

Tabla de Métodos de Control de la Natalidad – 4Parents.gov

Método Anticonceptivo	Definición	Tipo	Tasa de fracaso por “uso típico” (porcentaje de mujeres que tienen embarazo no deliberado durante el primer año de uso típico.)
Píldora anticonceptiva (anticonceptivo oral)	Una pastilla hormonal que se toma oralmente.	Hormona	8%
Inyección	Una inyección hormonal para la mujer que se administra cada 1 a 3 meses.	Hormona	3%
Anticonceptivo de emergencia	En caso de emergencia, se debe tomar una alta dosis de píldoras anticonceptivas dentro de 72 horas (tres días) de haber tenido relaciones sexuales.	Hormona	11-25%
Dispositivo intrauterino (DIU)	Dispositivo plástico que se coloca dentro del útero y que contiene cobre u hormonas.	Hormona/ Químico	< 1%
Implante	Varilla plástica pequeña que se inserta bajo la piel de la mujer y que administra una dosis baja de hormonas.	Hormona	< 1%
Condón masculino	Tubo delgado, de látex o de poliuretano (plástico) que cubre el pene.	Barrera	21%
Condón femenino	Tubo o saco (plástico) de poliuretano que recubre las paredes de la vagina.	Barrera	21%
Tapón cervical	Cúpula pequeña de goma o plástico que se ajusta estrechamente sobre el cuello uterino.	Barrera	16-32%
Diafragma	Cúpula redonda de goma que se inserta en la vagina para cubrir el cuello uterino.	Barrera	16%
Esponja anticonceptiva	Esponja de espuma que contiene espermicida y se coloca dentro de la vagina.	Barrera	16-32%
Espermicida	crema, espuma, gel o supositorio que se inserta en la vagina para destruir los espermatozoides.	Barrera	29%
Parche anticonceptivo	Parche hormonal adhesivo que se coloca semanalmente sobre la piel de la mujer por 3 semanas consecutivas, (seguida de una semana sin parche).	Hormona	8%
Anillo anticonceptivo	Un anillo hormonal que se coloca en la vagina por 3 semanas consecutivas (seguida de una semana sin anillo).	Hormona	8%
Planificación familiar natural /método de ritmo natural	Se evita tener relaciones sexuales cerca del momento de la ovulación, cuando existe más probabilidad e que ocurra un embarazo.	Otro	12-25%
Esterilización	Cirugía permanente que bloquea los conductos por los que pasa el óvulo o el semen.	Otro	<1%
Coito interruptus	El hombre retira el pene de la vagina justo antes de eyacular.	Otro	27%

Píldoras Anticonceptivas

Las píldoras anticonceptivas son el método más común de control de la natalidad hormonal. Existen píldoras de dos tipos: las píldoras combinadas (que contienen progestina y estrógenos) y las que sólo contienen progestina. Las hormonas funcionan de distintas formas, según se explica a continuación: a) bloqueando el semen para que no entre al cuello uterino; b) previniendo que la mujer ovule; o c) dificultando la posibilidad de que el embrión se adhiera al endometrio en el útero (lo que se llama implantación). Cada tipo de píldora anticonceptiva funciona de alguna de estas maneras, dependiendo de su contenido hormonal. La píldora funciona sólo si se toma correctamente; es más efectiva cuando se toma todos los días a la misma hora. Si la mujer se olvida de tomar una píldora, no ofrecen tanta protección contra el embarazo; de hecho, puede que no ofrezca ninguna protección.

Las píldoras anticonceptivas no protegen contra las enfermedades de transmisión sexual (ETS).

Entre sus efectos secundarios posiblemente se incluyan: náusea, aumento de peso (con píldoras de dosis más alta), sangrado entre reglas y dolores de cabeza.

Las píldoras anticonceptivas deben ser recetadas por un médico. Éstas pueden ayudar a disminuir el riesgo de algunas condiciones de la salud, por ejemplo, los dolores menstruales, el acné, los embarazos ectópicos, la anemia y el cáncer de ovarios. Algunas mujeres que padecen de ciertas condiciones médicas de ninguna manera deberían tomar píldoras anticonceptivas. Sin embargo, pueden usar otros métodos anticonceptivos.

