



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE ENFERMERÍA

GUÍA DIDÁCTICA
PLANIFICACIÓN FAMILIAR

AUTORES:

OLYMPIA PAVÓN MORÁN

BYRON LARA CALDERÓN

ASESORAMIENTO:

LCDA. MERCEDES CRUZ

IBARRA, 2008

GUÍA DIDÁCTICA DE CONOCIMIENTOS, ACTITUDES Y PRÁCTICAS SOBRE PLANIFICACIÓN FAMILIAR

INTRODUCCIÓN

La planificación familiar se basa en prácticas que ayudan a las parejas a alcanzar determinados objetivos, como evitar nacimientos no deseados, favorecer los nacimientos deseados, regular los intervalos entre embarazos y determinar el número de hijos que constituirán la familia.

Para conseguir éstos fines se necesita el empleo de métodos de planificación familiar, educación sexual y familiar. La planificación familiar contribuye de manera eficaz al incremento de la salud, no solo de las madres sino de la comunidad en general.

Los padres no deben procurar solamente brindar adecuada vivienda, alimentación, educación, salud y vestimenta a sus hijos, sino, además, tienen la responsabilidad de brindarles amor, amistad, tiempo y protección.

Es por ello que a continuación se presenta una guía resumida de los métodos de planificación familiar con sus respectivas ventajas y desventajas, para que los lectores opten por el método más apropiado con la respectiva guía médica.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- ❖ Diseñar una guía informativa de los métodos de planificación familiar para las mujeres en edad fértil de la comunidad de Irubí, parroquia Apuela, catón Cotacachi.

Objetivos Específicos

- ❖ Contribuir con el desarrollo de la comunidad de Irubí, brindándoles la guía informativa sobre planificación familiar.
- ❖ Mejorar la salud reproductiva de las madres de la comunidad de Irubí.

PLANIFICACIÓN FAMILIAR

Es el conjunto de prácticas de una pareja que tienen como fin el control de la cantidad de hijos. Es decir ayudar a las parejas que no logran el embarazo o ayudar a las parejas a evitar embarazos no deseados, o espaciar los embarazos deseados.

MÉTODOS DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR

Métodos Naturales

Métodos que se basan en evitar tener relaciones sexuales durante el período fértil, con el uso de formas naturales, entre esos métodos figuran el método ritmo, método del moco cervical y el método de la temperatura basal corporal.

Métodos de Barrera

Los métodos de barrera como su nombre lo indica, son dispositivos que funcionan como una barrera. Estos son el diafragma vaginal, el preservativo o condón.

Método Hormonal

Los métodos hormonales de planificación familiar se consideran los métodos más seguros de planificación familiar. Estos se pueden conseguir en diferentes presentaciones como son las pastillas anticonceptivas, las inyecciones, los parches y los implantes.

Dispositivo intrauterino

Este método de planificación familiar, es uno de los más utilizados en los países en vías de desarrollo, por su bajo costo y gran utilidad. Es la T de Cobre o DIU que libera progesterona.

Métodos definitivos

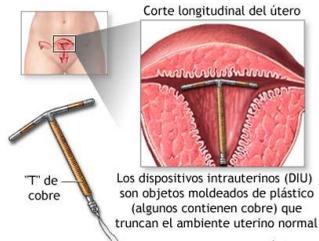
Métodos quirúrgicos o reversibles, son la vasectomía y la ligadura de trompas.

VENTAJAS Y DESVENTAJAS DEL USO DE LOS DIFERENTES MÉTODOS DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR

❖ Dispositivos intrauterinos (DIU's)

Es un dispositivo intrauterino que se coloca dentro del cuerpo uterino.

Es un dispositivos de plástico, algunos recubiertos con hilo de cobre, (espiral, T de Cobre) que introducidos en el útero impiden la fecundación.



Ventajas

- ✓ Muy efectivo
- ✓ Método de largo uso, de 1 a 8 años.
- ✓ Reversible.

Desventajas

- ✓ Hay efectos colaterales, pero no demasiados.
- ✓ Pueden presentarse dolores, cólicos o calambres en la pelvis luego de haberse colocado un DIU.

❖ **Píldora Oral**

Los anticonceptivos orales (píldoras anticonceptivas) se usan para prevenir el embarazo. El estrógeno y la progesterona son dos hormonas que se encuentran en las mujeres. La combinación de estrógeno y progesterona funciona al impedir la ovulación.



Ventajas

- ✓ Fácil de usar.
- ✓ Regula el ciclo menstrual y reduce el riesgo de cáncer de útero
- ✓ Reduce los cólicos menstruales.
- ✓ Puede usarse a cualquier edad, desde la adolescencia hasta la menopausia.
- ✓ Permite el retorno a la fertilidad tan pronto como se interrumpe el uso.

