

Les méthodes contraceptives

Les méthodes contraceptives sont des procédés utilisés afin de rendre les rapports sexuels non fécondants. On distingue :

1- Les méthodes naturelles :

- **Méthode de l'abstinence** : ne pas faire de rapport sexuel pendant la période fécondes. Elle empêche la rencontre des gamètes.
- **Méthode de retrait** : interrompre le rapport sexuel avant l'éjaculation
- **MAMA** : méthode d'allaitement maternel aménorrhée : allaitement strictement maternel du bébé durant les premiers 6 mois.

2- Les méthodes de barrière ou contraceptifs locaux s'opposent à la rencontre des spermatozoïdes et de l'ovule :

- **Préservatif féminin** gaine cylindrique introduite dans le vagin avant le rapport sexuel (à usage unique)
- **Diaphragme ou cape cervicale** : Dispositif recouvrant le col de l'utérus (à usage unique, réutilisable)
- **Préservatif masculin** : gaine souple que l'on enveloppe le pénis en érection avant le rapport sexuel (non réutilisable)

3- Les méthodes hormonales ou contraceptifs hormonaux délivrent dans le sang des hormones de synthèse (œstrogènes + progestérone ou progestérone seule) qui bloquent l'ovulation et / ou modifient l'endomètre et la glaire cervicale :

- **Pilule ou contraceptif oral** : comprimé (prise journalière)
- **Patch contraceptif** : timbre à coller soi-même sur la peau de bras
- **Anneau vaginal** : anneau souple inséré au fond du vagin
- **Implant contraceptif** : petit bâtonnet inséré sous la peau du bras