



PLANIFICACIÓN FAMILIAR

Planificación familiar es el conjunto de prácticas que pueden ser utilizadas por una mujer, un hombre o una pareja de potenciales progenitores, orientadas básicamente al control de la reproducción mediante el uso de métodos anticonceptivos y naturales en la práctica de relaciones sexuales.

El control o planificación familiar puede tener como objetivo engendrar o no descendientes y, en su caso, decidir sobre el número de hijos, el momento y las circunstancias sociales, económicas y personales en las que se desea tenerlos.

También se incluye dentro de la planificación familiar la educación de la sexualidad, la prevención y tratamiento de las infecciones de transmisión sexual, el asesoramiento antes de la fecundación, durante el embarazo y el parto, así como el tratamiento de la infertilidad, mediante técnicas de reproducción asistida.

La finalidad última 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
- ▶ El tamaño de la familia según las posibilidades
- ▶ Programación de los nacimientos

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha establecido recomendaciones en relación a los criterios médicos para elegir el uso de uno u otro método anticonceptivo. Los criterios han sido desarrollados por la OMS junto con grupos, organizaciones e individuos de todos los continentes del mundo. Estos criterios pretenden garantizar que las mujeres y los hombres de todo el mundo tengan acceso a servicios de planificación familiar seguros y de alta calidad.

1. Métodos de barrera

- ❖ **Preservativo:** Es una funda fina elástica para cubrir el pene durante el coito, a fin de evitar la fecundación y el contagio de enfermedades de transmisión sexual.
- ❖ **Diafragma:** Consiste en un arco metálico flexible con una membrana de látex, se inserta en la

vagina e impide el paso de los espermatozoides hacia el útero.

2. Métodos hormonales

- Anillo vaginal
- Píldora anticonceptiva
- Anticonceptivo subdérmico
- Píldora trifásica
- Parches anticonceptivos
- Hormonas inyectables

3. Métodos anticonceptivos permanentes

- Ligadura de trompas
- Vasectomía
- Histerectomía: extracción del útero o matriz. No se considera un método anticonceptivo, aunque esta operación impida la concepción.

4. Método natural

Millones de personas alrededor del mundo usan métodos naturales y millones más lo harían si estuvieran a su disposición. Mundialmente, de las mujeres casadas que están usando alguna forma de planificación familiar, aproximadamente el 15% declara estar usando una forma de abstinencia periódica. Sin embargo, solo un porcentaje muy bajo de estas parejas está en realidad usando un método natural correctamente.

Las mujeres y parejas que usan métodos naturales frecuentemente citan varias ventajas:

- No tienen consecuencias como en el caso de los métodos anticonceptivos.
- Algunas personas los prefieren por razones religiosas o culturales.
- El Método de días fijos TM es un método nuevo y sencillo basado en el conocimiento de la fertilidad. Se basa en una «fórmula fija» o una fase fija de fertilidad que le facilita a las mujeres saber cuándo

tienen probabilidades de quedar embarazadas.

- El hecho de que no involucra cálculo ni observación alguna de señales de fertilidad hace que el Método de días fijos sea fácil de enseñar para los proveedores de servicios y de usar para las parejas.
- Un estudio internacional realizado en Bolivia, Perú y las Filipinas determinó la efectividad del Método de días fijos, concluyendo que su tasa de eficacia es de más del 95% cuando se usa correctamente.
- Para las mujeres cuyos ciclos menstruales duran de 26 a 32 días, los días 8 al 19 de sus ciclos es cuando existe la posibilidad de un embarazo. Durante todos los demás días hay muy pocas probabilidades de embarazo.



Collar del ciclo TM

INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ITS)

Las ITS son infecciones que se propagan principalmente de persona a persona a través de contactos sexuales. Hay más de 30 bacterias, virus y parásitos

diferentes transmisibles por vía sexual. Algunos, en particular el VIH y los treponemas causantes de la sífilis, también se pueden transmitir de la madre al hijo durante el embarazo y el parto, así como a través de las transfusiones de productos sanguíneos y los trasplantes de tejidos.

Las ITS son causadas por bacterias, virus y parásitos. A continuación figuran algunos de los microorganismos más frecuentes y, entre paréntesis, las enfermedades que causan.