Desventajas

- ✓ Requiere de disciplina para tomarla todos los días.
- ✓ Puede producir sangrado intermenstrual

- ✓ No protegen contra enfermedades de transmisión sexual.

❖ **Condón.**

Es un anticonceptivo para uso masculino el cual consiste en una funda de látex muy delgado y resistente que se ajusta al pene evitando que el semen eyaculado penetre a la vagina.



Ventajas

- ✓ Método controlado por el usuario.
- ✓ Fácil de usar y obtener.
- ✓ No causa reacciones generales en el usuario.
- ✓ Protege de enfermedades de transmisión sexual (ETS).

Desventajas

- ✓ Se deteriora con el calor y la humedad.
- ✓ Sufre rupturas y deslizamientos frecuentes.
- ✓ Alto índice de fracasos.
- ✓ Puede causar reacción alérgica local al látex, tanto en vagina como en el pene.

❖ Óvulos vaginales

Contienen espermicidas que forman una barrera protectora, evitando el paso de los espermatozoides hacia el útero. En cada relación



sexual se usa uno nuevo. Estos óvulos se usan antes de la relación sexual. Es un método muy efectivo y muy fácil de aplicar.

Ventajas

- ✓ Método controlado por el usuario.
- ✓ Sin efectos secundarios, aun si se lo usa a largo plazo.
- ✓ No requiere receta para su compra.

Desventajas

- ✓ Debe colocarse 10 a 15 minutos antes de la relación.
- ✓ Puede causar irritación genital local.
- ✓ Efectivo de 30 a 60 minutos.

❖ **Inyectables (Topasel, Mesigyne)**

Los anticonceptivos inyectables combinados (Cyclofem, Mesigyna) contienen las hormonas estrógeno y progestina. Se administran con inyección intramuscular una vez al mes.



Ventajas

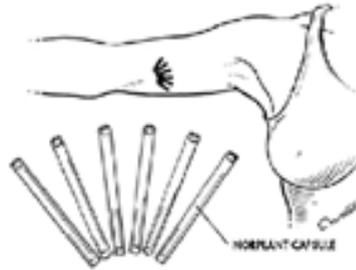
- ✓ Altamente efectivo.
- ✓ De cómodo uso que evita el olvido en su administración.
- ✓ Previene contra el cáncer endometrial y la enfermedad inflamatoria pélvica.

Desventajas

- ✓ Su administración debe hacerse por persona capacitada en inyectar.
- ✓ El regreso a la fertilidad se realiza una vez que cesa el periodo efectivo de acción del fármaco.

❖ **Implantes (Norplant)**

Son túbulos de progestina, que se insertan bajo la piel del brazo de la mujer, en donde se libera el fármaco. Impide la ovulación. Se reemplaza cada 5 años.



Ventajas

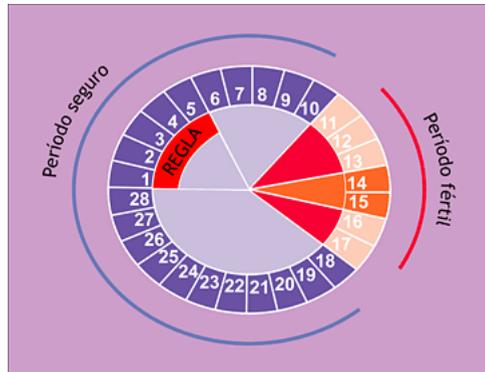
- ✓ Muy efectivo (fracaso menor a 1 %). Recomendado en mujeres que no toleran los anticonceptivos orales.
- ✓ Puede ser retirado cuando se desee y la fertilidad regresa rápidamente.

Desventajas

- ✓ Requiere de anestesia local, de una incisión pequeña y de personal capacitado para su colocación y retiro.
- ✓ Su efectividad baja después de dos años de uso en mujeres sobre 150 libras de peso.

❖ **Abstinencia Periódica (Ritmo o Calendario)**

La pareja se abstiene de tener relaciones durante el periodo fértil de la mujer.



Ventajas

- ✓ Método controlado por el usuario que no requiere de medicamentos o dispositivos.

Desventajas

- ✓ Requiere de hasta dos semanas de abstinencia por ciclo menstrual.
- ✓ Alto fracaso .
- ✓ No apropiado para mujeres con ciclos irregulares o con contraindicaciones médicas para embarazarse.

❖ **Abandono**

Se retira el pene antes de la eyaculación. Algunas sociedades médicas no lo consideran un método de planificación.



