



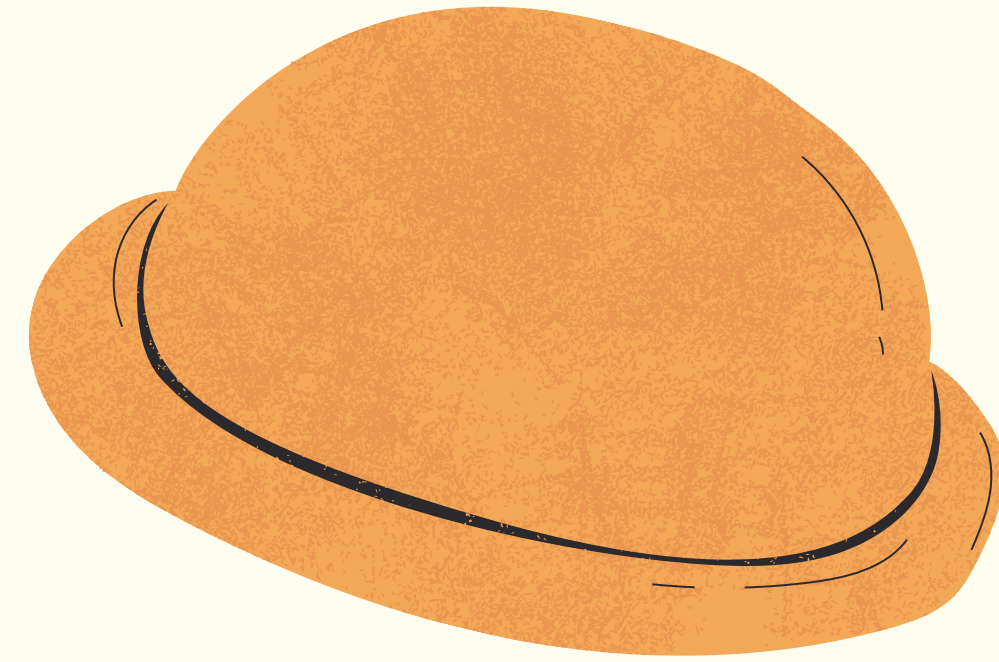
Métodos profilácticos e anticonceptivos

Marta, Manuel, Irene, Marcos, Mariloli e Estela.

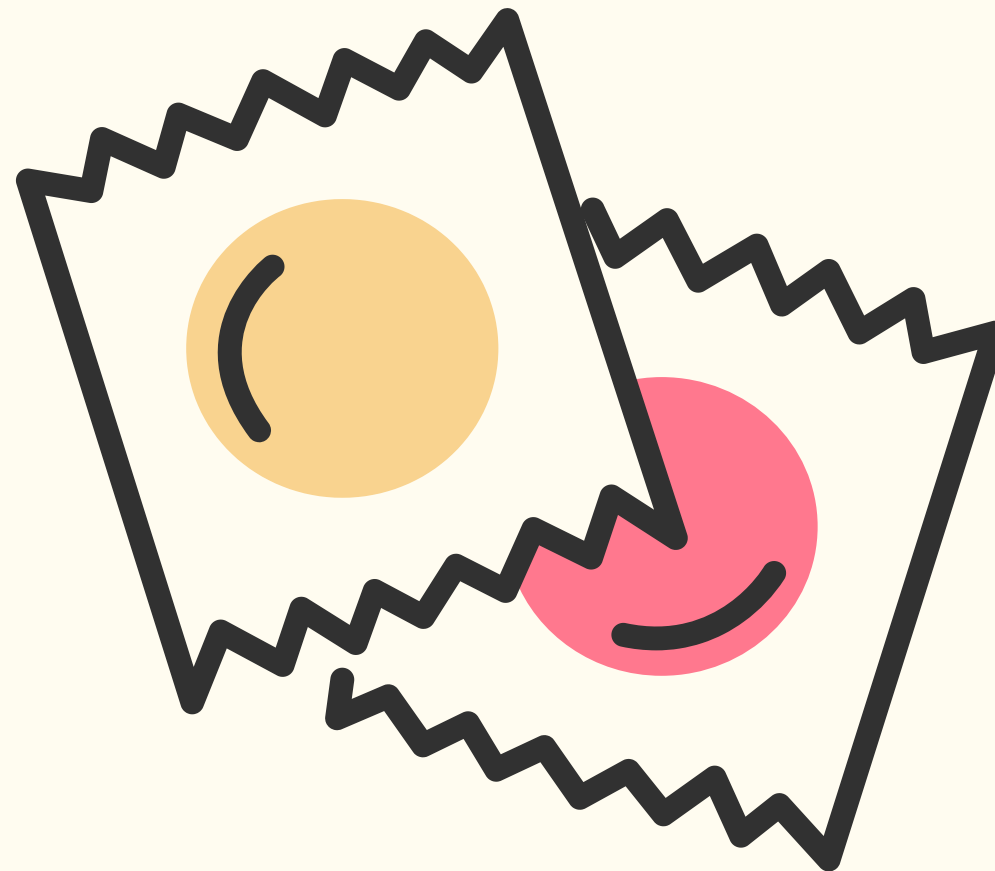
ÍNDICE

- Métodos de barrera :Páx 3
 - 1.Preservativos P.4
 2. Diafragma P.9
- Métodos hormonal e químicos: Páx 13
 - 1.Anel vaginal P.14
 - 2.Píldora anticonceptiva P.15
 - 3.Parches anticonceptivos P.16
 - 4.Implante subdérmico P.17
 - 5.minipíldora P.18
 - 6.píldora trifásica P.19
 - 7.inyección P.21
 - 8.DIU P.23



