desarrollo sostenible.
- **Poder de decisión y una mejor educación:** las personas pueden tomar decisiones bien fundamentadas con relación a su salud y bienestar.



MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS TEMPORALES



- **Inyectables:** Efectividad 99% Contienen hormonas que previenen la ovulación. Son de dos tipos: los que contienen estrógeno y progestina y los que tienen solo progestina.
- **Los pueden usar:** adolescentes; mujeres antes del primer embarazo; mujeres para aplicar el tiempo entre uno y otro embarazo o después de un aborto.
- Según el tipo, se aplica una inyección al mes, cada dos meses o cada tres meses. Puede utilizarse como método de larga duración.
- Los más conocidos son los combinados de cada mes, permite el regreso a la fertilidad una vez interrumpido su uso.
- **Pastillas:** Efectividad 90% - 99% Contiene hormonas que detiene la ovulación.
- Hay de dos tipos: las que contienen estrógeno y progestina y las que tienen solo progestina.
- **Los pueden usar:** adolescentes; mujeres antes del primer embarazo; mujeres para ampliar el tiempo entre una y otro embarazo o después de un aborto.
- **Indicaciones:** Se toma una tableta diaria, de preferencia a la misma hora, todos los días, las tabletas vienen en presentación de 21 (7 días de descanso) y 28 tabletas (uso continuo).
- **Implante subdermico:** Efectividad 99% Es una o dos varillas de plástico pequeñas (del tamaño de un cerillo) que libera lentamente una hormona que evita la ovulación. Lo pueden usar: todas las mujeres mayores de 15 años y con un peso menor de 90 kgs, que deseen evitar un embarazo al menos por tres años a cinco años dependiendo el tipo de implante elegido.
- **Indicaciones:** varilla o las varillas se insertan debajo de la piel del brazo de la mujer. Pueden utilizarse como método de larga duración (tres años una varilla o cinco años el de doble varilla).
- **DIU:** Efectividad 99% Es un pequeño almacén de plástico, flexible, con un alambre o manguitas de cobre. Impide que el espermatozoide alcance el ovulo y lo fecunde. También existen los DIU medicados con levonogestrel.
- **Lo puede usar:** mujeres de cualquier edad y aquellas que tienen, contraindicaciones el uso de anticonceptivos hormonales.



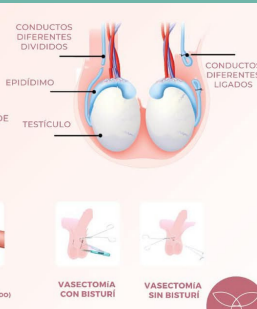
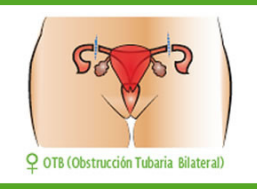
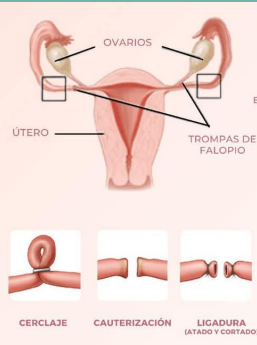
- **Indicaciones:** Se inserta en el útero de la mujer, generalmente durante la menstruación, también puede insertarse después de un parto, de una cesárea o de un aborto.
- Previene el embarazo por un periodo de 10 años. Se puede retirar en cualquier momento.
- Su inserción y retiro requiere de personal capacitado.
- **Parches anticonceptivos:** Bandita adhesiva que contiene hormonas que se liberan continuamente, se absorben a través de la piel y detienen la ovulación.
- **Lo puede usar:** mujeres entre 18 y 45 años, con peso menos de 90 kgs, antes del primer embarazo o para ampliar el tiempo entre un embarazo y otro o después de un aborto.
- **Indicaciones :** Se aplica un parche que se mantiene por una semana, en total 3 al mes, la cuarta semana es de descanso.
- Puede colocarse en abdomen, glúteo, parte exterior del antebrazo o parte superior de la espalda.
- No debe colocarse en manos o piel irritada o cortada. Permite el regreso a la fertilidad después de suspendido su uso.
- **Anillo Vaginal:** Este anticonceptivo consiste en un aro flexible colocado en el cuello del útero que va liberando hormonas. El anillo vaginal se mantiene en la vagina durante tres semanas y luego se quita.

