

Ser mamá,

definir el momento adecuado en la vida para hacerlo o elegir no tener hijos es una posibilidad a tu alcance gracias a la anticoncepción.

¿Qué es en realidad?

Este término se refiere a los métodos o dispositivos utilizados para prevenir los embarazos no deseados. Implantes subdérmicos, dispositivos intrauterinos, pastillas, inyecciones, condones de látex y la esterilización femenina (o ligadura de trompas); todos son asequibles y efectivos, pero... ¿Cómo lo hacen?

De dos formas:

- 1 Naturalmente
- 2 A través de hormonas que impiden que tu ciclo menstrual siga su curso habitual

Antes debes entender el ciclo menstrual

Es un proceso que se repite en tu cuerpo cada mes. En él, los ovarios liberan dos hormonas femeninas: estrógeno y progesterona.

Ellas son las encargadas de que las paredes internas del útero se vuelvan más grandes, a tal punto de que un bebé podría crecer en él. En este momento ocurre la ovulación, es decir, tu período de mayor fertilidad, en el que un óvulo maduro puede ser fecundado por los espermatozoides del hombre: si esto ocurre, podrías quedar embarazada.

De lo contrario, el recubrimiento interno del útero se romperá y saldrá en forma de sangre. Esto se conoce como menstruación.

Si estás buscando un anticonceptivo que te funcione, esta información es para ti.

Revisa estas fichas informativas ilustradas sobre algunos de los métodos anticonceptivos más usados en nuestro país. Si quieres empezar a utilizar alguno, consúltalo con tu médico antes.