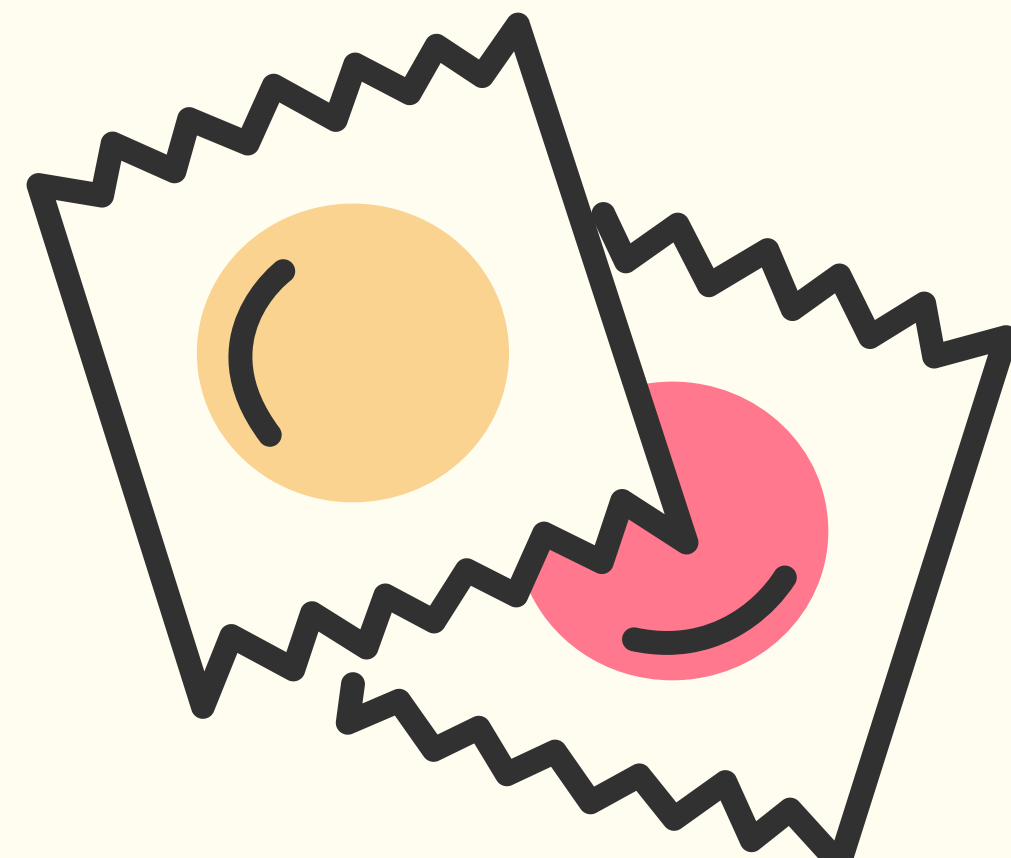


MÉTODOS DE BARREIRA



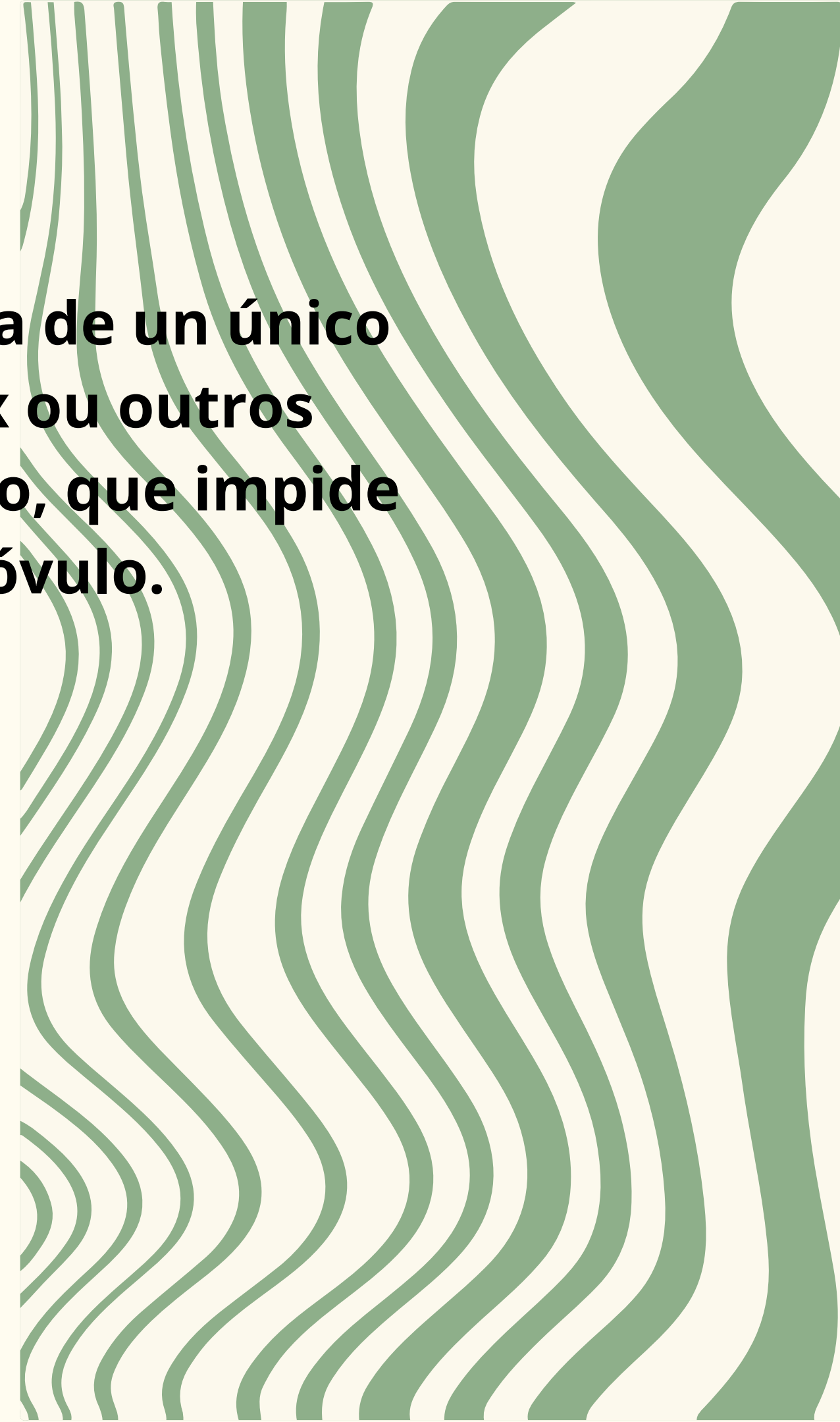


PRESERVATIVOS MASCULINOS E FEMENINOS



QUE SON?

Son un método anticonceptivo de barrera de un único uso, que consiste nunha funda de látex ou outros compoñentes sintéticos, como poliuretano, que impide a chegada do espermatozoide ao óvulo.



Que tipos de preservativos hai?

Existen dous tipos de preservativos: os masculinos e os femeninos



Preservativo masculino



Preservativo femenino



Preservativo masculino

Consiste nunha funda de látex ou poliuretano,
axustado ao pene cun pequeno depósito no
extremo pechado

E ten entre un 85% e 98% de efectividade



PRESERVATIVO FEMININO

O preservativo feminino consiste nunha funda transparente de poliuretano ou nitrilo, con dous aneis flexibles en ambos os extremos, un no interior que permite a colocación dentro da vaxina e outro dun diámetro mais grande que permanece no exterior da vaxina cubrindo os xenitais externos da muller.



