

## Capuchón cervical

El capuchón cervical es un método anticonceptivo de barrera, está hecho de látex o de silicona y se coloca en la zona cervical de la vagina. Su función es impedir que entren los espermatozoides dentro del útero, bloqueando su entrada y previniendo los embarazos no deseados.

### ¿Qué es el capuchón cervical?

El **capuchón cervical** tiene forma de copa pequeña o dedal de silicona que se introduce en la vagina hasta ajustarse en el cuello del útero. Su diseño crea una barrera física que impide el paso de los espermatozoides al útero.

Para que su efectividad sea óptima, siempre debe utilizarse junto con espermicida, un gel que inactiva los espermatozoides.

A diferencia de otros métodos, el capuchón cervical requiere una **prescripción y medición ginecológica**. El especialista determinará cuál de los tamaños estándar es el adecuado. Un tamaño incorrecto anularía el efecto de succión, reduciendo drásticamente su porcentaje de éxito.

### Precio del capuchón cervical

El **costo del capuchón cervical** es de aproximadamente entre los **\$1,800 y \$2,800 pesos mexicanos**.

### ¿Cómo se pone el capuchón cervical?

La **colocación** correcta es vital para prevenir [embarazos no deseados](#).

1. Antes de manipular el capuchón, **lávate bien las manos con agua y jabón neutro**. Esto previene la introducción de bacterias que podrían causar infecciones vaginales o urinarias.
2. **Nunca debe usarse solo**. Aplica un gel espermicida en el interior de la copa (la parte que estará en contacto con el cuello uterino).
3. Para facilitar la entrada al canal vaginal, busca una posición que relaje los músculos de la pelvis: en cuclillas, sentada en el borde del inodoro o de pie con una pierna apoyada sobre una silla o el borde de la bañera.
4. Aprieta el borde del capuchón entre el pulgar y el índice para comprimirlo. Introdúcelo en la vagina deslizándolo hacia el fondo, apuntando hacia la parte baja de la espalda
5. No basta con insertarlo; debes verificar su posición. Introduce un dedo y recorre todo el borde del capuchón. Si sientes el cuello uterino a través de la silicona, está

bien colocado. Asegúrate de que no haya huecos entre el capuchón y las paredes del cérvix.

## ¿Cómo se quita el capuchón cervical?

Retirar el dispositivo correctamente es tan importante como su colocación para evitar irritaciones o riesgos de infección. Para garantizar la máxima efectividad anticonceptiva, debes esperar entre 6 y 8 horas después de tu última relación sexual con penetración. Nunca dejes el capuchón insertado por más de 48 horas seguidas, ya que esto aumenta el riesgo de sufrir el Síndrome de Shock Tóxico (SST) o infecciones vaginales.

Para retirarlo:

1. Lávate bien las manos con agua y jabón para evitar introducir bacterias en el canal vaginal.
2. Ponte en una posición cómoda (similar a la de colocar un tampón). Introduce un dedo y localiza la **tira de extracción** o el borde del dispositivo.
3. Presiona ligeramente el cuerpo de la copa para liberar la succión. Es fundamental **romper el vacío** antes de tirar, para no lastimar el tejido del cuello uterino.
4. Tira suavemente de la tira o del borde hasta que el capuchón salga por completo.
5. Para prolongar la vida útil de tu capuchón (que suele ser de hasta un año) y mantener tu salud íntima:
6. Usa exclusivamente agua tibia y jabón neutro (sin fragancias ni alcohol).
7. Déjalo secar totalmente al aire antes de guardarlo. No uses toallas que puedan soltar fibras.
8. Guárdalo en su estuche original, en un lugar fresco y seco, lejos de la luz solar directa.
9. Antes de guardarlo, revísalo a contraluz para asegurarte de que no tenga grietas, perforaciones o zonas desgastadas.

