

***TEMA: PLANIFICACIÓN FAMILIAR.***

***MATERIA: GINECOLOGIA Y OBSTETRICIA.***

***DOCENTE: VICTOR MANUEL NERY GONZALES.***

***ALUMNA: KARLA MÉRITO GÓMEZ.***

***LICENCIATURA: ENFERMERÍA.***

***CUATRIMESTRE: 5TO.***

***PARCIAL: IV***

# PLANIFICACIÓN FAMILIAR

La planificación familiar es el proceso en el que las personas o parejas toman decisiones informadas y responsables sobre el número de hijos que desean tener, el momento en que los desean, y cómo lograrlo. Se basa en el uso de métodos anticonceptivos para evitar embarazos no deseados, así como en la promoción de la salud sexual y reproductiva.

Según la definición dada por la Organización Mundial de la Salud (OMS), 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.



## IMPORTANCIA DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR



## CLASIFICACIÓN

### 01. METODOS NATURALES

Los métodos naturales de planificación familiar se basan en el conocimiento y monitoreo del ciclo menstrual y otros signos del cuerpo para identificar los días fértiles.

#### Subclasificación:

##### Método del Ritmo o Calendario:

- Se calcula el período fértil en base a la duración promedio del ciclo menstrual. Se evita tener relaciones sexuales durante los días fértiles.
- Método de la Temperatura Basal: Consiste en medir la temperatura corporal todos los días al despertar. Un ligero aumento de la temperatura indica la ovulación, y se evita tener relaciones sexuales durante este tiempo.

##### Método de la Ovulación:

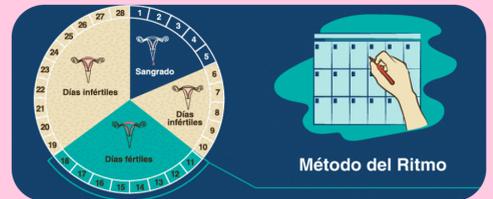
- Se monitorea el moco cervical, que cambia en cantidad y consistencia durante el ciclo menstrual, indicando la fertilidad. La relación sexual se evita durante los días fértiles.

##### Método de la Lactancia (Amenorrea de la Lactancia):

- Este método es eficaz cuando la mujer está amamantando exclusivamente (sin fórmula ni alimentos sólidos) y no ha menstruado. Se puede usar como anticonceptivo natural durante los primeros seis meses después del parto

#### Indicaciones y contraindicaciones:

- **Indicaciones:** Para mujeres con ciclos regulares, aquellas que prefieren evitar anticonceptivos hormonales o de barrera, y mujeres en lactancia.
- **Contraindicaciones:** No recomendado para mujeres con ciclos irregulares, o aquellas que no puedan seguir un régimen estricto de monitoreo.



### HORMONALES

Los métodos hormonales utilizan hormonas sintéticas para regular el ciclo menstrual, inhibir la ovulación, alterar la mucosa cervical o modificar el ambiente uterino para prevenir el embarazo.

#### Subclasificación:

##### Píldoras Anticonceptivas:

- Tabletas que contienen hormonas (estrógeno y progestina) que previenen la ovulación. Se toman diariamente.

##### Inyecciones Anticonceptivas:

- Inyecciones de hormonas (generalmente progestina) administradas cada 1 a 3 meses.
- Implantes Anticonceptivos: Pequeños dispositivos bajo la piel que liberan hormonas de forma continua durante un período de 3 a 5 años.

##### Parche Anticonceptivo:

- Un parche que se coloca en la piel y libera hormonas de manera continua durante 7 días, cambiando el parche cada semana.

##### Anillo Anticonceptivo:

- Un anillo flexible colocado en la vagina que libera hormonas durante tres semanas y se retira en la cuarta semana.

#### Indicaciones y contraindicaciones:

- **Indicaciones:** Mujeres que desean un método anticonceptivo eficaz, con condiciones que se benefician del control hormonal como el acné, o aquellas que no quieren métodos de barrera.
- **Contraindicaciones:** No se recomienda en mujeres con antecedentes de trombosis, enfermedades cardiovasculares, o cáncer relacionado con hormonas.



### DE BARRERA

Los métodos de barrera previenen que los espermatozoides lleguen al óvulo mediante el uso de dispositivos físicos que actúan como barreras.

#### Subclasificación:

##### Preservativo Masculino:

- Cubre el pene y evita que el semen entre en la vagina. También protege contra enfermedades de transmisión sexual (ETS).

