Modelo de Educación para la Vida,

Presencial

APRENDE

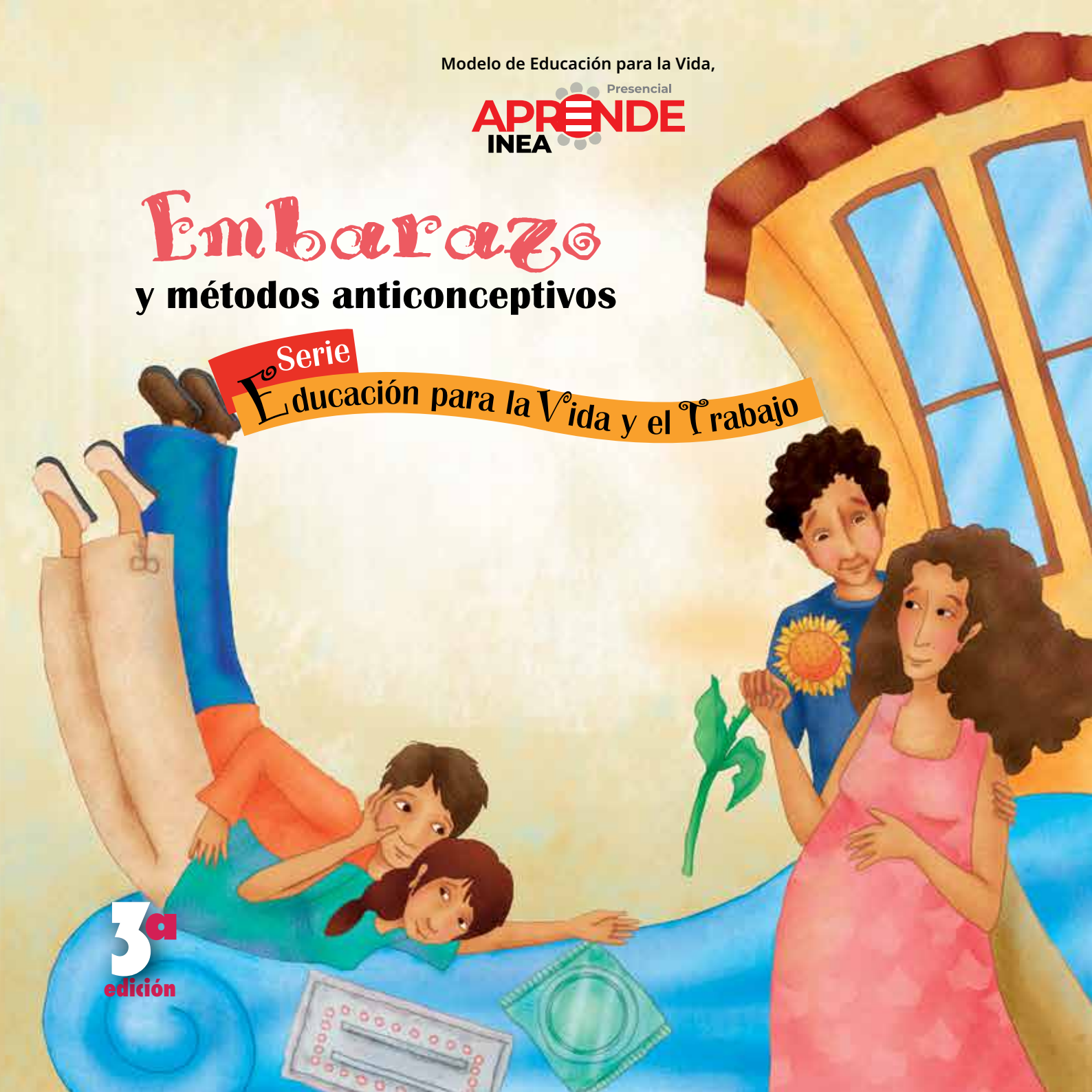
INEA

Embarazo

y métodos anticonceptivos

Serie

Educación para la Vida y el Trabajo



3a edición

DIRECTORIO

Mario Delgado Carrillo
Secretario de Educación Pública

Armando Contreras Castillo
Director General del INEA

Ernesto Gutiérrez Garcés
Director Académico

Gerardo Molina Álvarez
Director de Prospectiva, Acreditación y Evaluación

Claudia Díaz Arnaud
Directora de Concertación, Difusión y Asuntos Internacionales

