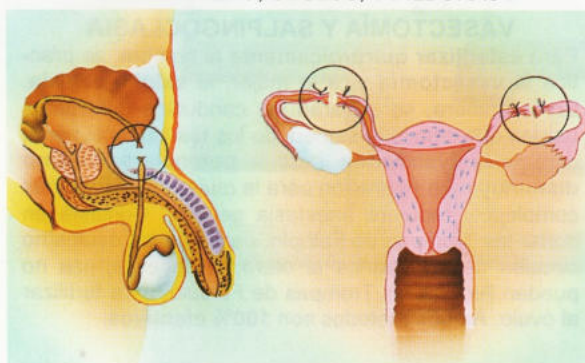


MÉTODO DEL RITMO



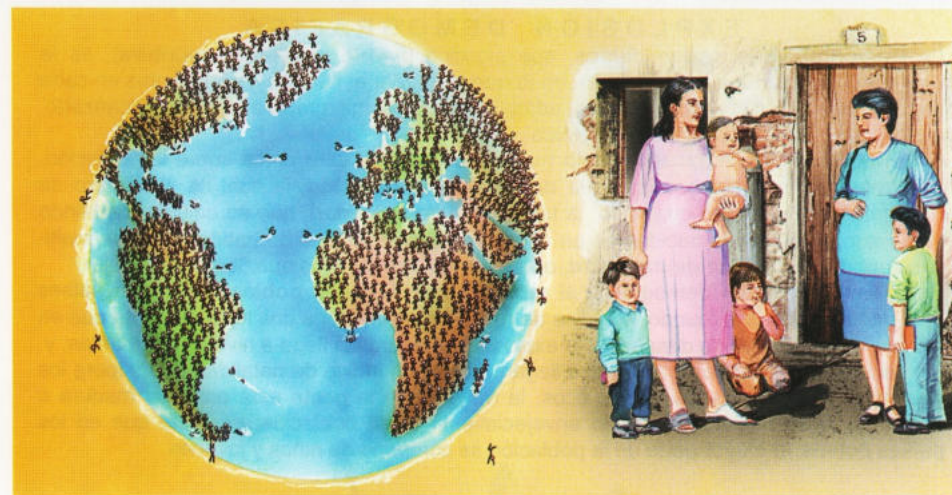
PRESERVATIVO, ÓVULOS, Y PÍLDORAS



VASECTOMÍA Y SALPINGOCLASIA



DISTINTOS TIPOS DE DIU



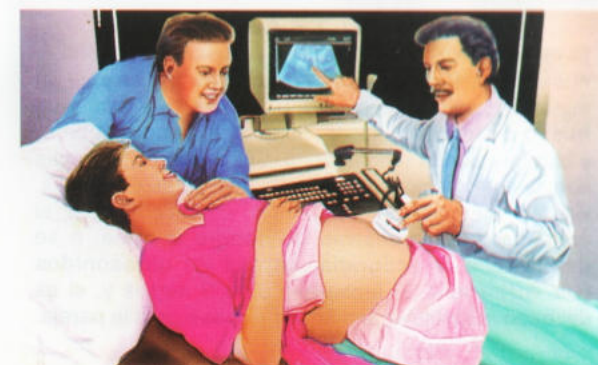
EXPANSIÓN DEMOGRÁFICA



ANALFABETISMO CONSECUENCIAS DE LA EXPLOSIÓN DEMOGRÁFICA POBREZA



ORIENTACIÓN Y PLANIFICACIÓN FAMILIAR (LA FAMILIA PEQUEÑA VIVE MEJOR)



EMBARAZO



APARATOS Y MATERIALES ABORTIVOS



INICIO DE LA VIDA



ABORTO

EMBARAZO

El espermatozoide es la célula sexual masculina, y el óvulo, la femenina. Si, en una relación sexual, un espermatozoide fecunda a un óvulo, se forma un **huevo o cigoto**. Entonces tiene lugar la **concepción**, y la mujer queda embarazada. Sus primeros síntomas son la interrupción de la regla, náuseas y vómitos. Existen métodos de laboratorio, para comprobar el embarazo, con **muestras de sangre u orina**, o se detecta con la **ecografía**, basada en **ultrasonidos** (ver ilustración). El embarazo dura 9 meses y, si es deseado, constituye una época dichosa para la pareja.

