

“Salud Sexual
Reproductiva”

Planificación Familiar



La persona facilitadora iniciará haciendo la siguiente reflexión:
La finalidad de la planificación familiar consiste en mejorar la salud de la madre, sus hijos y la familia en general. En este sentido, las medidas preventivas de salud básicas reconocidas son: Espaciamiento de los partos. Limitación del tamaño de la familia. Programación de los nacimientos.

Es por esta razón importante conocer como podemos planificar la familia

Objetivo

Conocer los diferentes métodos de planificación familiar disponibles en el ISSS y en Salud Pública.



Presentar de forma breve el objetivo

Contenido

1. Significado de anticoncepción y Planificación Familiar
2. Anticonceptivos que hay en el país
3. Funcionamiento y uso de los anticonceptivos
4. Tipos de Métodos
 - 4.1 Temporales
 - 4.2 Naturales
 - 4.3 Permanentes
- 5 . Anticoncepción de emergencia



Leer y socializar con el pleno el contenido a desarrollarse con la presentación.

Anticoncepción y Planificación Familiar



1. Significado de Anticoncepción y planificación familiar

La persona facilitadora iniciará preguntado ¿Saben cual es la diferencia entre planificación familiar y Anticoncepción? Escuchará atentamente las participaciones y reafirmará los conocimientos con lo siguiente:

No es lo mismo planificación familiar y los métodos anticonceptivos

La planificación familiar es el derecho de toda persona a decidir de manera libre y responsable, sobre el número de hijos y el momento en que los tendrá; así como a recibir información sobre el tema y los servicios necesarios. Este derecho es independiente del sexo, la preferencia sexual, edad y el estado social o legal de las personas.

Un anticonceptivo (anticoncepción) es cualquier método, medicamento o dispositivo que se usa para prevenir el embarazo.

2. Anticonceptivos que hay en el país



La persona facilitadora preguntará:

¿Sabén ustedes Cuáles son los anticonceptivos que están disponibles en el país?, escuchara las participaciones y dirá:

Según los Lineamientos Técnicos para la Provisión de Servicios de Anticoncepción del Ministerio de Salud de nuestro país, y la normativa del ISSS

se pueden dividir de la siguiente manera:

- Métodos anticonceptivos temporales : Son aquellos que brindan protección anticonceptiva únicamente mientras la usuaria o el usuario los utiliza.
- Métodos anticonceptivos naturales : Conjunto de métodos basados en el conocimiento de los periodos fértiles e infértiles de la mujer.
- Métodos anticonceptivos permanentes: Son aquellos que evitan de manera definitiva el embarazo.

3. Funcionamiento y uso de los anticonceptivos



La persona facilitadora dirá:

A continuación, se detallarán cada uno de los métodos anticonceptivos.

Se describirá: la definición, mecanismo de acción, efectividad, ventajas y Desventajas.

4. Tipos de Métodos



4.1 Métodos anticonceptivos temporales

Hormonales

La persona facilitadora preguntara ¿ Saben ustedes cuales son los métodos anticonceptivos temporales ? Escuchará atentamente las participaciones y reafirmará los conocimientos con lo siguiente:

Los métodos temporales son aquellos que brindan protección anticonceptiva únicamente mientras la usuaria o el usuario los utiliza

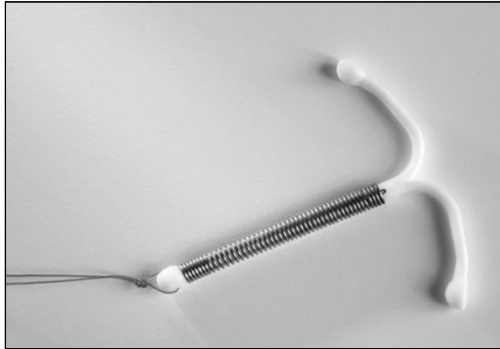
Presentación : Pastillas , inyecciones, implantes

Mecanismo de acción: Consiste en inhibición de la ovulación, y espesamiento del moco cervical.

