

Métodos Anticonceptivos para Adolescentes

Carlos Galera Román

Josefina Hernández Ruíz

Belén López Martínez

Centro de Salud Cartagena Este, Virgen de la Caridad

INTRODUCCIÓN

Información Anticonceptiva Integral

Al adolescente se le debe informar de todos los métodos anticonceptivos disponibles, ya que **no existen métodos específicos** ni desaconsejables para su edad, excepto los definitivos.

La **información completa permite tomar decisiones informadas** sobre salud sexual y reproductiva, adaptadas a las necesidades individuales de cada joven.

Consideraciones Especiales en la Adolescencia

Desarrollo Biológico

Tener en cuenta el grado de maduración biológica y no interferir en el desarrollo y el crecimiento.

Actividad Sexual

Ser adecuado a su actividad sexual, valorando el tipo, frecuencia y la existencia de compañero no monógamo o cambios frecuentes de pareja.

Facilidad de Uso

Ser de fácil realización, porque los métodos cuyo uso requiera mayores cuidados pueden ser rechazados o mal utilizados.

Reversibilidad

Siempre debe ser reversible, salvo casos excepcionales como enfermedades o deficiencias psíquicas.

Contraceptive method



"Condom"

Barrier protection



"Birth control pills"

Daily hormonal method



Patch

- Hormone-releasing skin patch

"Vaginal ring"

Monthly hormonal



Hormonal pealeincy
Mormolterine ring

"Vaccinal ring"

Small skin pact



Implant

Long-term intrauterine device

"IUD"

Hormone shot



"Injection"

Hormone shod

"Fertility awarenesss"

Cycle tracking



"Diaphragm"

Long-acting
revevsible



"Abstittence"

Barrier mekink

"Diaphgm"

(No sexual activity)



CAPÍTULO 1

Tipos de Métodos Anticonceptivos

Abstinencia

La promoción de la abstinencia persigue **retrasar el inicio** de las relaciones coitales, como forma más eficaz de prevenir el embarazo y las infecciones de transmisión sexual.

Los adolescentes deben aprender que tienen **derecho** a tener su propia **historia sexual, con relaciones sexuales o sin ellas, aprendiendo a decir no cuando esto es lo que quieren.**

Derecho a Decidir

Reconocer el derecho a ser diferentes y distintos de los demás.

Asertividad

Ser asertivos con posibles parejas, no dejándose presionar.

Sexo Seguro

Exigir condiciones de sexo seguro en todas las circunstancias.

Métodos Naturales



No Recomendables en Adolescentes

Complejidad y poca eficacia, debido a las variaciones del ciclo menstrual en esta etapa.

Se basan en programar el coito en los días en que sea más improbable el embarazo, pero son métodos de baja eficacia y con alto porcentaje de errores.

❏ Ninguno de estos métodos protege frente a las ITS.

Coito Interrumpido

Aunque no es considerado propiamente un método anticonceptivo, sigue siendo uno de los más utilizados por los adolescentes, al tratarse de un método gratuito y accesible en cualquier momento.

Sin embargo, presenta **baja eficacia y no ofrece protección** contra las infecciones de transmisión sexual.

MÉTODOS DE BARRERA

Anticoncepción de Barrera

Ventajas Clave

No interfiere en el ciclo menstrual y proporciona protección adicional frente a las ITS.

Especialmente el **preservativo**, es muy recomendable entre adolescentes, solo o asociado a otro método más eficaz.

Su uso combinado con otros métodos proporciona la máxima protección tanto contra embarazos como contra infecciones.

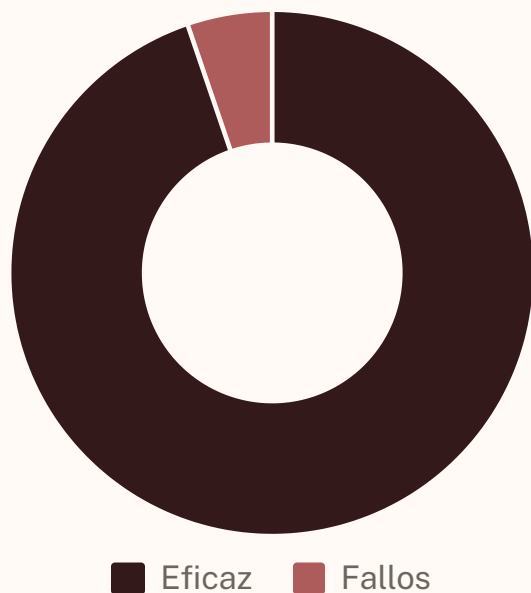
El Preservativo



Ambos cumplen la doble función de proteger frente al embarazo y a las ITS, por lo que se consideran métodos aconsejables durante la adolescencia.



