

Facultad de Ciencias de Salud

Salud Integral

Paternidad y
maternidad responsable

ÍNDICE

1. Proyecto de vida
2. Paternidad responsable
3. Requisitos para lograr una paternidad responsable
4. Planificación familiar
5. Selección de un método anticonceptivo
6. Decisiones sobre la anticoncepción
7. Selección del método anticonceptivo
8. Preguntas que se deben hacer antes de elegir un método anticonceptivo
9. Fisiología del ciclo menstrual
10. Ciclo menstrual normal
11. Métodos naturales
12. Métodos de barrera
13. ¿Cómo se coloca el condón masculino?
14. ¿Cómo se coloca el condón femenino?
15. Métodos químicos
16. Métodos hormonales
17. Implantes subcutáneos
18. Dispositivos intrauterinos
19. Métodos de esterilización
20. Pastilla de emergencia





COMPETENCIA



Construye una visión integral de la sexualidad con la finalidad de cuidar la salud tomando en cuenta información fundamentada que le permita toma de decisiones y prácticas responsables relacionadas a la salud sexual y reproductiva.





CONTEXTO

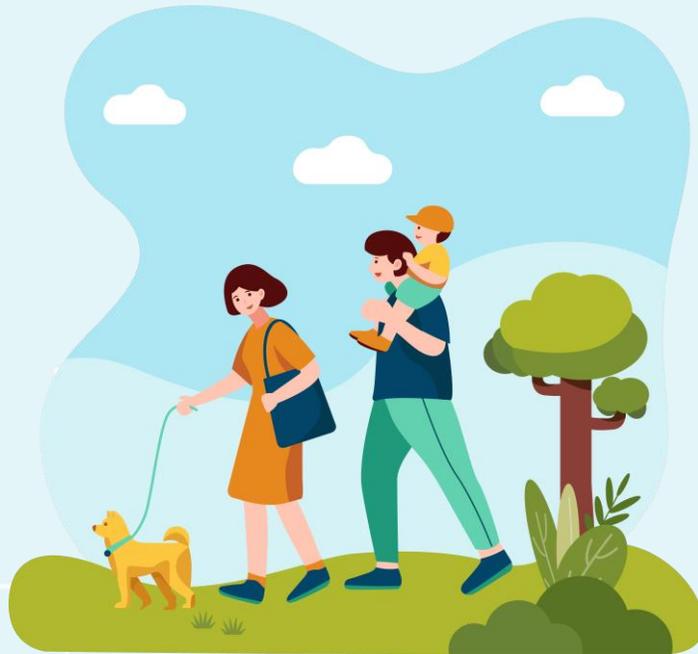


PROYECTO DE VIDA

- Plan personal a largo plazo que se piensa seguir a lo largo de los años
- Se establecen objetivos y propósitos que permiten la realización personal
- Se establece en orden vital de prioridades, valores y expectativas odio.



PATERNIDAD RESPONSABLE



Los padres actúan como proveedores de vivienda, alimentación, educación, salud y vestido a sus hijos, sino, además, tienen la responsabilidad de brindarles amor, amistad, tiempo y protección.

REQUISITOS PARA LOGRAR UNA PATERNIDAD RESPONSABLE

- Independencia emocional
- Autonomía financiera
- Estabilidad espiritual
- Integración familiar



¿Estoy preparado para ejercer mi paternidad de manera responsable?

¿Construyo mi proyecto de vida con actos responsables?



PLANIFICACIÓN FAMILIAR

- a) Reduce la mortalidad materna y mejora la salud de las mujeres, ya que previene los embarazos no deseados y los de alto riesgo, disminuyendo así la práctica de abortos realizados en condiciones de riesgo.
- b) Beneficia en particular a ciertos grupos de mujeres: las menores de 18 años y las mayores de 35, con más de cuatro hijos o con problemas de salud.
- c) Mejorando el acceso a los servicios de planificación familiar se puede ayudar a las mujeres a evitar embarazos no deseados, muchos de los cuales terminan en un aborto sin garantías de seguridad. Estos abortos pueden causar afecciones graves e incluso la muerte.
- d) Como las mujeres aportan un apoyo emocional, físico y económico al entorno familiar, la muerte de una madre constituye uno de los acontecimientos más traumáticos que puede experimentar una familia.

