



# SÚPER NOTA

*Nombre del Alumno: Jatziri Guadalupe Galera Mendoza*

*Nombre del tema: Planificación familiar*

*Parcial: 4to parcial*

*Nombre de la Materia: Ginecología y obstetricia*

*Nombre del profesor: Víctor Manuel Nery González*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 5to*

*Pichucalco, Chiapas; 29 de marzo del 2025.*

# PLANIFICACIÓN FAMILIAR

## ¿QUÉ ES?

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.

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.

### IMPORTANCIA DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR

- REDUCCIÓN DE LA MORTALIDAD INFANTIL.
- PREVENCIÓN DE RIESGOS PARA LA EMBARAZADA.
- PREVENCIÓN DE LA INFECCIÓN POR VIH.
- DISMINUCIÓN DE ABORTOS PELIGROSOS.
- DISMINUCIÓN DEL EMBARAZO EN ADOLESCENTES.
- MENOR CRECIMIENTO DE LA POBLACIÓN.
- PODER DE DECISIÓN Y UNA MEJOR EDUCACIÓN.

## MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS TEMPORALES

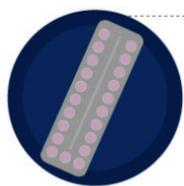
Se conoce como métodos anticonceptivos temporales a todos aquellos procedimientos capaces de evitar la aparición de un embarazo de manera reversible y pueden abandonarse cuando la pareja lo desee.



### INYECTABLES

Efectividad 99%

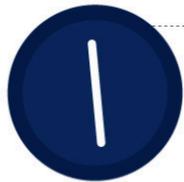
- Contienen **hormonas que previenen la ovulación**.
- Pueden usarlos:
  - Adolescentes
  - Mujeres antes del primer embarazo
  - Mujeres para ampliar el tiempo entre uno y otro embarazo
  - Después del aborto
- Se aplica una inyección mensual, cada dos o tres meses.
- Pueden utilizarse como método de larga duración.
- **Permite el regreso a la fertilidad** una vez interrumpido su uso.



### PASTILLAS

Efectividad 90-99%

- Contienen **hormonas que detienen la ovulación**.
- Pueden usarlos:
  - Adolescentes
  - Mujeres antes del primer embarazo
  - Mujeres para ampliar el tiempo entre uno y otro embarazo
  - Después del aborto
- Se toma **una tableta diaria**, de preferencia a la misma hora, todos los días.
- La tabletas vienen en presentación de 21 (7 días de descanso) y 28 tabletas (uso continuo).
- **Permiten el regreso a la fertilidad** una vez interrumpido su uso.



### IMPLANTE SUBDÉRMICO

Efectividad 99%

- Es una varilla de plástico pequeña (del tamaño de un cerillo) que **libera lentamente una hormona que evita la ovulación**.
- Pueden usarlo:
  - Mujeres mayores de 15 años con un peso menor de 90 kg que deseen evitar un embarazo al menos por tres años.
- La varilla **se inserta debajo de la piel del brazo**.
- Pueden utilizarse como método de larga duración (máximo 3 años).
- Su aplicación y retiro debe realizarse por personal capacitado.
- **Permite el regreso a la fertilidad** una vez retirado.



### CONDÓN MASCULINO

Efectividad 85-97%

- Es una funda o cubierta de látex que contiene un receptáculo para **almacenar el semen eyaculado**.
- Pueden usarlo:
  - Todas las parejas que además de prevenir un embarazo, quieran protegerse de infecciones de transmisión sexual.
- **Se debe revisar que el empaque esté íntegro y la fecha de caducidad vigente**.
- Se coloca desenrollando el condón sobre el pene erecto, antes del coito. Generalmente vienen lubricados. El hombre eyacula dentro del condón. Para retirarlo se sujeta el condón desde la base, se anuda antes de tirarse a la basura. Se usa **un condón nuevo en cada relación sexual**.



### CONDÓN FEMENINO

Efectividad 79-98%

- Es una funda transparente de poliuretano, con dos anillos, el extremo cerrado es para mantener el condón pegado al cuello uterino y el extremo abierto y más ancho permanece fuera de la vagina  **cubriendo los genitales de la mujer**.
- Pueden usarlo:
  - Todas las parejas que además de prevenir un embarazo, quieran protegerse de infecciones de transmisión sexual.
- **Se coloca antes de tener una relación sexual**.
- Al igual que el condón masculino, **es desechable y se utiliza uno por cada relación sexual**.
- **Se debe revisar que el empaque esté íntegro y que la fecha de caducidad esté vigente**.



