

06/03/2018

Contraception naturelle : attention, le taux d'échec est important !

10 % des femmes en âge d'avoir des enfants utilisent une méthode de contraception naturelle. Mais la Fédération nationale des Collèges de Gynécologie médicale met en garde contre ces méthodes un peu hasardeuses.



© istock

Toutes les femmes ne souhaitent pas prendre une **pilule contraceptive**, ou se faire poser un **stérilet** ou un **implant**. Certaines, une sur dix environ, choisissent, pour ne pas avoir d'enfant, d'opter pour une méthode de contraception naturelle.

Quelles sont les méthodes naturelles de contraception ?

Les femmes choisissant une **méthode naturelle de contraception** s'orientent vers la **méthode Ogino**, appelée aussi "**méthode du calendrier**". Elle consiste à déterminer les jours de fertilité pendant lesquels il faut éviter d'avoir des rapports sexuels. Pour bien les connaître, il faut souvent une douzaine de cycles, car il est nécessaire d'effectuer des calculs. **Autre méthode utilisée, celle du retrait**. L'homme se retire du vagin avant d'éjaculer. Et enfin, la **méthode des températures**. Elle nécessite de prendre sa température tous les matins car celle-ci varie tout au long du cycle : elle est basse avant l'ovulation, diminue de quelques dixièmes de degrés au moment de l'ovulation, et augmente d'environ 0,5 degré après l'ovulation.

Des risques de grossesse

Pour les gynécologues, ces méthodes naturelles sont un retour en arrière et ne devraient pas porter le nom de méthode contraceptive. Leur **risque d'échec** est

compris entre 17 et 20 %, alors que celui du **stérilet en cuivre est de 1 %**, et le **taux d'efficacité de la pilule de 99,7 %**.

Chaque femme est bien sûr libre de choisir sa contraception... L'important est tout de même de connaître les probabilités de conception avec chacune de ces méthodes, et de mesurer l'éventualité d'une grossesse en connaissance de cause.

Auteur : Véronique Bertrand

Parents.fr