



Información en el Centro de Juventud

Servicio de Prevención



Junta de Comunidades de
Castilla-La Mancha
Consejería de Salud y Bienestar Social



juventud
MIGUELURRA
ayuntamiento

EL TEST DE EMBARAZO

Si se sufre un retraso de la regla existe posibilidad de estar embarazada; es conveniente realizar unos días después una prueba de embarazo (de venta en las farmacias).

Consiste en un análisis de orina, que puede hacerse en casa.

PÍLDORA DEL DÍA DESPUÉS

La píldora de emergencia se comercializa en envases de dos comprimidos que se toman juntos, en un plazo máximo de

72 horas siguientes a la relación coital sin protección.

Es más eficaz dentro de las 24 horas posteriores al acto sexual. Aunque la mayoría de las mujeres presentan la regla en el día habitual, puede alterarse temporalmente y tu próximo periodo puede empezar un poco antes o unos pocos días después de lo esperado.

TODOS LOS MÉDICOS PUEDEN RECETARLA,

aunque es conveniente acudir a los centros especializados.

Es exclusivamente un método anticonceptivo de emergencia, no debe usarse como método anticonceptivo habitual.

No protege contra el **SIDA**, ni contra las **ITS**.

LAS ENFERMEDADES O INFECCIONES DE

TRANSMISIÓN SEXUAL

Las ETS o ITS pueden deberse a virus, bacterias y hongos que se transmiten durante las relaciones sexuales sin preservativos

(vaginales, anales y orales).

Las **I.T.S.** más comunes son: sífilis, gonorrea, infección por clamidias, herpes genital, SIDA, hepatitis (algunos tipos),

verrugas genitales (condilomas), tricomoniasis.

Síntomas en la mujer: Flujo vaginal más espeso, cambio de color o tiene mal olor, dolores abdominales, pérdida de sangre

fuera de las reglas, ulceración e inflamación en la zona genital.

Síntomas en el hombre: Vesículas, granos o verrugas en el pene, comezón y enrojecimiento en o alrededor del pene o del ano,

secreción extraña por el pene.

La prevención, es decir el condón, tanto masculino como femenino, es el método más eficaz contra las ITS, ya que actúa

como barrera.

LA DOBLE PROTECCIÓN

Cada mujer y hombre debe decidir, en las distintas etapas de su vida fértil, cual es el método anticonceptivo más adecuado

a su situación, estado de salud, condiciones personales y frecuencia de relaciones sexuales. En la actualidad, la combinación

que se considera más eficaz es la utilización de anticonceptivos hormonales para evitar los embarazos, y el preservativo contra

las ITS y el SIDA. Es decir, el uso combinado de píldora, DIU hormonal, implante, parche o anillo vaginal + preservativo.



La anticoncepción

LA ANTICONCEPCIÓN sencillamente...

La píldora

99 %

La píldora: Es un método eficaz y práctico de usar. Hay dos tipos de píldoras.

La píldora combinada: Contiene cantidades variables de hormonas similares a las que sintetiza el organismo (estrógenos y progestágenos), las cuales evitan la ovulación.

Posibles efectos secundarios: Sensación de tensión en los pechos, dolor de cabeza, mareos o náuseas.

La minipíldora (progesterona): Se toma diariamente a hora fija, sin hacer una pausa intermedia entre los envases. Su eficacia es algo menor y puede dar lugar a reglas poco abundantes o irregulares.

Una consulta médica es necesaria y recomendable para establecer la prescripción correcta.

El preservativo
masculino

97 %

El preservativo: Es una envoltura de látex, se coloca sobre el pene en erección, con el glande descubierto. Tras la eyaculación, debe retirarse. Se utiliza para una única relación. El preservativo, además del embarazo protege contra las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) que tienen como posibles consecuencias: esterilidad, embarazo extrauterino, cáncer del cuello del útero etc.

Consejos para el uso del preservativo:

Deben utilizarse sólo preservativos con marcaje CE. Si utilizas un lubricante, éste debe ser a base de agua. Si el preservativo se rompe o se queda en la vagina, acudir a un centro sanitario (plazo máximo 24 a 48h) y pedir la píldora del día después si se quiere evitar un posible embarazo.

El
preservativo
femenino

95 %

El preservativo femenino: Es similar al masculino, pero más ancho y con un aro en cada extremo: el del lado cerrado sirve para insertarlo en la vagina y mantenerlo en su sitio; el externo queda por fuera de la vagina. Su inserción es similar a la de un tampón. Con algo de práctica resulta cómodo y fácil de usar. La ventaja de este preservativo es que puedes colocártelo mucho tiempo antes de la relación (hasta 8 horas), por lo que no provoca interrupciones incómodas. Si está bien colocado, el condón femenino no molesta ni duele, ni interfiere en el disfrute o el placer. Es un medio muy efectivo que protege tanto del embarazo como de las ITS y del SIDA.

DIU y anillo
vaginal

98 %

Dispositivo Intrauterino: Es un aparato de plástico flexible, rodeado de un hilo de cobre que se coloca en el útero.

Es implantado y retirado por el ginecólogo, generalmente cada 5 años. Hay que realizar un control médico periódico durante su uso. Ante dolores, ausencia de regla o sangrado abundante, hay que consultar con el ginecólogo.

Anillo mensual, eficacia 99,7 %: Es un anillo de plástico flexible, repleto de estrógenos y progestágenos que se liberan de una forma lenta y muy localizada, lo que reduce alguno de sus posibles efectos secundarios. Tras un periodo de 21 días insertado en la vagina, se descansa 7 días. Su principal ventaja es que al ser un anticonceptivo de un solo uso, permite olvidarse de la toma diaria de la pastilla hormonal. Su uso debe estar controlado por el especialista.

El implante
y el parche

99 %

El implante subcutáneo: Contiene una hormona progestativa y consiste en un bastoncito de plástico colocado bajo la piel en el antebrazo, siendo prácticamente invisible.

Es implantado y retirado por el médico con anestesia local.

Tiene una duración de 3 ó 5 años y resulta efectivo 8 horas después de haber sido implantado. La fertilidad vuelve tras retirar el implante. Puede haber alteración del ciclo menstrual como menstruaciones prolongadas, secreciones vaginales o ausencia de menstruación.

El parche: Es un adhesivo que contiene un anticonceptivo hormonal. Debe permanecer puesto todos los días. El cambio es semanal. Al ponerle el parche, las hormonas (estrógeno y progestativa) son asimiladas a través de tu piel para prevenir que tus ovarios produzcan hormonas y óvulos.

Los
espermicidas

70 %

Los espermicidas: Son sustancias químicas en gel o crema, que actúan formando una barrera química que paraliza o mata los espermatozoides, impidiendo que puedan atravesar el cuello del útero para fertilizar el óvulo.

Se coloca en la vagina antes de la penetración. Su efecto comienza al cabo de 2 ó 3 minutos, y dura entre 10 minutos y una hora.

Los espermicidas no protegen del SIDA, es recomendable usar otros métodos de barrera. Están disponibles en las farmacias sin receta médica.

Cada método anticonceptivo puede presentar efectos indeseables, consulte con su médico o centro de salud.