

Anticonceptivos femeninos

Los anticonceptivos femeninos son herramientas esenciales en la salud sexual y reproductiva de la mujer, diseñadas para prevenir el embarazo al impedir la fecundación. Existen diversas opciones, que van desde medicamentos y dispositivos hasta procedimientos quirúrgicos, adaptándose a las necesidades y estilos de vida de cada mujer. Comprender los diferentes tipos de anticonceptivos femeninos es clave para tomar una decisión informada sobre la planificación familiar.

¿Qué son los anticonceptivos femeninos y cómo elegirlos?

Los **anticonceptivos femeninos** son métodos utilizados por las mujeres para prevenir un **embarazo no deseado**. Algunos de ellos, como el preservativo femenino, ofrecen la ventaja adicional de proteger contra las **enfermedades de transmisión sexual** (ETS), un aspecto crucial para la salud integral.

La elección del método anticonceptivo más adecuado es una decisión personal que debe tomarse en consulta con un profesional de la salud. Factores importantes a considerar incluyen:

- **Número de parejas sexuales:** Influye en la necesidad de protección contra las ETS.
- **Regulación del ciclo menstrual:** Algunos anticonceptivos también se utilizan para tratar irregularidades menstruales.
- **Efectividad:** La tasa de éxito en la prevención del embarazo.
- **Duración y reversibilidad:** Si se busca una solución a corto plazo, a largo plazo o permanente.
- **Hábitos de salud:** Condiciones médicas preexistentes o tabaquismo.
- **Vías de administración:** Oral, inyectable, cutánea, vaginal, intrauterina.
- **Comodidad y complejidad de uso:** Preferencias personales sobre la facilidad de aplicación.
- **Precio:** El coste asociado al método y su mantenimiento.
- **Protección frente a Infecciones de Transmisión Sexual ITS:** Si la prevención de ETS es una prioridad.

Recomendaciones para elegir tu anticonceptivo

Al buscar el anticonceptivo ideal, ten en cuenta estos consejos:

- **Asesoramiento profesional:** El ginecólogo es el profesional indicado para evaluar tu salud y proponer los métodos más convenientes. Sin embargo, la decisión final es tuya, basada en tus circunstancias personales y preferencias.
- **Doble método anticonceptivo:** Para una máxima protección (embarazo y ETS), se recomienda el uso combinado de un anticonceptivo hormonal (para el embarazo) y el preservativo (masculino o femenino, para las ETS).

- **Tabaquismo y hormonales:** Si eres fumadora, es fundamental saber que los anticonceptivos hormonales y el tabaco son incompatibles, ya que aumentan significativamente el riesgo de complicaciones cardiovasculares. Deberías considerar dejar de fumar o elegir un método no hormonal.
- **Evaluación médica completa:** Antes de recomendarte el método más adecuado, el ginecólogo realizará una exploración ginecológica y mamaria completa, y solicitará las pruebas necesarias para asegurar que el anticonceptivo elegido sea seguro para tu salud.

Tipos de anticonceptivos femeninos: Una clasificación completa

Los **anticonceptivos para mujeres** se clasifican en varios grupos principales, cada uno con un mecanismo de acción distinto:

1. **Métodos anticonceptivos de barrera**

Estos métodos impiden físicamente la unión del óvulo y el espermatozoide.

- **Preservativo Femenino:** Una funda de nitrilo o látex que se inserta en la vagina antes de la relación sexual. Es el único *anticonceptivo femenino* que ofrece doble protección: contra el embarazo y contra la mayoría de las ETS.
- **Capuchón cervical:** Un dispositivo de látex o silicona con forma de dedal que se coloca en la vagina para cubrir el cuello uterino, bloqueando la entrada de espermatozoides.
- **Diafragma:** Una pieza de silicona flexible y fina, con forma de disco, que se inserta en la vagina antes del coito para cubrir el cuello uterino y actuar como barrera.
- **Esponja anticonceptiva:** Una pequeña esponja redonda de espuma plástica, suave y desechable, que se impregna con espermicida y se coloca en el fondo de la vagina antes de las relaciones sexuales.
- **DIU (Dispositivo Intrauterino):** Aunque también es un dispositivo, se incluye aquí por su función de barrera química (DIU de cobre) u hormonal. Se inserta en el interior del útero e impide la fecundación del óvulo y/o su implantación.

