

Guía de profundización

Control de natalidad semana N°1 junio

Nombre: _____ curso: _____ fecha: _____

¿Qué es el control de la natalidad?

El control de la natalidad abarca cualquier actividad, medicamento o instrumento utilizado para prevenir el embarazo. Existen muchos tipos de métodos de control de la natalidad para aquellas mujeres que no desean quedar embarazadas. La decisión sobre qué método es el más adecuado debe tomarse junto con la pareja y el proveedor de atención médica.

Los métodos de control de la natalidad funcionan de distintas maneras para impedir el embarazo, entre las que se incluyen las siguientes:

- Crear una barrera que impida que los espermatozoides lleguen al óvulo
- Matar los espermatozoides
- Impedir que los ovarios liberen óvulos
- Alterar la mucosa cervical para impedir que los espermatozoides avancen hasta llegar al útero
- Alterar el tejido que recubre el útero de modo que el óvulo fertilizado no pueda implantarse

¿Cuáles son los diferentes tipos de control de la natalidad?

Entre los métodos que no requieren receta médica se incluyen los siguientes:

- **Abstinencia.** No tener relaciones sexuales.
- **Espemicidas.** Espumas o cremas que se aplican en la vagina para matar los espermatozoides. También brindan cierta protección contra las enfermedades de transmisión sexual. Esto es especialmente posible si se usan junto con un condón de látex.
- **Condón masculino.** Tubo delgado de látex o de algún material natural que se coloca recubriendo el pene. El esperma se deposita en el extremo del condón. Los

condones de látex proporcionan cierta protección contra las enfermedades de transmisión sexual.

- **Condones femeninos.** Revestimiento de látex o de algún material natural que se coloca dentro de la vagina. Los condones de látex proporcionan cierta protección contra las enfermedades de transmisión sexual.
- **Planificación familiar natural.** Mantener relaciones los días en que la mujer es menos fértil, que se identifican empleando diferentes métodos para medir la temperatura del cuerpo. También implica observar los cambios de la mucosa cervical y utilizar instrumentos para predecir la fecha de la ovulación. La planificación natural, también llamada método del "ritmo", presenta un nivel de riesgo de embarazo alto.

Entre los métodos que requieren examen médico previo y receta se incluyen los siguientes:

- **Anticonceptivos orales (píldoras para el control de la natalidad).** Medicamentos de toma diaria que impiden la ovulación controlando la secreción hormonal de la glándula pituitaria. En general, los anticonceptivos orales contienen las hormonas estrógeno y progestina.

Además de impedir el embarazo, los anticonceptivos orales tienen varios beneficios para la salud, como la regulación de los ciclos menstruales y la disminución de la cantidad y duración de los períodos menstruales. Esto puede ayudar a aumentar las reservas de hierro en el caso de mujeres con deficiencia de hierro asociada al sangrado excesivo. Otro beneficio significativo de usar anticonceptivos orales es la prevención de determinados cánceres de ovario y endometrio. Algunas investigaciones demostraron que hay enfermedades benignas (no cancerosas) de las mamas que suceden con menor frecuencia entre mujeres que utilizan anticonceptivos orales. Estas enfermedades de las mamas incluyen fibroadenoma y cambios quísticos. Estudios recientes también sugieren que el uso de anticonceptivos orales puede reducir la incidencia de la artritis reumatoide severa e incapacitante.

- **Minipíldora.** A diferencia de la píldora anticonceptiva tradicional, la minipíldora contiene solo una hormona, la progestina. Si se toma a diario, la minipíldora engrosa la mucosa cervical y evita que los espermatozoides lleguen al óvulo. La

minipíldora también disminuye el flujo del período y protege contra la enfermedad inflamatoria pélvica (PID, por sus siglas en inglés), y el cáncer de ovario y de endometrio.

- **Implante.** Una cápsula que contiene la hormona sintética etonogestrel se implanta debajo de la piel, en la parte superior del brazo de la mujer. Impide de manera continua que los ovarios liberen óvulos durante un plazo de hasta tres años. Para insertar y retirar la cápsula es necesario administrar anestesia.
- **Inyección.** Se administra una droga similar a la progesterona mediante una inyección para impedir el embarazo mediante la detención de la ovulación. El efecto dura aproximadamente tres meses, y luego debe aplicarse una nueva inyección para continuar controlando la natalidad con eficiencia.
- **Parche.** Parche para la piel que se usa en el cuerpo y libera hormonas estrógeno y progestina al torrente sanguíneo. Tiene mayor eficacia en mujeres que pesan menos de 198 libras.
- **Diafragma o capuchón cervical.** Taza de caucho de forma convexa y con un borde flexible que se introduce a través de la vagina y cubre el cuello del útero. Este dispositivo de control de la natalidad debe insertarse antes de la relación sexual.
- **Anillo anticonceptivo hormonal vaginal.** Anillo que se coloca dentro de la vagina, alrededor del cuello uterino. El anillo libera las hormonas estrógeno y progestina.
- **Dispositivo intrauterino (DIU).** Dispositivo que se coloca dentro del útero a través del cuello uterino. Debe colocarlo un proveedor de atención médica. La función del DIU es engrosar el mucus cervical para dificultar que el espermatozoides ingrese al cuello uterino. O impedir que el óvulo fertilizado se implante en la pared del útero. Los DIU que contienen hormonas también se denominan "sistemas intrauterinos", y deben reemplazarse cada cinco años, mientras que los IUD de cobre pueden durar hasta 10 años.

Las cirugías que provocan la imposibilidad de quedar embarazada incluyen las siguientes:

- **Histerectomía.** Extracción del útero y usualmente de los ovarios y las trompas de Falopio. Esta es una forma de control de la natalidad permanente.
- **Ligadura de trompas u oclusión de trompas ("atadura de trompas").** Cirugía para cortar, cauterizar o ligar las trompas de Falopio para impedir que los óvulos

lleguen al útero. El ligado de trompas se diseñó como método definitivo de control de la natalidad. Si bien es posible revertir algunos tipos de ligados, el procedimiento puede no tener éxito.

- **Método Essure o de obstrucción tubárica.** Este método de control de natalidad permanente puede realizarse como procedimiento ambulatorio sin incisión quirúrgica. Durante el procedimiento, se utiliza un tubo delgado para insertar un instrumento pequeño tipo resorte a través de la vagina y el útero dentro de cada trompa de Falopio. El instrumento posee un material que hace que se desarrolle tejido cicatricial. Este tejido bloquea las trompas en forma permanente después de unos tres meses. Durante ese tiempo, pueden utilizarse otras formas de control de natalidad. Debe realizarse una radiografía o ecografía para confirmar que las trompas están bloqueadas.
- **Vasectomía.** Corte o sujeción de los conductos (vas deferens) que transportan el esperma desde los testículos. Los testículos siguen produciendo espermatozoides, pero estos mueren y son absorbidos por el cuerpo. Este es un método definitivo de control de natalidad para los hombres.

Entre los métodos que se han sugerido como preventivos pero que presentan un riesgo de embarazo alto se incluyen los siguientes:

- Retirar el pene de la vagina antes de la eyaculación.
- Mantener relaciones sexuales durante la menstruación.
- Ponerse de pie de inmediato luego de tener relaciones sexuales.
- Tomar una ducha vaginal luego de tener relaciones sexuales.

Desarrollo

- 1) ¿Cuál es el objetivo del control de natalidad?
- 2) Explica 3 métodos de control de natalidad
- 3) ¿Cuál método crees tú que es el más efectivo para prevenir el embarazo?
- 4) ¿Cuál es un método definitivo para un hombre para evitar embarazo?