Inyección

Este tipo de anticonceptivos es una inyección hormonal únicamente de progestina que se administra cada 1 a 3 meses. La inyección debe ser colocada en el brazo o en las nalgas por un profesional de la salud. Ésta funciona previniendo el embarazo mediante la administración de hormonas que funcionan de una o varias formas como se abordó al comienzo de esta sección. La inyección anticonceptiva más común se conoce en los Estados Unidos como Depo-Provera.

Una inyección hormonal no protege a la persona contra las enfermedades de transmisión sexual (ETS).

Algunos de los efectos secundarios de la inyección pueden incluir el sangrado irregular entre reglas, o la supresión total de la regla (amenorrea), aumento de peso y dolores de cabeza. Un efecto secundario que puede ocurrir particularmente en los adolescentes es la pérdida de calcio en los huesos, y es posible que una vez que se deja de administrar la inyección el calcio no se pueda recuperar. Uno de los efectos secundarios menos comunes es la depresión.

Anticonceptivo de Emergencia

El anticonceptivo de emergencia más común son las píldoras anticonceptivas, ya sea combinadas (con progestina y estrógenos) o sólo de progestina. Una alta dosis de píldoras anticonceptivas se puede tomar en una o dos dosis dentro de 72 horas (3 días) de haber tenido relaciones sexuales. Estas píldoras funcionan de distintas formas; pueden evitar la ovulación en las mujeres, pueden impedir que el semen entre al cuello uterino o pueden impedir que un embrión se adhiera al útero. Los anticonceptivos de emergencia son más eficaces cuanto antes se tomen y no detendrán un embarazo que ya ha comenzado (cuando ya ha ocurrido la fertilización y ha habido una implantación exitosa del embrión). La píldora anticonceptiva de emergencia más común es la que se conoce como "Plan B" (y que también recibe el nombre de la "píldora del día después").

EL anticonceptivo de emergencia no protege contra las enfermedades de transmisión sexual.

Algunos de los efectos secundarios de este anticonceptivo incluyen náusea, vómitos, sensibilidad de los senos, sangrado irregular, hinchazón del abdomen y dolores de cabeza. Estas pastillas sólo pueden ser recetadas por un médico. En algunos estados, una mujer mayor de 18 años puede acudir a los anticonceptivos de emergencia sin necesitar una receta, sino que sólo comprándola directamente en la farmacia. Las mujeres menores de 18

todavía tienen que ir a ver a su doctor para que le de una receta. No se recomienda el anticonceptivo de emergencia para uso habitual de prevención del embarazo.

Dispositivo Intrauterino (DIU)

El dispositivo intrauterino es un dispositivo pequeño, de plástico y con forma de "T" que es colocado dentro del útero por un médico. Puede ser de cobre o contener hormonas. El DIU hormonal evita los embarazos de una de las maneras o de varias de las maneras en que funcionan los métodos anticonceptivos hormonales. El DIU de cobre evita que el semen fertilice el óvulo o evita que el embrión se adhiera al endometrio. Generalmente los médicos no recetan los DIU a las adolescentes. El DIU hormonal puede usarse por 5 años, mientras que el de cobre, por 10 años.

El dispositivo intrauterino no protege contra las enfermedades de transmisión sexual.

Algunos de los efectos secundarios más comunes de los DIU son reglas abundantes con más sangrado, de mayor duración y con sangrado entre períodos, dolores menstruales y secreción vaginal. La mayoría de estos efectos secundarios desaparecen después de algunos meses de uso. Otros efectos secundarios menos comunes son las infecciones y posiblemente, la infertilidad. En pocas ocasiones los dispositivos se pueden salir espontáneamente y algunos pueden llegar a perforar las paredes del útero cuando el médico está realizando el procedimiento de colocación del dispositivo.

Implante

El implante es una varilla pequeña que contiene hormonas de progestina y que se inserta justo debajo de la piel de la mujer en la parte superior del brazo. El implante debe ser colocado por un médico. Éste administra una dosis baja permanente de una hormona. El implante evita que la mujer libere óvulos y que se espese la mucosidad del cuello uterino. El implante puede durar hasta 3 años.

El implante no protege contra las enfermedades de transmisión sexual.

Los efectos secundarios del implante pueden ser el sangrado intermitente, los cambios en el peso de la mujer, cambios en su estado de ánimo y dolores de cabeza.