1. Bacterias

- ❖ *Neisseria gonorrhoeae* (gonorrea o infección gonocócica)
- ❖ *Chlamydia trachomatis* (clamidiasis)
- ❖ *Treponema pallidum* (sífilis)
- ❖ *Haemophilus ducreyi* (chancroide)
- ❖ *Klebsiella granulomatis*; antes llamada *Calymmatobacterium granulomatis* (granuloma inguinal o donovanosis)

2. Virus

- ❖ Virus de la inmunodeficiencia humana (sida)
- ❖ Virus del herpes simple de tipo 2 (herpes genital)
- ❖ Papilomavirus humanos (verrugas genitales y, en el caso de algunos tipos de estos virus, cáncer del cuello del útero en la mujer)
- ❖ Virus de la hepatitis B (hepatitis, que en los casos crónicos puede causar cáncer de hígado)
- ❖ Citomegalovirus (inflamación de diferentes órganos, como el cerebro, los ojos y los intestinos)

Retroalimentación

1. ¿Qué es una ITS?

2. ¿Para qué nos sirve la planificación familiar?

3. Menciona algunos métodos anticonceptivos.

4. ¿Cuáles métodos naturales existen?

Trabajando en clase

► Escribe la definición de cada método anticonceptivo.

a) **Preservativo:**

b) **Diafragma:**

c) **Vasectomía:**

Uso de anticonceptivos

El uso de anticonceptivos ha aumentado en muchas partes del mundo, especialmente en Asia y América Latina, pero sigue siendo bajo en el África subsahariana. A escala mundial, el uso ha aumentado desde un 54% en 1990 a un 63% en 2007. A escala regional, la proporción de mujeres casadas de entre 15 y 49 años de edad que usan algún método anticonceptivo ha aumentado mínimamente entre 1990 y 2007, de 17% a 28% en África, de 57% a 67% en Asia, y de 62% a 72% en América Latina y el Caribe. En cada región es notable la variación entre países.

El uso de métodos anticonceptivos por los hombres representa una proporción relativamente pequeña de las tasas de prevalencia mencionadas. Los métodos masculinos se limitan a la esterilización (vasectomía), los condones y el coito interrumpido. A nivel mundial, un 11,3% de las mujeres en edad fecunda informan que dependen de alguno de estos métodos en su matrimonio o unión formal; también hay grandes variaciones entre regiones y países.

La necesidad insatisfecha de anticoncepción en las mujeres casadas está disminuyendo, pero sigue siendo alta. En África, no usan anticoncepción un 22% de las mujeres casadas que podrían quedar embarazadas; esta cifra representa un descenso mínimo por comparación con el de diez años atrás (24%). En Asia y América Latina y el Caribe –regiones donde la prevalencia del uso de anticonceptivos– es relativamente alta.

Responde las siguientes preguntas:

1. ¿En qué lugares ha aumentado el uso de anticonceptivos?

2. ¿Quiénes representan la menor cantidad de personas que usan anticonceptivos?

3. ¿Cuáles son los métodos más usados por varones?

Verificando el aprendizaje

1. Es un método anticonceptivo de barrera.
 - a) Píldora trifásica
 - b) Anillo vaginal
 - c) Preservativo
 - d) Ligadura de trompas
 - e) Vasectomía
2. Señala un método anticonceptivo hormonal.
 - a) Preservativo
 - b) Diafragma
 - c) Ligadura de trompas
 - d) Vasectomía
 - e) Píldora anticonceptiva
3. Es un conjunto de prácticas realizadas por una pareja de potenciales progenitores orientados al control de la reproducción humana.
 - a) Orientación vocacional
 - b) Planificación familiar
 - c) Seguridad ciudadana
 - d) Educación y formación sexual
 - e) Orientación terapéutica
4. Señala un método anticonceptivo natural.
 - a) Preservativo
 - b) Diafragma
 - c) Días fijos TM
 - d) Inyecciones
 - e) Píldora
5. ¿Para qué tipo de mujeres es recomendable el método anticonceptivo natural?
 - a) Irregulares
 - b) Regulares
 - c) Infectadas
 - d) Estériles
 - e) Inmunes
6. ¿Qué son las ITS?
 - a) Enfermedades
 - b) Infecciones
 - c) Trastornos
 - d) Recursos
 - e) Patologías
7. ¿Cómo se transmite una ITS?
 - a) Comiendo
 - b) Por inyecciones
 - c) Por contacto sexual
 - d) Conversando
 - e) Por picaduras de insectos
8. Es una ITS causada por una bacteria:
 - a) VIH
 - b) Sida
 - c) Herpes
 - d) Gonorrea
 - e) Hepatitis
9. Es una ITS causada por un virus:
 - a) Sífilis
 - b) Gonorrea
 - c) VIH
 - d) Clamidiasis
 - e) Donovanosis
10. Infección que puede ser transmitida por contacto sexual, de madre a hijo, transfusiones y trasplantes.
 - a) Hepatitis
 - b) Gonorrea
 - c) Clamidiasis
 - d) VIH
 - e) Chancro