Saludando

promoción
y prevención
en salud



**UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA**

Facultad de Medicina

Aliado
estratégico

**Hospital Alma Máter
de Antioquia**

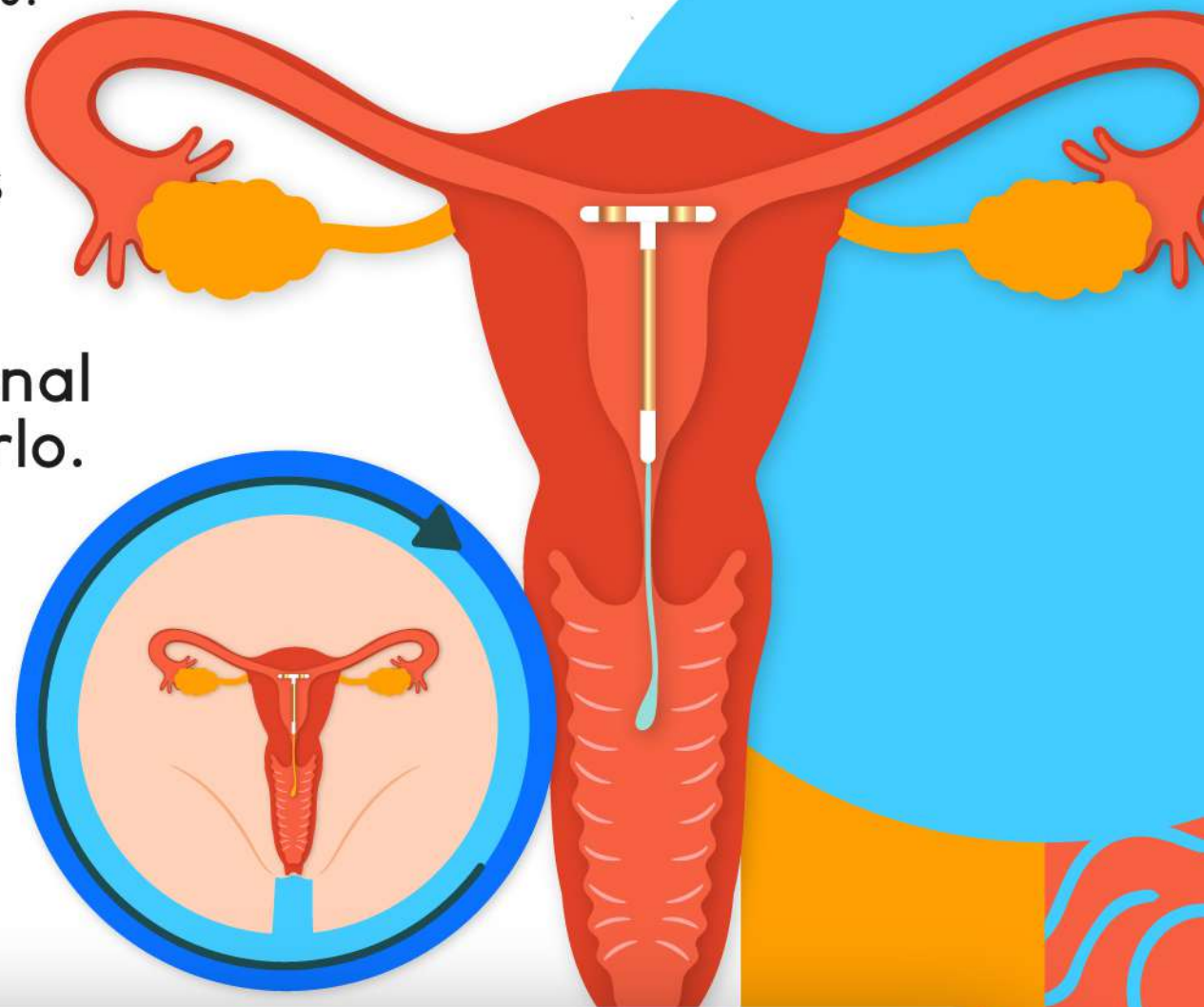
Métodos

Temporales:

1 Dispositivo intrauterino (DIU) de cobre – 'T' de cobre

- Tiene una efectividad de más del 99%.
- Puede durar entre 10 y 12 años.
- No utiliza hormonas tiene un recubrimiento de cobre que daña los espermatozoides y evita que se encuentren con los óvulos.
- Se introduce en el útero. Un profesional capacitado debe insertarlo y retirarlo.