José Luis Sánchez Juárez
Director de Operación

Nallely Hernández García
Directora de Asuntos Jurídicos

Rodrigo Menéndez Roldán
Titular de la Unidad de Administración y Finanzas

Créditos de la presente edición actualizada

Revisión y ajustes de fuentes digitales
Alicia Mayén Hernández

Dirección gráfica y cuidado de la edición
Greta Sánchez Muñoz
Adriana Barraza Hernández

Calidad y seguimiento editorial
Hugo Fernández Alonso

Revisión editorial y actualización de información y fuentes
Hugo Fernández Alonso
Eliseo Brena Becerril

Curaduría de fuentes digitales
Hugo Fernández Alonso
Eliseo Brena Becerril

Apoyo editorial
Carlos Gregorio Cruz González
Jocelyn Sánchez Merino

Diagramación
Ricardo Pérez Rovira

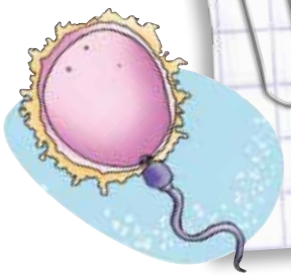
Agradecemos de manera especial las observaciones del Programa de Desarrollo Humano. IMSS/SSA. Agradecimiento especial al Consejo de la Comisión de Derechos Humanos de la Ciudad de México.

Este material tiene como antecedente los contenidos de la *primera edición*, cuyos créditos son: Coordinación: Sara Elena Mendoza Ortega, Yvette Núñez Bravo. Autoría: Mirna Vara Aguirre, Neftalí Gómez-Gil Guzmán, Pilar Acevedo. Revisión: Margarita Magaña, Luz María Chapela, Secretaria de Salud. Diseño: Unidad de Producción de Medios INEA. Portada: Bracho, Comunicación Integral. Y de la *tercera edición actualizada 2018*, cuyos créditos son: Coordinación: Carmen Díaz González. Actualización de contenidos: Adnil Jacoba Cruz Lara. Revisión técnica: Patricia Pérez Gómez. Revisión de Conapo: José Luis Osorio Sánchez, Sandra Guevara de la Torre, José Ernesto Chang Querido, Vicente Álvarez, Monserrat Nava Zepeda. Dirección gráfica y cuidado de la edición: Greta Sánchez Muñoz, Adriana Barraza Hernández. Calidad y seguimiento editorial: Hugo Fernández Alonso. Revisión editorial: Hugo Fernández Alonso, Marisol Ruiz Monter, Laura Sainz Olivares, Eliseo Brena Becerril. Diseño: Subdirección de Diseño de Materiales Educativos. Diagramación: Ricardo Pérez Rovira, Norma García Manzano. Diseño de portada: Ricardo Figueroa Cisneros. Ilustración de portada: Dalia Lilia Alvarado Diez. Ilustración de interiores: Alejandro Villalobos González.

Embarazo y métodos anticonceptivos. Serie Educación para la Vida y el Trabajo. Folleto. D. R. 2001. MEV, AprendeINEA. Instituto Nacional para la Educación de los Adultos, INEA. Francisco Márquez 160, Col. Condesa. Alcaldía Cuauhtémoc. Ciudad de México. C. P. 06140.
3ª edición actualizada 2025

Esta obra es propiedad intelectual de sus personas autoras, y los derechos de publicación han sido legalmente transferidos al INEA. Prohibida su reproducción parcial o total por cualquier medio, sin autorización escrita de su legítimo titular de derechos.

Impreso en México



Embarazo y métodos anticonceptivos

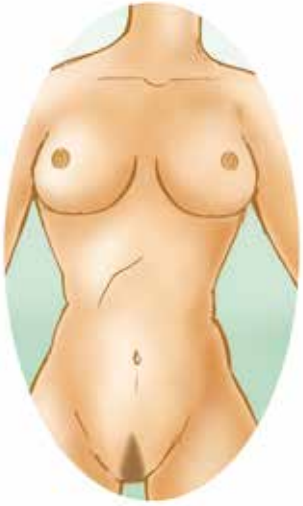
El embarazo es uno de los grandes sucesos en el que los seres humanos participamos y sobre el que difícilmente reflexionamos. ¡Imagínate!, dos células se unen, se dividen, se multiplican y dan vida a un nuevo ser. ¿Qué otra experiencia tan maravillosa como esta podremos vivir en nuestra existencia?

