

## Anticonceptivos temporales

**Condón.** El más conocido es el condón masculino (figura 3.26), pero también hay un condón femenino. Ambos impiden el contacto del semen con la vagina. Se recomienda aún combinado con otros métodos ya que es el único que previene las ITS. Es una buena opción para adolescentes y jóvenes.

**DIU.** El dispositivo intrauterino (DIU) es un objeto de material plástico cubierto con cobre, que se libera en el interior del útero y dificulta el encuentro entre el espermatozoide y el óvulo, por lo cual disminuye la probabilidad de fecundación. Es una alternativa para mujeres con una vida sexual activa (figura 3.27).

**Espermicidas.** Se presentan en cremas, geles u óvulos vaginales. Permiten el contacto del semen con la vagina, pero inactivan a los espermatozoides impidiendo así su paso hacia el útero y las tubas ováricas donde ocurre la fecundación. Son una buena opción para jóvenes y adolescentes ya que pueden combinarse con otros métodos para aumentar la eficacia. Se recomienda su uso combinado con el condón. Es recomendable elegir condones que contengan espermicidas (figura 3.28).

**Ritmo.** Se considera natural porque no se requieren dispositivos ni sustancias, ya que se basa en la suspensión de relaciones sexuales durante los días fértiles de la mujer, es decir, durante la ovulación, que suele ocurrir alrededor del día 14 si la mujer presenta un ciclo regular de 28 días. Sin embargo, muchas mujeres presentan ciclos irregulares, por lo que el método del ritmo para ellas es poco eficaz (figura 3.29). Se recomienda a parejas que no desean usar otros métodos por razones de salud o ideológicas.

**Coito interrumpido.** Consiste en retirar el pene de la vagina antes de la eyaculación. No se recomienda porque antes de eyacular se libera un líquido preeyaculatorio que generalmente contiene espermatozoides.

**Hormonales.** Son aquellos que contienen hormonas que impiden la ovulación. Se presentan como pastillas, parches anticonceptivos o inyecciones (figura 3.30). Se recomiendan a mujeres con vida sexual activa.

**Píldora del día siguiente.** Formulada a base de hormonas en mayor dosis que la píldora habitual, debe tomarse antes de 72 horas después del coito si no se usó un anticonceptivo, si el condón se rasgó o cuando se ha sido víctima de violación o de abuso sexual. Mientras más pronto se tome después del **coito**, más eficaz será. Sin embargo, si se utiliza como método habitual, perderá eficacia.



**Figura 3.28** Los espermicidas se aplican en la vagina entre 5 y 20 minutos antes del coito. Algunos condones contienen espermicidas.



**Figura 3.29** Los métodos naturales son una opción, pero se recomienda combinarlos con el condón y/o espermicidas, ya que su eficacia es baja.

En un ciclo de 28 días, la ovulación ocurre alrededor del día 14 (lo marcado con azul corresponde a los días fértiles).



**Figura 3.30** Los anticonceptivos hormonales deben ser prescritos por un médico.

### Glosario Coito

Es la introducción del pene en la vagina.