2. **Anticonceptivos Hormonales**

Contienen diferentes dosis de hormonas (estrógenos y/o progestágenos) cuya función principal es inhibir la liberación de óvulos por parte de los ovarios y espesar la mucosidad del cuello del útero para dificultar el paso de los espermatozoides.

- **Pastillas anticonceptivas (píldoras):** Comprimidos que se toman diariamente. Existen de combinación (estrógeno y progestágeno) y de solo progestágeno.
- **Anillo vaginal (anillo anticonceptivo):** Un anillo de plástico flexible que se inserta en el interior de la vagina y libera hormonas de forma continua durante tres semanas.

- **Parche anticonceptivo:** Un parche adhesivo que se coloca sobre la piel (vientre, brazos, glúteos o espalda) y libera hormonas a través de ella durante una semana, cambiándose cada tres semanas.
- **Implante anticonceptivo:** Una o dos varillas pequeñas y delgadas que se insertan bajo la piel del brazo y liberan hormonas para prevenir el embarazo de forma prolongada (hasta 3-5 años).
- **Inyección anticonceptiva:** Inyecciones que se administran cada 30, 60 o 90 días, liberando hormonas que previenen el embarazo.

3. Métodos anticonceptivos quirúrgicos (Permanentes)

Son opciones de anticoncepción definitiva o de muy difícil reversibilidad, ideales para mujeres que tienen claro que no desean tener más hijos.

- **Ligadura de trompas:** Un procedimiento quirúrgico en el que se cierran o sellan las **trompas de Falopio**. Estas son las encargadas de conectar los ovarios con el útero, impidiendo que el óvulo se encuentre con el espermatozoide.

4. Anticonceptivos de emergencia

Estos métodos se utilizan después de una relación sexual de riesgo (por ejemplo, por rotura del preservativo, olvido de una píldora, o violación) para prevenir un embarazo no deseado. No deben usarse como método anticonceptivo regular.

- **DIU de Cobre de emergencia:** Puede insertarse hasta 5 días después de la relación sexual sin protección y es el método de emergencia más eficaz.
- **Píldora del día después:** Contiene levonorgestrel y debe tomarse lo antes posible tras la relación de riesgo.
- **Pastilla de los 5 días después** (píldora de los cinco días después): Contiene ulipristal acetato y es efectiva hasta 5 días después del coito no protegido.

5. Métodos anticonceptivos naturales

Se basan en la observación de los síntomas fisiológicos del ciclo menstrual femenino para identificar los días fértiles e infértiles, evitando las relaciones sexuales sin protección durante la fase fértil. Su efectividad es menor que la de otros métodos y requieren un seguimiento riguroso.

- Método de la **temperatura basal:** Monitoriza los cambios de temperatura corporal.
- **Método Billings** (o del moco cervical): Observa los cambios en la consistencia del moco cervical.
- **Método ogino:** Calcula los días fértiles basándose en la duración de ciclos menstruales anteriores (menos fiable).
-

- Método **MELA** (método de la lactancia y **amenorrea**): Una opción temporal para madres lactantes bajo ciertas condiciones estrictas.
- **Método del collar** (o de los días estándar): Utiliza un collar de cuentas para seguir el ciclo.

Anticonceptivos que ayudan a prevenir las (ITS/ETS)

Es crucial diferenciar entre la prevención del embarazo y la prevención de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS).

- El uso correcto y consistente del preservativo (masculino o femenino) es la forma más eficaz de prevenir no solo embarazos, sino también la mayoría de las ITS, incluida la infección por el **Virus del Papiloma Humano (VPH)**, **VIH**, **clamidia**, **gonorrea**, etc.
- Las píldoras anticonceptivas, los dispositivos intrauterinos (DIU), los implantes, los parches y otros métodos anticonceptivos hormonales son muy efectivos para prevenir el embarazo, pero no ofrecen ninguna protección contra las ITS. Por ello, si existe riesgo de contagio, se recomienda usar el doble método: el anticonceptivo hormonal para el embarazo y el preservativo para las ITS.