### DIU

Efectividad 99%

- Es un pequeño armazón de plástico, flexible con un alambre o magitas de cobre. **Impide que el espermatozoide alcance el óvulo y lo fecunde**.
- También existen los DIU medicados con leconorgestrel.
- Pueden usarlo:
  - Mujeres de cualquier edad y aquellas que tienen contraindicado el uso de anticonceptivos hormonales.
- Se inserta en 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 período de 10 años**. Se puede retirar en cualquier momento.
- Su inserción y retiro requiere personal capacitado.

## MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS DEFINITIVOS

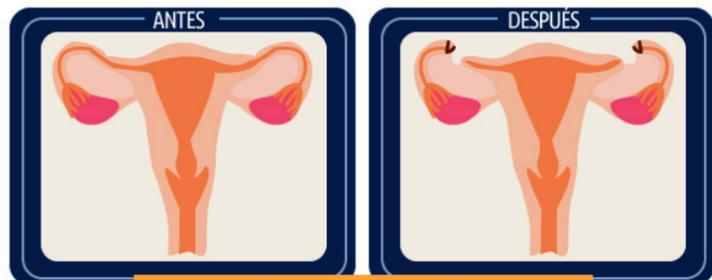
Los métodos anticonceptivos definitivos son quirúrgicos e irreversibles, una vez realizado el método (ya sea en el hombre o en la mujer) la pareja no podrá concebir un hijo.



### VASECTOMÍA

Efectividad 99%

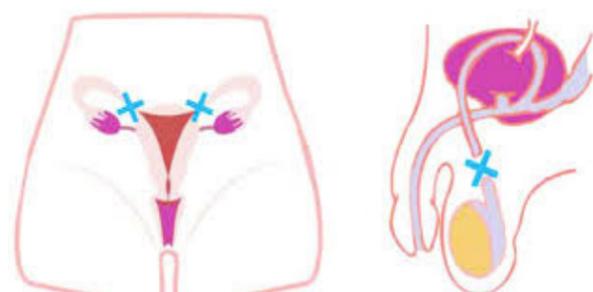
- Consiste en **cortar los conductos deferentes** en los hombres para impedir que haya espermatozoides en el semen que puedan embarazar a la mujer.
- Lo pueden solicitar hombres que no desean más hijos o que lo elijan así por conveniencia.
- **Es irreversible y permanente**.
- Se requiere esperar 3 meses para que sea completamente efectivo.
- **No afecta el placer o el desempeño sexual masculino**.



### OCCLUSIÓN TUBARIA BILATERAL

Efectividad 99%

- Consiste en **cortar o bloquear las trompas uterinas** en las mujeres y prevenir que el óvulo y el espermatozoide se unan.
- Lo pueden solicitar las mujeres que no desean tener más hijos o que decidan que así conviene a sus intereses.
- Elimina definitivamente la preocupación de quedar embarazada y **no afecta el placer**.
- Puede realizarse posterior al parto, una cesárea, un aborto o en cualquier momento de la etapa reproductiva.
- **Es irreversible y permanente**.
- **Suele implicar hospitalización**.



## MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS BIMESTRALES

La inyección anticonceptiva es un método anticonceptivo hormonal inyectable, con una eficacia del 99% si se utiliza correctamente. Se trata de una inyección, generalmente intramuscular, que debe aplicarse cada mes o cada tres meses (según el tipo de hormonas que incluya), por lo que puede considerarse un anticonceptivo práctico y eficaz.

Este método anticonceptivo debe estar siempre indicado por un médico, para garantizar que es el más adecuado para la mujer. Además, el especialista deberá evaluar previamente que la mujer no padezca ninguna afección para la que esté contraindicada la administración de esta inyección.

La primera aplicación de la inyección mensual suele hacerse entre el primer y el quinto día de menstruación. Puede ser recomendable el uso del preservativo en los 7 días después de la inyección, según la situación de cada mujer, por lo que deberá consultar acerca de esto al especialista.

Posteriormente, la mujer solo deberá acudir a aplicarse una nueva inyección a los 30 días y de manera independiente de cuándo le baje la siguiente regla.