*** Puede utilizarse como anticonceptivo de emergencia si se inserta hasta 5 días después de haber tenido relaciones sexuales.*



2 Dispositivo intrauterino (DIU) Hormonal

- Tiene una efectividad de más del 99%.
- Puede durar entre 3 y 5 años dependiendo del dispositivo.
- Utiliza una sola hormona para espesar el moco cervical.
- Se introduce en el útero. Un profesional capacitado debe insertarlo y retirarlo.



Saludando

promoción
y prevención
en salud



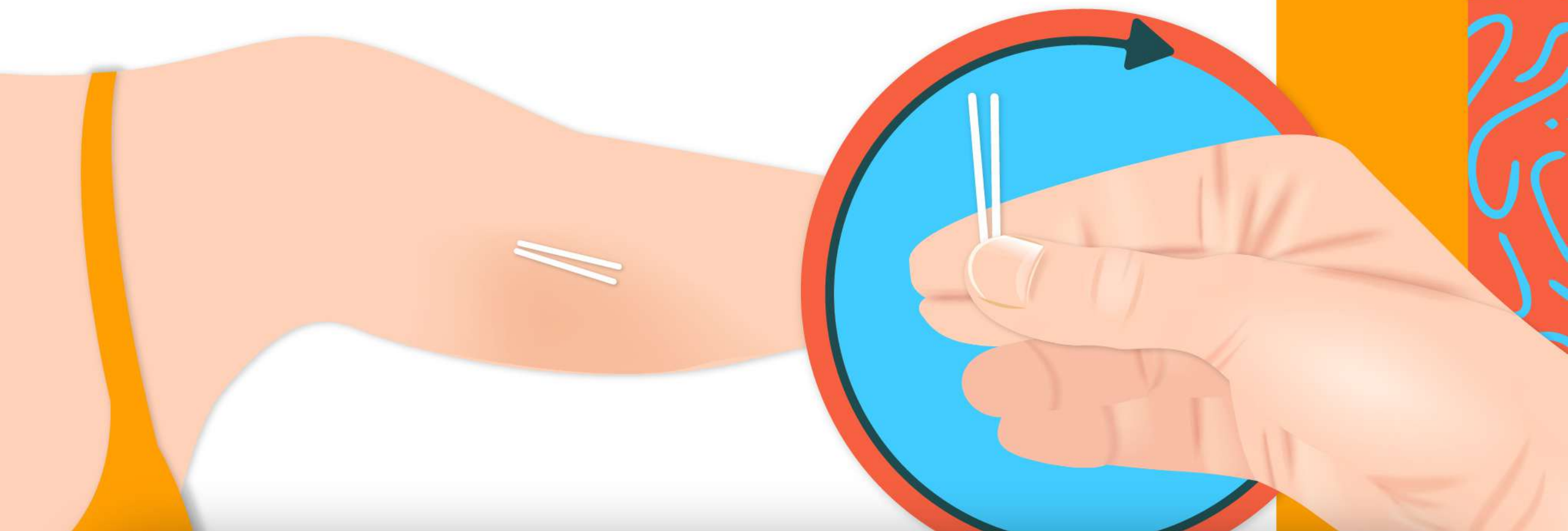
**UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA**
Facultad de Medicina

