



# *FORMAS DE EVITAR UNA CAMISA DE 11 VARAS*

Mitos y realidades sobre los métodos  
anticonceptivos y la anticoncepción  
de emergencia.

**Ipas**  
LATINOAMÉRICA  
Y EL CARIBE

Primera edición  
**2017, Ipas**  
**Managua, Nicaragua**

Segunda edición  
**Febrero, 2023**  
**Ipas Latinoamérica y el Caribe**

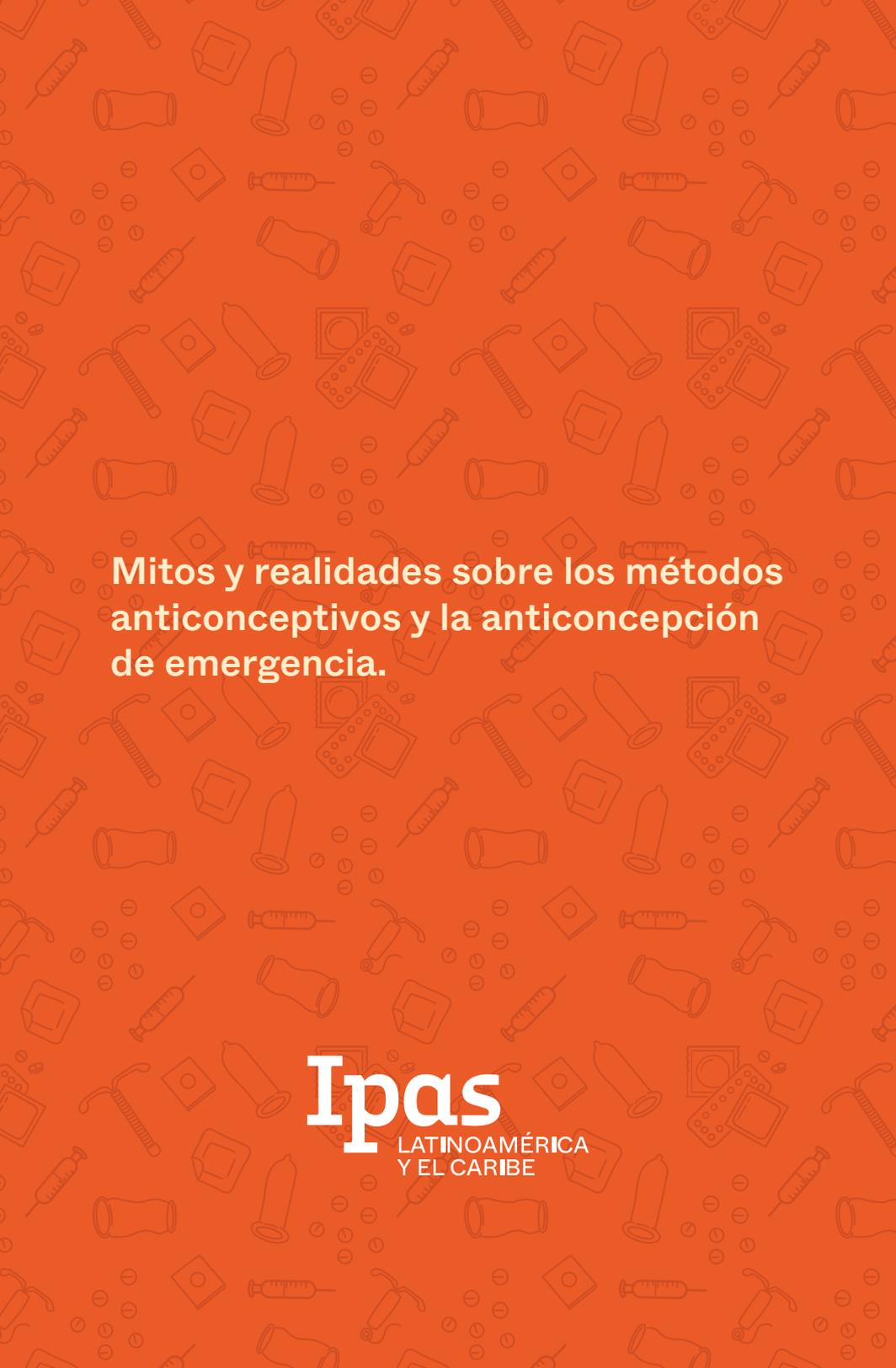
Revisión de contenidos  
**Alondra Sevilla**

Revisión de contenidos  
**Msc. Marta Maria Blandón**  
**Licda. Lesbia Gutiérrez G.**  
**Dr. Jairo Núñez**  
**Dra. Dinorah Corea P.**

Revisión Técnica  
**Dr. Guillermo Ortiz**  
**Obst. Esp. Marcela Masabanda**

**Ipas LAC** alienta la distribución pública, así como la reproducción parcial o total del presente documento siempre y cuando se cite la fuente. En ningún caso esta obra podrá ser usada con fines comerciales, su difusión es gratuita.