Efectividad: Cuando el método se usa de una manera correcta y sistemática, la tasa de embarazo accidental es menor al 1%

No hay evidencia científica que actúan como abortivos

4. Tipos de Métodos



4.1 Métodos anticonceptivos temporales

Dispositivo Intrauterino de cobre

La persona facilitadora preguntara ¿ Conocen que es el DIU ? Escuchará atentamente las participaciones y reafirmará los conocimientos con lo siguiente:

Es un método temporal de planificación familiar que consiste en insertar un dispositivo dentro de la cavidad uterina.

Presentación :

El DIU es un pequeño dispositivo flexible con hilos que facilitan su colocación y extracción.

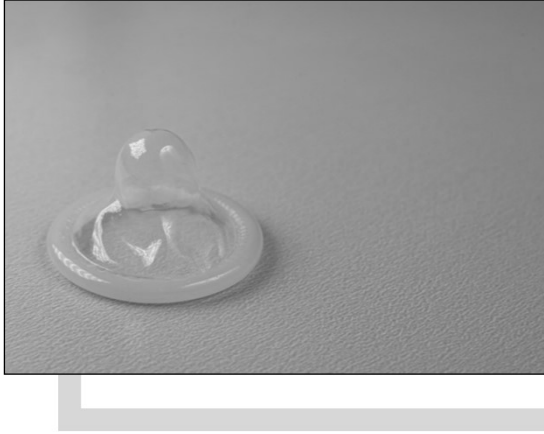
Mecanismo de acción: El cobre genera una reacción a cuerpo extraño ,lo que afecta la viabilidad y la motilidad de los espermatozoides, impidiendo la fecundación.

.Duración del efecto anticonceptivo: La protección anticonceptiva se inicia inmediatamente después de su inserción dura hasta 12 años

El dispositivo intrauterino es un método altamente efectivo

- **No hay evidencia científica que sustente que los DIU actúan como abortivos**

4. Tipos de Métodos



4.1 Métodos anticonceptivos temporales

Métodos de Barrera

Condón

La persona facilitadora preguntara ¿ Saben cuales son los métodos de barrera ? Escuchará atentamente las participaciones y reafirmará los conocimientos con lo siguiente:

Métodos de Barrera :

Definición: Son métodos temporales que impiden la unión del espermatozoide con el óvulo (fecundación).

Presentación : condones de látex

- Condón (masculino – femenino)

- **Mecanismo de acción:**

Impiden el paso de los espermatozoides hacia el aparato reproductor femenino por acción de una barrera física.

Efectividad: es del 85 al 95%. Si se usa correctamente la posibilidad de que falle disminuye.

4 . Tipo de métodos



4.2 Métodos anticonceptivos naturales

Métodos basados en el conocimiento de la fertilidad

La persona facilitadora pregunta : ¿ Conocen cuales son los métodos naturales ? Escuchará atentamente las participaciones y reafirmará los conocimientos con lo siguiente:

Conjunto de métodos basados en el conocimiento de los periodos fértiles e infértiles de la mujer

Métodos basados en síntomas

Método de la temperatura corporal basal

Método del moco cervical o Billings

Métodos basados en el calendario

Método del calendario (ritmo)

Método de los días fijos

Otros : Coito Interrumpido

Método de Lactancia y Amenorrea (MELA)

4. Tipos de método



4.3 Métodos anticonceptivos permanentes

- Esterilización femenina
- Esterilización masculina (vasectomía)

La persona facilitadora preguntara ¿ han escuchado sobre los métodos anticonceptivos permanentes? Escuchará atentamente las participaciones y reafirmará los conocimientos con lo siguiente:

Son aquellos que evitan de manera definitiva el embarazo y son recomendados para las personas que ya no desean tener más hijos; estos se efectúan de dos formas: la esterilización femenina y la esterilización masculina (vasectomía).

