

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

La elección de un anticonceptivo depende de muchos factores, entre ellos la edad, la salud del cliente, el deseo del compañero o compañera de participar en la planificación familiar, el comportamiento sexual de la pareja y un examen cuidadoso de las ventajas y contraindicaciones que implica usar un método de contracepción.

El embarazo es un peligro para la salud de las mujeres menores de 18 años, pues ellas aún están creciendo y no están físicamente preparadas para la maternidad. Por eso, se debe brindar educación sexual a los jóvenes y adolescentes a fin que ellos y ellas retarden el inicio de la primera relación sexual y cuando se inicien sexualmente lo hagan ejerciendo su sexualidad responsablemente.

Muchos de los métodos anticonceptivos más accesibles y más conocidos por los adolescentes requieren una buena comunicación. Estos métodos pueden ser: los preservativos o condones, la píldora, la abstinencia periódica y el método del ritmo.

El condón es uno de los métodos más usados por los jóvenes y adolescentes, para su uso se debe tener en cuenta los siguientes pasos:

- ✓ En primer lugar observar en el reverso del sobre, que contiene el preservativo, el año de fabricación y sumarle 5 años, tendremos como resultado el año de expiración del condón, por lo tanto se sabrá si el condón está en condiciones de usarlo.
- ✓ Romper con las yemas de los dedos el empaque por uno de los extremos, nunca por la mitad.
- ✓ Colocar el condón sobre el pene erecto, desenrollándolo hasta cubrirlo por completo, ajustando la punta del condón para desalojar el aire, ahí se depositará el semen.
- ✓ Usarlo durante la relación.
- ✓ Sujetar la base del pene para retirar el condón antes que termine la erección.
- ✓ Desechar el condón empleado, arrojarlo al tacho de basura, nunca en el sanitario.

El condón es eficaz como anticonceptivo o como medida preventiva de las infecciones de transmisión sexual (ITS), no obstante existe un alto porcentaje de embarazos no deseados y de estas infecciones. Los datos disponibles indican que generalmente el responsable de los embarazos no deseados y de las infecciones no es el condón sino el usuario.

Para una mayor protección, el hombre puede usar el condón y su pareja un óvulo. Este último actuará como una barrera química, inmovilizando a los espermatozoides e impidiendo que estos alcancen el óvulo. Debe ponerse una nueva dosis por cada coito que se tenga y no debe hacerse ningún lavado vaginal hasta 6 horas después, para dar tiempo a que el óvulo tenga efecto.

Otros métodos anticonceptivos son: las píldoras, pequeñas pastillas que se toman diariamente; las inyecciones, que evitan el embarazo de un mes a 3 meses; la T de cobre, que es insertada dentro del útero pudiendo la mujer evitar el embarazo hasta por 10 años.

El uso de métodos anticonceptivos requiere la supervisión de un profesional médico. Es evidente que la planificación familiar ofrece grandes beneficios a las mujeres, en países en desarrollo, las complicaciones relacionadas con el embarazo y el parto son causa frecuentes de muerte.