

Método de Dos Días® - Hoja Informativa

¿Que es el Método de Dos Días?

El Método de Dos Días® se basa en la presencia de secreciones cervicales como una señal confiable de la fertilidad de la mujer. El Metodo de Dos Dias emplea un algoritmo sencillo que solo requiere que la mujer determine la presencia o ausencia de secreciones cervicales diariamente. La mujer se considera fértil el día de hoy si: (1) ella nota cualquier tipo de secreción hoy, o (2) si noto alguna secreción ayer. Si durante dos días consecutivos (ni hoy ni ayer) noto secreciones, entonces hoy es un día que que las probabilidades de embarazo son muy bajas.

¿Cómo funciona este método?

Hoy puede quedar embarazada si tuvo secreciones hoy o ayer. Para evitar un embarazo no tenga relaciones sexuales hoy.

Si desea un embarazo, estos son los días que debe tener relaciones.

Hoy puede tener relaciones sexuales sin riesgo de embarazo si no tuvo secreciones ni hoy ni ayer (dos días seguidos sin secreciones).



¿Como funciona el Método de Dos Días?

El Método de Dos Días funciona indicándole a la mujer en que días esta fértil y en días no lo esta. En los días que ella identifica como fértil en que puede haber embarazo, la mujer y su esposo evitan las relaciones sexuales para prevenir un embarazo.

Eficacia

El Método de Dos Días es eficaz previniendo el embarazo. De cada 100 mujeres que lo usan correctamente durante un año, 4 quedan embarazadas, lo que quiere decir que su eficacia es del 96%. Con uso típico la eficacia es del 86%, lo cual es una tasa comparable a la de otros métodos que dependen del usuario, tales como el condón y el diafragma, así como también otros métodos naturales.

Beneficios

- No tiene efectos secundarios
- Es eficaz y reversible
- Económico
- No involucra hormonas, aparatos o procedimientos médicos
- Pueden usarlo las mujeres independientemente de la duración de su ciclo e iniciar su uso en cualquier momento de su ciclo
- Permite a la mujer y su esposo a asumir juntos la responsabilidad por la planificar la familia

Limitaciones

- No protege contra las infecciones de transmisión sexual (ITS) o el VIH/SIDA
- Requiere la colaboración la pareja para cuidarse en los días fértiles en que puede haber embarazo

Comuníquese con el personal de salud en los siguientes casos:

- Si tiene menos de 5 días o mas de 14 días con secreciones
- Si experimenta síntomas o ha estado expuesto a una infección de transmisión sexual (ITS)
- Si desea suspender el uso de este método y optar por otro.