Eficacia del Preservativo



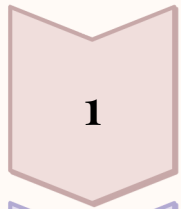
Alta Efectividad con Uso Correcto

En general, su índice de fallos es del 5% cuando se usa correctamente.

La tasa de rotura oscila entre 0,5-3%.

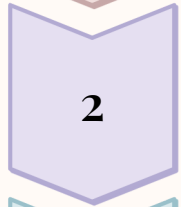
La utilización conjunta del preservativo al mismo tiempo que un método de alta eficacia (píldora o DIU), conocido como "**doble protección**", no solo previene de las ITS, sino que además refuerza la acción anticonceptiva frente a posibles fallos de cumplimiento.

Doble Protección



Preservativo

Protección contra ITS



Método Hormonal

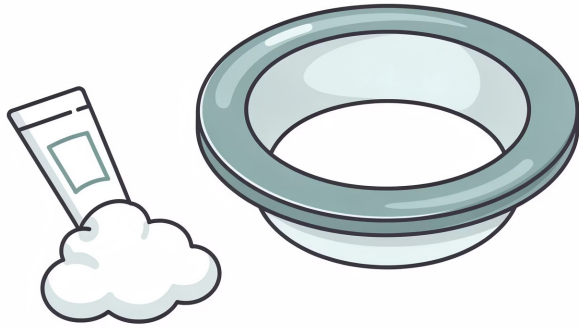
Alta eficacia anticonceptiva



Protección Completa

Máxima seguridad

Otros Métodos de Barrera



Espermicidas

Sustancias químicas que inactivan o destruyen los espermatozoides. Pueden usarse solos o combinados con otros métodos de barrera.

Diafragma

Dispositivo de barrera que se coloca en la vagina cubriendo el cuello uterino. Requiere ajuste profesional y uso correcto para ser efectivo.

CAPÍTULO 2

Anticonceptivos Hormonales Combinados

Elevada Eficacia y Efectos Beneficiosos

Anticoncepción Hormonal Combinada (AHC)

La anticoncepción hormonal combinada es **reversible, de alta eficacia y seguridad, fácil de utilizar y no interfiere en la relación sexual ni en el desarrollo físico**, por lo que es considerada una anticoncepción preferente y recomendable en la mayoría de adolescentes.



Composición

Combinación de estrógenos y gestágenos



Seguridad

Alta eficacia y perfil de seguridad



Facilidad

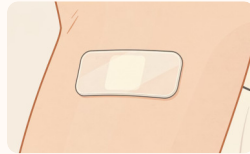
Fácil de utilizar y recordar

Vías de Administración de AHC



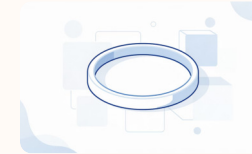
Vía Oral

La más conocida y utilizada. Píldora diaria que ofrece control y flexibilidad.



Vía Transdérmica

Parche que se cambia semanalmente durante tres semanas, seguidas de una semana de intervalo. No es eficaz en peso elevado.



Vía Vaginal

Anillo flexible que se mantiene 3 semanas en vagina, con una semana de descanso. Eficacia no alterada por trastornos digestivos.

Ventajas de los AHC para Adolescentes

1

Alta Eficacia

Protección anticonceptiva superior

2

Fácil Utilización

Métodos simples de usar

3

Rápida Reversibilidad

Vuelta a la fertilidad tras el abandono

4

Sin Interferencia

No tiene relación con el coito

5

Independencia

No necesita cooperación de la pareja

Riesgos y Contraindicaciones de AHC

Riesgo de Trombosis

Los AHC aumentan en 5 veces el riesgo de trombosis, pero las adolescentes tienen muy bajo riesgo de enfermedad tromboémbolica venosa (ETV) y, en todo caso, sería menor al riesgo que proporcionaría un embarazo.

Migraña con Aura

Contraindicación absoluta

Trombofilia Familiar

Requiere historia clínica exhaustiva

Efectos Secundarios

Síntomas
gastrointestinales,
cefaleas o mastalgia
(pasajeros)