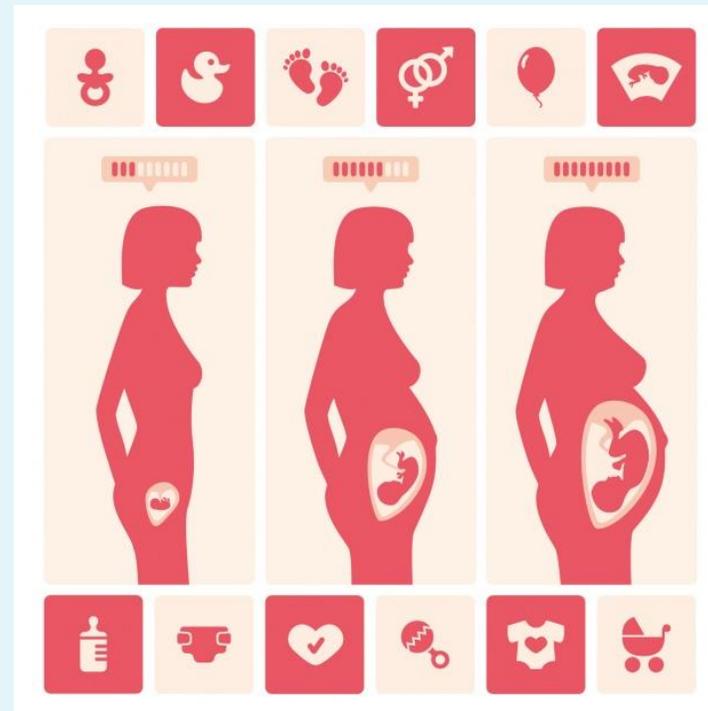
SELECCIÓN DE UN MÉTODO ANTICONCEPTIVO



- a) Todas las mujeres tienen derecho a seleccionar y usar el método anticonceptivo que mejor satisfaga sus necesidades.
- b) En la medida en que la mujer va pasando de una etapa a otra en su vida reproductiva, sus necesidades en cuanto a anticoncepción y su estado de salud pueden ir cambiando.
- c) No todos los métodos son igualmente aceptables en las diferentes etapas de la vida de una mujer

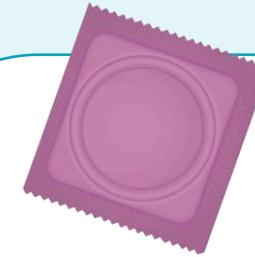
DECISIONES SOBRE LA ANTICONCEPCIÓN

- Hay muchos factores que deben tomarse en cuenta al escoger un anticonceptivo
- La elección no es un proceso meramente racional, los sentimientos y las emociones desempeñan un papel importante

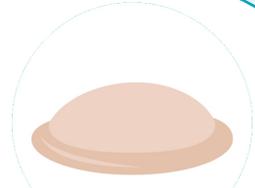


SELECCIÓN DEL MÉTODO ANTICONCEPTIVO

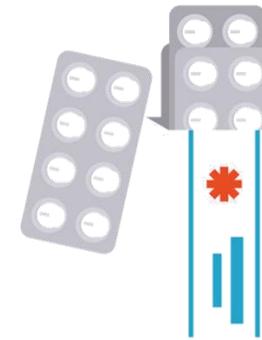
- Los posibles efectos secundarios del método.
- La probabilidad de que lo use según las indicaciones.
- Si requiere de la cooperación de su pareja.
- Su edad, estado general de salud y cualquier afección médica.
- La frecuencia con que tiene relaciones sexuales.
- La opción de tener hijos posteriormente.
- Si ayuda a proteger contra el virus de inmunodeficiencia humana (VIH) y otras enfermedades de transmisión sexual.
- Si el método ofrece otros beneficios a la salud además del anticonceptivo.



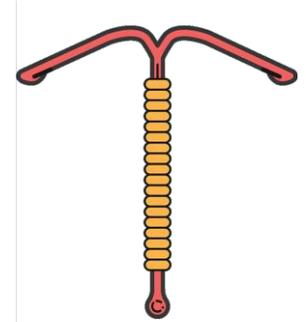
Preservativo



Diafragma

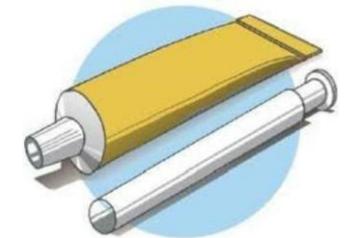


Píldoras



Diafragma

Espermicida

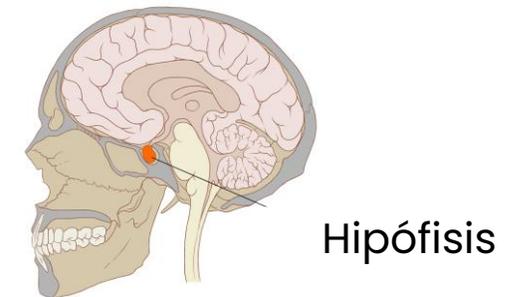
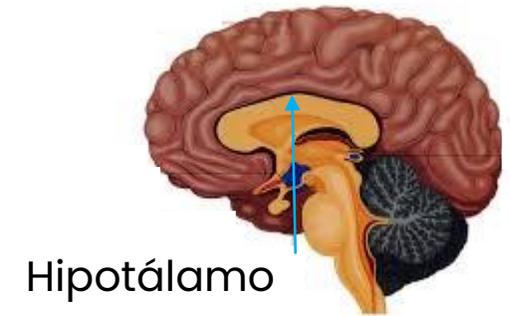
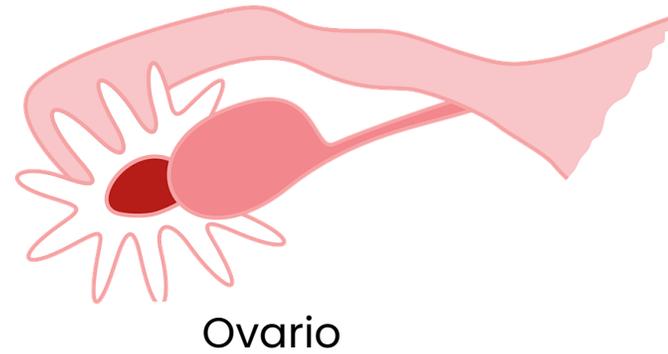


PREGUNTAS QUE SE DEBEN HACER ANTES DE ELEGIR UN MÉTODO ANTICONCEPTIVO

- a) ¿Utilizar anticonceptivos porque así se desea, por su pareja o por que todo el mundo lo hace?
- b) ¿Hay presión y tensión al elegir el método?
- c) ¿Al elegir un método después de conocer todos, se siente o no a gusto el paciente?