La inyección anticonceptiva trimestral se suele aplicar entre el primer y el quinto día del ciclo. De igual modo, puede ser recomendable el uso del preservativo si la mujer mantiene relaciones sexuales en los 7-14 días posteriores a la inyección, por lo que deberá consultar al especialista.

Para lo sucesivo, es importante recordar la administración de una nueva inyección trimestral 12 semanas después (independientemente de la fecha en la que baje la menstruación). En este caso, también es habitual hacerlo el mismo día del mes, pero tres meses después



# PLANIFICACIÓN FAMILIAR

## MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS DE BARRERA

### CONDÓN MASCULINO

- Funda delgada con látex o sin látex (poliuretano, elastómeros sintéticos, poliisopreno), con o sin lubricantes o espermicidas, que se coloca en el pene erecto antes de la penetración vaginal, anal y/u oral.
- Impide que los espermatozoides entren a la vagina.
- Impide el contacto entre los organismos infecciosos que están en el pene, vagina, ano y/o boca y los órganos de la/el compañera/o sexual.



### CONDÓN FEMENINO

- Es una funda que puede ser de poliuretano, nitrilo, látex natural, polietileno o silicona.
- Viene lubricados con dimeticona o lubricantes basados en agua o silicona.
- La mayoría de los modelos miden 17 cm de longitud y 7.8 cm de diámetro.
- Tienen 2 anillos flexibles en cada extremo. El anillo externo es fijo y el interno es móvil.
- Se coloca en la vagina y/o el ano antes de la penetración vaginal y/o anal y se retira después del coito.
- Impide el paso de los espermatozoides al útero.
- Impide el paso de organismos infecciosos in vitro. Hay pocos datos de estudios clínicos que avalen su eficacia en la prevención del VIH.

El condón femenino previene el embarazo si se usa correcta y consistentemente. Posiblemente provea protección contra las ITS y el VIH.

### DIAFRAGMA

- Es una cúpula de látex, plástico o silicona que cubre el cuello del útero.
- Se inserta antes de la relación sexual.
- No debe permanecer colocado por más de 24 horas, ni ser retirado antes de 6 horas después del coito.
- Se puede usar con o sin espermicida.
- Hay varios modelos y en tamaños de 50 a 95 mm.
- Impide el paso de los espermatozoides al útero, actuando como barrera mecánica.
- Cuando se usa con espermicida, éste actúa destruyendo o inactivando los espermatozoides.
- Puede proteger de algunas infecciones bacterianas (gonorrea y clamidiasis).

### ESPERMICIDA

- Se coloca en la vagina antes de la relación sexual.
- Su eficacia anticonceptiva es baja y sólo se recomiendan asociados a otras barreras.
- La protección anticonceptiva es inmediata (o a los 10-15 minutos) y tienen una efectividad de una hora.
- Actúan inactivando o destruyendo a los espermatozoides. Su uso prolongado puede aumentar el riesgo de adquirir VIH.
- No protege contra la transmisión de ITS bacterianas como la gonorrea y la clamidia.
- Presentación: supositorios, tabletas espumantes, espumas, películas, jaleas y cremas.
- Contienen: Nonoxinol-9, Octoxinol-9, Cloruro de Benzalkonio y/o Menfegol.
- Un químico que destruye o inactiva los espermatozoides.
- Una base o excipiente que sirve para dispersar el químico en la vagina, cervix y endocervix.
- Ambos componente forman una barrera química y física entre el semen y el cuello del útero.



## MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS HORMONALES

### ANTICONCEPTIVOS ORALES

Los anticonceptivos orales, conocidos como píldoras de control de la natalidad o simplemente «la píldora», contienen una combinación de las hormonas progesterina y estrógenos, o bien progesterina sola.

Antes de que la mujer comience a tomar anticonceptivos orales, debe consultar a un médico. Los médicos preguntan a la mujer por sus antecedentes médicos, sociales y familiares para determinar si existe algún problema de salud para el que tomar estos anticonceptivos suponga un riesgo.

Se puede empezar a tomar anticonceptivos orales en cualquier momento del mes. Sin embargo, si comienzan a tomarlos más de 5 días después del primer día de su período, deben usar un método anticonceptivo de apoyo durante los 7 días siguientes, además de tomar el anticonceptivo oral.