Sangrados Intermenstruales

Pueden ocurrir
inicialmente

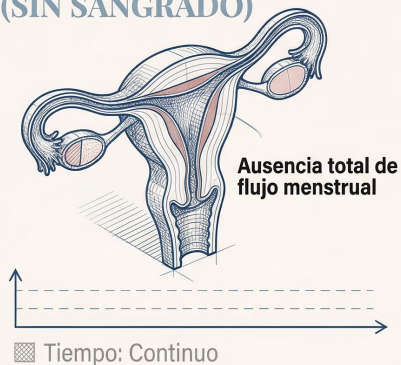
CAPÍTULO 3

Anticonceptivos Sólo con Gestágenos

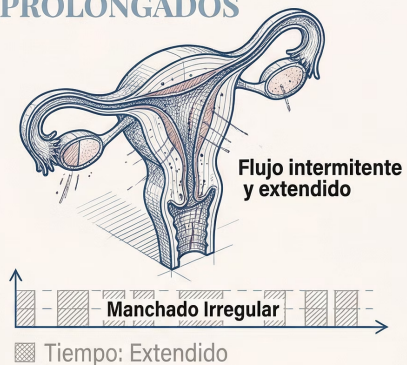
Anticoncepción eficaz y de larga duración mediante el implante o el DIU hormonal, con el inconveniente de patrones de sangrado irregulares.

Características de la Anticoncepción con Gestágenos

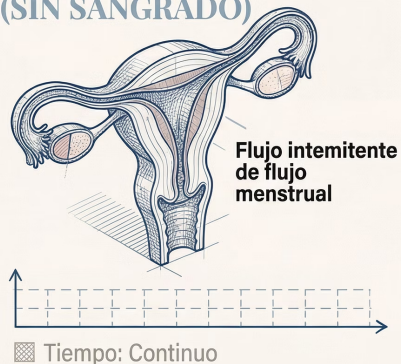
AMENORREA (SIN SANGRADO)



MANCHADOS PROLONGADOS



AMENORREA (SIN SANGRADO)



SANGRADOS REGULARES ESCASOS



Patrones de Sangrado Variables

Un efecto poco deseable para algunas es que el patrón de sangrado es muy variable: desde amenorrea hasta manchados-sangrados prolongados o sangrados regulares, pero más escasos.

Vías de Administración de Gestágenos

01

Vía Oral

Píldoras de toma diaria continua, iniciando el primer día de regla.

02

Vía Intramuscular

Periodicidad trimestral. No se recomienda en menores de 18 años porque induce osteopenia.

03

Vía Subdérmica

Implante de varilla única insertado en la cara interna del brazo, eficaz durante tres años.

04

Vía Endouterina

Dispositivo intrauterino que libera levonorgestrel (LNG-DIU) de forma continua, eficaz durante 5 años.

Ventajas de Métodos de Larga Duración

Mayor Efectividad

Estos métodos propician una mayor efectividad que otros métodos hormonales, al presentar una menor tasa de abandonos y evitarse errores en su uso.

Beneficios Clave

- No requieren cumplimiento diario
- Protección continua durante años
- Menos errores de usuario
- Alta satisfacción a largo plazo



CAPÍTULO 4

Anticoncepción Intrauterina

Métodos Eficaces de Larga Duración



DIU de Cobre

La prescripción de DIU entre adolescentes aún es minoritaria, pese a que se trata de un método muy eficaz y de larga duración.

Presenta la ventaja de ser un método de larga duración, eficaz y que no requiere cumplimiento. Puede ser una buena elección en adolescentes con hijos que mantienen relaciones sexuales estables.

Consideraciones

La colocación puede ser ligeramente dolorosa y el sangrado menstrual más abundante.

Tasa de Expulsión

Mayor en pacientes jóvenes y nulíparas.

Indicaciones

Adolescentes que no deseen métodos hormonales ni de barrera y no requieran protección frente a ITS.

ANTICONCEPCIÓN DE EMERGENCIA

La Última Opción

La anticoncepción de emergencia supone la **última posibilidad** de evitar un embarazo no deseado, pero no debe utilizarse de forma habitual, porque su eficacia es mucho menor que la de otros métodos.

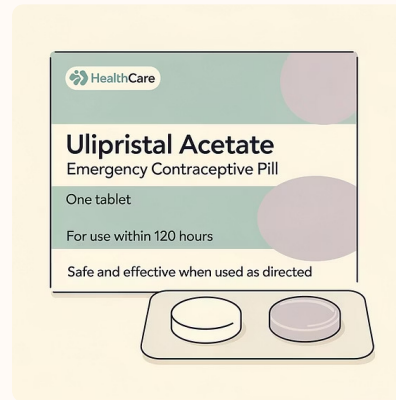
Tipos de Anticoncepción de Emergencia



Píldora de LNG 1,5 mg

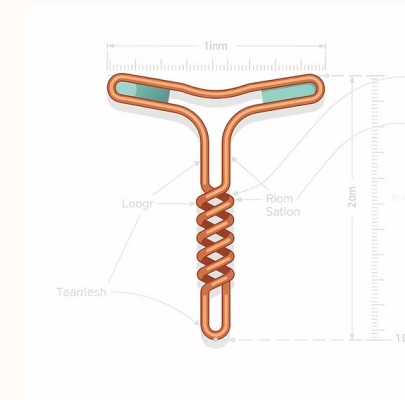
Eficaz hasta 72 horas tras el coito.