APARATOS Y MATERIALES ABORTIVOS

El aborto debe realizarse durante las **12 primeras semanas de embarazo** pues, más tarde, se pone en grave riesgo la vida de la mujer. En la ilustración se muestran la mesa de cirugía, el instrumental y los aparatos para practicar el aborto. El más rápido y eficaz de los métodos abortivos que existen, es el de extraer el feto por **aspiración**, con un fino tubo que se introduce en el útero. Para evitar una intervención quirúrgica, también se utiliza la **píldora abortiva**, que no debe confundirse con la píldora del día siguiente, que no provoca un aborto, sino impide la concepción.

EL INICIO DE LA VIDA

A partir de la formación del cigoto y hasta los tres meses de gestación, el **nonato** es apenas un **embrión**, y después se convierte en **feto**. Casi siempre se desarrolla un solo feto, pero se presentan casos de **embarazo gemelar**, si son dos, o **embarazo múltiple**, si son más de dos. En los primeros meses de embarazo empiezan a formarse los órganos internos; en el cuarto, su aparato digestivo comienza a funcionar; en el séptimo y octavo, el feto ya está tan bien desarrollado, que puede nacer prematuramente, y en el **noveno mes, completa su desarrollo, y nace**.

ABORTO

El aborto es la **interrupción del embarazo**. El **aborto espontáneo** se provoca por causas naturales, como en los casos en que no se efectúa una implantación adecuada o el embrión tiene malformaciones, o si la madre sufre un accidente, se expone a los rayos X o toma ciertos medicamentos. El **aborto voluntario** es inducido por un médico, cuando la mujer no desea continuar su embarazo. En muchos países está permitido, pero en otros, como en México, es **ilegal** y sólo se autoriza si el embarazo pone en riesgo la salud de la mujer o si quedó embarazada por una violación.

EXPLOSIÓN DEMOGRÁFICA

La Demografía (del griego *demós*, que significa pueblo, y *gráfos*, escritura), es la **ciencia que estudia a la población**, en lo que se refiere al número de habitantes en cada región o país, y los clasifica por sexo, edad, estado de salud, grado académico alcanzado, ocupación, nivel económico, grupo étnico, etc.

El **censo** constituye el procedimiento más eficaz para obtener datos sobre la población. Los demógrafos también calculan la **densidad de población**, la cual es el número de habitantes por kilómetro cuadrado; la **tasa bruta de natalidad**, que se calcula dividiendo el número de personas nacidas en un año entre el número total de habitantes, y se multiplica por mil, y el **índice de natalidad**, que es el número de hijos que tiene cada mujer. Se le llama explosión demográfica al **rápido aumento de la población**. En los países más desarrollados del mundo, el índice de natalidad es inferior a dos hijos, en tanto que en los que están en vías de desarrollo, la explosión demográfica llega a niveles alarmantes, y, las naciones más pobres y atrasadas llegan a tener un índice de natalidad que supera los seis hijos. Por ello, en los países ricos, la mayoría de la gente está en edad madura o avanzada, y se registra un rápido envejecimiento de la población, en tanto que en los países pobres, la mayor parte de la población se compone de niños y jóvenes.

CONSECUENCIAS DE LA EXPLOSIÓN DEMOGRÁFICA

La **población aumenta cuando se registran más nacimientos que muertes**. En los países más ricos, como Japón, Estados Unidos y las naciones europeas, la población disminuye, porque cada pareja suele tener sólo un hijo y, para que el número de habitantes permanezca constante, cada pareja debe tener dos hijos, pues la pareja está compuesta de dos personas y, así, cada una de ellas dejará a una persona cuando muera. Si la población disminuye, aumenta rápidamente el número de ancianos que ya no pueden trabajar y requieren de cuidados, en tanto que son cada vez menos las personas en edad productiva. De continuar esta situación, con el tiempo, gran parte de la población habrá envejecido y muy pocos podrán producir y atender las necesidades de su país.