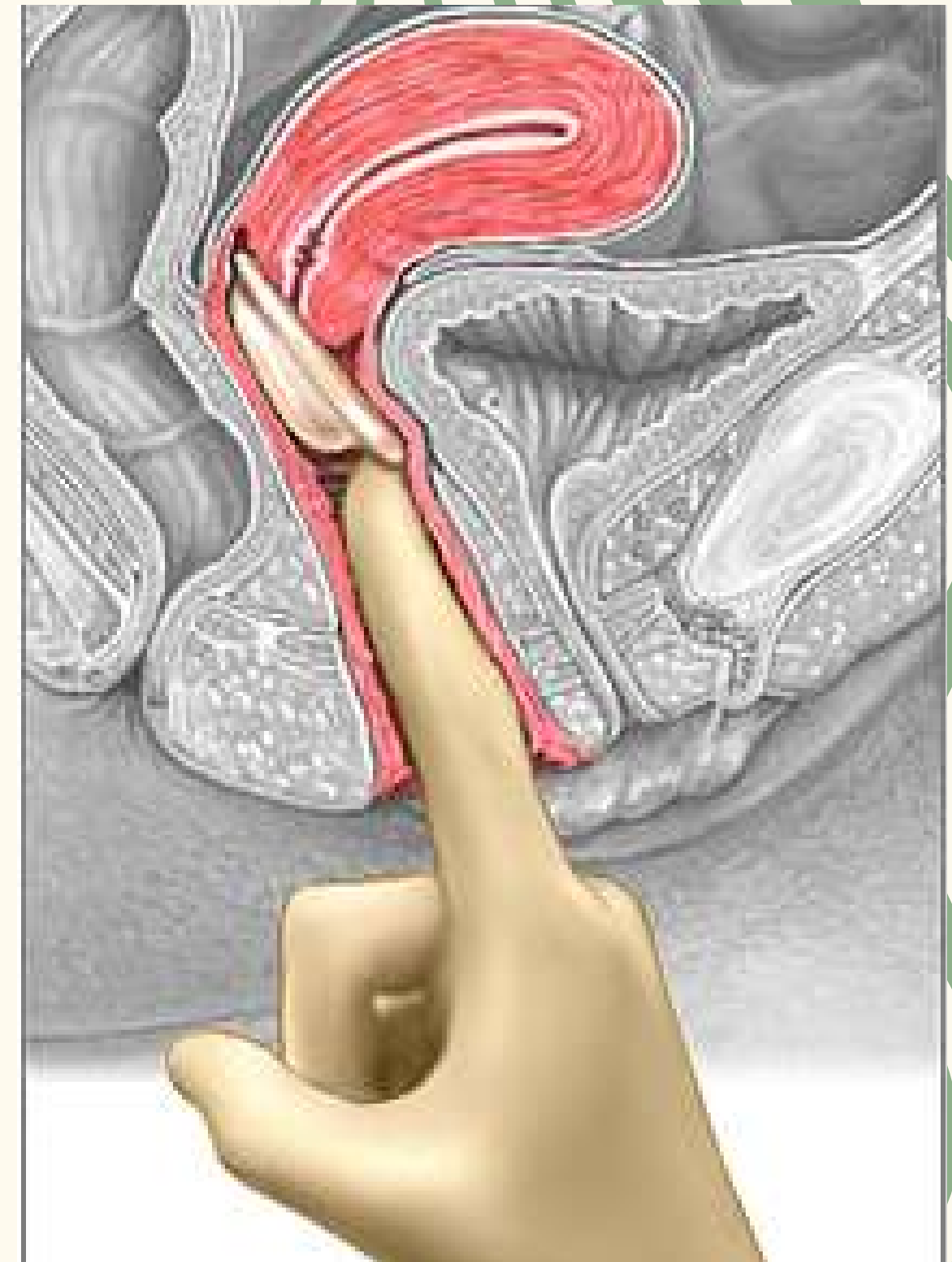
Diafragma, método anticonceptivo



Este método é un capuchón de látex ou de silicona que cobre o colo do útero e este emprégase coa crema espermicida para aumentar a súa eficiencia. Ten unha eficacia do 84% - 94%. Como é de saber, hai diferentes tamaños, Hai que facer anteriormente una exploración xinecolóxica para saber o tamaño que se necesita para que se adapte ben á vaxina da muller. Non protexe de ETS.

Normas de uso

Pódese poñer 6h antes do coito, Primeiro, aplícase crema espermicida nas dúas caras antes de cada uso. Hai que estar nunha posición cómoda, ben sexa agachada, apoiando o pé nalgún lugar... Hai que abrir os labios da vulva e con outros dedos meter o obxecto empurrándoo cara o fondo. Comprobamos se o colo uterino queda tapado e botarlle a crema espermicida cada 1h se se leva máis tempo. Non lavar os xenitais con xabón ata despois de 6h do último coito. Despois de sacalo, lavalo ben con xabón e auga.