Se puede empezar a tomar anticonceptivos orales en cualquier momento del mes. Sin embargo, si comienzan a tomarlos más de 5 días después del primer día de su período, deben usar un método anticonceptivo de apoyo durante los 7 días siguientes, además de tomar el anticonceptivo oral.



### MÉTODOS DE BARRERA Efectos Colaterales (I)

**Condón masculino:** Alergia al látex y/o al espermicida

**Condón femenino:** No se han descrito



**Alergia al látex y/o espermicida**  
**Dolor en la vejiga y/o recto**  
**Infección urinaria**  
**Secreción vaginal inusual**  
**Irritación cervical y/o vaginal**

### MÉTODOS DE BARRERA Efectos Colaterales (II)

**Espermicidas:**

**Alergia**  
**Irritación cervical y/o vaginal**  
**Infección urinaria**



### PARCHES TRANSDÉRMICOS Y ANILLOS VAGINALES ANTICONCEPTIVOS

El parche cutáneo anticonceptivo se adhiere a la piel con un adhesivo. Se mantiene en su sitio durante 1 semana; luego, se retira y se sustituye por otro nuevo, que se coloca en otra zona de la piel. Se aplica un parche nuevo una vez a la semana (el mismo día cada semana) durante 3 semanas, seguido de una semana en la que no se utiliza ningún parche.

Un anillo vaginal es un pequeño dispositivo flexible, blando y transparente que se coloca en la vagina.

Se comercializan dos tipos de anillos:

- Uno que debe reemplazarse cada mes.
- Uno que debe reemplazarse solo una vez al año.

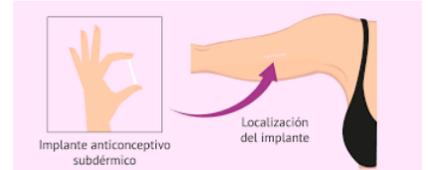
Se retiran 1 semana para permitir que se produzca el período menstrual. Se retira el anillo de un año de duración, se deja fuera durante 1 semana y luego se vuelve a insertar el mismo anillo.



### IMPLANTE ANTICONCEPTIVO

Los implantes anticonceptivos son un solo bastoncillo, del tamaño de una cerilla, que contiene una progesterina. El implante libera la progesterina lentamente en el torrente sanguíneo. El tipo de implante disponible en los países desarrollados es eficaz durante 3 años y posiblemente hasta 5 años.

Los **efectos adversos más frecuentes** son la presencia de menstruaciones irregulares o su ausencia total y las cefaleas.



### INYECCIONES ANTICONCEPTIVAS

Las inyecciones de DMPA son muy eficaces. Solo un 0,2% aproximadamente de las mujeres que reciben las inyecciones siguiendo las instrucciones se quedan embarazadas durante el primer año de su uso. Con el uso habitual (la forma en que la mayoría de las personas lo usan, con retrasos entre las inyecciones), alrededor del 6% se quedan embarazadas.

Por lo general, se ganan entre 1,5 kg y 4,8 kg de peso durante el primer año de uso y se sigue aumentando de peso. El aumento de peso se debe probablemente a cambios en el apetito. Por tanto, para evitarlo, se deben limitar las calorías y aumentar la cantidad de ejercicio.



## **BIBLIOGRAFÍA**

- <https://www.reproduccionasistida.org/metodos-de-planificacion-familiar/>
- <https://ss.puebla.gob.mx/cuidados/adolescentes/item/133-anticonceptivos-temporales>
- <https://ss.puebla.gob.mx/cuidados/adolescentes/item/137-anticonceptivos-definitivos>
- <https://www.reproduccionasistida.org/inyeccion-anticonceptiva/>
- [https://icmer.org/wp-content/uploads/2019/Temas\\_destacados/Anticoncepcion/01122017-METODOS-DE-BARRERA.pdf](https://icmer.org/wp-content/uploads/2019/Temas_destacados/Anticoncepcion/01122017-METODOS-DE-BARRERA.pdf)
- [https://www.msmanuals.com/es/hogar/salud-femenina/planificaci%C3%B3n-familiar/m%C3%A9todos-anticonceptivos-hormonales?ruleredirectid=757#Inyecciones-anticonceptivas\\_v8951423\\_es](https://www.msmanuals.com/es/hogar/salud-femenina/planificaci%C3%B3n-familiar/m%C3%A9todos-anticonceptivos-hormonales?ruleredirectid=757#Inyecciones-anticonceptivas_v8951423_es)