##### Preservativo Femenino:

- Cubre el interior de la vagina y también ayuda a prevenir el paso de espermatozoides.

##### Diafragma:

- Dispositivo flexible de silicona o látex que se coloca en el cuello del útero para evitar que los espermatozoides lleguen al útero.

##### Espanja Anticonceptiva:

- Dispositivo pequeño que se coloca en la vagina y contiene espermicida. Bloquea el cuello del útero para evitar que los espermatozoides entren.

#### Indicaciones y contraindicaciones:

- **Indicaciones:** Personas que desean protección contra enfermedades de transmisión sexual (ETS) y aquellas que prefieren evitar anticonceptivos hormonales o permanentes.
- **Contraindicaciones:** Alergias al material del preservativo o diafragma, o infecciones vaginales graves recurrentes.



Métodos Anticonceptivos de Barrera

### 02. METODOS PERMANENTES

Los métodos permanentes son intervenciones quirúrgicas que ofrecen una solución definitiva para aquellas personas que ya no desean tener hijos.

#### Subclasificación:

##### Ligadura de Trompas (para mujeres):

- Procedimiento quirúrgico en el que se bloquean o cortan las trompas de Falopio, evitando que los óvulos lleguen al útero.

##### Vasectomía (para hombres):

- Procedimiento quirúrgico que corta o bloquea los conductos deferentes, impidiendo que los espermatozoides lleguen al semen.

#### Indicaciones y contraindicaciones:

- **Indicaciones:** Personas que han completado su familia y no desean más hijos.
- **Contraindicaciones:** No adecuado para quienes no están seguros de no querer más hijos o tienen problemas médicos que aumentan el riesgo quirúrgico.



### Ventajas y Desventajas de los Métodos de Planificación Familiar

- **Métodos Naturales**
  - Ventaja: Sin efectos secundarios y económicos.
  - Desventaja: Baja eficacia si no se usa correctamente y no protege contra ETS.
- **Métodos Hormonales**
  - Ventaja: Alta eficacia y regulación del ciclo menstrual.
  - Desventaja: Puede causar efectos secundarios y no protege contra ETS.
- **Métodos Permanentes**
  - Ventaja: Definitivo y muy eficaz.
  - Desventaja: Irreversible y requiere cirugía.
- **Métodos de Barrera**
  - Ventaja: Protege contra ETS y es fácil de usar.
  - Desventaja: Menos eficaz si no se usa correctamente.



La planificación familiar es fundamental para el control de la fertilidad y la prevención de embarazos no deseados, permitiendo a las personas elegir el método anticonceptivo más adecuado según sus necesidades y condiciones de salud. Existen diversos métodos, cada uno con ventajas y desventajas: los naturales requieren seguimiento estricto, los hormonales son eficaces pero tienen efectos secundarios, los permanentes son definitivos y los de barrera protegen contra ETS. La elección debe basarse en una evaluación médica y en la responsabilidad de cada individuo o pareja para garantizar una salud sexual y reproductiva óptima.

# REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- <https://www.reproduccionasistida.org/metodos-de-planificacion-familiar/>
- <https://www.reproduccionasistida.org/metodos-de-planificacion-familiar/#:~:text=La%20planificaci%C3%B3n%20familiar%20engloba%20a,2.&text=3.&text=4.&text=4.1.&text=4.2.&text=5.&text=5.1.,6.&text=7.>
- <https://www.imss.gob.mx/maternidad/planificacion-familiar>
- <https://www.google.com.mx/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.ssm.gob.mx%2Fportal%2Fprogramas%2Fprograma-ssm-planificacion-familiar.php&psig=AOvVaw1-91RKnkVXR71joGM5fhb &ust=1743274052868000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBQQjRxqFwoTCPDr6I24rYwDFQAAAAAdAAAAABAE>
- [https://www.google.com.mx/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.facebook.com%2Fpermalink.php%2F%3Fstory\\_fbid%3D131697498549292%26id%3D101136268272082%26locale%3Dpl\\_PL&psig=AOvVaw1-91RKnkVXR71joGM5fhb &ust=1743274052868000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBQQjRxqFwoTCPDr6I24rYwDFQAAAAAdAAAAABAb](https://www.google.com.mx/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.facebook.com%2Fpermalink.php%2F%3Fstory_fbid%3D131697498549292%26id%3D101136268272082%26locale%3Dpl_PL&psig=AOvVaw1-91RKnkVXR71joGM5fhb &ust=1743274052868000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBQQjRxqFwoTCPDr6I24rYwDFQAAAAAdAAAAABAb)