4.3 Métodos anticonceptivos permanentes



Esterilización quirúrgica femenina

La persona facilitadora preguntara :¿ En que consiste la esterilización femenina? Escuchará atentamente las participaciones y reafirmará los conocimientos con lo siguiente:

Es un procedimiento quirúrgico en el que las trompas de Falopio, que transportan el óvulo desde el ovario hasta el útero, se bloquean (se atan y se cortan, se cauterizan o se cierran con un anillo o grapa).

Momento de realización:

- Postparto
- Intervalo

Mecanismo de acción: El bloqueo de las trompas de Falopio evita que los espermatozoides se unan con el óvulo, evitando así la fecundación

4.3 Métodos anticonceptivos permanentes



Esterilización quirúrgica
masculina (vasectomía)

La persona facilitadora preguntará ¿ conocen este método anticonceptivo ? Escuchará atentamente las participaciones y reafirmará los conocimientos con lo siguiente:

- Es un método permanente que evita la fertilidad en el hombre. Es un procedimiento de cirugía menor de los conductos deferentes, con el fin de evitar el paso de los espermatozoides hacia el semen .
- **Mecanismo de acción:** El bloqueo de los conductos deferentes hace que el semen sea expulsado sin espermatozoides.
- **Duración del efecto anticonceptivo:** La vasectomía no es efectiva en forma inmediata, pueden encontrarse espermatozoides hasta 3 meses después del procedimiento, por lo cual se debe recomendar el uso de condón u otro método .
- **Hacer énfasis :** el procedimiento no afecta la virilidad del hombre, no dificulta la erección , ni la eyaculación .



5. Anticoncepción de emergencia (PAE)

La persona facilitadora explicara la Anticoncepción de emergencia:

No es un método anticonceptivo; deben usarse dentro de los primeros 5 días posteriores a una relación sexual sin protección para la prevención del embarazo, teniendo en cuenta que cuanto más pronto se tomen después de la relación sexual sin protección, más eficaces son.

Mecanismo de acción: El mecanismo principal, es la inhibición o postergación de la ovulación, impidiendo así la fecundación.

Las PAE no son efectivas una vez que ha ocurrido la fecundación, por lo que no tienen un efecto abortivo.



6. ¿Como se utilizan correctamente?

Se pregunta al pleno ¿ Saben cuál es la importancia de usar correctamente el método anticonceptivo ?

Escuchará atentamente las participaciones y reafirmará los conocimientos con lo siguiente:

Acudiendo al centro de salud esto permite que nos informemos del método mas idóneo a usar ,en que momento iniciar ,como es el mecanismo de acción ,que puede afectar la efectividad del método y en que momento dejar de usarlo cuando decida tener hijos, esto evitara un embarazo no planificado y el riesgo de contraer una infección de transmisión sexual.



7. Ventajas y desventajas

Preguntar a los participante ¿ Conocen las ventajas y desventajas de los Métodos anticonceptivos ?
Escuchará atentamente las participaciones y reafirmará los conocimientos con lo siguiente:

Ventajas :

Ayuda a prevenir un embarazo no planeado, Evita contraer infecciones de transmisión sexual (condón),
Regulan el ciclo menstrual, Disminuye el dolor, Reduce los cambios de humor, Disminuye el acné, Reduce el vello facial, Disminuye el riesgo del cáncer endometrial y ovárico, Disminuye los síntomas de endometriosis, Reduce los síntomas de amenorrea.

Desventajas

No protegen contra las infecciones transmitidas sexualmente ni el VIH (solo el condón), Pueden ser menos eficaces cuando se toman con ciertos medicamentos. Pueden retrasar el retorno de ciclos normales. Algunos deben tomarse todos los días, Solamente un profesional de la salud capacitado puede colocar y extraer los dispositivos .

**“ Planifica tu vida , no la dejes en manos del azar,
protégete , cuídate ”**

Acude a los establecimientos de salud del MINSAL ,ISSS

La persona facilitadora preguntara si hay dudas, comentarios o preguntas al respecto del tema. Escuchará y las solventará.

Dará lectura a la frase y fomentara la reflexión grupal.

Agradecerá e invitará a participar del siguiente momento.