



Image not found

https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia\_log



Image not found

https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia\_log

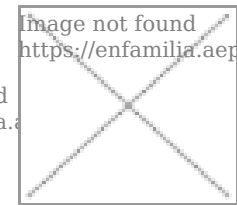


Image not found

https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia\_log

https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia\_log

https://enfamilia.aeped.es/sites/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia\_log



Image not found

file:///var/www/enfamilia.aeped.es/themes/enfamilia/images/enfamilia\_log

## Métodos anticonceptivos

Las necesidades anticonceptivas van cambiando a lo largo de la vida fértil de cada mujer. Dependiendo de cada etapa, es necesario consultar con un especialista, para conseguir información, valorar indicaciones y contraindicaciones, deseos de esta y así decidir el método anticonceptivo idóneo en cada caso.

### ¿Cuándo se puede iniciar?

La anticoncepción puede iniciarse en cualquier etapa de la vida fértil de una mujer. No es necesaria una edad mínima, ni tampoco existen límites máximos de edad para mantener la anticoncepción. La menopausia es el momento idóneo para finalizarla.

### ¿Qué métodos anticonceptivos existen?

#### Métodos naturales

- Calendario menstrual: consiste en llevar un registro de los días de ovulación de la mujer y evitar las relaciones durante ellos, por ser aquellos de más probabilidad de embarazo.
- Coito interrumpido: retirar el pene de la vagina antes de la eyaculación.
- Moco cervical: atendiendo a la elasticidad del moco, que aumenta en el período previo a la ovulación, evitando relaciones sexuales durante los días siguientes.
- Lactancia materna: inhibe la ovulación, siempre que sea exclusiva y en los primeros 6 meses tras el parto.

**Pueden fallar** por múltiples motivos: menstruaciones irregulares, espermatozoides presentes en el contenido expulsado antes de la eyaculación, variaciones en las características del moco cervical no previsibles, cambios hormonales postparto que interfieren con la lactancia.

#### Métodos hormonales

El más conocido y usado es la píldora. También existen parches, anillo vaginal y métodos hormonales de larga duración como el anticonceptivo inyectable, el implante en la piel o los dispositivos intrauterinos que liberan hormonas.

#### Métodos de barrera

Impiden la unión del óvulo y el espermatozoide mediante una barrera mecánica:

- Preservativo masculino: con o sin látex. No existen contraindicaciones. Protege además frente a las enfermedades de transmisión sexual.
- Preservativo femenino: bolsa suave con dos anillos, uno de los cuales se introduce en la vagina y otro queda fuera. Protege frente a las enfermedades de transmisión sexual más frecuentes.
- Espermicida: es una sustancia que evita la llegada de espermatozoides al útero. Se puede utilizar asociado a otros métodos de barrera como el preservativo.
- Diafragma: cúpula que cubre el cuello del útero.
- Espónja vaginal: espuma con espermicida. No debe retirarse hasta pasadas 6 horas de la última relación sexual.

**Dispositivo intrauterino (DIU)**: El DIU es un dispositivo que un especialista coloca en el interior del útero para

evitar la implantación de un óvulo fecundado (en el caso de DIU de cobre u otro metal inerte) y mediante la inhibición de la ovulación (en el caso del DIU de hormonas, gestágenos). Normalmente tienen forma de T y suelen durar 5 años.

### **Anticoncepción definitiva**

- **Ligadura de trompas:** intervención quirúrgica. La técnica más utilizada consiste en extirpar las trompas uterinas. Las trompas de Falopio son los conductos que comunican los ovarios con el útero.
- **Vasectomía:** intervención quirúrgica habitualmente realizada con anestesia local que consiste en cortar los conductos deferentes en el varón (los que transportan los espermatozoides).

Artículo publicado el 22-11-2021, revisado por última vez el 17-11-2021

**La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.**

---

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

**Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:**

<https://enfamilia.aeped.es/vida-sana/metodos-anticonceptivos-0>