- a) ¿La elección corresponde a su sistema de vida sexual y a su personalidad?
- b) ¿Cómo afecta mi decisión a mi pareja?
- c) ¿He deseado un método a causa de temores o de hechos reales?
- d) ¿Comprendo los posibles efectos secundarios, así como la eficacia del método a utilizar?

FISIOLOGÍA DEL CICLO MENSTRUAL



Referencia: <https://url2.cl/jnntp>; <https://publicdomainpictures.net/en/>;

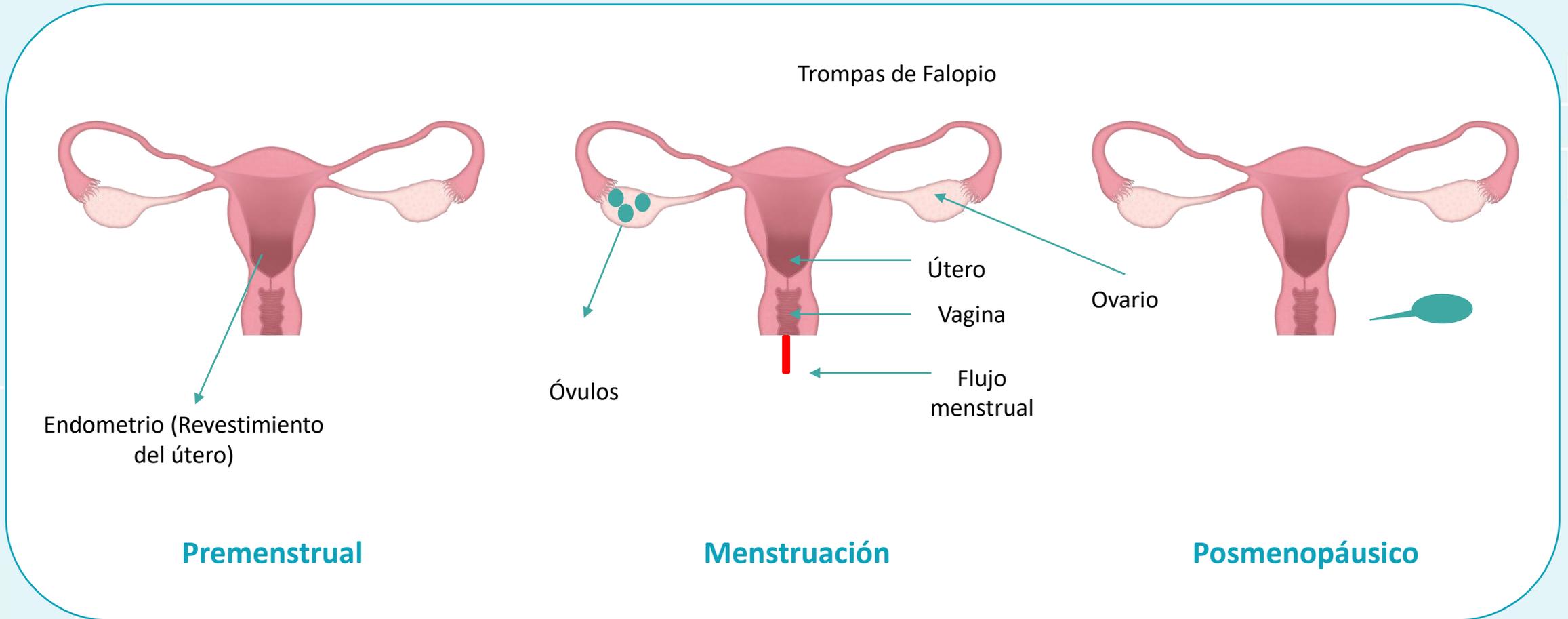
CICLO MENSTRUAL NORMAL



Referencia: <https://www.wikiwand.com/es/Menstruaci%C3%B3n>



CICLO MENSTRUAL NORMAL



Referencia: <https://pixabay.com/es/illustrations/%C3%BAtero-ovario-los-ovarios-3777765/>



MÉTODOS NATURALES

- Ritmo
- Temp. basal
- Billings
- Lavado vaginal
- Lactancia materna
- Coito interrumpido

Efectividad: entre 15 y 20
embarazos por cada 100 mujeres
en 1 año de uso.