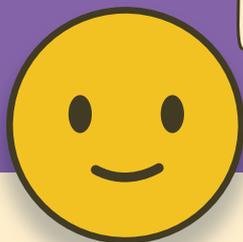
**Ipas** es una organización internacional sin fines de lucro que trabaja en cuatro continentes, con el objetivo de incrementar la capacidad de las mujeres para ejercer sus derechos sexuales y reproductivos, especialmente, el derecho al aborto.



**Mitos y realidades sobre los métodos  
anticonceptivos y la anticoncepción  
de emergencia.**

**Ipas**  
LATINOAMÉRICA  
Y EL CARIBE





***¡HOLA!***

A estas alturas de tu vida lo más probable es que ya sepas que es un condón, seguramente también sabes que existen otros métodos que se pueden usar para no embarazarse. Ya sea en la radio, algún anuncio de televisión, una calcomanía pegada en un bus, amigos, vecinos, algún rótulo, o el internet, alguien habrá tratado de hablarte de los métodos anticonceptivos.

***HABRÁS ESCUCHADO MUCHAS COSAS QUE SUENAN DIVERTIDAS, INTERESANTES O INCLUSO UN POCO ENREDADAS; PERO ALGO SABES DE ESTE TEMA, ¡TE INVITO A QUE TE QUEDES PARA CONOCER UN POCO MÁS!***



Hay mucha información sobre cómo planificar o evitar embarazos y sobre cómo prevenir Infecciones de Transmisión Sexual (ITS), lo que pasa es que no toda es correcta ni está basada en evidencia científica.

En este folleto encontrarás un resumen de 8 alternativas para protegerte, también algunos mitos sobre los métodos anticonceptivos y su respectiva aclaración.

## *¿QUÉ SON LOS ANTICONCEPTIVOS?*

Los anticonceptivos son un conjunto de métodos o técnicas para evitar el embarazo no deseado. Estos pueden ser hormonales, mecánicos, permanentes (quirúrgicos) o de barrera; existen tanto para mujeres como para hombres. Incluso hay anticonceptivos para casos de emergencia (ruptura del preservativo/condón, si olvidaste tomar o colocarte tu anticonceptivo regular, o en casos de violencia sexual).

No existe un método anticonceptivo ideal para todas las mujeres y hombres. Cada persona decide, de acuerdo con la etapa de vida en la que se encuentra y su situación o estado de salud, cual es el método anticonceptivo más adecuado. Para esto es conveniente buscar la asesoría de un profesional de la salud.



*¡PORQUE EN COSAS DE LA SEXUALIDAD, LO MEJOR ES NO DAR TANTAS VUELTAS!*

## **CONOCE LOS MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS MÁS COMUNES**

### **MÉTODOS HORMONALES**

¿Cómo actúan los métodos anticonceptivos hormonales? Impiden que los ovarios liberen óvulos cada mes (lo que se conoce como ovulación), además espesa el moco cervical (moco que está dentro de la vagina) impidiendo de esta manera que los espermatozoides se encuentren con el óvulo. En conclusión, si no hay óvulo y los espermatozoides no pueden pasar, no habrá fecundación, por tanto, no habrá embarazo.

### LA PÍLDORA O PASTILLAS ANTICONCEPTIVAS



**Es posible que alguna vez hayas escuchado:** “tomar pastillas da cáncer”, “en cuanto te la tomas empieza a hacer efecto”, “todas las píldoras son iguales”, “produce infertilidad”, “hay que descansar de tomarla”, “no importa la edad, puedes fumar y tomar pastillas”.

#### **La realidad:**

- Las píldoras anticonceptivas NO dan cáncer, al contrario, hay estudios que evidencian que mujeres que las han tomado son menos propensas a tener cáncer de ovario, endometrio o de colon.
- Generalmente le toma al cuerpo entre 28 y 30 días (un ciclo menstrual completo) asimilar la sustancia que contiene la píldora.
- NO producen infertilidad, la fertilidad se recobra al momento de suspender su uso, en pocos casos puede tomar un poco más de tiempo.
- El cigarrillo es NOCIVO, fumar y tomar píldoras anticonceptivas puede generar más daños a la salud.

**¿Qué son?** Las píldoras son pequeñas tabletas que contienen hormonas muy parecidas a las que produce el cuerpo. Pueden venir en presentaciones de 21 o 28 tabletas.

