



Guía métodos anticonceptivos

Condón masculino

- Previene embarazos y protege contra infecciones de transmisión sexual.
- Eficacia: 85%-98% (usado correctamente)

Condón femenino

- Similar al condón masculino, con control de la usuaria-
- Eficacia: 79%-95%.

Diafragma

- Cupula de silicona que cubre el cuello uterino, se usa con espermicida.
- Eficacia: 88%-94%.

Píldora anticonceptiva

- Contiene hormonas (combinadas o solo progestina). Se toma diariamente.
- Eficacia: 91%-99%.

Parche

- Se coloca en la piel y libera hormonas. Se cambia semanalmente.
- Eficacia: 91%-99%

Anillo vaginal

- Dispositivo flexible colocado en la vagina que libera hormonas mensualmente.
- Eficacia: 91%-99%.

Inyección

- Aplicadas cada 1-3 meses según el tipo.
- Eficacia: 94%-99%.

Implante subdermico

- Barra pequeña colocada bajo la piel que libera hormonas por 3-5 años.
- Eficacia 99%.

DIU de cobre

- Dispositivo en forma de “T” colocado en el útero. Sin hormonas, dura hasta 10 años.
- Eficacia: 99%.

DIU hormonal

- Libera progestina, dura entre 3-6 años según el tipo.
- Eficacia: 99%.

Método del ritmo o calendario

- Evitar relaciones sexuales durante los días fértiles del ciclo menstrual.
- Eficacia: 76%-88%.

Método de temperatura basal

- Medir la temperatura corporal diaria para identificar los días fértiles.
- Eficacia: 76%-88%.

LM exclusiva

- Útil hasta 6 meses pos-parto, mientras no haya menstruación.
- Eficacia: 98% (si se sigue correctamente).

Ligadura de trompas (mujeres)

- Procedimiento quirúrgico que bloquea las trompas de Falopio.
- Eficacia: 99.8%

Vasectomía (hombres)

- Procedimiento quirúrgico que bloquea los conductos deferentes.
- Eficacia: 99.8%

Píldora del día después

- Contiene levonorgestrel, se toma hasta 5 días después del coito, idealmente las primeras 72 horas.
- Eficacia: 85%-95%.



Consideraciones generales:

- Elegir el método depende factores como edad, estado de salud, frecuencia de relaciones sexuales, y deseo de hijos en el futuro.
- Siempre es recomendable una consulta con un profesional de salud para evaluar opciones personalizadas.
- Usar métodos de barrera en paralelo con otros métodos aumenta la protección contra ITS.



www.matronanaty.cl