Dispensación libre en farmacia sin receta.



Píldora de Acetato de Ulipristal 30 mg

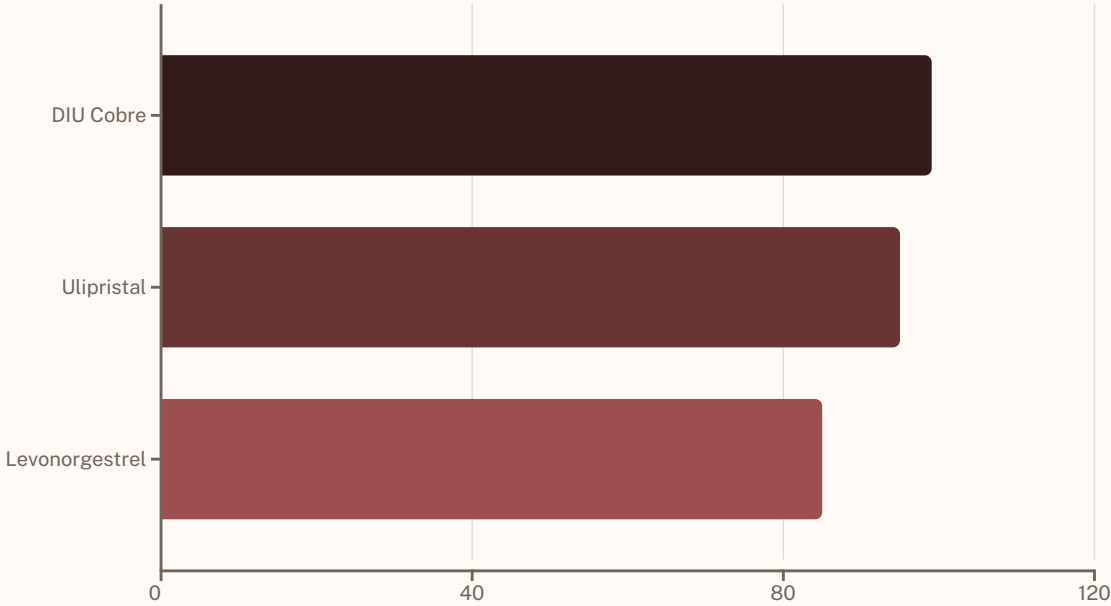
Indicada dentro de las 120 horas (5 días) siguientes al coito de riesgo. Sin receta médica.



DIU de Alta Carga de Cobre

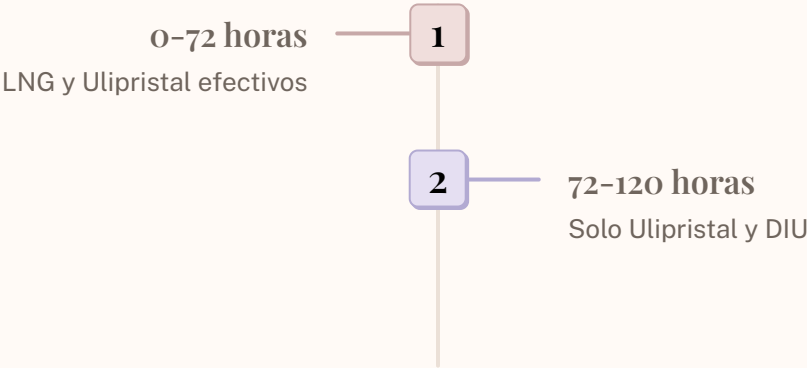
Hasta 120 horas tras el coito. Eficacia muy elevada, con tasas de fallos inferiores al 1%.

Comparación de Eficacia



Ventanas de Tiempo

La eficacia de la anticoncepción de emergencia depende críticamente del tiempo transcurrido desde el coito de riesgo.