**¿Quiénes pueden usarla?** Todas las mujeres en edad fértil pueden tomarlas.

**¿Cómo se toman?** Se empiezan a tomar el primer día de la menstruación y se toma una píldora todos los días a la misma hora, se hayan tenido o no relaciones sexuales.

**Considera:**

- Para el caso de la presentación de 21 tabletas: toma una diaria hasta acabar las 21 pastillas, luego descansa 7 días (no tomar pastillas, durante estos días llegará la menstruación). Al día siguiente iniciar otro paquete.
- Para el caso de la presentación de 28 tabletas: toma una diaria hasta acabar el paquete de pastillas (durante las últimas pastillas llegará la menstruación). Al siguiente día inicia un nuevo paquete.

**EFICACIA: 93 %**



**VENTAJAS:** FÁCIL DE USAR, AMPLIAMENTE DISPONIBLE Y MUY EFECTIVA SI SE TOMA DE MANERA CORRECTA.



**DESVENTAJA:** NO PROTEGE DE INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ITS).

*HAY MUCHAS CLASES DE PÍLDORAS, EL PERSONAL DE SALUD BRINDARÁ LA INFORMACIÓN QUE PERMITA ELEGIR A LAS MUJERES LA OPCIÓN MÁS ADECUADA, DE ACUERDO CON SU CONDICIÓN DE SALUD.*



**RECUERDA:**  
SE TOMAN TODOS LOS DÍAS A LA MISMA HORA.



## INYECCIÓN ANTICONCEPTIVA

**Es posible que alguna vez hayas escuchado:** “si la uso a largo plazo puedo quedar estéril”, “sólo en el hospital me pueden aplicar la inyección”, “las inyecciones te cambian el ánimo, el deseo sexual y te engordan”.

### **La realidad:**

- Las inyecciones no producen infertilidad, la fertilidad puede recuperarse al suspender la inyección y en algunos casos tomará un poco más de tiempo.
- No es necesario aplicar la inyección en un hospital, pero sí es preferible que lo haga un profesional de la salud.
- No hay evidencia científica que relacione su uso con cambios en el ánimo, el deseo sexual o el peso.
- Se puede presentar sangrado o manchado entre las menstruaciones, puede ocurrir durante los primeros meses de uso o después suspender su uso.

**¿Qué son?** Inyecciones que contienen hormonas similares a las que produce el cuerpo. Existen presentaciones para usarse cada mes, cada 2 meses y cada 3 meses.

**¿Quiénes puedes usarla?** Todas las mujeres en edad fértil pueden usarlas.

**¿Cómo se usan?** Se aplican una vez al mes, cada 2 o 3 meses, dependiendo de cual se eligió. La primera inyección deberá ser colocada el primer día de la menstruación; las siguientes se colocarán el mismo día de la primera. Las inyecciones deben ser colocadas por una persona capacitada.

**EFICACIA: 94 %**



**VENTAJAS:** AMPLIAMENTE DISPONIBLE, TE AYUDA A MANTENER TU PRIVACIDAD, FÁCIL DE APLICAR Y ES MUY EFECTIVA USÁNDOLA DE MANERA CORRECTA.



**DESVENTAJA:** NO PROTEGE DE INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ITS).

**EL PROFESIONAL DE SALUD BRINDARÁ LA INFORMACIÓN NECESARIA PARA QUE LA MUJER TOMÉ LA MEJOR DECISIÓN.**



**RECUERDA:**  
EL PROFESIONAL DE SALUD TE INDICARÁ CUÁNDO REGRESAR PARA RECIBIR LA SIGUIENTE INYECCIÓN.

## IMPLANTE ANTICONCEPTIVO SUBDÉRMICO

**Es posible que alguna vez hayas escuchado:** “si lo usas puedes quedar estéril”, “a veces no menstrúas, la sangre se queda adentro y te duele la cabeza”, “el implante te engorda”, “el implante es solo para mujeres adultas que ya han tenido hijos”.

### La realidad:

- El implante anticonceptivo al igual que los otros métodos hormonales NO produce infertilidad. La fertilidad se recupera al retirar el implante.
- Con el implante, la cantidad del sangrado durante la menstruación puede variar de mujer a mujer, incluso puede llegar a ausentarse durante el tiempo que permanece colocado. **En realidad, su explicación es simple:** el útero tiene una capa interna llamada endometrio que cada mes se engrosa a manera de colchón para recibir al huevo fecundado, si no hay embarazo, este engrosamiento se desprende en forma de sangrado llamado menstruación. Cuando usas el implante anticonceptivo, por efecto de las hormonas, este engrosamiento se forma muy delgado o incluso no se forma y esto influye en la disminución o ausencia de sangrado de la menstruación.
- No existe evidencia de que el implante anticonceptivo influya directamente sobre el peso.