MÉTODOS NATURALES

MELA (lactancia exclusiva) 0,5
emb. por cada 100 mujeres en los
primeros 6 meses posparto



Temperatura y moco cervical 20
emb. Por cada 100 mujeres
(desciende a 2 si se combina)



MÉTODOS DE BARRERA

- DIU
- Condón masculino
- Condón femenino

Efectividad: entre 2 y 3 embarazos por cada 100 mujeres en 1 año de uso

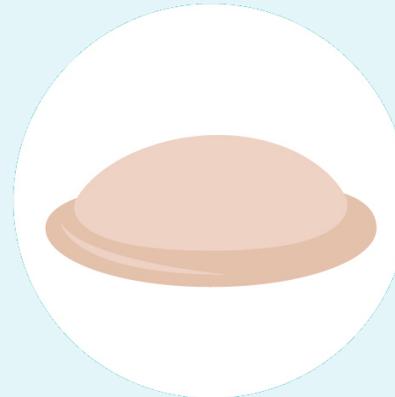


MÉTODOS DE BARRERA

Condón masculino, uso
correcto 3/100 mujeres primer
año de uso



Condón femenino 71 al 95 %



Referencia: <https://pixabay.com/es/vectors/cond%C3%B3n-anticonceptivo-sexo-1%C3%A1tex-147372/>; <https://drsergiogarza.com/wp-content/uploads/2017/11/Diafragma.jpg>

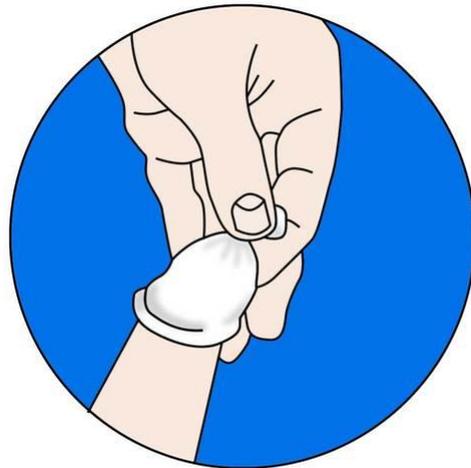


¿CÓMO SE COLOCA EL CONDÓN MASCULINO?

1



2



3

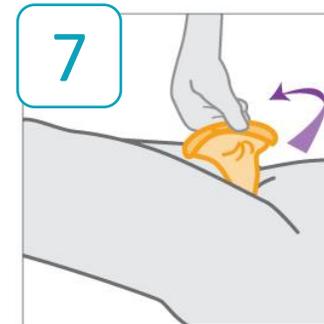
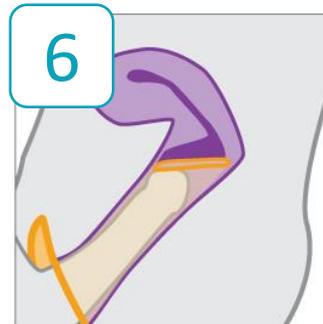
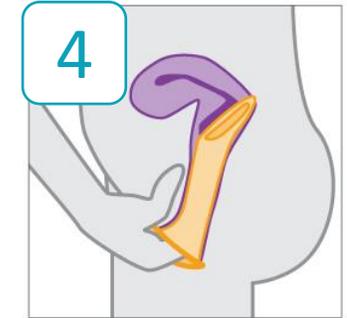
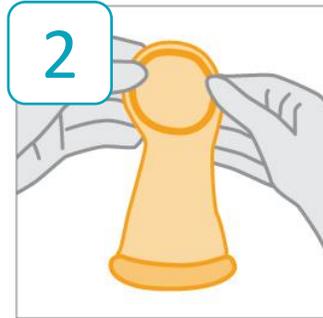
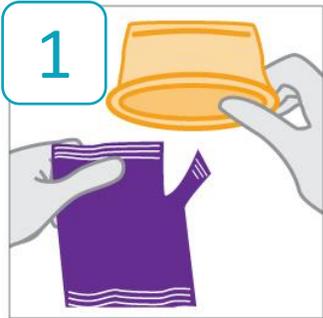


4



Referencia: <https://www.durex.es/blogs/articulos-sobre-sexo/como-poner-un-condon-paso-a-paso>

¿CÓMO SE COLOCA EL CONDÓN FEMENINO?



Referencia: <https://www.cdc.gov/condomeffectiveness/spanish/Female-condom-use.html>

MÉTODOS QUÍMICOS

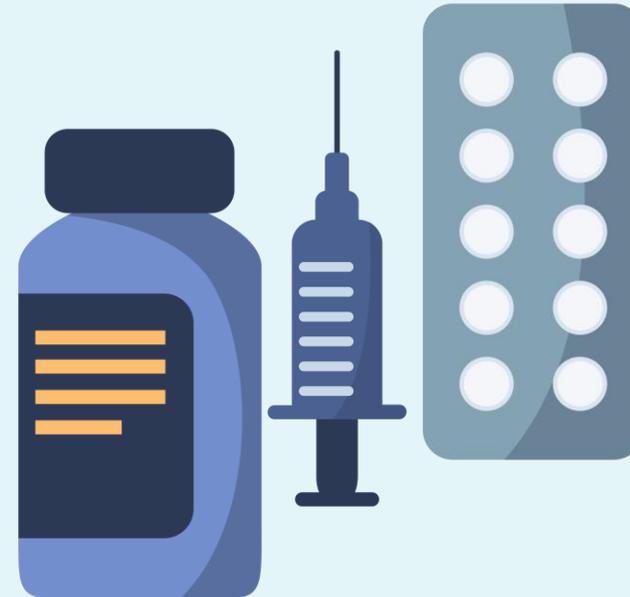
- Químicos o óvulos
- Efectividad: unos 18 embarazos por cada 100 mujeres en 1 año de uso.