Las consecuencias del incremento de una población no se presentan a largo plazo, sino de manera inmediata. Cada niño que nace necesita alimento, casa, ropa, atención médica y recreación. Más tarde, requerirá también de instrucción. En este caso, la mayor parte de la población es aún demasiado joven para trabajar, y los pocos que están en edad productiva no pueden satisfacer las necesidades del resto de la población. Por tanto, se incrementa la pobreza y el grado académico de la población se mantiene en niveles muy bajos. Además, la superpoblación es causa de graves problemas de contaminación.

ORIENTACIÓN Y PLANIFICACIÓN FAMILIAR LA FAMILIA PEQUEÑA VIVE MEJOR

La familia está formada por un hombre y una mujer, que se han convertido en **padre y madre**, respectivamente. La familia es la **institución social básica**. Se le considera el **núcleo de la sociedad**, porque es como el centro del que surge todo lo bueno y lo malo, ya que casi todas las personas se forman en ella, y tanto las cosas positivas como las negativas que aprenden de sus padres producen un efecto en la sociedad.

Tal y como lo dice nuestro subtítulo, la familia pequeña vive mejor, pues mientras menos hijos tenga una pareja, mejores condiciones de vida podrá ofrecerles. Lo más aconsejable es tener sólo uno o dos hijos, pues un número mayor impide que la pareja tenga el tiempo y la energía necesarios para cuidarlos y atenderlos, y el dinero que ganan no resulta suficiente para satisfacer adecuadamente todas sus necesidades.

La **anticoncepción es el acto de evitar la concepción**, es decir, el embarazo, cuando una pareja aún no desea tener hijos o ya no quiere tener más. Para planificar su familia, **todas las parejas deben consultar a un médico**, quien les recomendará el método anticonceptivo que más les convenga, y les indicará la edad ideal para que una mujer se embarace, y el tiempo que es conveniente dejar pasar entre un embarazo y otro.

MÉTODO DEL RITMO

Este método de anticoncepción, también llamado **método del calendario**, consiste en tener relaciones sexuales solamente durante la menstruación y pocos días antes y después de ésta. Es muy probable que se evite la concepción con este método, porque, cuando el ciclo menstrual es de 28 días, la ovulación ocurre entre los 12 y 16 días, después del inicio de la menstruación. Pero **no es un método totalmente seguro**, y falla mucho en las mujeres que tienen un ciclo irregular. Con este método, las mujeres quedan embarazadas un promedio de una vez cada dos años.

PRESERVATIVOS, ÓVULOS Y PÍLDORAS

Los preservativos o condones evitan la concepción y **protegen contra las enfermedades de transmisión sexual**. El **condón masculino** es una especie de bolsa de fino látex que cubre el pene en erección y retiene los espermatozoides. El **condón femenino** es también de fino látex y se coloca en la vagina, para que retenga los espermatozoides. Los óvulos son **espermicidas**, es decir, matan al espermatozoide, pero no son muy efectivos. La píldora es un **anticonceptivo oral** que contiene diversas combinaciones de hormonas. Si se toma adecuadamente, tiene una fiabilidad del 100%.

VASECTOMÍA Y SALPINGOCLASIA

Para **esterilizar quirúrgicamente** al hombre, se practica la **vasectomía** y, a la mujer, la **salpingoclasia**. En la primera, se separan los conductos deferentes por los que circula el semen, de los testículos al pene, durante la eyaculación, pero la **potencia sexual no disminuye**. La operación para la mujer es mucho más compleja y requiere anestesia general. Consiste en cortar las Trompas de Falopio, para que los óvulos no circulen de los ovarios al útero, y los espermatozoides no puedan llegar a las Trompas de Falopio, para fertilizar al óvulo. Ambos métodos son **100% efectivos**.

DISTINTOS TIPOS DE DIU

Un DIU es un **dispositivo intrauterino**, es decir, un objeto que se coloca en el cuello de la matriz, a la que le causa una inflamación, para evitar la implantación del óvulo fecundado. Debe colocarlo un médico y cambiarlo cada 3 o 4 años. Es de plástico, con partes de cobre, y le cuelgan unos hilos, para que la mujer compruebe que está bien puesto. Las formas más comunes de DIU son: 1) **curvada**, 2) **como tijeras**, 3) **anillo**, 4) **rombo**, 5) **espiral**, 6) **moño**, 7) **resorte**, 8) **letra T**, 9) **triángulo** y 10) **óvalo dentado**. Algunos DIUs se colocan en el brazo y liberan hormonas.