Extracción, cuidados e desventajas

Extracción

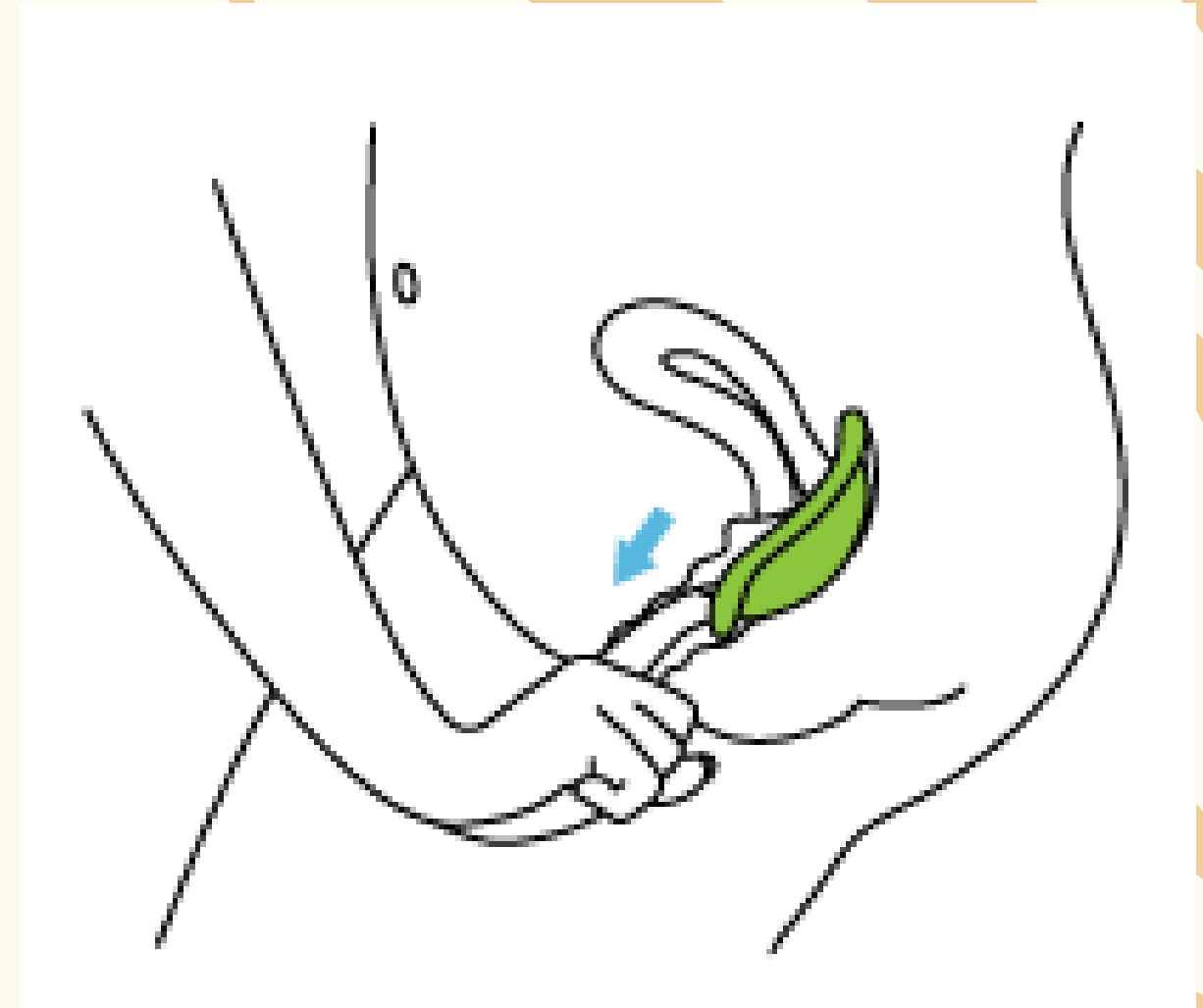
Introducir o dedo índice na vaxina e enganchar o bordo do diafragma e tirar del cara a abaixo e cara fóra.

Cuidados para a súa duración

Lavalo con xabón e e auga morna, secalo e gardalo na súa caixa lonxe da calor. Non aplicarlle vaselina, desinfectantes, deterxentes... Revisalo cunha luz por se ten furados antes de usalo.

