

Ejercicios Método Días Fijos

Casos Método de Días Fijos

Caso 1 -Lori

Fecha de su última menstruación: 8 de Abril
Fecha de visita al centro de salud: 14 de abril

Lori dice que ella es muy regular. Sus menstruaciones vienen cada mes en el tiempo en que ella las espera. Ella y su esposo están interesados en este método. Ella no está dando de lactar y nunca ha usado ningún método hormonal de PF.

Caso 2 -Maggie

Fecha de su última menstruación: No recuerda la fecha; al principio del mes
Fecha de visita al centro de salud: 20 de Mayo

Maggie y su esposo están recién casados y muy interesados en el MDF porque es natural y no tiene efectos secundarios. Ella no recuerda la fecha exacta de su última menstruación. Sin embargo, dice que su menstruación le viene cada mes alrededor de las mismas fechas. Ella no ha estado usando ningún método de PF y ha estado casada por sólo unos meses.

Caso 3 -Emma

Fecha de su última menstruación: 19 de Mayo
Fecha de visita al centro de salud: 28 de Mayo

Emma ha estado dando pecho a su hijo los últimos 15 meses y empezó a tener nuevamente su menstruación regularmente desde hace 8 meses. Su esposo viaja frecuentemente, hasta dos veces al mes y por muchos días a la vez. Ellos usan abstinencia algunas veces y otras el retiro. Ambos han decidido usar un método natural.

Preguntas para resolver los casos

- ¿Puede ella usar el Método de Días Fijos?
- Si el método fuera apto para ella, ¿cuándo podría empezar a usarlo?
- ¿Qué recomendaciones le haría usted a ella?

Respuestas a casos - Método de Días Fijos

Caso 1 -Lori

Fecha de su última menstruación: 8 de Abril
Fecha de visita al centro de salud: 14 de abril

Lori dice que ella es muy regular. Sus menstruaciones vienen cada mes en el tiempo en que ella las espera. Ella y su esposo están interesados en este método. Ella no está dando de lactar y nunca ha usado ningún método hormonal de PF.

- **¿Puede ella usar el Método de Días Fijos?**
 - Si
- **Si el método fuera apto para ella, ¿cuándo podría empezar a usarlo?**
 - Inmediatamente
- **¿Qué recomendaciones le haría usted a ella?**
 - Refuerce el monitoreo del ciclo a largo plazo. Asegúrese que ella sepa como identificar que tiene ciclos largos y cortos.
 - Hable con el esposo sobre como se cuidaran para evitar el sexo durante los días fértiles
 - Ponga el anillo en la perla correcta.

Caso 2 -Maggie

Fecha de su última menstruación: No recuerda la fecha; al principio del mes
Fecha de visita al centro de salud: 20 de Mayo

Maggie y su esposo están recién casados y muy interesados en el MDF porque es natural y no tiene efectos secundarios. Ella no recuerda la fecha exacta de su última menstruación. Sin embargo, dice que su menstruación le viene cada mes alrededor de las mismas fechas. Ella no ha estado usando ningún método de PF y ha estado casada por sólo unos meses.

- **¿Puede ella usar el Método de Días Fijos?**
 - Si
- **Si el método fuera apto para ella, ¿cuándo podría empezar a usarlo?**
 - Espere a que su regrese próxima menstruación
- **¿Qué recomendaciones le haría usted a ella?**
 - Confirme que ambos miembros de la pareja pueden evitar el sexo durante los días fértiles y pueden ponerse de acuerdo para manejar estos días.
 - Si tuvieron relaciones en este ciclo, explíquela que podría estar embarazada.
 - Debe abstenerse hasta el primer día de su próxima menstruación, cuando ya podrá empezar a usar el MDF.

Caso 3 -Emma

Fecha de su última menstruación: 12 de Mayo
Fecha de visita al centro de salud: 28 de Mayo

Emma ha estado dando pecho a su hijo los últimos 15 meses y empezó a tener nuevamente su menstruación regularmente desde hace 8 meses. Su esposo viaja frecuentemente, hasta dos veces

al mes y por muchos días a la vez. Ellos usan abstinencia algunas veces y otras el retiro. Ambos han decidido usar un método natural.

- ¿Puede ella usar el Método de Días Fijos?
 - Si
- Si el método fuera apto para ella, ¿cuándo podría empezar a usarlo?
 - Inmediatamente
- ¿Qué recomendaciones le haría usted a ella?
 - Hable con el esposo sobre como se cuidaran en los días fértiles.
 - Si tuvieron relaciones en este ciclo, explíquele que podría estar embarazada.