Ventajas

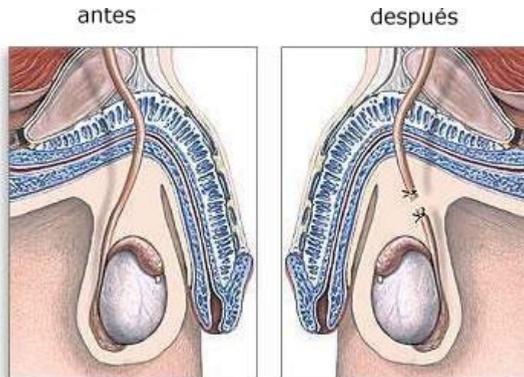
- ✓ No requiere de entrenamiento ni gasto alguno.

Desventajas

- ✓ Alto índice de fracaso.
- ✓ Altera el disfrute sexual de la pareja y requiere de disciplina y comprensión por parte del varón.

❖ **Vasectomía (Esterilización Masculina)**

Método quirúrgico, permanente, que consiste en bloquear el paso de los espermatozoides desde los testículos al pene.



Ventajas

- ✓ Muy efectivo.
- ✓ No tiene efectos secundarios.
- ✓ Para aquellos hombres con paridad satisfecha.

Desventajas

- ✓ Requiere de profesional médico para su realización.
- ✓ Considerado definitivo, en donde su reversión es casi siempre no efectiva.

❖ **Ligadura de trompas (Esterilización Femenina)**

Método quirúrgico permanente, en donde las trompas son cortadas o ligadas, para evitar el paso de espermatozoides al encuentro con el óvulo.



Ventajas

- ✓ Altamente eficaz.
- ✓ Sin efectos secundarios.
- ✓ Para aquellas mujeres con paridad satisfecha.

Desventajas

- ✓ Requiere de profesional médico para su realización.
- ✓ Es definitivo, en donde su reversión es costosa y casi siempre no efectiva.

BENEFICIOS DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR

NIÑOS

- ❖ Mejor salud.
- ❖ Disponibilidad de más alimentos y demás recursos.
- ❖ Mayores posibilidades de apoyo emocional por parte de los padres.
- ❖ Mejores oportunidades de educación.

COMUNIDAD

- ❖ Menos presión sobre los recursos ambientales (tierra, alimentos, agua).
- ❖ Menos presión sobre los recursos de la comunidad (atención de salud, educación).
- ❖ Más participación de los individuos en los asuntos comunitarios.

PAREJA/FAMILIA

- ❖ Libertad para decidir cuándo tener hijos
- ❖ Menos estrés emocional y económico
- ❖ Más oportunidades de educación
- ❖ Más oportunidades económicas
- ❖ Más energía para el desarrollo personal y las actividades comunitarias

MUJERES

- ❖ Mejor salud.
- ❖ Menos estrés físico y emocional.
- ❖ Mejor calidad de vida.
- ❖ Mayores oportunidades educativas.
- ❖ Mayores oportunidades económicas.
- ❖ Más energía para las actividades domésticas.
- ❖ Más energía para el desarrollo personal y las actividades comunitarias.

CONCLUSIÓN

Al conceder a las mujeres la posibilidad de elegir libremente el número y el espaciamiento de sus embarazos, la planificación familiar ayuda a las mujeres a preservar su salud y su fertilidad, y contribuye además al mejoramiento de la calidad de sus vidas en general. La planificación familiar contribuye también a mejorar la salud de los niños y a asegurarles el acceso a una alimentación suficiente, ropa de vestir, vivienda y oportunidades de educación.

La planificación familiar consigue estas mejoras en la salud y la calidad de vida de manera muy rentable en comparación con las inversiones en la mayoría de las demás intervenciones sanitarias y sociales. Dedicar recursos humanos y financieros al mejoramiento de los servicios de planificación de la familia no sólo mejorará la salud y el bienestar de las mujeres y los niños sino que, además, apoyará los esfuerzos encaminados a alcanzar una población sostenible.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Banco Mundial. Informe sobre el Desarrollo Mundial 1993: Invertir en Salud. Washington, D.C., Banco Mundial.

Organización Mundial de la Salud (OMS). 1970. Nutrición materna y planificación de la familia en las Américas. Informe de la reunión del grupo técnico de la OPS. Washington. Publicación Científica 204.

Organización Mundial de la Salud (OMS). 1991. Maternal Mortality Ratios and Rates: A tabulation of available information, 30 edición, OMS, Ginebra, WHO/MCH/MSM/91.6 (1991).

Organización Mundial de la Salud (OMS). New estimates of maternal mortality. WHO Weekly Epidemiological Record - Relevé épidémiologique hebdomadaire 66:345-348.

Royston, E. y Armstrong, S. 1991. Prevención de la mortalidad materna. Organización Mundial de la Salud (OMS).