Condón Masculino

El condón masculino es un tubo delgado que se usa para cubrir el pene. Los condones están hechos de distintos materiales. El material más común es el látex y los estudios han demostrado que los condones de látex son los que tienen mayor efectividad, puesto que evitan que el semen entre a la vagina. Con esto, se disminuye la posibilidad de embarazo, además de reducir la posibilidad de contagio de una ETS entre una persona y otra cuando tienen relaciones sexuales.

Sus hijos deben saber que, si bien los condones son el único tipo de método anticonceptivo que puede protegerlos contra las ETS, estos sólo disminuyen el riesgo de contagio, pero no lo eliminan. Por cierto, son más eficaces protegiendo contra ciertas enfermedades más que otras. Por ejemplo, algunos estudios han demostrado que cuando los condones se usan todo el tiempo y correctamente, estos pueden reducir el riesgo de contraer la infección por VIH.

Los condones únicamente protegen contra las ETS y el embarazo si es que se utilizan cada vez que la pareja tiene relaciones sexuales y se usan correctamente. Los condones fabricados con membranas naturales no deben usarse como método para prevenir las ETS.

Aunque se use un condón, la persona igual puede infectarse con una ETS. Esto ocurre especialmente en el caso de haber infecciones bacterianas y virales que viven sobre la piel. Por ejemplo, el herpes y el virus del papiloma

humano pueden ser transmitidas por áreas de la piel infectadas que no estén cubiertas por el condón. Esto ocurrirá aun cuando la persona no presente síntomas físicos.

Algunos condones tienen una capa lubricante o un espermicida que puede irritar la vagina. A veces, aunque en muy contadas ocasiones, la persona puede ser alérgica al látex con el que están fabricados los condones.

Una persona puede comprar condones sin receta médica.

Condón Femenino

Un condón femenino es un tubo o saco (plástico) de poliuretano que recubre el interior de la vagina. El condón femenino reduce el riesgo de embarazo y de algunas enfermedades de transmisión sexual. Evita que el pene y el semen entren en contacto con las paredes de la vagina o con el cuello uterino.

El condón femenino se puede comprar sin receta médica. La Food and Drug Administration (FDA) (Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos) recomienda no usar el condón femenino y el masculino al mismo tiempo.

El condón femenino reduce el riesgo de embarazo y puede disminuir el riesgo de algunas enfermedades de transmisión sexual.

Tapón Cervical

El tapón o capuchón cervical es una cúpula pequeña generalmente de goma o plástico que cubre el cuello uterino donde termina la vagina. Es preciso que un profesional médico coloque el tapón en el cuello uterino. Dicho tapón se debe usar con espermicida y se puede usar con regularidad durante 2 años. Su función es evitar que el semen entre al cuello uterino y al útero.

El tapón cervical no protege contra las enfermedades de transmisión sexual.

Si un tapón cervical se deja puesto por mucho tiempo, puede causar irritación u olor en la vagina. También puede aumentar el riesgo de desarrollar una infección urinaria.

Diafragma

El diafragma es una cúpula redonda de goma que se inserta en la vagina para cubrir el cuello uterino. Un médico debe ser quien coloca el diafragma. Éste se usa con espermicida y evita que el semen entre al cuello uterino y al útero.

El diafragma ofrece poca o ninguna protección contra las enfermedades de transmisión sexual.

Un diafragma puede provocar irritación si la persona es alérgica al espermicida o al látex. El diafragma también puede aumentar el riesgo de desarrollar una infección urinaria.

Esponja Anticonceptiva

La esponja anticonceptiva es un dispositivo de barrera que se inserta en la vagina para cubrir el cuello uterino y liberar espermicida en la vagina. La esponja no proporciona protección contra las enfermedades de transmisión sexual, entre ellas el VIH. Este dispositivo anticonceptivo es eficaz hasta 24 horas y se puede usar para más de una instancia de coito o relación sexual. El momento oportuno en que se usa la esponja es importante, puesto que para prevenir el embarazo, la esponja debe quedarse en su lugar por lo menos durante seis horas después del acto sexual. No obstante, puesto que existe un bajo riesgo de que ocurra síndrome de shock tóxico, o TSS (por sus siglas en inglés), asegúrese de sacar la esponja a más tardar 30 horas después de haber tenido

relaciones sexuales.