- El implante puede ser colocado tanto a mujeres adultas como a jóvenes y adolescentes, independientemente si tienen hij@s o no.
- La única forma en que se puede presentar un embarazo con el implante es porque cuando se colocó la mujer ya estaba embarazada.

**¿Qué es?** El implante es un dispositivo pequeño, flexible, en forma de una barrita/tirilla (del tamaño de un cerillo o fósforo) que contiene hormonas similares a las que produce el cuerpo.

**¿Quiénes pueden usarlo?** Todas las mujeres de edad fértil.

**¿Cómo se usan?** Un profesional de la salud mediante un proceso sencillo y no doloroso, coloca bajo la piel del brazo, una o dos barritas que liberan hormona de manera permanente. Puede durar de 3 a 5 años dependiendo del que haya sido colocado, por eso se llama método de larga duración. Puede ser retirado cuando la mujer lo decida.

**EFICACIA: 99.7 %**



**VENTAJAS:** ES MUY DISCRETO, AYUDA A MANTENER LA PRIVACIDAD, ES UN MÉTODO DE LARGA DURACIÓN QUE NO REQUIERE REVISIONES CONSTANTES.



**DESVENTAJA:** NO PROTEGE DE INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ITS).



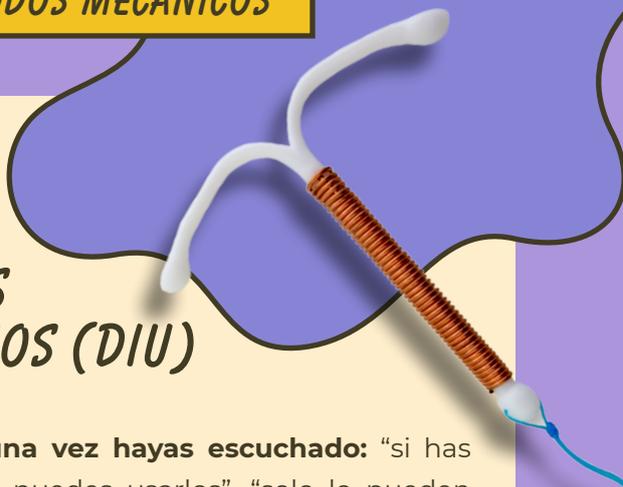
**RECUERDA:** ES MUY EFECTIVO Y DE LARGA DURACIÓN.

## DISPOSITIVOS INTRAUTERINOS (DIU)

**Es posible que alguna vez hayas escuchado:** “si has tenido un aborto no puedes usarlos”, “solo lo pueden usar mujeres que han tenido por lo menos un/a hijo/a, “tu pareja lo siente”, “afecta severamente la menstruación”, “se sale o se encarna en el útero”, “si ocurre un embarazo el bebé nacerá con el DIU en la frente”.

### La realidad:

- Los dispositivos intrauterinos pueden ser utilizados por las mujeres después de un aborto sin complicaciones, la mayoría de las mujeres toleran bien la colocación.
- No es cierto que el hombre pueda sentir los hilos del DIU.
- La única forma que haya un embarazo con DIU es porque cuando se colocó la mujer ya estaba embarazada o se colocó de manera incorrecta. Si esto sucediera, nunca habrá contacto entre DIU y el desarrollo del feto.
- Las mujeres que aún no han tenido hijos/as pueden usar el DIU.
- Las mujeres que usan DIU podrían aumentar la duración o cantidad del sangrado menstrual, pero no perderla.



**¿Qué son?** El DIU es un dispositivo pequeño, flexible, a menudo en forma de T envuelto con hilos de cobre. También existe el DIU que contiene hormonas.

**¿Quiénes pueden usarlo?** Todas las mujeres en edad fértil pueden usarlo.

**¿Cómo se usan?** Un profesional de la salud lo coloca dentro del útero (matriz), es muy efectivo ya que el cobre inmoviliza a los espermatozoides y esto impide la unión con el óvulo.

Es un método de larga duración, puede durar de 5 a 10 años dependiendo del que haya sido colocado. Es importante el seguimiento y revisión al menos una vez al año para asegurarse que está bien colocado.

