

# MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

Rosario =

## P PASTILLAS (Anticonceptivos orales)

Son un método hormonal y actúan impidiendo la ovulación. **Son seguras** a la hora de evitar un embarazo, **pero no protegen de las infecciones de transmisión sexual (ITS).**

**Son comprimidos** que deben comenzar a tomarse por primera vez el primer día de la menstruación. **Hay que acordarse de tomarlos todos los días** porque, en caso de olvido, puede disminuir su eficacia. Es importante tener a mano la anticoncepción de emergencia.

Existen muchos mitos acerca de cambios que pueden producir en el cuerpo, por eso es importante que consultes siempre con tu médico/a.



Algunas pastillas están indicadas específicamente durante la lactancia o para tratamientos especiales.

## P PRESERVATIVO

Evita que los espermatozoides lleguen al óvulo y previene las infecciones y enfermedades de transmisión sexual como el VIH y el virus zika. Se debe usar un preservativo nuevo en cada relación o encuentro sexual vaginal, anal u oral, colocándolo desde el principio, antes de la penetración, cuando el pene se encuentre erecto.

### Pasos para su colocación:

- 1** Revisar la fecha de vencimiento. Abrirlo con cuidado para que no se rompa y **NO** usar para ello elementos cortantes ni los dientes.
- 2** Apretar la punta para sacar el aire antes de apoyarlo en el pene erecto, porque si queda inflada se puede romper durante el acto sexual.
- 3** Mantener la punta apretada mientras lo desenrollás hasta la base del pene. No usar vaselina, aceite o crema de manos. Eso estropea el preservativo. Usar lubricantes al agua.
- 4** Después de la eyaculación, retíralo con el pene todavía erecto. Es importante tener cuidado que no se derrame el semen.
- 5** El preservativo debe ser usado una sola vez y descartado. Tirarlo a la basura, no al inodoro.

En todos los centros de salud y hospitales de la ciudad se pueden retirar preservativos gratuitamente.

**Viví y disfrutá** la sexualidad plenamente y elegí cómo cuidarte.

**Elegir** tu método anticonceptivo es tu derecho.

La **salud sexual y reproductiva** comprende la capacidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria y la libertad para decidir tener hijos o no, con quién, cuándo y con qué frecuencia.

**Placer seguro y responsable:** vivir una sexualidad plena y placentera, cuidarte para **evitar embarazos no deseados**, no planificados, **prevenir el VIH** y las **infecciones de transmisión sexual**.

Rosario =

# M Otros Métodos Hormonales

## Inyectables

El efecto es el mismo que las pastillas pero su ventaja es que no se toman diariamente y evita los inconvenientes que pueden tener: el olvido de las pastillas, vómitos o diarrea y toma de algunos antibióticos.

## Implante subdérmico

Se coloca en el brazo de la mujer y dura 3 años. Es una varilla del tamaño de un fósforo que se coloca debajo de la piel y va liberando hormonas lentamente por 3 años, evitando así la ovulación. Debe ser colocado por un/a médico/a, no duele, y debe controlarse una vez al año.

## SIU

Sistema Intrauterino de liberación de progesterona. Su aplicación y utilización es similar al DIU, pero además libera hormonas.

Ninguno de los métodos hormonales anteriormente nombrados evitan las infecciones de transmisión sexual, por eso es importante utilizarlos conjuntamente con el preservativo.

# A Anticoncepción de Emergencia (AE)

## Píldora de emergencia

En caso de no haber utilizado protección, rotura de preservativo o duda en el método anticonceptivo elegido, podés recurrir a la AE. La misma no debe ser utilizada como método anticonceptivo habitual.

Las píldoras de anticoncepción de emergencia deben ser ingeridas dentro de los 5 días siguientes a una relación sexual no protegida, aunque dentro de las 72 hs es más efectiva.

Es un anticonceptivo, por lo tanto su mecanismo de acción no es abortivo. De hecho, en el caso de que se haya producido la fecundación, esta pastilla no provocará la pérdida de embarazo.

En caso de violación también se utiliza. Acercate de inmediato a una guardia.

# D Dispositivo Intrauterino (DIU)

También se lo conoce como "espiral".

Es un pequeño dispositivo que es colocado por el/la médico/a dentro del útero de la mujer.

Impide que los espermatozoides lleguen al óvulo, pero **no protege de las infecciones de transmisión sexual.**

Para esto, **se deben usar junto al preservativo.**

## Duración:

Dependiendo del modelo, dura entre 3 y 10 años, aunque hay que controlar que esté bien colocado una vez por año.



# M Métodos Quirúrgicos

## Ligadura tubaria

Es un método anticonceptivo femenino permanente que se realiza mediante una cirugía que consiste en ligar y cortar las trompas de Falopio. Cuando las trompas están cortadas o tapadas, el óvulo no puede llegar al lugar de la fecundación, y por lo tanto, el embarazo no se produce. No provoca cambios hormonales. Para revertirlo, se puede realizar una recanalización de trompas o fertilización asistida.

## Vasectomía

Es un método anticonceptivo masculino permanente que se realiza mediante una cirugía que consiste en cortar una parte de los conductos que transportan los espermatozoides. Después de una vasectomía -efectiva a partir de los 64 días- los espermatozoides no pueden salir de los testículos, y por lo tanto, no se produce la fecundación.

Es una cirugía ambulatoria que puede ser realizada con anestesia local en un consultorio.

Con este método, el hombre sigue eyaculando normalmente, sólo que el líquido que expulsa no tiene espermatozoides, pero conservará la forma y color.

La operación tampoco afecta la erección ni el goce sexual.

Ambos son procedimientos quirúrgicos voluntarios y, **en la mayoría de los casos, son irreversibles.** La decisión siempre depende de la persona, (mayores de 18 años) más allá de la recomendación médica.