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS DEFINITIVOS

Se trata de una anticoncepción permanente de gran eficacia que requiere una intervención quirúrgica. Aunque en un principio estas operaciones eran irreversibles, actualmente existe la posibilidad de revertirlas. No obstante, la eficacia de las cirugías de reversión no es muy elevada y no es posible asegurar que la capacidad fecundante se recupere totalmente.

Existen métodos anticonceptivos definitivos tanto para las mujeres como para los hombres:

- **Vasectomía:** los conductos seminales se cortan para impedir la salida del espermatozoides, por lo que el eyaculado no muestra espermatozoides. Lo pueden solicitar hombres que no desean más hijos o que lo elijan por así convenir a sus intereses.
- **Indicaciones:** Se realiza de manera simple y rápida.
- Elimina para siempre la preocupación de provocar un embarazo.
- Es irreversible y permanente.
- No es efectivo de manera inmediata, se requiere esperar tres meses y tener el espermatoconteo negativo.
- No afecta el placer o el desempeño sexual masculino.
- **Ligadura de trompas:** obstrucción o corte de las trompas de Falopio de la mujer que impide el paso de los óvulos, por lo que nunca se encontrarán con los espermatozoides.
- Lo pueden solicitar las mujeres que no sedean más hijos o que lo elijan por así convenir a sus intereses.
- **Indicaciones:** Se realiza de manera simple y rápida.
- Elimina para siempre la preocupación de provocar un embarazo.
- Es irreversible y permanente.
- No es efectivo de manera inmediata, se requiere esperar tres meses y tener el espermatoconteo negativo.
- No afecta el placer o el desempeño sexual masculino.



¿CÓMO SE CLASIFICAN LOS MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS?

Existen multitud de maneras de clasificar los métodos anticonceptivos. Por ejemplo, se pueden tener en cuenta los diferentes parámetros como:

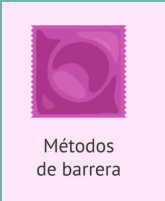
- **Masculinos o femeninos:** en función de si lo usa el hombre o la mujer.
- **Orales o no orales:** hace referencia a si los anticonceptivos se toman en forma de pastillas o si se colocan en otro lugar del cuerpo.
- **Hormonales o no hormonales:** en base a si incluyen hormonas en su composición.
- **Temporales o permanentes:** en función de la duración de la anticoncepción.
- **Reversibles o irreversibles:** hace referencia a la esterilización total del hombre o la mujer.

LOS MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

Existen multitud de métodos para la anticoncepción en función del mecanismo que utilizan para evitar el embarazo, así como su duración y fiabilidad.

A continuación, vamos a comentar los diferentes método anticonceptivos brevemente clasificados como:

- **Métodos naturales:** Se basan en la identificación de la ovulación y los días fértiles de la mujer, además de evitar la eyaculación interna durante el coito. Los más conocidos son los siguientes: el coito interrumpido, el método del ritmo o del calendario, el método Billings o del moco cervical, la medición de la temperatura basal, etc.
- **Métodos de barrera:** Evitan el contacto directo del óvulo con el espermatozoide y, además, algunos previenen el contagio de las ETS. El más conocido es el preservativo, aunque también existen el diafragma, el capuchón cervical, la esponja vaginal y el dispositivo intrauterino (DIU).
- **Métodos hormonales:** Consisten en hormonas sexuales femeninas que interfieren en el ciclo menstrual de la mujer y evitan la ovulación. Existen muchos anticonceptivos hormonales que se engloban en los siguientes tipos: la píldora anticonceptiva, el implante subdérmico, la inyección anticonceptiva, el anillo vaginal, la postday, los parches anticonceptivos, etc.
- **Métodos permanentes:** Son intervenciones quirúrgicas en el hombre y la mujer que suponen una anticoncepción definitiva. Los más conocidos son la vasectomía y la ligadura de trompas.



Referencias bibliográficas

1. <https://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/planificacion-familiar>
2. <https://www.reproduccionasistida.org/metodos-de-planificacion-familiar/>
3. https://salud.edomex.gob.mx/isem/planificacion_familiar
4. <https://profamilia.org.co/servicios/metodos-anticonceptivos/metodos-definitivos/>
5. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/family-planning-contraception>
6. <https://www.gob.mx/conapo/articulos/3-de-agosto-dia-internacional-de-la-planificacion-familiar?idiom=es>