**EFICACIA: 99 %**



**VENTAJAS: ALTAMENTE EFECTIVO, SE PUEDE RETIRAR EN CUALQUIER MOMENTO.**

**PUEDE USARSE COMO ANTICONCEPTIVO DE EMERGENCIA SI SE COLOCA DENTRO DE LOS PRIMEROS 5 DÍAS LUEGO DE UNA RELACIÓN SEXUAL SIN PROTECCIÓN.**



**DESVENTAJA: NO PROTEGE DE INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ITS).**



**DEBE SER COLOCADO POR UN PROFESIONAL DE LA SALUD CAPACITADO.**

**ES MÁS FÁCIL DE USAR DE LO QUE PARECE.**



## ESTERILIZACIÓN QUIRÚRGICA VOLUNTARIA PARA LAS MUJERES

**Es posible que alguna vez hayas escuchado:** “tu menstruación cambia o desaparece”, “la mujer pierde todo el deseo sexual”, “es sólo para mujeres adultas que tienen cierto número de hijos/as”, “no se puede revertir”.

### **La realidad:**

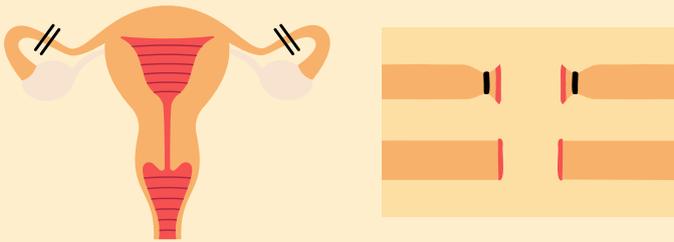
- No existen grandes cambios en el sangrado después de la esterilización.
- La mujer no pierde el deseo sexual ya que la esterilización no tiene ninguna relación con la regulación hormonal.
- No hay razón para negar la esterilización a una mujer sólo por su edad o el número de hijos/as, es un derecho de todas elegir ser madres o no y cuantos hij@s tener.
- Revertir la esterilización es posible pero no se asegura su efectividad.

**¿Qué es?** Es un procedimiento en el cual mediante una cirugía sencilla se cortan las trompas de Falopio (canal por donde pasa el óvulo para encontrarse con el espermatozoide); por lo tanto, al interrumpir el paso no hay fecundación (embarazo).

**¿Quiénes pueden usarlo?** Todas las mujeres en edad fértil pueden acceder. Si aún no estás segura de no tener más hijo/as, se recomienda usar un método

anticonceptivo temporal (como pastillas, inyecciones, implante anticonceptivo, entre otros).

**¿Cómo se usa?** Es un procedimiento definitivo, por eso es adecuado para aquellas mujeres que están absolutamente seguras de que no quieren tener hijos/as o no quieren tener más hijos/as. Puede realizarse inmediatamente después de un parto o un aborto.



**EFICACIA: 99 %**



**VENTAJAS:** ALTAMENTE EFECTIVO, SIN HORMONAS, NO PRODUCE SECUELAS, NO REQUIERE DE HOSPITALIZACIÓN DE VARIOS DÍAS.



**DESVENTAJA:** NO PROTEGE DE INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ITS).

**PUEDES DISFRUTAR MÁS DE TU SEXUALIDAD SIN TEMOR A EMBARAZOS NO DESEADOS.**



**RECUERDA:**  
**ES UN MÉTODO DEFINITIVO.**



## LA VASECTOMÍA PARA LOS HOMBRES

**Es posible que alguna vez hayas escuchado:** “Produce impotencia”, “ya no eyaculas”, “ya no se te va a parar”, “te quitan los testículos”, “ya no sientes placer”.

### **La realidad:**

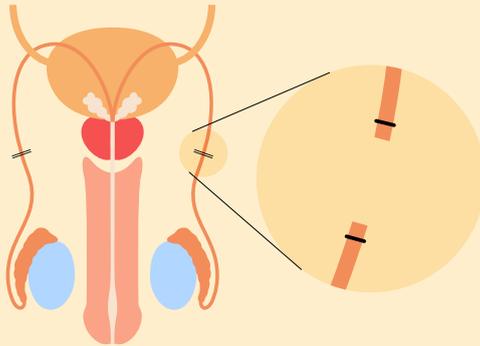
- La vasectomía no causa ningún problema en la capacidad de erección del hombre, ya que solo se cortan los conductos que transportan los espermatozoides.
- El hombre siempre tendrá sus erecciones con eyaculación.
- Revertir la vasectomía es posible pero no se asegura su efectividad.

**¿Qué es?** Mediante una cirugía sencilla se cortan los conductos por donde pasan los espermatozoides al semen (llamados conductos deferentes).

**¿Quiénes pueden usarlo?** Todos los hombres pueden acceder.

**¿Cómo se usa?** Es un procedimiento definitivo, por eso es adecuado para aquellos hombres que están absolutamente seguros de no querer tener hijos/as, también pueden hacerlo los hombres que no desean nunca tener hijos/as.