Aliado
estratégico

**Hospital Alma Máter
de Antioquia**

3 Implante subdérmico (Jadelle)

- Tiene una efectividad de más del 99%.
- **Puede durar entre 4 y 5 años** dependiendo del peso de la mujer.
- Utiliza una sola hormona para prevenir la ovulación.
- Se introduce bajo la piel en la parte superior del brazo.
- **Un profesional capacitado debe instalarlo y retirarlo.**



Saludando

promoción
y prevención
en salud



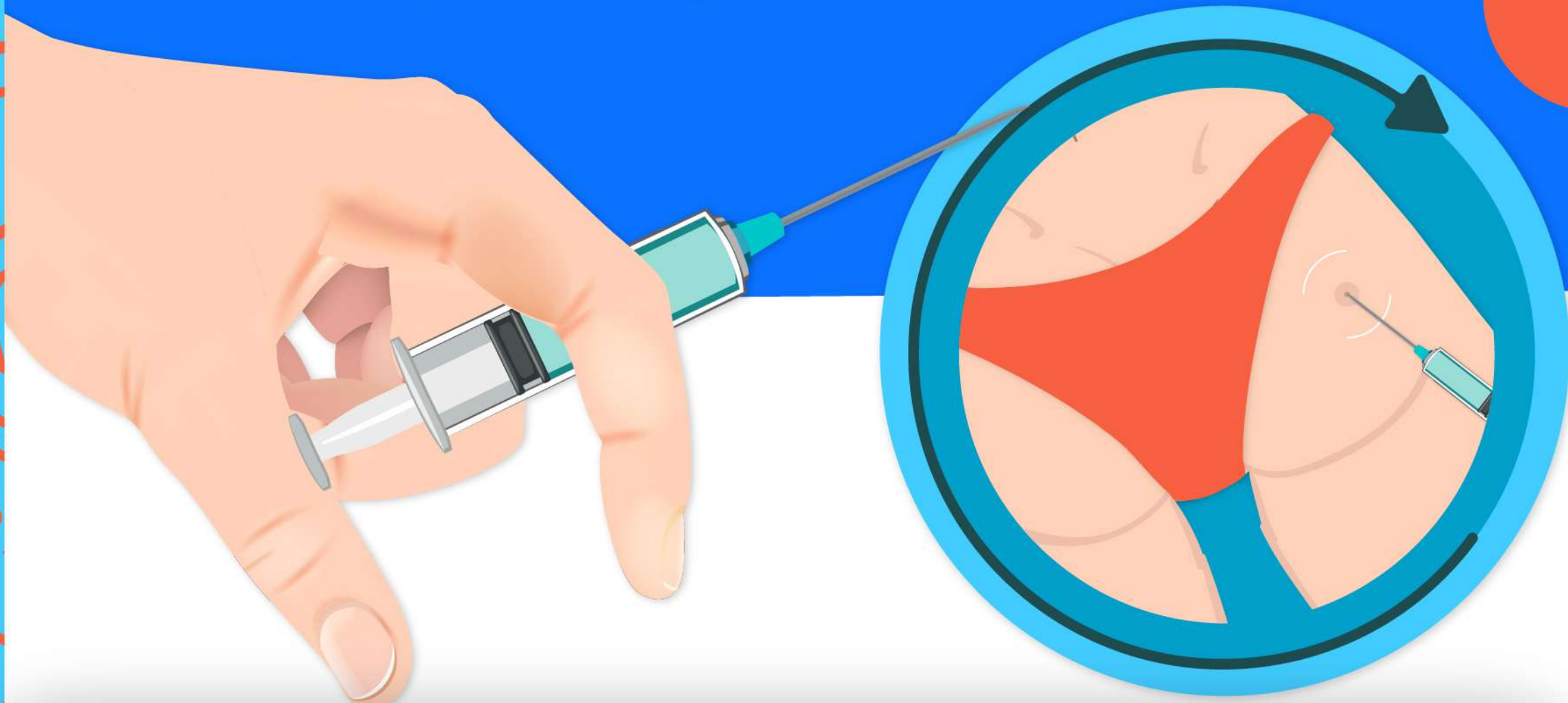
**UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA**
Facultad de Medicina