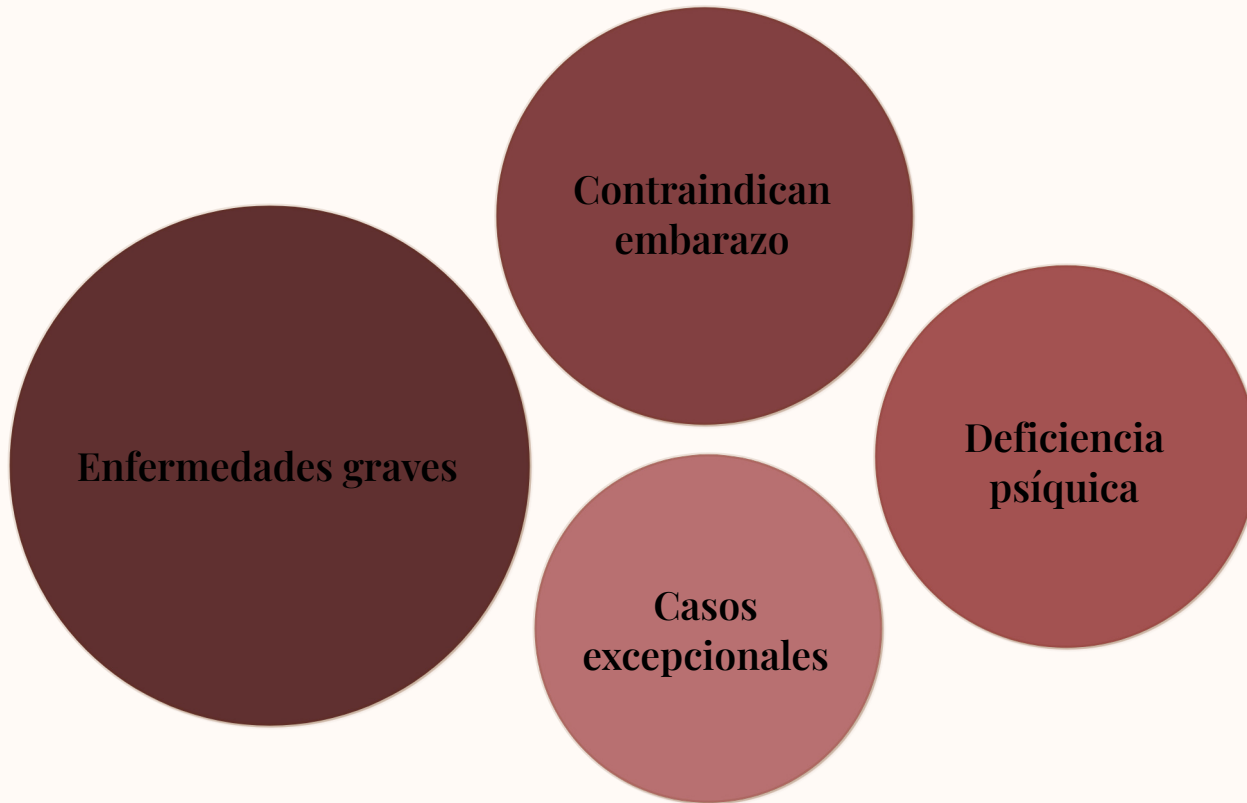


CAPÍTULO 5

Métodos Irreversibles

El recurso a la utilización de los métodos irreversibles (ligadura de trompas, vasectomía) en adolescentes tan solo se contempla en situaciones extraordinarias.

Situaciones Excepcionales



Casos Muy Limitados

Estas decisiones requieren evaluación médica exhaustiva y consideración ética profunda.

USO DEL PRESERVATIVO

Abordando la Reticencia Masculina

¿Cómo podemos abordar la reticencia del chico a utilizar el preservativo? Soluciones prácticas para objeciones comunes.

Soluciones a Problemas Comunes



Alergia al Látex

Usar preservativos libres de látex fabricados con materiales alternativos como poliuretano o poliisopreno.



Problemas de Talla

Incomodidad o estrangulamiento: talla más grande. Si se arruga o sale: talla más pequeña.



Disminución de Sensibilidad

Usar preservativos extrafinos o sin látex que permiten mayor sensación táctil.



Pérdida de Espontaneidad

Integrar el preservativo en el juego sexual como parte del encuentro íntimo.



No Disponibilidad

Comprar preservativos con anticipación ante la posibilidad de mantener un encuentro sexual.



CAPÍTULO 6

El Embarazo en la Adolescencia

Riesgos y Consecuencias

Riesgos Físicos para la Madre

Anemia

Deficiencia de hierro o nutrientes esenciales durante el embarazo.

Preeclampsia

Hipertensión gestacional peligrosa durante el embarazo.

Infecciones

Infecciones urinarias y otros procesos infecciosos más frecuentes.

Parto Prematuro

Aumentan las complicaciones obstétricas significativamente.

Hemorragias

Mayor riesgo de hemorragias obstétricas y complicaciones durante el parto.

Alto Riesgo Obstétrico

Clasificación de Riesgo

En conjunto, estos factores hacen que los embarazos adolescentes sean considerados de alto riesgo obstétrico.

Mayor mortalidad materna y morbilidad comparado con mujeres entre 20–29 años.

La inmadurez física y biológica aumenta significativamente las complicaciones durante el embarazo y el parto.

Requiere seguimiento médico especializado y atención prenatal intensiva.

Riesgos Emocionales y Psicológicos

Depresión Posparto

Más frecuente en madres adolescentes debido a la inmadurez emocional y falta de recursos.