## Ventajas del capuchón cervical

- Es un **método de barrera** ideal para mujeres que no pueden o no quieren usar **anticonceptivos hormonales**.
- Una vez colocado, ni tú ni tu pareja deberíais sentirlo, A diferencia del **preservativo**, no es necesario interrumpir el momento previo al sexo. Puedes colocarlo hasta 24 horas antes del coito, lo que permite mayor espontaneidad.
- Un solo dispositivo puede durar hasta un año con los cuidados adecuados, lo que supone un ahorro económico considerable a largo plazo.
- Es muy seguro para mujeres en periodo de lactancia materna.

## Desventajas y riesgos del capuchón cervical

- **Puede ser difícil de colocar al principio**, ya que requiere que la mujer se sienta cómoda explorando su propio cuerpo para localizar el cuello uterino. Una colocación incorrecta anula su efectividad, por lo que se recomienda practicar con el ginecólogo las primeras veces.
- Su tasa de fallo es más alta que la de la píldora o el **DIU**. Mientras que los métodos hormonales tienen una efectividad superior al 99%, el **capuchón cervical ronda el 86% de éxito** en condiciones de uso típicas
- **No protege frente al VIH ni otras infecciones de transmisión sexual**, como la **clamidia** o la **gonorrea**. Si no tienes una pareja estable, se recomienda el "doble método" (capuchón + preservativo).
- Puede aumentar la probabilidad de sufrir **infecciones de orina** o el raro Síndrome de Shock Tóxico (SST) si se deja demasiado tiempo. Es fundamental los tiempos de extracción.
- **No se puede utilizar durante la menstruación** debido al riesgo de infección por el estancamiento del flujo sanguíneo, ni tampoco es recomendable si existen anomalías físicas en el cuello del útero.

## Efectividad del capuchón cervical

La eficacia de este método varía según si la mujer ha sido madre o no:

- Mujeres nulíparas (nunca han dado a luz): Alrededor del 91% de efectividad.
- **Mujeres multíparas (han dado a luz)**: La efectividad baja considerablemente (cerca del 71%), debido a que el cuello uterino cambia de forma tras el parto.

Para maximizar la efectividad del capuchón cervical, el uso del espermicida es innegociable.

## Contraindicaciones: ¿Cuándo evitar su uso?

No se recomienda el uso del capuchón cervical en los siguientes casos:

1. Durante la **menstruación** (riesgo de infección).
2. Si has tenido un parto o **aborto** hace menos de 10 semanas.
3. Antecedentes de Síndrome de Shock Tóxico.
4. Alergia a la silicona o componentes del espermicida.
5. Presencia de anomalías físicas en el cuello del útero o cirugías recientes en la zona.

## Preguntas frecuentes sobre el capuchón cervical

*¿Necesito receta médica?*

Sí. A diferencia de otros métodos, el capuchón cervical requiere la supervisión de un profesional de la salud. Un ginecólogo debe realizar una medición del cuello uterino para determinar cuál de las tres tallas disponibles (22 mm, 26 mm o 30 mm) es la adecuada para tu anatomía.

*¿Se puede usar con lubricante?*

Sí, siempre, pero con condiciones. Debes usar exclusivamente lubricantes a base de agua. Evita cualquier lubricante o producto a base de aceite (como vaselina o aceites corporales), ya que estos degradan la silicona médica, pueden crear poros invisibles en el dispositivo y romperlo.

*¿Se puede usar el capuchón cervical durante la regla?*

No se recomienda. El uso del capuchón durante la menstruación aumenta significativamente el riesgo de infecciones y del Síndrome de Shock Tóxico (SST). Además, el flujo sanguíneo podría interferir con el sellado por succión y la eficacia del espermicida.

### Autor y colaboradores



**Eva Sánchez Castro**  
Comunicadora Social, Autor

Comunicadora social y especialista en contenido de calidad para webs médicas con más de 10 años de experiencia. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 11 Septiembre 2017 Actualización: 2 Julio 2026



**Delia Sánchez Castro**  
Colaborador

Comunicadora social y periodista con más de 20 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 11 Septiembre 2017 Actualización: 2 Julio 2026