

Open Acces



#### Revisió científica:

Júlia Ojuel, Grup de Sexualitat de la CAMFiC

#### Revisió editorial:

Lurdes Alonso, Fulls per a pacients de la CAMFiC

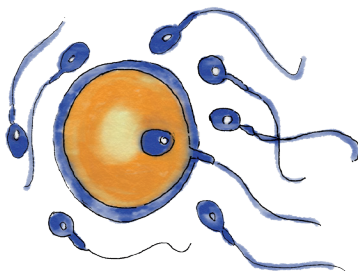
#### Il·lustracions:

Elvira Zarza

## Mètodes anticonceptius

Raquel García Trigo

Els mètodes anticonceptius són formes d'evitar l'embaràs. Perquè es pugui produir l'embaràs cal que l'òvul de la dona entri en contacte amb els espermatozous de l'home.



L'embaràs es pot evitar mitjançant:

1. **Mètodes barrera:** interposar un material que impedeix que els espermatozous arribin a trobar l'òvul. Bàsicament són els preservatius masculí i femení (99% efectius).
2. **Mètodes hormonal:** S'evita que hi hagi ovulació mitjançant la presa d'hormones en unes dosis determinades (90-95% efectius).

Es poden fer servir ambdós mètodes.

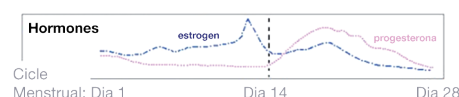
L'efectivitat de tots els mètodes depèn molt del seu ús correcte.

**Els mètodes barrera no només eviten l'embaràs no desitjat, sinó també el contagi de malalties de transmissió sexual** (sífilis, VIH-sida gonorrea o clamídia, entre d'altres) i la infecció pel virus del papil·loma humà i, per tant, la possibilitat de càncer de cèrvix.

### Com influeixen en el cicle menstrual els mètodes hormonal?

El cicle menstrual de les dones està controlat bàsicament per dos tipus d'hormones: estrògens i progestàgens. L'increment dels estrògens serveix per preparar l'úter per a un possible embaràs i per

ovular, i l'augment dels progestàgens atura l'ovulació, a l'espera de quedar embarassada. Quan no hi ha embaràs, les hormones disminueixen i provoquen el sagnat de la capa interna de l'úter, conegut com a *menstruació*.



Els mètodes hormonal són les mateixes hormones que fabrica el nostre cos, però administrades en una dosi fixa de forma externa que evita o estanca l'ovulació. Serveixen per evitar l'embaràs i regular el cicle hormonal en dones amb menstruacions irregulars, doloroses o excessivament abundants o freqüents. També es poden fer servir per a algunes malalties influïdes pels canvis hormonal, com l'acne o la síndrome de l'ovari poliquístic.

### Per a què no serveixen el mètodes hormonal?

No eviten l'embaràs si es comencen a utilitzar després de tenir una relació sexual sense protecció: cal haver-los fet servir prèviament perquè siguin efectius. En aquesta situació hi ha unes píndoles conegudes com la *píndola del dia després*, també porten hormones, però a dosis diferents.

### Quins tipus de mètodes hormonal hi ha?

1. **Combinats (estrògens i progestàgens):** píndoles anticonceptives, pegats i anell vaginal.
2. **Només amb progestàgens:** píndoles de progestàgens, implant subcutani, injecció hormonal i dispositiu intrauterí (DIU).

#### Com citar l'article:

García Trigo R. Mètodes anticonceptius. But At Prim Cat 2018;36:7.