El hombre debe usar condón por lo menos de 20 a 30 eyaculaciones después de la vasectomía, porque en los conductos deferentes quedan todavía algunos espermatozoides que podrían producir un embarazo.



**EFICACIA: 99 %**



**VENTAJAS:** ALTAMENTE EFECTIVO, NO PRODUCE SECUELAS. ES MUY SENCILLO, SE REALIZA CON ANESTESIA LOCAL, NO REQUIERE DE HOSPITALIZACIÓN NI MAYORES CUIDADOS.



**DESVENTAJA:** NO PROTEGE DE INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ITS).

**PUEDES DISFRUTAR MÁS DE TU SEXUALIDAD SIN TEMOR A EMBARAZOS NO DESEADOS.**



**RECUERDA: LA VASECTOMÍA NO TE HACE MENOS HOMBRE Y NO AFECTA LA ERECCIÓN.**

### CONDÓN MASCULINO Y FEMENINO O INTERNO



*SON LOS ÚNICOS MÉTODOS QUE ADEMÁS DE PROTEGERTE DE UN EMBARAZO NO DESEADO, TE PROTEGE DE UNA INFECCIÓN DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ITS).*

**Es posible que alguna vez hayas escuchado:** “se rompen con facilidad”, “fallan muy seguido”, “se salen con facilidad”, “no hay para todos los tamaños”, “no se puede usar bajo el agua”, “no se siente placentero”, “es mejor usar dos”.

#### **La realidad:**

- El condón masculino o externo está hecho de látex y el condón femenino o interno está hecho de nitrilo o poliuretano. Materiales muy resistentes.
- Si se coloca y se usa correctamente el condón no se sale ni se rompe.
- Los condones masculinos están diseñados para todos los tamaños y anchos de pene.
- Se debe considerar que bajo el agua los químicos de la piscina pueden dañar el condón y perder su efectividad.

- El condón NO interfiere con el placer, es cuestión de acostumbrarse. Incluso, si el condón masculino aprieta la base del pene lo hace más rígido y aumenta su estímulo.
- NO se debe usar doble condón (es decir, dos condones, sean 2 masculinos o un masculino y un femenino) ya que la fricción puede hacer que uno o ambos se rompan.

**¿Qué son?** El condón masculino es una delgada funda de látex que se coloca sobre el pene erecto. El condón femenino es una funda de nitrilo/poliuretano que se coloca dentro de la vagina. Deben colocarse antes de tener relaciones sexuales. Los preservativos son métodos muy populares.

### **¿Quiénes pueden usarlo?**

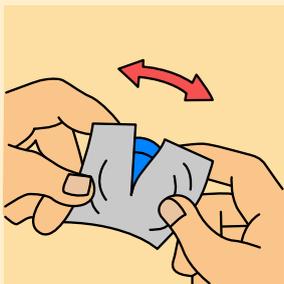
- Condón masculino: todos los hombres o cuerpos con pene.
- Condón femenino o interno: todas las mujeres o cuerpos con vagina.
- Pueden ser usados para sexo anal y sexo oral.

### **¿Cómo se usan?**

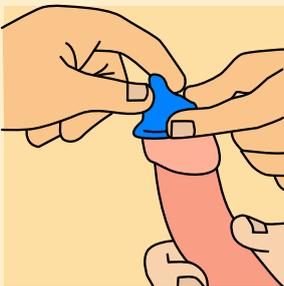
- Revisa siempre la fecha de vencimiento, no se debe usar un condón vencido.
- Su empaque no debe estar roto.
- No debes llevarlo en lugares de mayor fricción o calor, por ejemplo, las billeteras.
- Al momento de abrirlo NO lo hagas con los dientes ni con tijeras, puedes romperlo.

- El condón masculino o externo debe ser colocado al iniciar una relación sexual con el pene erecto.
- El condón femenino o interno puede ser colocado hasta 2 horas antes del encuentro sexual.
- Siempre debes usar un condón por cada relación sexual y para cada vía de penetración ya sea oral, vaginal o anal.

## CONDÓN MASCULINO



**1.** Comprueba que no esté caducado. Abre el condón con cuidado de no romperlo con las uñas, dientes o anillos.



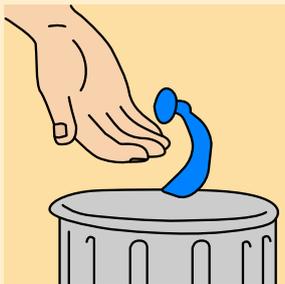
**2.** Pon el condón antes de cualquier contacto y con el pene erecto.