Espermicida

Los espermicidas son sustancias que se colocan dentro de la vagina para matar los espermatozoides. Vienen de diferentes formas: en crema, gel, espuma, capa y supositorios. Contienen una sustancia química que destruye los espermatozoides. Cuando se coloca profundamente en la cavidad vaginal, estos pueden ayudar a prevenir que el semen llegue al útero. Los espermicidas pueden comprarse sin receta médica.

Los espermicidas no protegen contra las enfermedades de transmisión sexual.

Si se utiliza demasiado espermicida en la vagina, ésta puede llegar a irritarse. Algunos espermicidas pueden aumentar el riesgo de contraer una ETS o problemas al tracto urinario.

Parche Anticonceptivo

El parche anticonceptivo es un parche adhesivo que se coloca sobre la piel de la mujer para evitar los embarazos. Puede colocarse en la parte inferior del abdomen, nalgas, pecho (a excepción de los senos), en la parte superior de la espalda o del brazo. El parche libera hormonas directamente a la sangre que son similares a aquellas que se encuentran en las píldoras anticonceptivas orales combinadas (que tienen progestina y estrógenos). La mujer debe cambiarse el parche una vez por semana durante tres semanas. Durante la cuarta semana, no debe usar el parche y esto le permitirá tener su menstruación normalmente. El parche anticonceptivo evita la ovulación, bloqueando el semen para que no entre al cuello uterino.

El parche anticonceptivo no protege contra las enfermedades de transmisión sexual.

Los efectos y riesgos secundarios del parche pueden incluir dolores de cabeza, dolores menstruales, náusea, dolor abdominal e irritación a la piel. Es posible que el parche anticonceptivo no sea tan eficaz en mujeres que pesan más de 198 libras.

Anillo Anticonceptivo

El anillo vagina es un pequeño anillo plástico que se coloca profundamente en la vagina. El anillo libera una dosis baja y permanente de hormonas en el cuerpo de la mujer. Se debe mantener en la vagina durante tres semanas y luego se saca. Durante la cuarta semana, la mujer no debe usar el anillo y esto le permitirá tener su menstruación normalmente. La eficacia del anillo vaginal está en que previene la ovulación y bloquea el semen para evitar que entre al cuello uterino.

El anillo anticonceptivo vaginal no protege contra las enfermedades de transmisión sexual.

Algunos efectos secundarios por el uso o colocación del anillo vaginal pueden incluir dolores de cabeza, náusea, infecciones e irritación vaginales y sangrado vaginal irregular.

Método de Planificación Familiar Natural (Método de Ritmo Natural)

Las parejas utilizan este método para determinar en qué momento del mes la mujer tiene mayor probabilidad de quedar embarazada. Hay varias formas de realizar este método, por ejemplo, a través de la observación de cambios en el cuerpo de la mujer como ocurre con la temperatura o la mucosidad cervical.

Las jóvenes adolescentes y las mujeres cuyo ciclo menstrual no es regular, pueden encontrar que se les dificulta saber cuándo podría ocurrir un embarazo. Deben observar y prestar atención a su ciclo menstrual

cuidadosamente. Y no pueden tener relaciones sexuales cerca de la fecha de su ovulación. Un embarazo puede ocurrir entre tres días antes y tres días después de la ovulación de la mujer.

El método de planificación familiar natural no protege contra las enfermedades de transmisión sexual.

Esterilización

La esterilización es una cirugía que bloquea permanentemente los conductos por los cuales pasan los óvulos o el semen. En las mujeres el procedimiento consta del corte o la ligadura de las trompas de Falopio. En los hombres, el procedimiento consiste en cerrar o cortar los conductos (vasos deferentes) que llevan el semen al pene. La esterilización es una forma de prevenir los embarazos permanentemente; no cambia los niveles hormonales en el cuerpo ni la capacidad de disfrutar el sexo.

La esterilización no protege contra las enfermedades de transmisión sexual.

Coito Interruptus

El método de coito interruptus es un método anticonceptivo que previene que el hombre deposite semen en la vagina de la mujer durante el acto sexual. En este método, el hombre retira su pene de la vagina antes de eyacular. No obstante, es posible que haya semen en el fluido que sale del pene antes de la eyaculación, y/o que el hombre no retire completamente el pene de la vagina o no lo retire a tiempo, disminuyendo así la efectividad de este método.

El método de coito interruptus no protege contra las enfermedades de transmisión sexual.