



## Módulo de autoaprendizaje N°5

### Tema: Métodos anticonceptivos de barrera y métodos naturales

Objetivo: Conocer los métodos anticonceptivos de barrera y naturales.

1) ¿Qué son los métodos anticonceptivos de barrera?

Los métodos anticonceptivos de barrera son métodos anticonceptivos cuya función es evitar el contacto de los fluidos sexuales, para que así no puedan generar la fecundación.

Condón masculino



Condón femenino



Los Condones femenino y masculino son métodos anticonceptivos de barrera más utilizados ya que evitan no solo el embarazo sino que también las ITS, siendo el condón masculino el más popular por su facilidad para ser utilizado.

Diafragma



El diafragma es un método anticonceptivo de barrera que está en desuso, consta de un receptáculo que se coloca en el cuello del útero para evitar que el semen ingrese al útero. Tiende a tener complicaciones al colocarlo, además no evita que se infecten con las ITS.



Anillo anticonceptivo

El anillo anticonceptivo es un método anticonceptivo doble, de barrera y hormonal, aunque es principalmente hormonal. Debe estar 3 semanas en el cuello del útero y 1 semana fuera (la semana de la menstruación) evita que los espermatozoides lleguen matándolos con espermicida y también regula de manera hormonal al igual que las pastillas anticonceptivas.



2) ¿Qué son los métodos anticonceptivos naturales?

Los métodos anticonceptivos naturales son métodos anticonceptivos que son basados en la regulación del cuerpo humano. Estos métodos pueden ser utilizados solos o complementados con otros.

### Ciclo Menstrual



Calendario menstrual

El calendario menstrual es un método que se basa en el ciclo femenino. Utilizando los 3 ciclos menstruales anteriores se hace un método y utilizando otros parámetros como el moco cervical, la temperatura vaginal se establece la fecha de la ovulación, así los días de riesgo no se mantienen relaciones y los días que no son de riesgo no se generan problemas.

**Coitus interruptus:** Es un método anticonceptivo natural en el cual se interrumpe la relación sexual antes de que se produzca la eyaculación. Este método anticonceptivo es el menos seguro de todos, debe ser complementado por otros para poder tener efectividad.

1) Actividad:

- I. ¿Cuál de todos los métodos anticonceptivos vistos en este módulo tienen relación con las hormonas sexuales?

- II. ¿Cuál de los métodos anticonceptivos visto en este y el módulo anterior son los más fáciles de usar?

- III. ¿Se pueden combinar los métodos anticonceptivos para tener mayor efectividad?



2) Correcciones:

- I. El método anticonceptivo del anillo y el calendario menstrual.
- II. Objetivamente los más fáciles de usar es el condón masculino y las pastillas anticonceptivas. Ya que el condón masculino es más fácil de poner que los otros anticonceptivos de barrera y las pastillas se toma una diaria.
- III. Sí, es la mejor alternativa.

3) Autoevaluación

<b>Criterios</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>
Conozco los métodos anticonceptivos de barrera		
Conozco los métodos anticonceptivos naturales.		
Puedo relacionar los métodos anticonceptivos con el sistema endocrino.		
Comentarios:		