**3.** Aprieta con los dedos el depósito para evitar que quede aire en el interior y se rompa durante la relación, desenróllalo sobre el pene con el aro hacia fuera.



**4.** Quita el condón cuando el pene aún esté erecto.

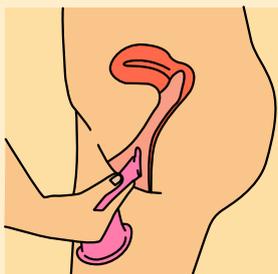


**5.** Tíralo a la basura, no al suelo ni al inodoro.

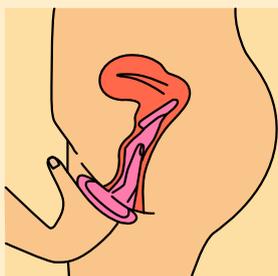
## CONDÓN FEMENINO



**1.** Comprueba que no esté caducado. Abre el preservativo con cuidado de no romperlo con las uñas, dientes o anillos.



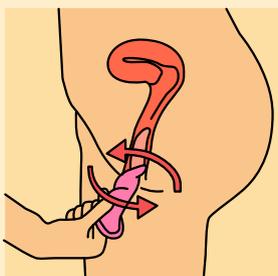
**2.** Aprieta el aro del extremo cerrado con los dedos e introduce el condón en la vagina como si fuese un tampón.



**3.** Con el dedo índice y a través del preservativo, haz llegar el extremo hasta el fondo de la vagina.



**4.** El anillo externo debe cubrir los genitales externos.



**5.** Retirar girando el anillo externo y extraer suavemente. Tirar a la basura, no al suelo ni al inodoro.

**EFICACIA: 92 %**



**VENTAJAS: PROTEGE CONTRA LAS ITS. EL CONDÓN MASCULINO ES BARATO Y FÁCIL DE USAR, VIENE EN TODAS LAS FORMAS, TAMAÑOS, TEXTURAS, COLORES Y HASTA DE SABORES.**



**DESVENTAJA: SU EFICACIA DEPENDE DE SU USO CONSTANTE Y CORRECTO.**

**USAR UN CONDÓN CADA VEZ QUE SE TENGA RELACIONES SEXUALES, INCLUSO SI SE ESTÁ UTILIZANDO OTRO MÉTODO, ¡ESTO SE LLAMA DOBLE PROTECCIÓN!**



**NO HAY EXCUSAS PARA NO USAR UNO.**

8



## LA ANTICONCEPCIÓN ORAL DE EMERGENCIA (AOE):

*CONOCIDA TAMBIÉN COMO PASTILLA ANTICONCEPTIVA DE EMERGENCIA (PAE), O PASTILLA PARA EL DÍA O MAÑANA SIGUIENTE.*

**¿Cómo funciona la AOE?** Al igual que el resto de los anticonceptivos hormonales, la AOE impide que los ovarios liberen al óvulo (lo que se conoce como ovulación), además espesa el moco cervical (moco que está dentro de la vagina) impidiendo el paso de los espermatozoides y que se encuentren con el óvulo. En conclusión, si no hay óvulo y no hay paso de los espermatozoides no habrá fecundación, por tanto, no habrá embarazo.

**Es posible que alguna vez hayas escuchado:** “sirve sólo un día después de haber tenido sexo sin protección”, después de tomarla estás protegida una semana más”, “puede dañar el feto si ya quedaste embarazada y la tomas”, “puedes quedar estéril si las tomas”, “no son seguras para adolescentes”, “si falla, tu embarazo puede formarse fuera del útero”, “los anticonceptivos de emergencia son abortivos”.

## **En realidad:**

- Estas pastillas pueden prevenir embarazos hasta cinco días después de una relación sin protección.
- Si la mujer ya estuviera embarazada y toma la anticoncepción de emergencia, se ha demostrado que el embarazo continúa su desarrollo normal; no causa daño al producto ni es abortiva.
- La AOE no causa infertilidad.
- Estudios realizados en adolescentes revelaron que es un método seguro para este grupo. Con la asesoría adecuada y con la información oportuna, las adolescentes son capaces de usarlo correctamente.
- Hasta la fecha no se ha descubierto que el uso de AOE aumente el riesgo de embarazos fuera de la matriz.
- Después de usar el anticonceptivo de emergencia, debes usar otro método regular el resto del ciclo (mes), pues la AOE se usa por cada relación sexual sin protección como un método de emergencia.
- La AOE es un método de emergencia, su uso frecuente puede incidir en su efectividad. Si se tiene actividad sexual regular, se debe usar un método anticonceptivo de uso regular.

**¿Qué es?** La AOE son tabletas (1 o 2 dependiendo de la presentación) que se toma como un método de emergencia (NO REGULAR) para evitar un embarazo no deseado.

