

METODOS ANTICONCEPTIVOS

METODO

Diafragma

(Siempre debe ser usado con espermaticida)

EFECTIVIDAD

98% si es utilizado en forma adecuada.

DONDE ADQUIRIRLO

Con un médico, quien deberá tomar la medida exacta.

RIESGOS

Puede provocar calambres. El espermaticida puede causar irritación (cambiar de marca). Molestias en colon y recto si no es de la medida adecuada.

METODO

Condón

(Siempre debe ser usado con espermaticida)

EFECTIVIDAD

98% si es utilizado en la forma adecuada.

DONDE ADQUIRIRLO

En cualquier farmacia y en muchos supermercados.

RIESGOS

Puede causar irritación.

METODO

Esponja Contraceptiva

EFECTIVIDAD

83.4%

DONDE ADQUIRIRLO

Sólo con médicos que lo importen.

RIESGOS

Aún no ha sido suficientemente estudiada.

METODO

Dedal uterino

EFECTIVIDAD

87%

DONDE ADQUIRIRLO

Sólo con médicos que lo importen de Inglaterra.

RIESGOS

Peligro de infección si se deja puesto más de dos días.

METODO

Cremas y jaleas espermaticidas.

EFECTIVIDAD

Sólo sirven si se usan con diafragma o condón.

DONDE ADQUIRIRLO

En cualquier farmacia.

RIESGOS

Algunas contienen mercurio y pueden provocar daño a los riñones. Checar que no contengan este metal.

METODO

Ritmo y método Billings.

EFECTIVIDAD

Efectivo si la mujer aprende a reconocer su ciclo fértil y si su pareja está dispuesta a practicar la continencia periódica.

DONDE ADQUIRIRLO

Quien instruya a la mujer debe ser otra mujer que comparta con ella su experiencia.

RIESGOS

Alto riesgo de embarazo.

METODO

Píldora anticonceptiva.

EFECTIVIDAD

98%.

DONDE ADQUIRIRLO

En cualquier farmacia y en las clínicas de planificación familiar.

RIESGOS

Se ha relacionado a la píldora con ataques cardíacos, embolias pulmonares y cerebrales y flebitis (el riesgo es dos veces mayor para las fumadoras). Presión arterial alta, cáncer en el útero, diabetes, depresión, náusea, fatiga, vaginitis, problemas de la piel, aumento de peso, tumores en el hígado. También se le ha relacionado con infertilidad posterior a su uso.

Señales de alarma: migraña (dolor de cabeza intenso), dolor intenso en las piernas, inflamación de las piernas, visión borrosa o ceguera, dolor de pecho, sofocación, dolor de vientre, ictericia.

Reporte estos síntomas a su médico. Si no le hace caso, busque una médica feminista.

METODO

Dispositivo intrauterino.

EFECTIVIDAD

98.5%

DONDE ADQUIRIRLO

Con un médico o en las clínicas de planificación familiar.

RIESGOS

Puede ser expulsado sin que la mujer lo note, con lo que se acaba la protección. Puede provocar infecciones en el útero o en el área pélvica. El DIU puede encarnarse en el útero, consecuencias tan graves como la histerectomía (remoción de los órganos de la reproducción). Puede perforar el útero e incrustarse en otros órganos.

Señales de alarma: atraso en la menstruación, dolor de vientre, temperatura y escalofrío, flujo abundante o maloliente, sangrado o manchas en la ropa, menstruación abundante, coágulos.

METODO

Esterilización.

EFECTIVIDAD

100%

DONDE ADQUIRIRLO

En una clínica de planificación familiar o con un cirujano.

RIESGOS

Los mismos que cualquier intervención quirúrgica. No debe realizarse en mujeres que esperan tener hijos más adelante, ya que es irreversible.

METODO

Vasectomía.

EFECTIVIDAD

100% después de dos o tres meses de la intervención

DONDE ADQUIRIRLO

Con un cirujano o en una clínica de planificación familiar.

RIESGOS

Ninguno. No debe realizarse en hombres que esperan tener hijos más adelante, ya que es irreversible.

METODO

Norplant

EFECTIVIDAD

No ha sido suficientemente experimentado.

DONDE ADQUIRIRLO

En algunas clínicas de planificación donde se experimenta el producto.

RIESGOS

Puede tener los mismos riesgos que la píldora.