Cuando una pareja formada por un hombre y una mujer tienen relaciones sexuales, el hombre, durante la eyaculación, deposita el semen en el fondo de la vagina. El semen está compuesto por millones de espermatozoides que "suben" a través del útero de la mujer hasta llegar a las trompas de Falopio, lugar en el que se lleva a cabo la unión del óvulo maduro y un espermatozoide, es decir, lo que conocemos como fecundación.

El óvulo fecundado se dirige hacia el útero, lugar en el que crecerá y se desarrollará el bebé hasta su nacimiento. La primera señal de que hay un embarazo es cuando se suspende la menstruación o regla. En los primeros tres meses del embarazo, la mujer puede sentir cansancio, necesidad de dormir más, mareos, náuseas y vómitos, aunque no todas las mujeres presentan estos síntomas.

Aproximadamente entre el cuarto y el sexto mes desaparecen estas molestias y el vientre empieza a crecer, lo que hace más evidente el embarazo. En este periodo, la futura mamá percibe los movimientos del bebé, por lo que adquiere una mayor conciencia del ser que está gestando. Este proceso dura aproximadamente nueve meses. Una vez transcurrido este tiempo, el útero se contrae para ayudar al nacimiento.

La fecundación indica la posible existencia de un nuevo ser, único e irrepetible, que tomará algunas de las características de su padre, y otras, de su madre. El sexo de la o el bebé estará determinado por el tipo de espermatozoide que aporte el padre. Es importante saber que ¡una sola relación sexual!, aunque sea la primera, basta para concebir una nueva vida.



Como sabemos, en una relación sexual participa una pareja, la cual, en caso de que se produzca un embarazo, debe estar consciente de que la responsabilidad es de dos.

Responsabilidad y embarazo

Como el embarazo se desarrolla en el cuerpo de la mujer, este proceso natural ha sido considerado un asunto que ella tiene que resolver, quedándole la responsabilidad de cuidarse a sí misma y al bebé o a la bebé que está en su vientre.

El apoyo familiar es una de las grandes fortalezas de la sociedad; sin embargo, en nuestro país es frecuente que muchas mujeres vivan solas su embarazo y, en algunas ocasiones, sean apoyadas por su familia, lo cual hace evidente la ausencia del padre.

Hombres y mujeres debemos tener presente que un embarazo significa gestar a un nuevo ser que va a necesitar cuidados y afecto, lo que representa una de las tareas más complicadas que asumimos los seres humanos, pero al mismo tiempo es una de las experiencias más gratificantes que se presentan en la vida, siempre y cuando se esté preparado física y mentalmente para ello.

La vida de cada persona inició de la unión de un óvulo y un espermatozoide.

Con la planificación familiar podemos decidir cuándo y cuántos hijos o hijas queremos tener.

Si se decide vivir en pareja un embarazo, se pueden compartir sentimientos, necesidades, temores y ansiedades, y sobrellevar todos los cambios que se presentan, a la vez que se favorece el crecimiento emocional de la pareja. Es importante recordar que se requiere gran comunicación para entender la responsabilidad de la maternidad y la paternidad.



Si despertamos nuestra sensibilidad y ternura, encontraremos que durante este periodo son más las satisfacciones que las angustias. Además, es el momento para iniciar nuestra relación afectiva con el o la bebé, a través del vientre, si le hablamos, ponemos música agradable o acariciamos.

Los métodos anticonceptivos

A través de la planificación familiar, hombres y mujeres tenemos la posibilidad de decidir cuándo queremos tener hijos e hijas. Esta se basa en prácticas que ayudan a evitar embarazos no planeados o a tener los embarazos deseados, así como a decidir el número de hijas o hijos que formarán nuestra familia.

Aun cuando un embarazo puede ser muy importante en nuestra vida, en ocasiones, tanto hombres como mujeres no estamos preparados para asumir la responsabilidad de la educación, manutención, atención y cuidado de los hijos y las hijas, mucho menos cuando hay que responsabilizarse de una maternidad y una paternidad inesperadas, que nos puede generar estrés, preocupación, ansiedad, o llevarnos a decidir interrumpir el embarazo.

En nuestro país, cuando el embarazo es producto de una violación, representa un

riesgo para la vida de la madre, o bien, el producto presenta malformaciones graves; asimismo, el aborto es legal en todos los estados.

El avance por garantizar los derechos reproductivos permitió que, desde 2007, la Ciudad de México despenalizara la interrupción del embarazo hasta las 12 semanas de gestación; además, estableció servicios en hospitales públicos para garantizar este derecho.