MÉTODOS HORMONALES

- Píldoras
- Inyecciones
- Implantes subcutáneos
- Parches

Efectividad: entre 2 y 3 embarazos por cada 100 mujeres en 1 año de uso.



MÉTODOS HORMONALES

- Evitan la ovulación
- Compuestas de estrógenos y progestinas o solo progestinas
- Periodos menos intensos y fáciles de predecir
- Muy seguras si se toman adecuadamente



MÉTODOS HORMONALES

Siempre tome una píldora con hormonas tan pronto como lo recuerde y continúe tomando una píldora cada día

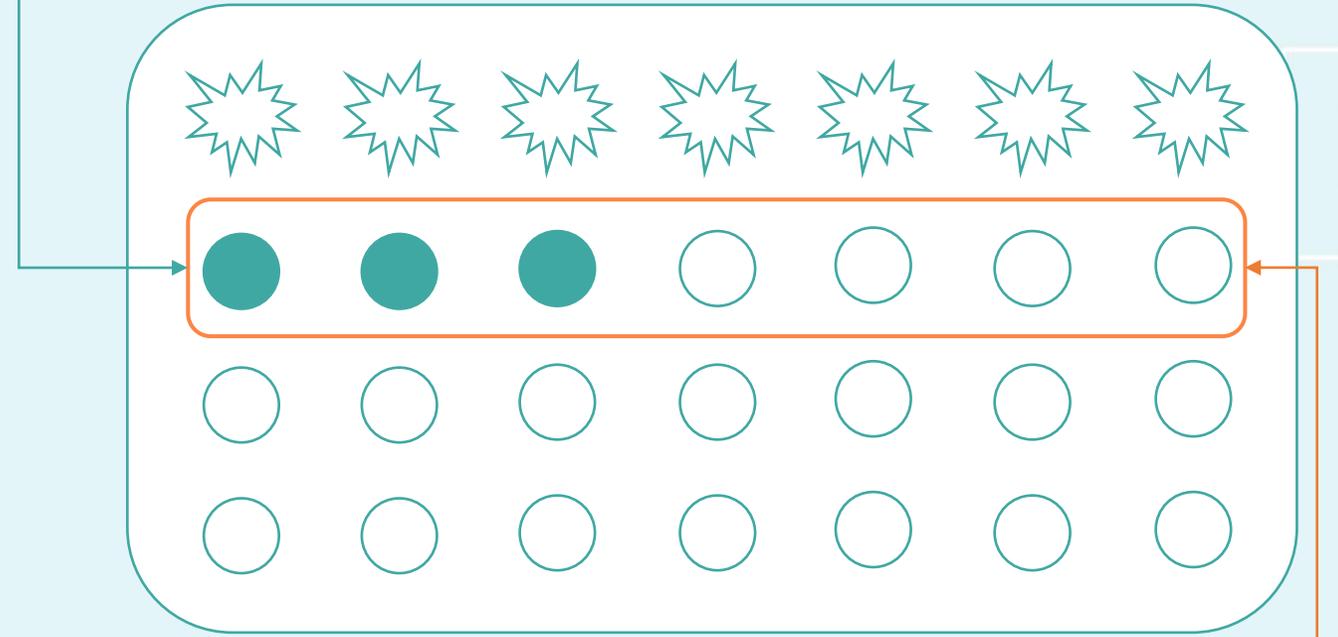
¿Olvidó tomar 3 o más píldoras con hormonas?

Debe tomar sus píldoras con hormonas por 7 días consecutivos para recuperar la protección completa.

Entonces:

Comenzando con la primera píldora que omitió, continúe tomando una píldora cada día y use condones o evite relaciones sexuales hasta que haya tomado píldoras con hormonas por 7 días consecutivos.

Olvidó tomar 2 píldoras

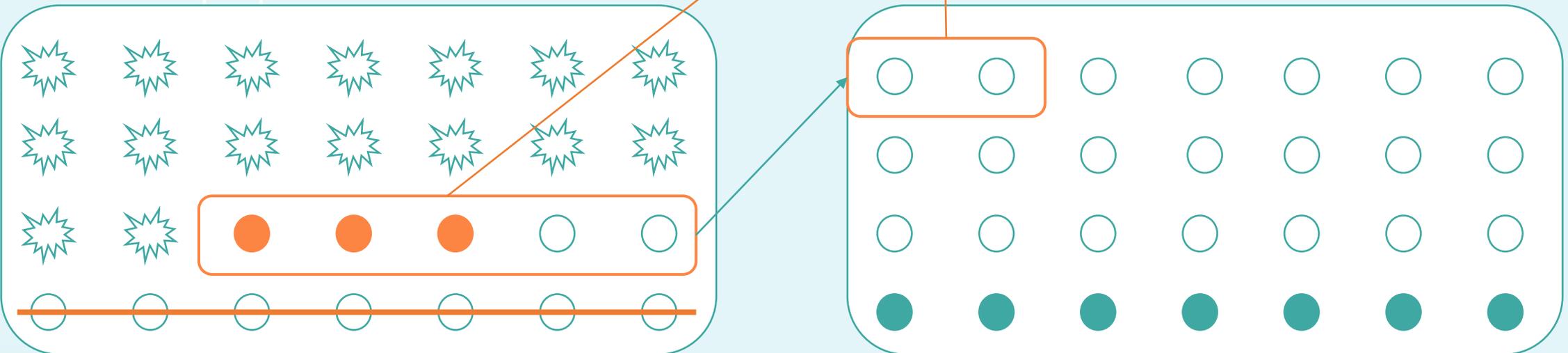


Use condones

MÉTODOS HORMONALES

Además

Si olvidó tomar 3 o más píldoras con hormonas en la semana 3: Termine de tomar solo las píldoras con hormonas de ese paquete, deseche las píldoras sin hormonas (de recordatorio) y luego comience un nuevo paquete al día siguiente.