Aliado
estratégico

**Hospital Alma Mater
de Antioquia**

4 Inyecciones

- Todas tienen una efectividad de más del 99%, si se usan de manera correcta y sostenida en el tiempo.
- Hay inyecciones que se ponen **cada mes o cada tres meses**.
- Pueden utilizar una o dos hormonas, dependiendo de la inyección.
- Se inyectan en el glúteo.



Saludando

promoción
y prevención
en salud



**UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA**
Facultad de Medicina

Aliado
estratégico

**Hospital Alma Máter
de Antioquia**

5 Pastillas anticonceptivas

- Tienen una efectividad del 99% o más, si se usan de manera correcta y sostenida en el tiempo.
- Se deben tomar todos los días en períodos de 21 o 28 días.
- Pueden utilizar una o dos hormonas dependiendo de qué pastillas sean.
- Es un método de corta duración, si se desea anticoncepción a largo plazo, se sugiere pensar en métodos de larga duración.



Saludando

promoción
y prevención
en salud



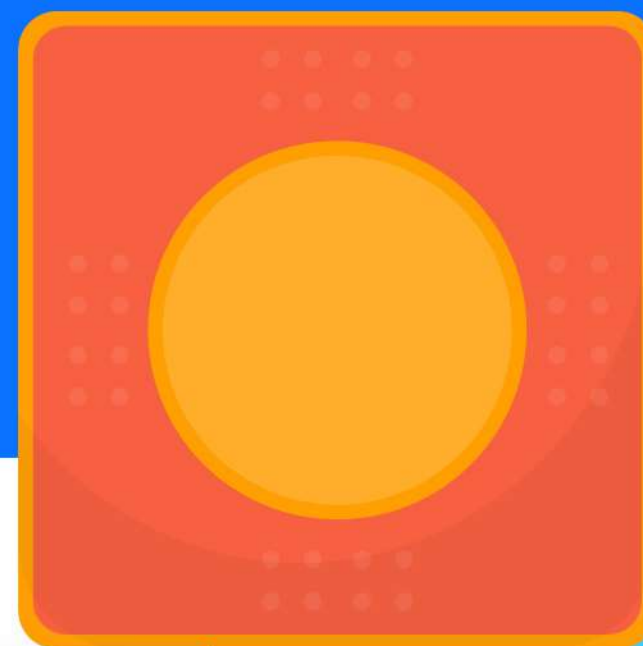
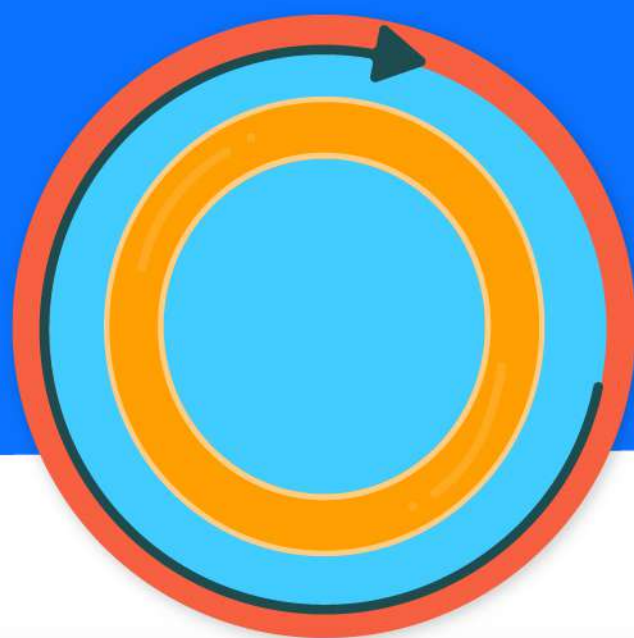
**UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA**
Facultad de Medicina