Estrés Emocional

Vulnerabilidad psicológica debido a la inmadurez y cambios de vida abruptos.

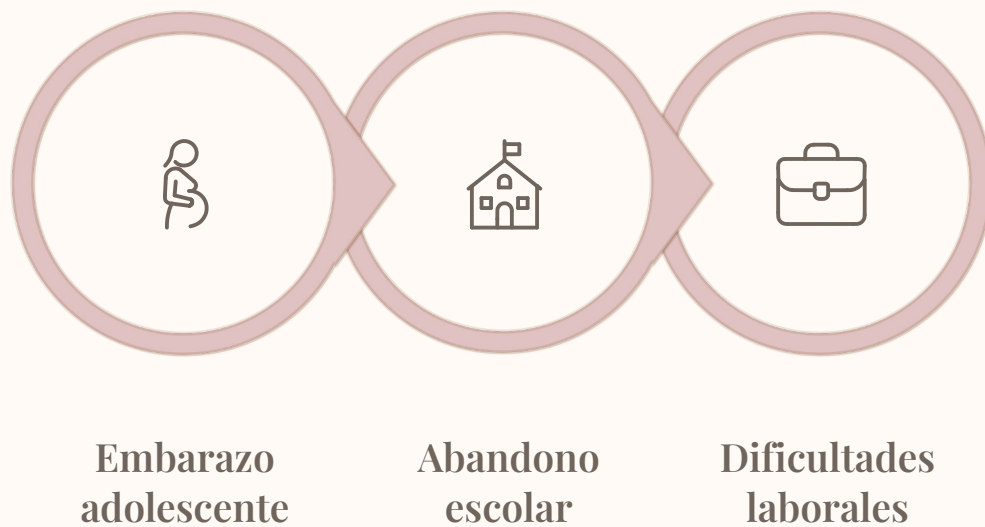
Problemas de Vinculación

Mayor riesgo de problemas de vinculación madre-bebé, afectando la interacción y el cuidado primario.

Formación de Identidad

La maternidad puede interferir con la formación de identidad, tarea crucial en esta etapa del desarrollo.

Impacto Educativo y Laboral

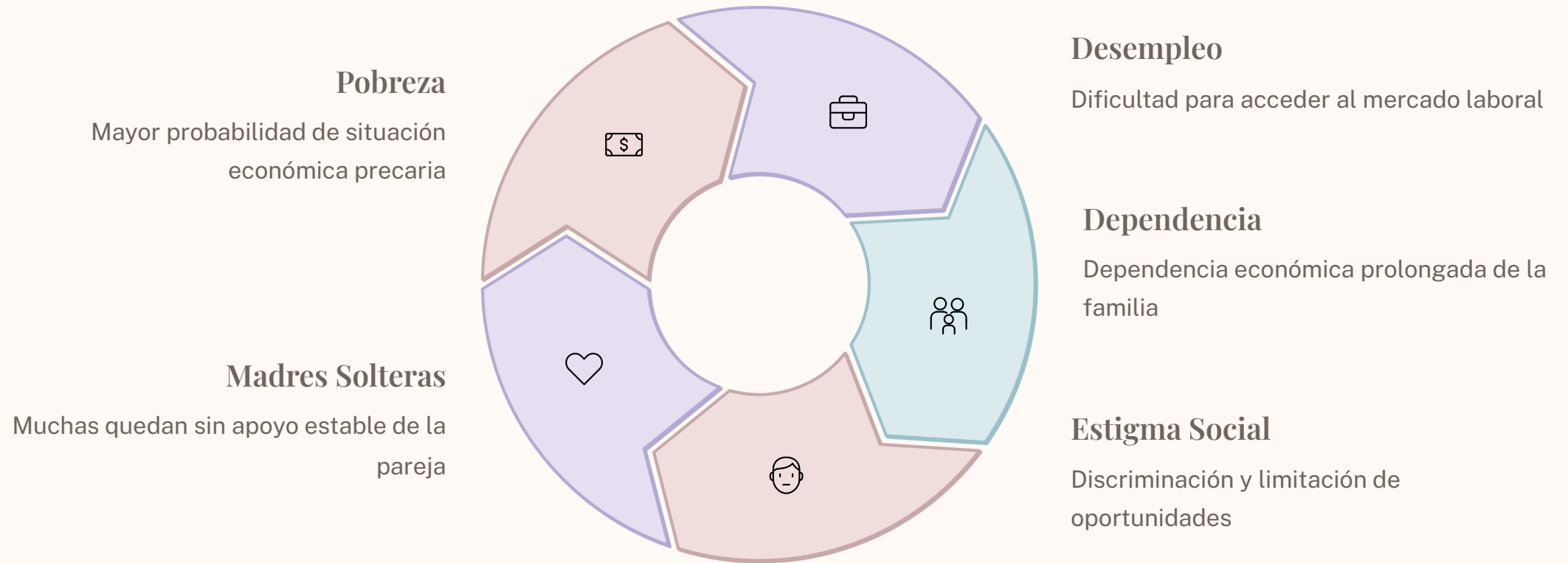


Interrupción del Desarrollo

Abandono escolar o interrupción de estudios por la maternidad. Dificultades para completar educación secundaria o acceder a mejores empleos.