Para vivir y disfrutar de nuestra sexualidad de forma responsable, es necesario decidir si queremos embarazarnos, y en caso contrario, tomar medidas para evitarlo.

¿Cómo imaginas que se puede vivir la interrupción de un embarazo?

Hombres y mujeres tenemos el derecho a tener información y conocer los métodos eficaces y adecuados para nuestra persona y que estén a nuestro alcance.

Esta información y la conciencia que desarrollemos sobre la responsabilidad que se adquiere al procrear, nos permitirán tener el número de hijos e hijas a los que podamos brindar la educación, la alimentación, el cuidado, el tiempo y el afecto que requieren.

Planear la familia es un derecho que tenemos y que está estipulado en el Artículo 4o. de la Constitución, que en su tercer párrafo dice:

> Toda persona tiene derecho a decidir de manera libre, responsable e informada sobre el número y espaciamiento de sus hijos e hijas.

Los métodos anticonceptivos son la opción más segura para la pareja que ha decidido tener una vida sexual responsable y vivir un embarazo planeado.

Existen muchos métodos para planear la familia, algunos son más eficaces que otros, ya que ninguno es totalmente seguro. La aceptación y uso de un anticonceptivo depende de las necesidades de las

personas, de su salud, de su cultura, de sus valores y de sus creencias religiosas.

Si tú y tu pareja ya decidieron usar algún método anticonceptivo, acudan al centro de salud, clínica u hospital del sector salud. En estos lugares, la consulta y los métodos son gratuitos.

Los anticonceptivos, dependiendo de la posibilidad de mantener la fertilidad, se clasifican en:

Temporales	Permanentes
Su efecto dura el tiempo que se utiliza; al suspenderlos, permiten el embarazo.	Después de practicarse, evitan permanentemente el embarazo.
• Hormonales orales • Hormonales inyectables • Hormonales subdérmicos • De barrera y espermicidas • Dispositivo intrauterino • Naturales o de abstinencia periódica	• Vasectomía • Oclusión tubaria bilateral

Para decidir cuál es el método más conveniente, es importante solicitar asesoría del personal de salud, quien, de acuerdo con sus características, efectividad anticonceptiva, forma de administración, duración de la protección anticonceptiva, precauciones, contraindicaciones, etcétera, te indicará el más conveniente para ti y tu pareja.

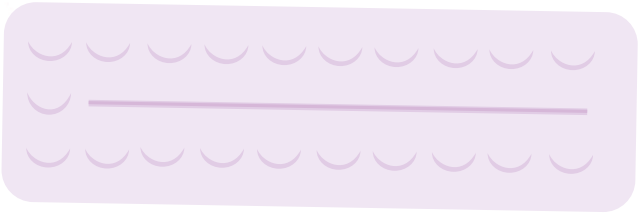
Hombres y mujeres tenemos derecho a estar informadas, informados, sobre los métodos anticonceptivos que existen.

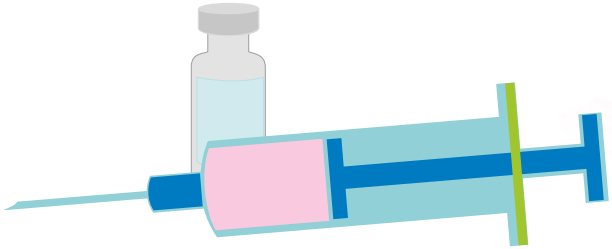
Métodos anticonceptivos temporales

Hormonales orales e inyectables

Son productos elaborados con sustancias parecidas a las hormonas de la mujer. La presentación puede ser en pastillas o inyecciones. Evitan que los ovarios maduren óvulos, impidiendo la fecundación.

Ventajas	Desventajas	Contraindicaciones y precauciones
Pastillas e inyecciones: En el caso de las inyecciones, su efecto es de 1, 2 o hasta 3 meses. • Su protección es de 90 a 97%, dependiendo del tipo de pastilla o inyección que prescriba la médica o el médico. • Son muy eficaces, pero se puede lograr un embarazo al dejar de utilizarlos.	• Se requiere que la mujer esté convencida para tomar la pastilla o para ponerse la inyección. • Su efecto se reduce a determinados periodos, por ejemplo, en el caso de las pastillas, solo durante el día en que se toma, por lo que un olvido puede dar lugar a un embarazo.	• No pueden utilizarse cuando existe sospecha de embarazo, cuando se tiene o se ha tenido cáncer mamario o de la matriz, tumores o mal funcionamiento del hígado, problemas vasculares o problemas de corazón. • Debe tenerse precaución si se está amamantando, si se sufre de presión arterial alta, diabetes, migraña, insuficiencia de los riñones, depresión importante, o si se es fumadora mayor de 35 años.