-  Píldora hormonal
-  Píldora hormonal que olvidó
-  Píldora de recordatorio
-  Píldora que ya tomó

MÉTODOS HORMONALES

Las instrucciones anteriores se refieren a las píldoras anticonceptivas orales combinadas que contienen más de 20 μ g del estrógeno etini estriodol.

Si usted toma sus píldoras de acuerdo a un calendario que especifica comenzar en un determinado día de la semana, debe desechar las píldoras con hormonas que olvidó tomar si desea mantenerse dentro de su calendario. Retoma su calendario diario para tomar las píldoras comenzando con la píldora con hormona correspondiente al día de hoy (no se muestra en el diagrama anterior).



- Trimestrales.
- Irregularidades.
- Cefalea, irritabilidad.
- Aumento de peso.
- Riesgo en mayores de 35 años y fumadoras



Referencia: <https://drogueriasfarmavida.com/wp-content/uploads/2018/11/11211.jpg>

IMPLANTES SUBCUTÁNEOS

- Liberan lenovorgestrel
- Dolor de cabeza
- Náuseas
- Aumento de peso
- Tensión nerviosa
- Manchas irregulares
- Tiempo promedio de efectividad 3 años



Implante
anticonceptivo

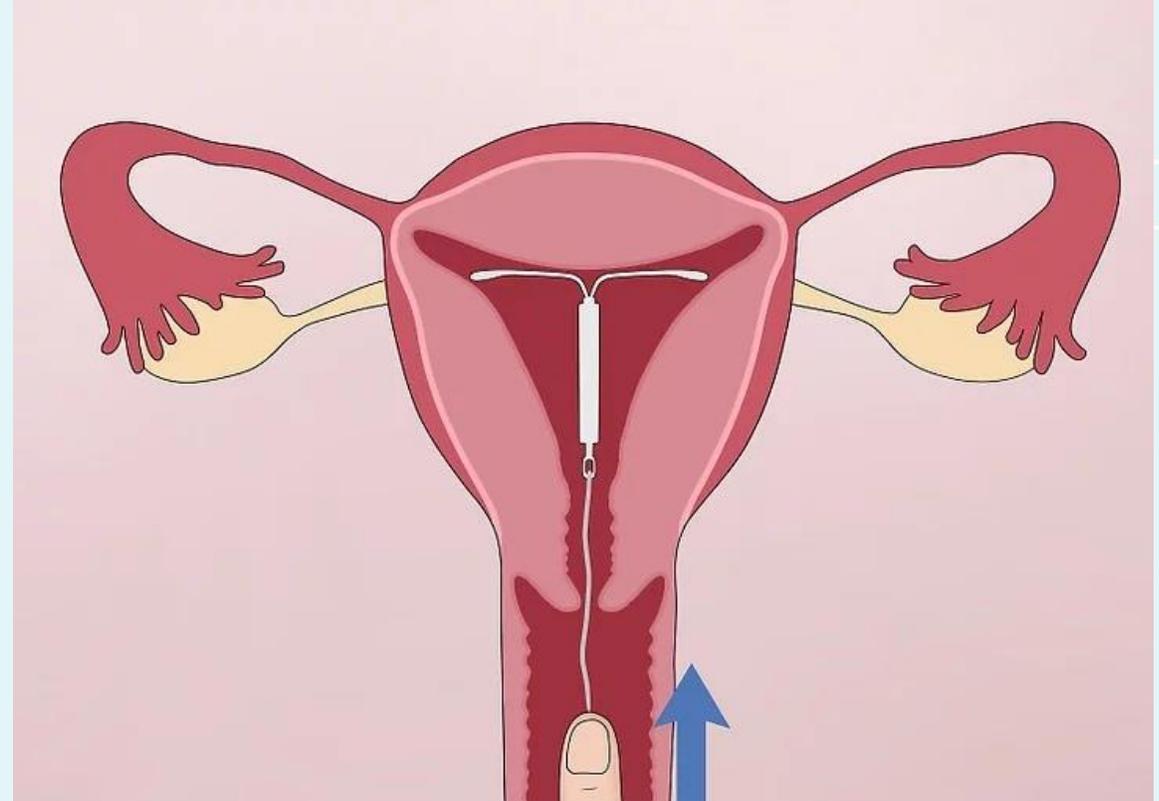


Localización
del implante

Referencia: https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn%3AANd9GcS5NrgpnO5HRv2FS0k41v4DqPSki68g_doDN7ik-ME8IFUqdvIn&usqp=CAU