**¿Quiénes pueden usarla?** Todas las mujeres en edad fértil. La AOE se usa en caso de haber tenido relaciones sexuales sin protección (es decir, si olvidaste o no usaste tu método anticonceptivo regular como pastillas,

inyecciones, condón u otro), si se rompió el condón o si fuiste víctima de violencia sexual. Puede ser usada por todas las mujeres en edad fértil, incluyendo jóvenes y adolescentes.

**¿Cómo se usa?** Se deben tomar lo más pronto posible después de una relación sexual sin protección.

**TEN EN CUENTA QUE:**

- Es posible tomarlas hasta 5 días después de la relación sexual sin protección.
- Son más efectivas mientras más pronto las tomas, o en las 12 – 24 horas después de la relación sexual sin protección.
- El efecto va disminuyendo entre más tarde se tome.

**EFICACIA: 95 %** (DEPENDE DE QUE TAN PRONTO LA TOMES)



**VENTAJAS:** ALTAMENTE EFECTIVO SI SE USA CORRECTAMENTE, ES UN TRATAMIENTO DE EMERGENCIA AMPLIAMENTE DISPONIBLE EN LA MAYORÍA DE LOS PAÍSES.



**DESVENTAJA:** NO PROTEGE DE INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ITS).



**RECUERDA:**

**NO ES UN MÉTODO DE PLANIFICACIÓN REGULAR, SE DEBE USAR SÓLO EN CASOS DE EMERGENCIAS.**

*CONOCER LOS DIFERENTES MÉTODOS  
ANTICONCEPTIVOS ES PARTE DE TUS DERECHOS  
SEXUALES Y DERECHOS REPRODUCTIVOS.  
LOS Y LAS JÓVENES, ASÍ COMO LOS Y LAS  
ADOLESCENTES PUEDEN USAR CUALQUIER MÉTODO  
ANTICONCEPTIVO, SÓLO DEBES INFORMARTE BIEN,  
BUSCAR ASESORÍA PROFESIONAL Y ELEGIR  
EL MÉTODO QUE MÁS SE ACOMODE A TU CUERPO  
Y TU VIDA SEXUAL.*

*LA PREVENCIÓN DE UN EMBARAZO A TEMPRANA  
EDAD O UNA INFECCIÓN DE TRANSMISIÓN SEXUAL  
SON VITALES PARA TU DESARROLLO Y PARA EL  
GOCE INTEGRAL DE TU SEXUALIDAD. CUALQUIER  
DECISIÓN QUE TOMES ES TU DERECHO.*

**1. Completa la frase con el método anticonceptivo que corresponde.**

1. No es cierto que si las mujeres usan la \_\_\_\_\_ por mucho tiempo, quedarán estériles.
2. El \_\_\_\_\_ no se encarna en el útero de la mujer.
3. Es falso que las \_\_\_\_\_ dan cáncer.
4. Solo el \_\_\_\_\_ protege del embarazo y las ITS.
5. El único método permanente para la mujer es \_\_\_\_\_.
6. Es mentira que la \_\_\_\_\_ le produce impotencia al hombre.
7. En caso en violencia sexual debe usarse la \_\_\_\_\_ para evitar un embarazo.

**Respuestas:** 1. Inyección, 2. DIU, 3. Píldoras, 4. Condón, 5. Esterilización quirúrgica, 6. Vasectomía, 7. Pastillas de emergencia

**2. Elige la respuesta correcta.**

1. La pastilla de emergencia se puede utilizar cuando:  
a) Hubo violencia sexual b) Tuviste una relación sexual sin protección c) Se rompió el condón d) Todas las anteriores
2. El DIU puede ser usado sólo por las mujeres que:  
a) Son adolescentes b) Mayores de 25 años c) No importa la edad ni el número de hijos d) Tienen uno o más hijos
3. Para una mejor protección con el condón, se recomienda usar:  
a) Sólo ByD b) Un condón c) Dos condones d) Uno para cada relación sexual
4. La inyección anticonceptiva más recomendada es la:  
a) De un mes b) De dos meses c) De tres meses d) Según la condición de la salud de la mujer
5. Las píldoras hormonales se usan:  
a) Todos los días a la misma hora b) Solo cuando se tenga relaciones sexuales c) A cualquier hora d) Antes o después de la relación sexual

**Respuestas:** 1. D, 2. C, 3. A, 4. D, 5. A







# Ipas

LATINOAMÉRICA  
Y EL CARIBE



Ipas Latinoamérica y el Caribe



Ipas LAC



Ipas México



Ipas LAC



Ipas LAC



Ipas LAC