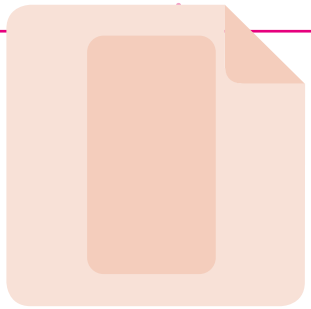


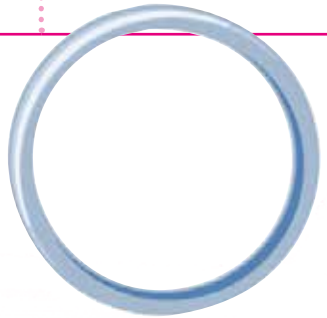


Métodos anticonceptivos temporales

Hormonales subdérmicos

Ventajas	Desventajas	Contraindicaciones y precauciones
Parche anticonceptivo: Se aplica una vez por semana, durante tres semanas, es decir, tres parches al mes, lo que facilita el uso y seguimiento del tratamiento. El implante subdérmico es de acción prolongada, y eficaz por tres años. **Anillo vaginal:** Tiene forma de aro, es un plástico flexible y transparente que la mujer se pone dentro de la vagina una vez al mes y lo deja durante tres semanas para prevenir embarazos. • La protección de estos últimos dos métodos es de 98%.	• No protegen contra las infecciones de transmisión sexual. • Pueden causar irritación en la piel. • En algunos casos, los periodos menstruales se presentan irregulares. • Tienen efectos secundarios, como flujo vaginal o sangrado.	• El implante subdérmico se debe palpar inmediatamente después de ser implantado en el brazo. • El anillo vaginal no se cae espontáneamente, porque su ubicación dentro de la vagina y la musculatura de esta lo sostienen. En caso de expulsión accidental, se lava con agua fría (nunca caliente), sin jabón y se reinserta inmediatamente. Después de tres horas hay que consultar al médico.

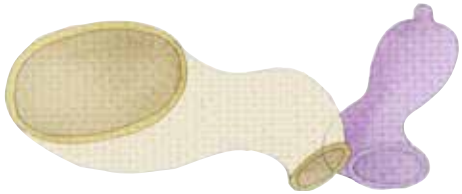




Métodos anticonceptivos temporales de barrera

Condón femenino o masculino

Son fundas de material resistente; en el caso del condón masculino, se recomienda el de látex, y en el femenino, el de poliuretano. Los condones evitan que el semen pase a la vagina.

Ventajas	Desventajas	Contraindicaciones y precauciones
El **condón masculino** se coloca cubriendo el pene erecto antes de la penetración; el **condón femenino** se introduce en la vagina antes de la relación sexual. • En condiciones habituales y adecuadas protegen de 85 a 97%. • Aumentan su efectividad si se combinan con espermicidas. • No tienen riesgo para la salud y pueden usarse a cualquier edad. No requieren receta médica. • El precio y la adquisición del condón masculino es accesible. • Auxilian en la prevención de ITS y VIH/SIDA, y en las eyaculaciones inmediatamente posteriores a la vasectomía.	• La protección está limitada al tiempo de uso correcto. • Existe un porcentaje de falla por su colocación incorrecta, empleo de lubricantes a base de aceite o cremas a base de petróleo. • Algunas personas pueden ser alérgicas al látex. En estos casos, es necesario optar por preservativos elaborados con otros materiales. • El condón femenino presenta un acceso limitado, ya que no suele encontrarse con facilidad y su costo es elevado. • No es recomendable utilizar ambos condones juntos.	• No se recomiendan cuando existe alergia al material del condón. • El condón masculino no se recomienda cuando existen problemas en la erección. • Si no se utiliza correctamente hay riesgo de embarazo. Es importante no olvidar que de cada 100 condones, dos llegan a tener defectos. 

Métodos anticonceptivos temporales

Espermicidas

Son sustancias químicas que se colocan en la vagina entre 15 y 20 minutos antes de la penetración para formar una barrera que inactivará a los espermatozoides. Su presentación es en forma de óvulos, espuma, cremas, jaleas o aerosoles.