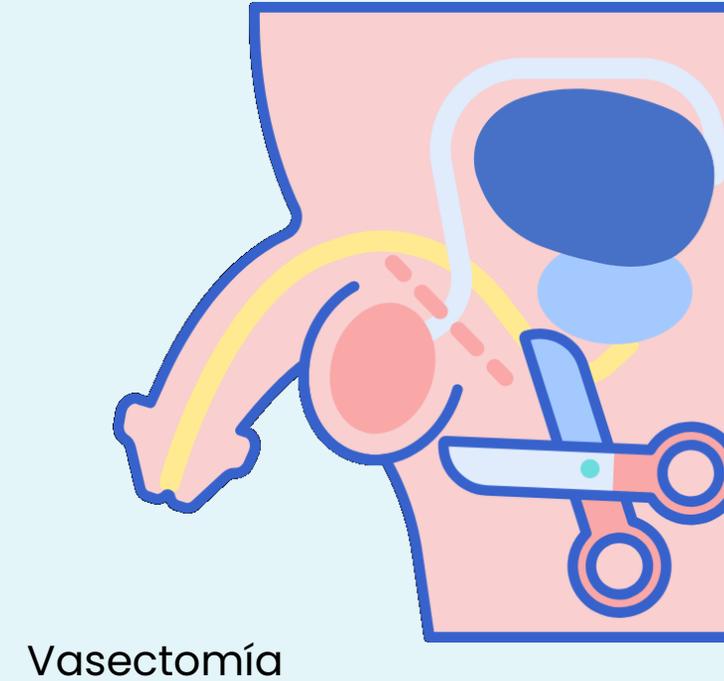
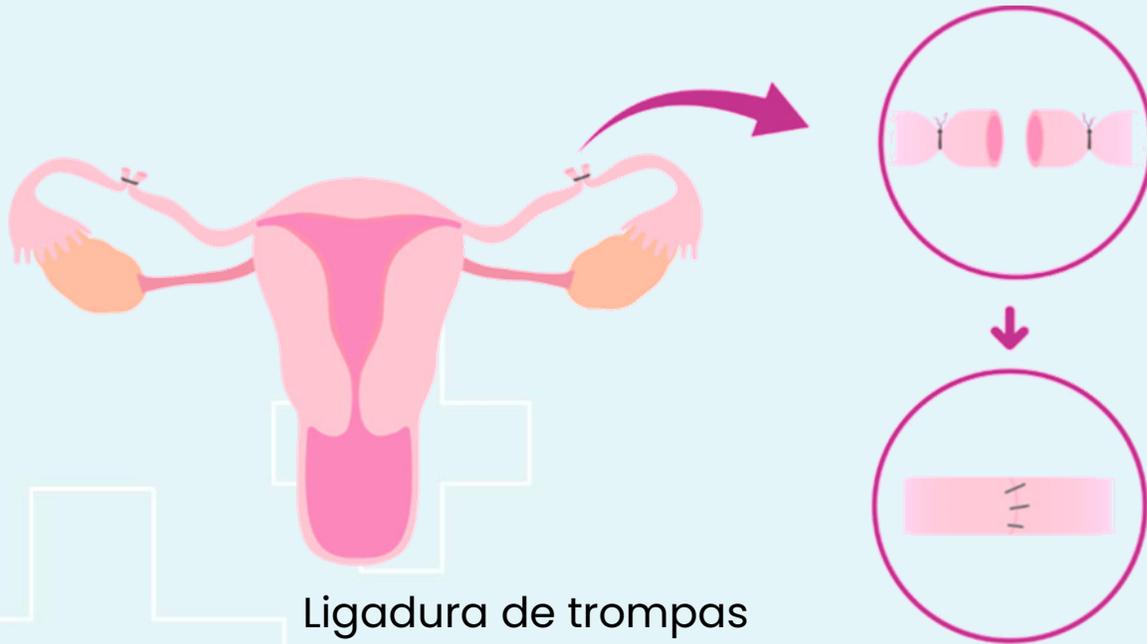
DISPOSITIVOS INTRAUTERINOS

- T de cobre
- T de plata
- Mirena



Referencia: <https://www.wikihow.com/Check-Mirena-Strings>

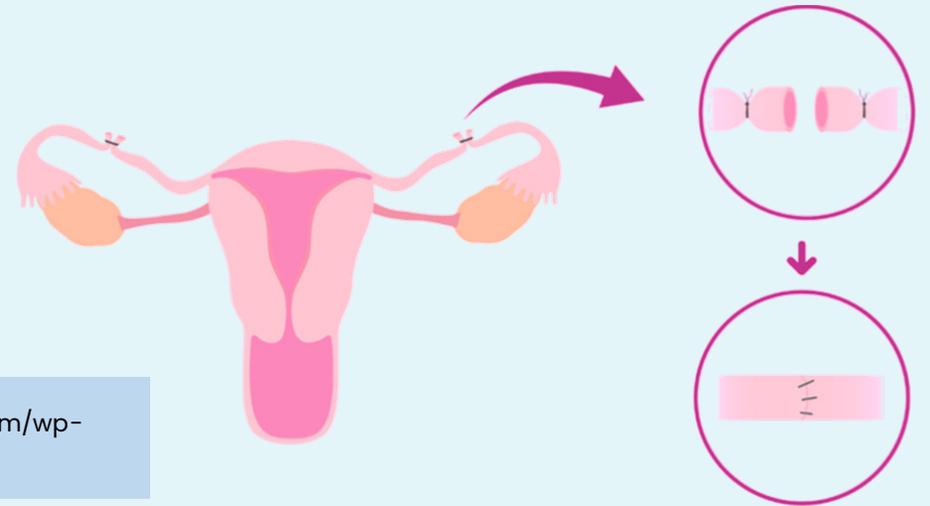
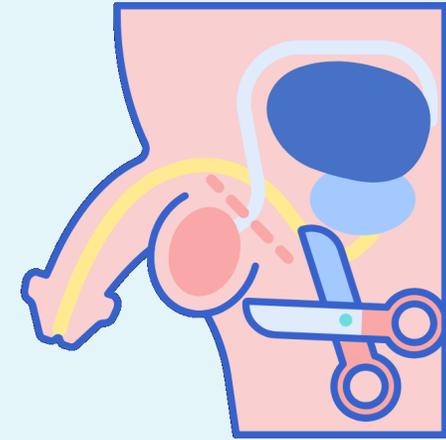
MÉTODOS DE ESTERILIZACIÓN