Aliado
estratégico

**Hospital Alma Máter
de Antioquia**

6 Parche y anillo vaginal

- Ambos tienen una efectividad del 91 %.
- El parche dura hasta una semana y el anillo hasta un mes.
- El parche se coloca en la piel y debe cambiarse cada semana. El anillo se coloca en la vagina y debe cambiarse cada mes.
- Pueden ocasionar períodos más cortos y predecibles.
- Ayudan a controlar el ciclo menstrual y disminuir el sangrado.
- El tiempo de retorno a la fertilidad es inmediato. Luego de la remoción de los dispositivos.
- Personal médico o de enfermería debe colocarlo.



Saludando

promoción
y prevención
en salud



UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA

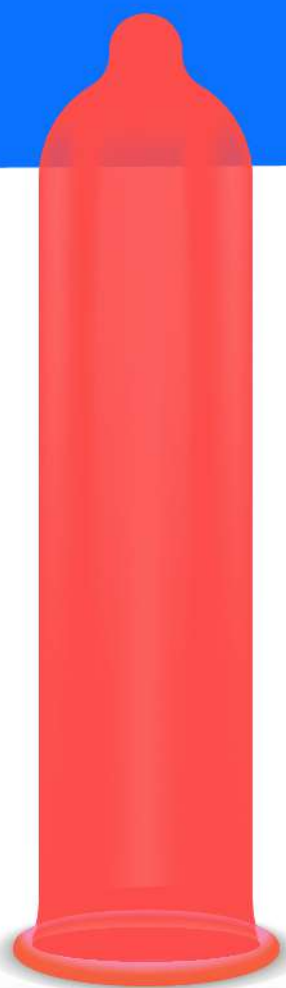
Facultad de Medicina

Aliado
estratégico

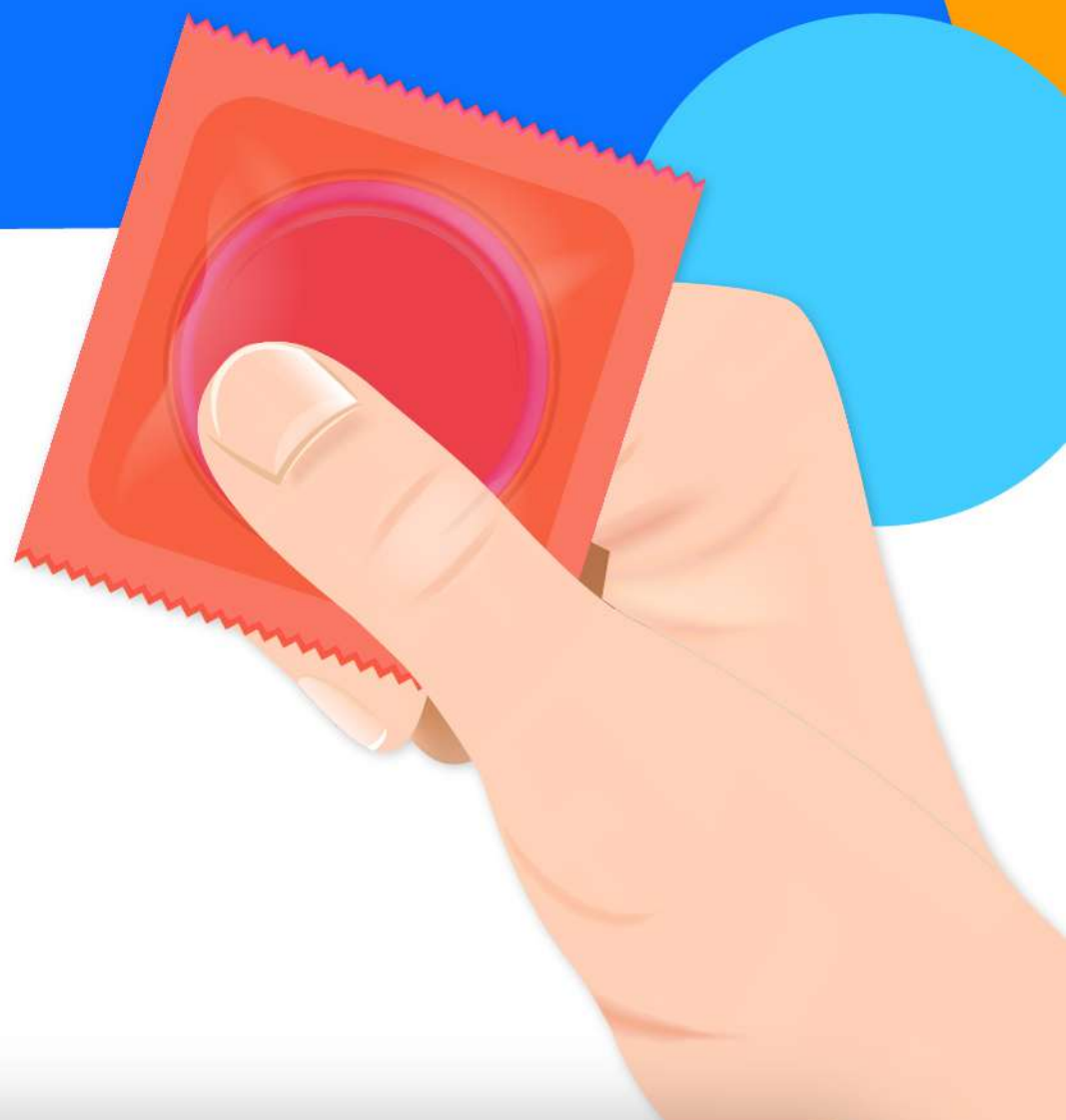
Hospital Alma Máter
de Antioquia

7 Condón masculino

- Tienen una efectividad del 98% o más, si se usan de manera correcta y sostenida en el tiempo, aunque no se recomienda como método único de anticoncepción.
- Se debe utilizar **uno nuevo durante cada relación sexual**.
- No utiliza hormonas. Es una barrera de látex o plástico que evita que los espermatozoides entren a la vagina y se encuentren con los óvulos.



*** Su uso es recomendado incluso si estás usando cualquier otro método anticonceptivo, pues es el único que te protege de una Enfermedad de Transmisión Sexual.*



