

Métodos anticonceptivos

Los **métodos anticonceptivos**, también llamados métodos contraceptivos son aquellos métodos que imposibilitan (o reducen las posibilidades) la fecundación de la mujer. Gracias a estos, una pareja puede tener relaciones sexuales sin miedo a embarazos no deseados.

Casi todas las [clínicas](#) aquí anunciadas cuentan con expertos ginecólogos especializados en planificación familiar que podrán aconsejar que método anticonceptivo es más apropiado para cada mujer.

Hay que saber que los anticonceptivos no son efectivos al 100% pero algunos si se acercan a este porcentaje.

Actualmente existen muchos tipos de anticonceptivos, a continuación detallamos los más extendidos, así como los que son poco seguros y no deben ser utilizados en ningún caso.

No son anticonceptivos

A continuación detallamos los métodos anticonceptivos poco seguros y que nunca se deben practicar:

- * [Lavado vaginal después del coito](#)
- * [Inductores de la menstruación](#)
- * [Coito interrumpido o Coitus interruptus](#)
- * [Espermicidas](#)

Anticonceptivos naturales

Los métodos anticonceptivos que señalamos a continuación suelen ser poco seguros porque su correcta utilización exige un gran conocimiento de nuestro cuerpo, y eso no solemos tenerlo. Si te animas a practicarlos, debes estar bien informada y abstenerte de tener relaciones sexuales con coito durante los días fértiles. Es preciso que tu pareja esté de acuerdo y participe lo más posible.

- * [Lactancia prolongada](#)
- * [Temperatura basal](#)
- * [Método Ogino](#)
- * [Moco cervical](#)
- * [Método sincrónico o sintotérmico](#)

Métodos anticonceptivos seguros

En este apartado encontramos los anticonceptivos más seguros y utilizados actualmente. Los anticonceptivos los podemos dividir en varios grupos. Algunos de ellos pueden pertenecer a más de un grupo ya que pueden combinar varios métodos en uno.

Anticonceptivos de barrera

Son los anticonceptivos que impiden la unión del espermatozoide con el óvulo mediante una barrera física.

- * [Preservativo masculino](#)
- * [Diafragma](#)
- * [Esponja anticonceptiva](#)
- * [Preservativo femenino](#)
- * [Capuchón cervical](#)

Anticonceptivos hormonales y químicos

Estos métodos anticonceptivos impiden el proceso de la concepción mediante el uso de hormonas.

- * [La píldora](#)
- * [Anillo anticonceptivo](#)
- * [Implante subdérmico](#)
- * [Anticonceptivos inyectables](#)
- * [Parches anticonceptivos](#)

Anticonceptivos quirúrgicos

Con estos anticonceptivos estamos impidiendo mediante un proceso quirúrgico que el espermatozoide tenga contacto con el óvulo y así no pueda haber fecundación.

- * [Vasectomía](#)
- * [Ligadura de trompas](#)
- * [Dispositivo intrauterino](#)

DIU, dispositivo intrauterino

El [DIU](#) es un anticonceptivo que produce una alteración del microclima intrauterino y que dificulta la fecundación.

Efectividad de los anticonceptivos

No hay ningún anticonceptivo que sea efectivo al 100%, pero muchos llegan a este porcentaje. A continuación detallamos la efectividad de los métodos anticonceptivos actuales:

Efectividad del 91%, Esponja anticonceptiva **Efectividad del 94%**, Diafragma

Efectividad del 95%, Condón femenino **Efectividad del 98%**, Condón masculino

Efectividad del 99%: Vasectomía, Dispositivo intrauterino, Lactancia materna, Ligadura de trompas, DIU, Dispositivo intrauterino, Anillo anticonceptivo, Píldora anticonceptiva, Parche anticonceptivo, Implante subdérmico, Anticonceptivos inyectables.

Anticonceptivos de emergencia

Los anticonceptivos de emergencia son utilizados para prevenir posibles embarazos, después de haber mantenido relaciones sexuales sin protección.

- * [Píldora del día después](#)
- * [Píldora de los 5 días después](#)
- * [DIU](#)