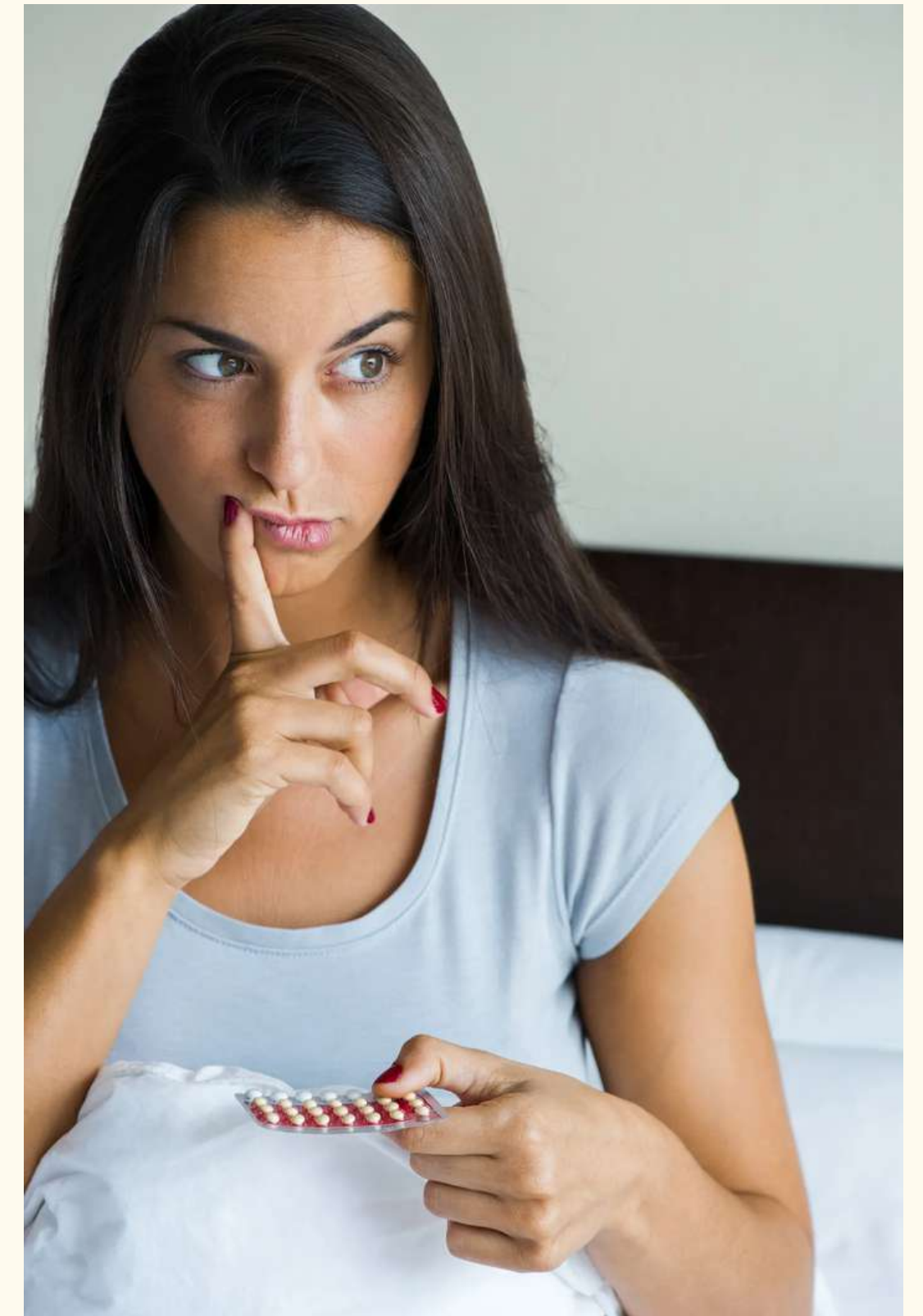
Desventajas

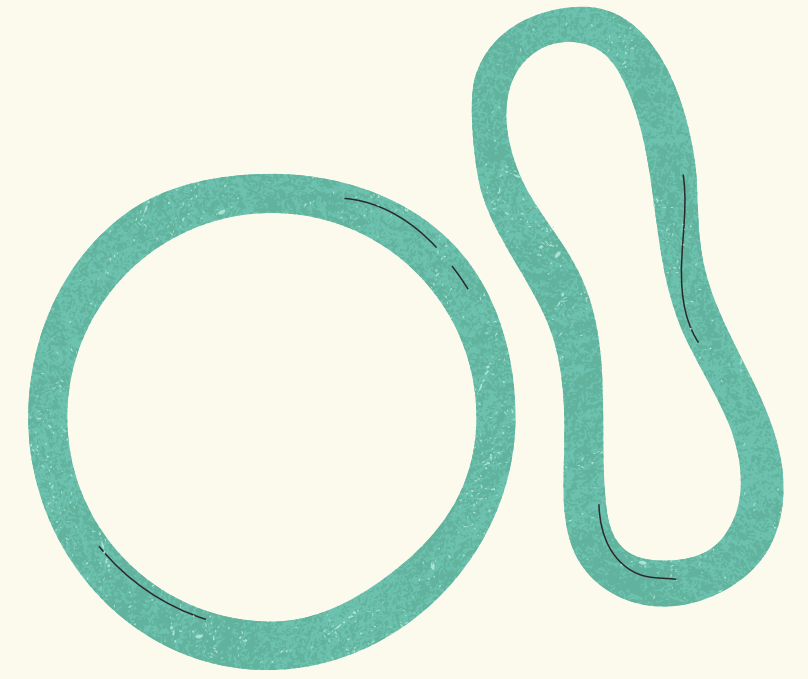
Hai que usalo cada vez que se ten sexo, é difícil usalo de maneira correcta, a espermicida pode ter efectos secundarios e o tamaño importa



SITUACIONES	RISCO DE FALLO	ACTUACIÓN
Atrasar a toma menos de 12h	NON	Tomalas continuamente e antes de pasar as 12h
Atrasar a toma máis de 12h	SI	Tomala canto antes, continua a toma e usa preservativo os próximos 7 días
Vomitarse antes dunha hora dende a toma	SI	Tomala cando ceda o malestar
Ter vómitos/náuseas e diarrea máis de 12h	SI	Suspendela hasta que ceda o proceso, usar preservativo ata reiniciar a toma e comezar dende 0
Toma de medicamentos como antiepilépticos, rifampicina...	SI	Informa ó médico, pode diminuír a eficacia anticonceptiva
Toma de medicamentos como antibióticos, analxésicos, antidepressivos...	NON	Continua coas píldoras como de costume

Que facer se...





Métodos hormonais e químicos



Anel Vaxinal

Anticonceptivo hormonal

Este metodo é moi eficaz, do 92 ao 99,7%.
Ten hormonas similares as dos ovarios.
Suprime a ovulación.
Existe de forma oral e transdérmica.
Ponse durante 3 semanas e unha de descanso,
nesta semana non existe risco de embarazo.
Os efectos secundarios son leves durante os
primeiros meses ,despois van desaparecendo.



píldora anticonceptiva



A píldora é un medicamento que contén diversas hormonas, e se utiliza como anticonceptivo, para evitar o embarazo. Ten unha eficacia do 99,9%.

COMO A USAR?