El embarazo adolescente crea un ciclo de desventaja que puede perpetuarse a lo largo de la vida, limitando oportunidades profesionales y económicas.

Vulnerabilidad Social



RIESGOS PARA EL BEBÉ

Consecuencias desde el Nacimiento

El embarazo adolescente no solo afecta a la madre, sino que también tiene consecuencias significativas para el desarrollo y la salud del bebé.

Riesgos Inmediatos para el Bebé

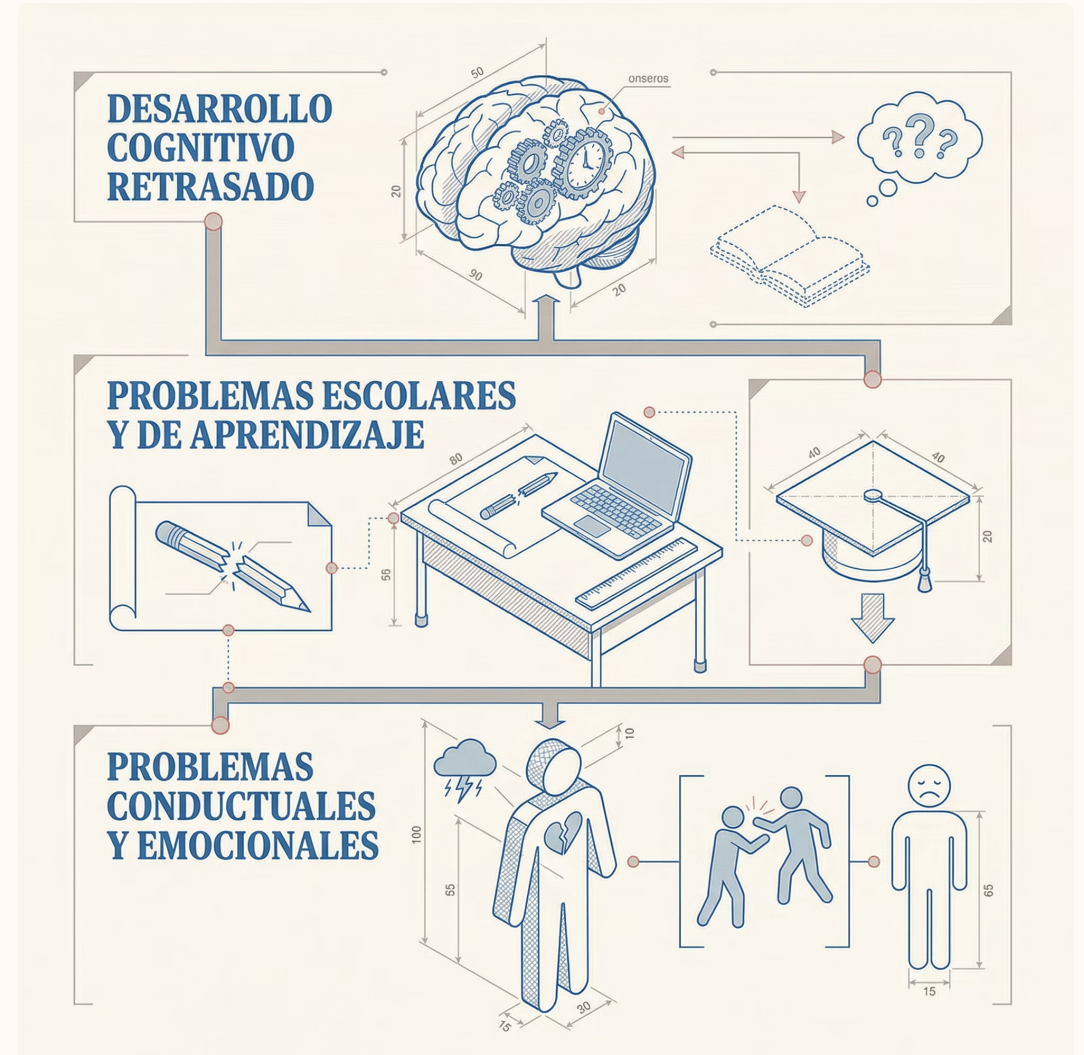
Parto Prematuro Mayor incidencia de nacimientos antes de término	Bajo Peso Bajo peso al nacer incrementa vulnerabilidad médica	Mortalidad Neonatal Mayor riesgo en primeros días y meses de vida	Problemas Respiratorios Complicaciones de salud tempranas más frecuentes
--	---	---	--