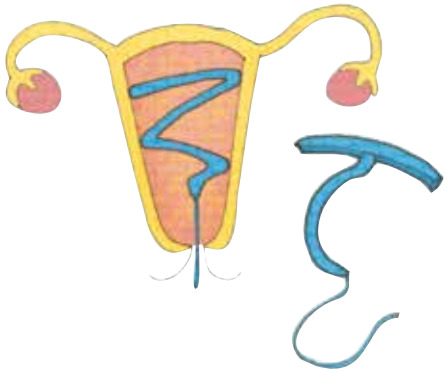


Ventajas	Desventajas	Contraindicaciones y precauciones
• Brindan una protección aproximada de 75 a 90%. Si se usan con otros métodos, aumenta la protección. • Se pueden comprar sin receta médica, son fáciles de aplicar y no tienen riesgo para la salud. • Se pueden usar en periodo de lactancia. • Proporcionan lubricación extra.	• Se deben aplicar siguiendo las instrucciones, antes de la relación sexual. • Como se requiere un determinado tiempo para que haga efecto, se siente que interrumpe el juego amoroso. • La protección anticonceptiva dura aproximadamente una hora después de cada aplicación.	• En climas cálidos, los óvulos pueden derretirse en el sobre. • En algunos casos, el compuesto espermicida puede llegar a producir alergia. • Puede provocar irritación en la vagina y en los genitales externos. • Aumenta el riesgo de adquirir infecciones vaginales.

Métodos anticonceptivos temporales

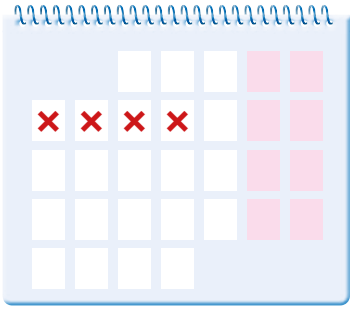
Dispositivo intrauterino (DIU)

Es un pequeño aparato de plástico con diferentes formas; el más común tiene forma de letra T recubierto de cobre, que se coloca dentro del útero de la mujer, con lo que se evita que los espermatozoides pasen de la vagina hacia las trompas uterinas para fecundar el óvulo. Su colocación debe ser realizada siempre por una persona profesional de la salud certificada.

Ventajas	Desventajas	Contraindicaciones y precauciones
• Bajo condiciones habituales de uso, brinda una protección de 95 a 99%. • No interfiere en las relaciones sexuales, y la mujer se puede embarazar al retirarlo. • Existen dispositivos intrauterinos para mujeres jóvenes en edad fértil y sin hijos. • Puede usarse 10 años, dependiendo el tipo de dispositivo, y reemplazarse. • Lo pueden utilizar mujeres alérgicas a los métodos hormonales. • Lo pueden usar mujeres que nunca se han embarazado.	• Accidentalmente, al colocarlo, podría perforar el útero. • Pueden presentarse cólicos y sangrados abundantes durante la menstruación. • Se debe revisar periódicamente para verificar que no se haya movido o expulsado. • No protege contra las ITS. • Difícil colocación, por lo que esta debe ser hecha por un médico o una médica.	• No pueden usarlo las mujeres embarazadas o con sospecha de embarazo, con cáncer, anormalidad o inflamación del útero o con infección del canal vaginal. • Deberá tenerse precaución en caso de anemia, si se ha tenido un embarazo fuera de la matriz, ruptura prematura de membranas o trabajo de parto prolongado. 

Métodos anticonceptivos temporales naturales o de abstinencia periódica

Ritmo



Es un método natural que consiste en observar y anotar cuántos días dura el periodo entre cada menstruación, contando desde el primer día del inicio del periodo o regla. Aproximadamente a la mitad de cada periodo se presenta el día fértil o de probable embarazo, por lo que se debe evitar tener relaciones sexuales tres días antes y cuatro después de esa fecha.

Ventajas	Desventajas	Contraindicaciones y precauciones
• Su efectividad puede ser de 70 a 80% si se lleva a cabo correctamente. En combinación con otros métodos, aumenta su efectividad. • No tiene ningún costo y no causa complicaciones médicas. • Es un método aceptado por algunas religiones.	• No es muy seguro, principalmente para mujeres muy jóvenes, porque sus ciclos menstruales pueden ser irregulares. • Limitan su efectividad las infecciones vaginales, problemas de tiroides o tumores. • La pareja debe estar de acuerdo con la abstinencia sexual en los días fértiles. • No protege contra las ITS. • Requiere de control riguroso del ciclo menstrual, ya que cualquier error en el registro de los días puede reducir significativamente su eficacia.	• No se recomienda cuando se presentan ciclos menstruales irregulares. • Es importante combinar este método anticonceptivo con otro, para mayor efectividad, como el condón o los óvulos espermicidas. • Su efectividad se reduce si es el único método que se emplea. Además, requiere de orientación para que sea efectivo.