Comezas a tomar a píldora o primeiro día da regra e, a partir de aí, tomas unha diaria (que convén que sexa sempre nun mesmo momento do día), ata completar os 21 días. Logo descansas 7 días e volves a comezar outro envase. Neste proceso, é habitual ter hemorraxias no tempo de descanso, que é como una regra normal.



Parches anticonceptivos

Anticonceptivo hormonal

A súa eficacia é do 92 ata o 99,7%..

Suprime a ovulación.

Transmítese de forma oral o transdérmica.

Ponse durante 3 semanas e unha semana de descanso, nesta semana non existe risco de embarazo.

Ten efectos beneficiosos e efectos secundarios moi comúns: reduce a menstruación, reduce o acne, protexenos de cánceres xinecolóxicos...

Podense poñer na parte superior do brazo e no abdome, xunto o ombligo.

IMPLANTE SUBDÉRMICO

O implante subdérmico trátase dunha especie de barriña moi delgada que se insere na cara interior do brazo. Os seus efectos son os mesmos cós do resto dos métodos hormonais de proxestáxenos. A súa duración activa vai dende os 3 ata os 5 anos dependendo do tipo: 3 anos os Implanon® e 5 anos os Jadelle®.



Minipíldora ou píldora de progestáxeno só



É un método reversible, seguro para a saúde e moi eficaz. A súa eficacia é do 92% - 99,7%.

Contén unha hormona similar á proxesterona que é producida nos ovarios. O seu mecanismo de acción é suprimir a ovulación e espesar o moco cervical. Adminístrase a hormona de forma continua provocando a maioría das veces un cambio do patrón de sangrado é unha característica deste método: ausencia da regra, regras máis espaciadas, sangrados escasos e/ou prolongados e sangrados impredecibles.

Normas de uso e efectos secundarios

Normas de uso

Comeza pola primeira píldora o primeiro día da regra, toma unha todos os días, convén que se tome no mesmo momento do día, cando remates un envase empeza outro de maneira ininterrompida .

Efectos secundarios

- Náuseas ou vómitos, eso sucede pola vía oral, poden mellorar se se toma antes de durmir ou na comida.
- Aumento de peso, ocorre co inxectable trimestral. Hai que coidar a dieta e facer exercicio.





píldora trifásica

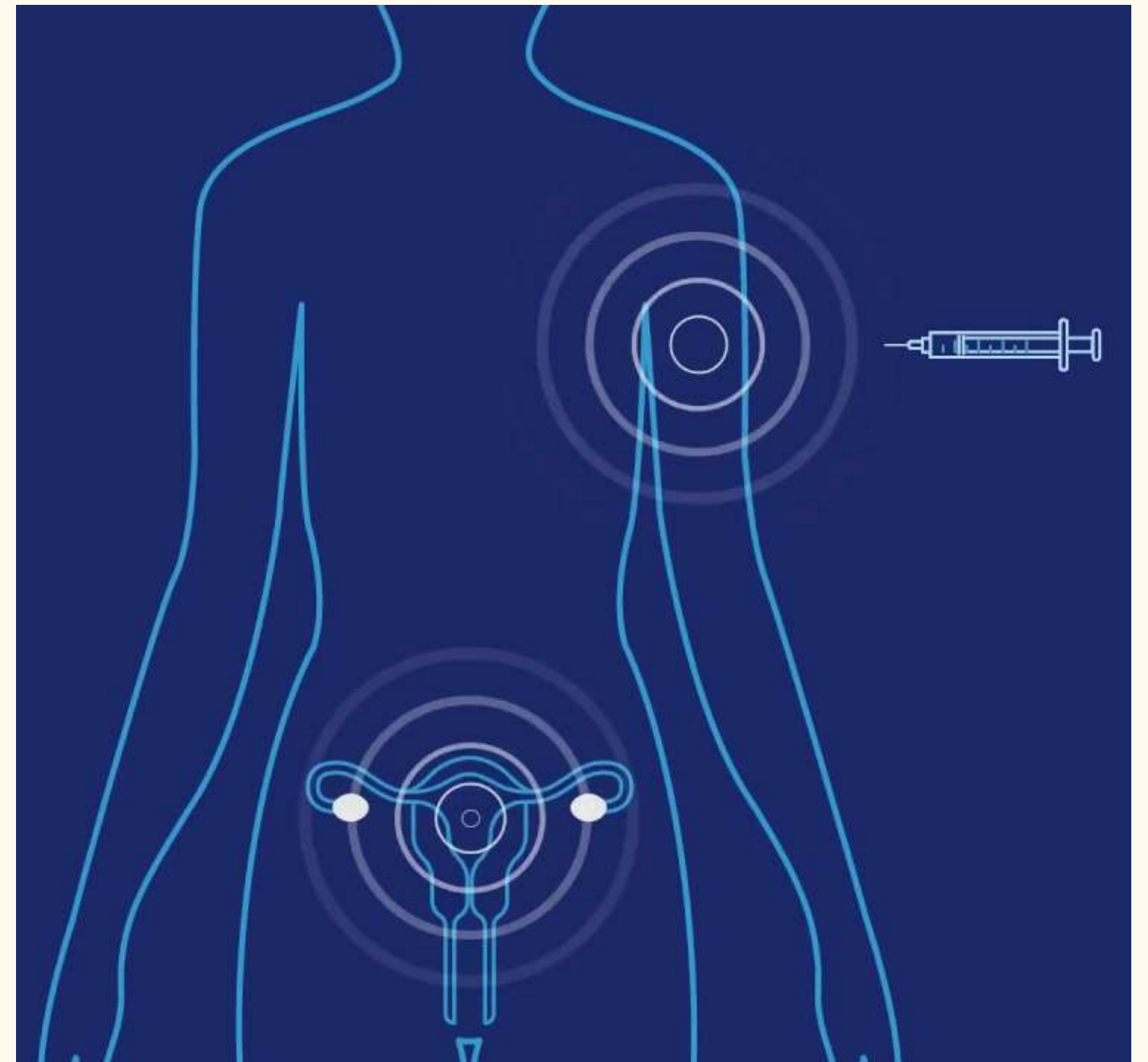
É unha píldora similar ás demais pero de doses baixas é cun balance hormonal suave que imita o ciclo fisiolóxico das mulleres.