Consecuencias a Largo Plazo

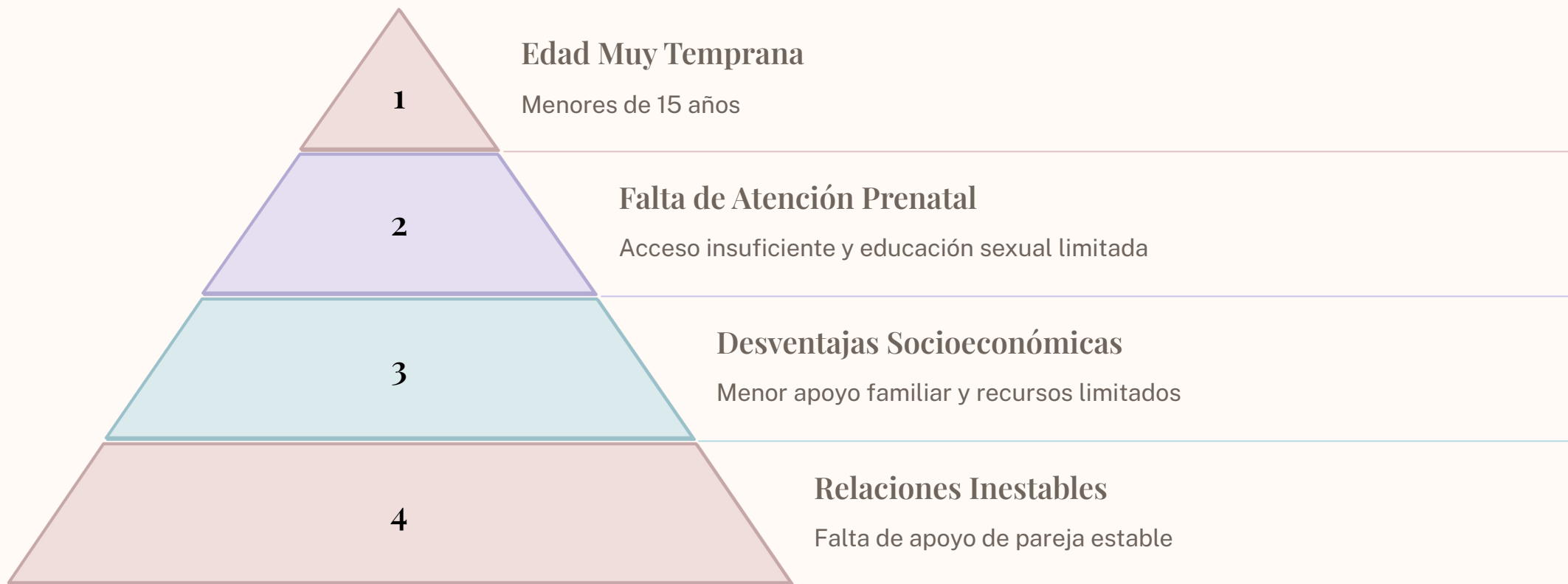
Desarrollo Infantil Comprometido

El niño puede tener mayor probabilidad de retrasos en el desarrollo, problemas escolares o conductuales más adelante.

Ambiente familiar desafiante (falta de apoyo, recursos o atención adecuada) también influye negativamente en su desarrollo emocional y cognitivo.



Factores que Agravan los Riesgos



Edad y Complicaciones

Mayor Riesgo en Edades Tempranas

La edad muy temprana (menores de 15 años) tiende a asociarse con mayores complicaciones tanto para la madre como para el bebé.

El desarrollo físico incompleto y la inmadurez biológica aumentan exponencialmente los riesgos obstétricos y neonatales.

Importancia de la Prevención



Educación Sexual

Información completa y accesible



Acceso a Anticonceptivos

Métodos seguros y efectivos



Apoyo Familiar

Comunicación abierta y comprensiva



Atención Sanitaria

Servicios de salud reproductiva

Conclusiones Clave

1

Información Completa

Los adolescentes deben recibir información sobre todos los métodos anticonceptivos disponibles.

3

Métodos de Larga Duración

Implantes y DIU proporcionan alta eficacia sin requerir cumplimiento diario.

2

Doble Protección

El preservativo combinado con métodos hormonales ofrece la máxima seguridad.

4

Prevención del Embarazo

El embarazo adolescente conlleva riesgos significativos para madre y bebé.