Métodos anticonceptivos temporales

Método de ovulación Billings o moco cervical

Diariamente se toca y observa la secreción vaginal natural que tiene la mujer. Durante el periodo fértil se presenta una secreción parecida a la clara de huevo, por lo que en este periodo se deben evitar las relaciones aproximadamente unos cuatro días antes de que aparezca esta secreción y cuatro días después de que desaparezca.

Ventajas	Desventajas	Contraindicaciones y precauciones
• Su efectividad puede ser de 70 a 80%. En combinación con otros métodos, aumenta su efectividad. • No tiene ningún costo y no causa complicaciones médicas. • Es un método aceptado por algunas religiones.	• Es inseguro porque las mujeres tienen que aprender a diferenciar el tipo de secreción. • Este procedimiento no funciona si la mujer tiene flujo vaginal de otro tipo. • La pareja debe estar de acuerdo con la abstinencia sexual durante el periodo fértil. • No protege contra las ITS. • Requiere abstinencia periódica y modificación del comportamiento sexual, por lo que interfiere con la espontaneidad sexual.	• Puede existir rechazo de la mujer a tocar sus órganos sexuales y sus secreciones vaginales. • Es importante combinar este método anticonceptivo con otro, para mayor efectividad, como el condón o los óvulos espermicidas. • No debe usarse si los ciclos no son exactos; si varían por 1, 2 o 3 días, es irregular. • Es difícil identificar el día de la ovulación y, por tanto, el periodo fértil.

Métodos anticonceptivos temporales

Temperatura basal

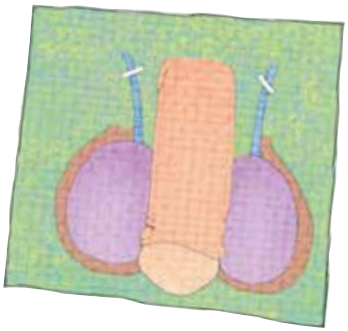
Este método consiste en la medición diaria de la temperatura corporal de la mujer inmediatamente después de despertarse y antes de hacer cualquier otra cosa. La temperatura más segura es la que se registra por la vía rectal.

Ventajas	Desventajas	Contraindicaciones y precauciones
• La elevación de la temperatura en alrededor de medio grado indica que hay riesgo de embarazo. Los tres días anteriores y los tres días siguientes a la elevación de la temperatura se debe evitar tener relaciones sexuales. • Su protección anticonceptiva es de 70 a 80% de efectividad. En combinación con otros métodos, aumenta su efectividad. • No tiene ningún costo y no causa complicaciones médicas. • Es un método aceptado por algunas religiones.	• Es inseguro porque se recomienda tomar la temperatura con un termómetro especial y se tienen que hacer gráficas. • Requiere de mucha exactitud. • No es un método recomendable para mujeres con ciclos menstruales irregulares. • La pareja debe estar de acuerdo con la abstinencia sexual durante el periodo fértil. • No protege de las ITS.	• La temperatura puede variar por muchas causas, por ejemplo, una gripe. • Es importante combinar este método anticonceptivo con otro, para mayor efectividad, como el condón o los óvulos espermicidas.

Métodos anticonceptivos definitivos

Vasectomía

Método definitivo para hombres que consiste en el corte de los conductos deferentes (que son los que llevan los espermatozoides de los testículos a las vesículas seminales).