Está considerado como altamente eficaz e moi seguro. Ten alta efectividade, efectos secundarios reducidos e o ciclo hormonal restablécense rapidamente si deixan de utilizarse.

Ademais non protexen de enfermidades de transmisión sexual, require de un uso diario e non todas as mulleres poden utilizalas.

A INXECCIÓN

O seu mecanismo de acción é suprimir a ovulación e esperar o moco cervical. Hai diferentes tipos e cada un contén in tipo de xestáxeno, nesta parte imos falar sobre a inxección que se administra intramuscularmente producindo un cambio de patrón de sangrado menstrual. Poden provocar efectos secundarios como: dor de cabeza, dor das mamas, alteración do carácter, acne, náuseas e/ou vómitos e aumento de peso. A primeira inxecciónponse entre o 1º e o 5º día da regra, a seguinte inxecciónponse aos 3 meses da anterior.



DIU LIBERADOR HORMONAL E DE COBRE

¿Qué son e diferencias?

É un aparello que depositase no útero para previr o embarazo, este solta unha pequena cantidade de proxesterona. A diferenza entre o DIU hormonal e o de cobre, é que este último evita o embarazo polo efecto espermicida do cobre. O tempo de uso depende da idade e do modelo, e ten unha eficacia de máis do 99%

Normas de uso

- Nos 3 días despois da inserción non introducir tampóns nin ter relacións con penetración vaginal.
- Observar as compresas por se chegarase a expulsar.
- Facer unha revisión co médico unha vez ao mes.
- Apuntar os cambios da menstruación.

É importante:

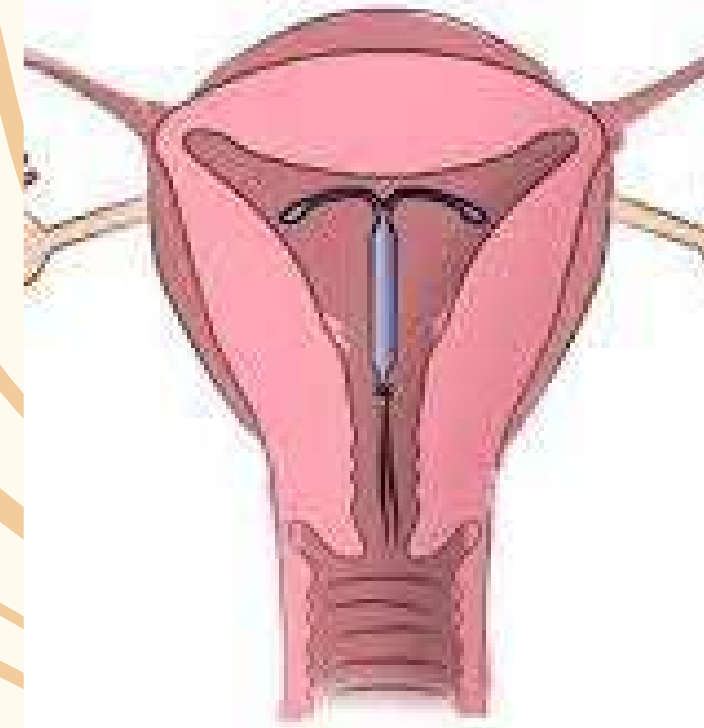
Debes saber:

- So o pode colocar un profesional.
- Colocase entre o 1º e 7º día da regra
- É efectivo dende o día da colocación.
- Mellora a dor menstrual.
- A regra pode volverse irregular co tratamento e ter cambios como aumento de peitos debido a retención de líquidos
- A maior complicación é a expulsión do DIU
- Se chega a suceder, avise de urxencia a calquera centro de saúde.

Consultar ao médico se hai algún sintoma extraño.

Non prevee as enfermidades de transmisión sexual

hormonal



De cobre



FM