Saludando

promoción
y prevención
en salud



**UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA**
Facultad de Medicina

Allado
estratégico

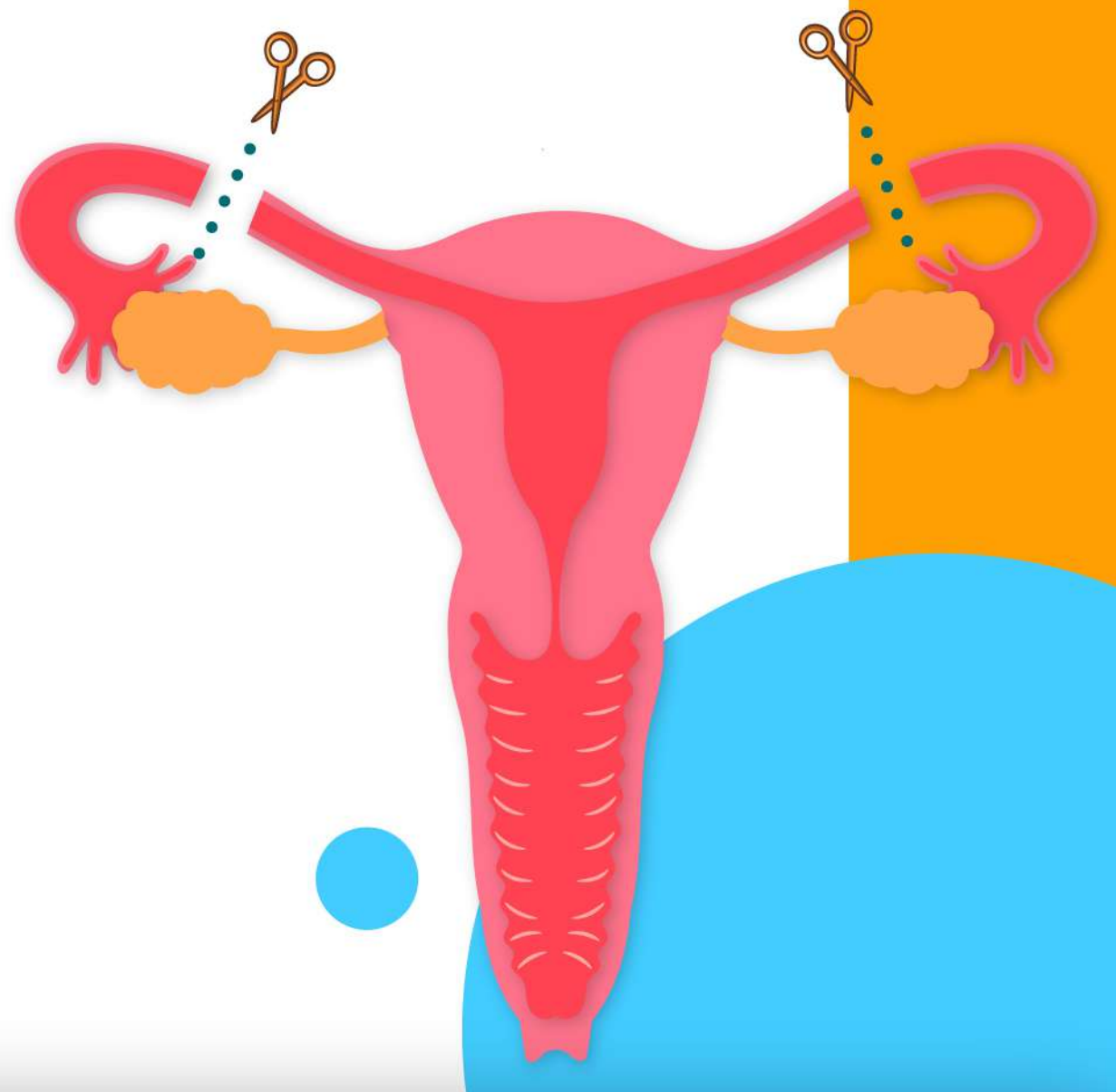
**Hospital Alma Máter
de Antioquia**

Métodos

Definitivos:

8 Ligadura de trompas

- Tiene una efectividad del 99,8%.
- Es permanente y definitivo.
- No utiliza hormonas, es una cirugía sencilla que consiste en ligar y cortar las trompas de Falopio para impedir la fecundación.
- Procedimiento quirúrgico por laparoscopia, no requiere hospitalización. **Un profesional capacitado debe realizarlo en una institución de salud certificada.**



Métodos

anticonceptivos: *para población trans y no binaria*

Los hombres trans y las personas no binarias asignadas como mujeres al nacer, aunque estén en un tratamiento hormonal, pueden utilizar los métodos anticonceptivos que se adapten mejor a sus condiciones de salud para detener o controlar su ciclo menstrual.

Ten en cuenta:

- 1 Luego de tomar testosterona durante varios meses, el ciclo menstrual se detiene para gran parte de los hombres trans y personas no binarias que fueron asignadas mujeres al nacer, sin embargo, la ovulación puede ocurrir, aunque no se haya tenido nunca un periodo.
- 2 Cuando las mujeres trans y las personas no binarias que fueron hombres asignados al nacer están tomando estrógenos, la producción de esperma en los testículos todavía podría suceder.

Aunque los tratamientos hormonales para afirmar el género usualmente reducen la fertilidad, no se puede confiar como un método anticonceptivo.

Pero, ¿cuáles

métodos anticonceptivos

puedes utilizar?

Según el colegio Colegio Estadounidense de Obstetras y Ginecólogos (ACOG), las personas trans y no binarias que fueron asignadas mujeres al nacer pueden utilizar cualquier método anticonceptivo, aunque estén en pasando por una terapia hormonal.

Aun así, esta decisión debe ser consultada por un profesional de salud que oriente la mejor alternativa según las condiciones de salud de la persona y no debido a su identidad de género.



Saludando

promoción
y prevención
en salud



**UNIVERSIDAD
DE ANTIOQUIA**

Facultad de Medicina

Aliado
estratégico

**Hospital Alma Máter
de Antioquia**