Anticonceptivos por Edad: Guía Rápida para Cada Etapa

La **elección del método anticonceptivo** ideal evoluciona con el tiempo. Aquí una guía rápida según tu edad:

Anticonceptivos en la Adolescencia

- **Prioridad:** Prevención de embarazo y protección contra ITS.
- **Recomendados:** **Condón** (doble protección), **Pastillas Anticonceptivas** (para embarazo, regulan ciclo), **Anillo Vaginal** (para embarazo, cómodo).

Anticonceptivos para la Juventud (20-30 años)

- **Prioridad:** Eficacia, comodidad, inicio de planificación familiar.
- **Recomendados:** **DIU** (larga duración, alta efectividad), **Diafragma** (barrera no hormonal), **Parche Anticonceptivo** (cómodo semanal), **Anticonceptivo Inyectable** (cada 1-3 meses).

Anticonceptivos para Adultos (30-40 años)

- **Prioridad:** Planificación familiar, reversibilidad y permanencia.
- **Recomendados:**
 - **Métodos Hormonales Reversibles:** Si se planea embarazo a medio/corto plazo (Píldoras, Anillo, Parche, Inyectables, DIU Hormonal).

- Métodos de Larga Duración o Permanentes: Si no se desean más hijos (DIU Hormonal o Cobre, Ligadura de Trompas, Vasectomía).

Anticonceptivos en la Edad Adulta (más de 40 años): Protección hasta la Menopausia

- **Prioridad:** Prevención de embarazo no deseado hasta la menopausia, evaluación de riesgos.
- **Recomendados:** **Condones** (siempre vital), **Métodos Quirúrgicos** (si no se desean más hijos), **Algunos Anticonceptivos Hormonales** (siempre bajo estricta supervisión médica).

Consulta Siempre a un Profesional de la Salud

Independientemente de tu edad, la clave para una **anticoncepción segura y efectiva** es la **consulta médica. Habla siempre con un ginecólogo o profesional de la salud** para evaluar tu historial, estilo de vida y necesidades. Ellos podrán orientarte sobre el **método anticonceptivo más seguro y eficaz para ti**, asegurando tu bienestar y tranquilidad.

Precios de Métodos Anticonceptivos

Métodos de Barrera

- Condón masculino: desde 0,80€ (unidad) hasta 40€+ (caja).
- Preservativo femenino: entre 1,97€ (unidad) y 50€ (paquete).
- Capuchón cervical: 17€ - 55€ (requiere espermicida y ajuste médico).
- Diafragma: 30€ - 65€ (uso con espermicida, requiere ajuste).
- Esponja anticonceptiva: 12€ - 50€ (paquetes con varias unidades).

Métodos Hormonales

- Anillo vaginal: 12€ - 20€ (mensual).
- Implante subdérmico: 149€ - 160€ (dura 3-5 años).
- Pastillas anticonceptivas: 14€ - 25€ (mensual).
- Inyección anticonceptiva: ≤5€ - 15€ (frecuencia variable).
- Parche anticonceptivo: 12€ - 15€ (mensual).
- DIU (hormonal o de cobre): 120€ - 300€ (larga duración)
 - En la Seguridad Social puede ser gratuito o tener bajo coste.

Métodos Quirúrgicos

- Vasectomía (hombres): 300€ – 1.000€
- Ligadura de trompas (mujeres): 600€ – 1.200€

Anticoncepción de Emergencia

- Pastilla del día después (Levonorgestrel): ~20€ (sin receta).
- Píldora 5 días después (Ulipristal): ~33€ (con receta).
- DIU de cobre (uso emergencia): 120€ – 300€ (consulta privada).

Espermicidas

- Gel para diafragma/capuchón: 23€ – 24€
- Gel espermicida general: ~11€
- Óvulos espermicidas: ~20€ (paquete)

Autor y colaboradores



Delia Sánchez

Comunicadora social, Autor

Comunicadora social y periodista con más de 15 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 31 Enero 2019 Actualización: 23 Julio 2025



Eva Sánchez

Asesora en educación sexual y salud integral de la mujer,
Colaborador

Asesora en educación sexual y salud integral de la mujer, comunicadora social y periodista con más de 10 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 31 Enero 2019 Actualización: 23 Julio 2025

© 2025 clínicasabortos.com | Queda prohibida la redistribución y la redifusión total o parcial de este contenido sin previo y expreso consentimiento