Referencia: <https://image.flaticon.com/icons/svg/1754/1754681.svg>; <https://ginecologiainfertilidadtijuana.com/wp-content/uploads/2018/02/RecanalizacionDeTrompas-1024x576.jpg>;

MÉTODOS DE ESTERILIZACION

- Vasectomía: 99,9%
- Ligadura tubaria: 0,5 embarazos por cada 100 mujeres.

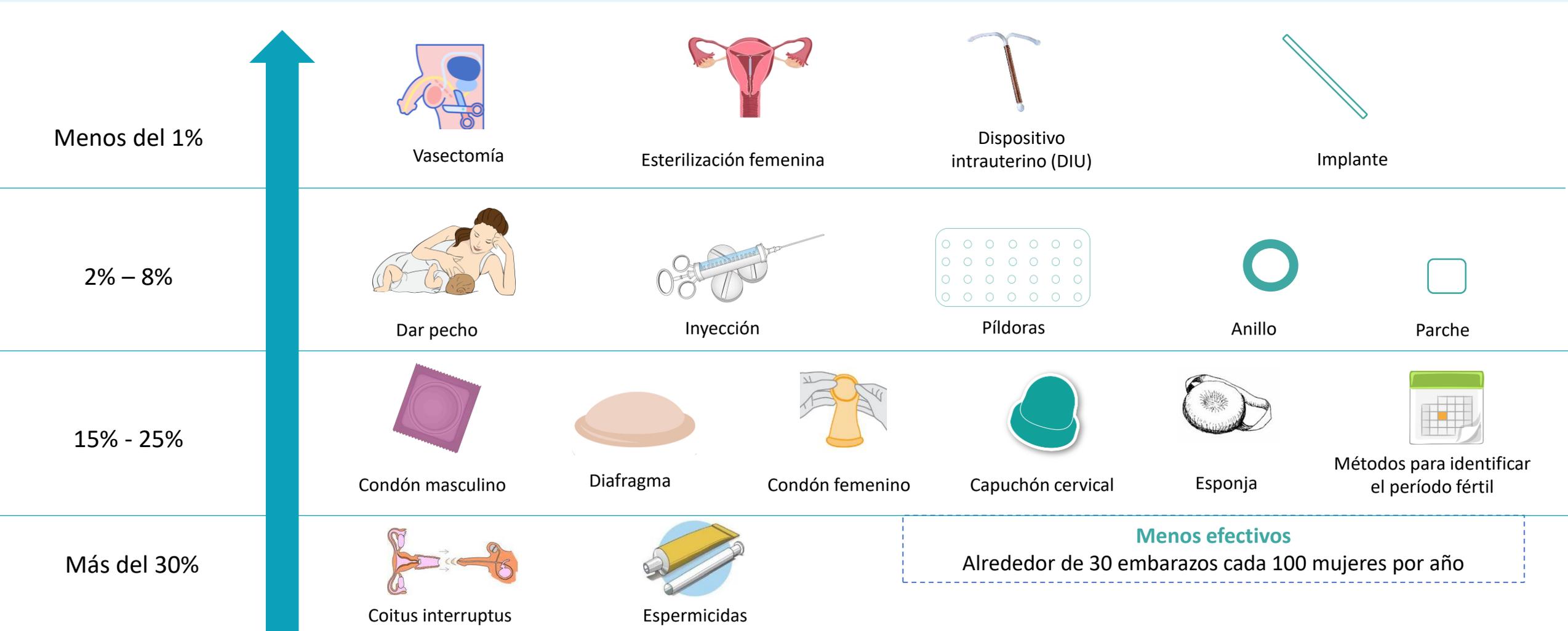


Referencia: <https://image.flaticon.com/icons/svg/1754/1754681.svg>; <https://ginecologiainfertilidadtijuana.com/wp-content/uploads/2018/02/RecanalizacionDeTrompas-1024x576.jpg>;

PASTILLA DE EMERGENCIA

- Uso en las primeras 72 horas
- NO es un método anticonceptivo
- Genera cambios intensos en el organismo
- No previene el VIH





Este material digital es propiedad de la Universidad Rafael Landívar, se comparte por medio de una licencia Creative Commons CC BY-NC-ND del tipo “Atribución-No Comercial-Compartir igual”, la cual permite copiar, distribuir y comunicar públicamente la obra, mientras se reconozca la autoría original, no se utilice con fines comerciales, ni se realicen obras derivadas.

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/gt/>

