

Monica Selena Moreno

1-A

Actividad 1

Maestro: Daniel Rojas

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Método de Billings.** | Esta consiste en observar tanto la **consistencia como el olor del moco vaginal**. En el momento de la ovulación este moco vaginal es transparente, elástico y abundante**. Su efectividad es del 75% al 98.5% siempre que los datos se sepan entender.** | Image result for Método de Billings o del Moco Cervical |
| * [**Método basado en la Temperatura Basal**](http://www.tuguiasexual.com/metodos-anticonceptivos-naturales.php#basal)**.** | El aumento en los niveles de progesterona por la ovulación provoca un aumento de la temperatura basal equivalente a no más de medio grado centígrado aproximadamente**. Su efectividad es del 85% al 97% en condiciones normales.** | Image result for • Método basado en la Temperatura Basal |
| **Método del Ritmo.** | Para hacer este método más confiable se debe tomar la temperatura oral, vaginal o anal diariamente por tres meses por la mañana, a la misma hora y antes de levantase. **Su efectividad es del 85% al 97% en condiciones normales.** | Image result for Método del Ritmo. |
| * [**Método del Ritmo, Calendario u Ogino Kaus**](http://www.tuguiasexual.com/metodos-anticonceptivos-naturales.php#kaus)**.** | El método del ritmo se basa en que la vida del ovocito es de 24-48 horas y la del espermatozoide de hasta 92 horas, por lo que si no se mantienen relaciones sexuales 5 días antes y 2 después de la ovulación no habrán posibilidades de embarazo. **Su efectividad es del 65% al 85% en mujeres muy regulares y parejas disciplinadas que cumplen el periodo de abstinencia correctamente.** | Image result for • Método del Ritmo, Calendario u Ogino Kaus. |
| * [**Método durante la Lactancia Materna**](http://www.tuguiasexual.com/metodos-anticonceptivos-naturales.php#materna)**.** | Sin embargo, después del sexto mes de vida del bebe o cuándo este mama menos de 6 veces al día, el método no es seguro ya que puede regresar la ovulación al cuerpo femenino. **Su efectividad es del 95% si se mantiene la lactancia constante y exclusiva y no hay manifestaciones de menstruación.** | Image result for anticonceptivo Método durante la Lactancia Materna. |
| **Método Sintotérmico.** | Dentro de los métodos naturales para el control de la natalidad, **el método anticonceptivo sintotérmico es el de mayor eficacia**, ya que combina varios métodos naturales a su vez. **Su efectividad es del 97% si los todos los datos se interpretan correctamente.** | Image result for Método Sintotérmico. |