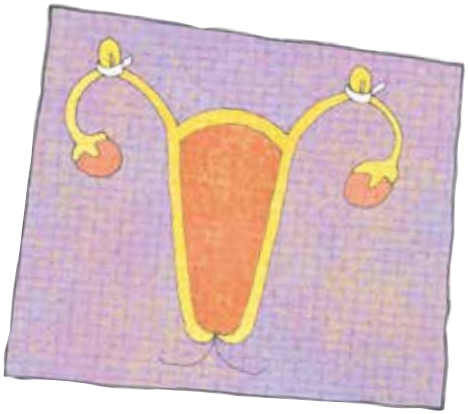


Ventajas	Desventajas	Contraindicaciones y precauciones
• Si la operación se realiza correctamente, su protección es mayor a 99%. • La operación es sencilla, poco riesgosa y representa el método para varones más seguro que existe. • No interfiere con las relaciones sexuales y estas se pueden seguir disfrutando, ya que no se pierde potencia sexual. • Se mantiene la eyaculación sin que haya espermatozoides en el líquido seminal. • Libera a tu pareja sexual de la carga del estrés de tener que evitar embarazos no deseados.	• Ocasionalmente pueden presentarse complicaciones durante la operación o después de ella. • No protege contra las infecciones de transmisión sexual. • Es un procedimiento irreversible.	• Cuando hay antecedentes de operaciones del escroto o de los testículos, o de impotencia. • Si existe infección del área a operar, malformaciones o tumores en los testículos, y hernias inguinales. • En los tres meses siguientes a la operación se debe usar algún otro método anticonceptivo, porque aún habrá espermatozoides en el líquido seminal.

Métodos anticonceptivos definitivos

Ligadura de trompas u oclusión tubaria

Método definitivo e irreversible para mujeres que consiste en hacer un corte en las trompas de Falopio, con lo que se bloquea el lugar por el que el óvulo pasa del ovario al útero o matriz.



Ventajas	Desventajas	Contraindicaciones y precauciones
• Si la operación se realiza correctamente, su protección es mayor a 99%. • La operación es de bajo riesgo. • Es un método seguro y no interfiere con el acto sexual. • Una vez realizada la operación, la mujer ya no podrá embarazarse. • Es un método adecuado para mujeres que han decidido no tener más hijos y prefieren evitar el uso de anticonceptivos hormonales o dispositivos intrauterinos.	• En algunos casos pueden presentarse complicaciones después de la operación. • No protege contra las infecciones de transmisión sexual. • Es irreversible, por lo cual no es un método recomendado para mujeres jóvenes, ya que se pueden arrepentir en el futuro.	• No se debe realizar cuando existe inflamación pélvica, embarazo o sospecha de embarazo, o anemia.

Ejercicio

Relaciona con una línea la descripción de la izquierda con el método anticonceptivo de la derecha.

1. Es de látex o poliuretano, se usa uno en cada relación sexual. No necesitas consultar a un médico y puedes comprarlo en cualquier farmacia.
2. Es temporal; su efecto se reduce al día en que se toma.
3. Es un pequeño aparato en forma de T. Lo tiene que colocar un médico o médica. No todas las mujeres lo pueden usar.
4. Se realiza en hombres, solo se cortan unos tubitos y es un método definitivo. ¡Adivina cuál es!
5. Son sustancias que se colocan en la vagina para inactivar los espermatozoides, no se necesita receta de la médica o médico y es fácil comprarlas.
6. Es un método definitivo y solo para las mujeres.

***a*) Pastillas anticonceptivas**

***b*) Dispositivo intrauterino**

***c*) Condón femenino o masculino**

***d*) Vasectomía**

***e*) Ligadura de trompas**

***f*) Espermicidas**

Respuestas: 1-c; 2-a; 3-b; 4-d; 5-f; 6-e.

¿Sabías que…?

... una sola relación sexual, aunque sea la primera, basta para que una mujer se embarace.

... cuando se decide que no es tiempo de tener un hijo o una hija, es importante utilizar algún método anticonceptivo o combinar dos, así como seguir las instrucciones para que el método no falle y no te lleves una sorpresa.

... la decisión de un embarazo es de dos personas; tanto el hombre como la mujer son responsables porque ambos participan en ella.

... actualmente se cuenta con la píldora de anticoncepción de emergencia, que puede evitar embarazos cuando se han tenido actos coitales no protegidos en periodos fértiles. Es importante considerar que es un recurso para las emergencias, pero NO es un método anticonceptivo.

... el embarazo, cuando es planeado, nos permite prepararnos emocional y económicamente para recibir a ese hijo o esa hija.

Para saber más

Si tienes alguna duda, comunícate a Planificatel (¡Yo Decido!) al 800 624 64 64, sin costo alguno, desde cualquier lugar del país.

También puedes conocer más información utilizando los servicios de las plazas comunitarias o café-internet; con ese fin te recomendamos las siguiente dirección electrónica:

www.mexfam.org.mx

Mexfam es una organización que promueve el bienestar de las personas a través de la información sobre sus derechos sexuales y reproductivos.

Notas

Notas

Notas

Educación
Secretaría de Educación Pública

INSTITUTO NACIONAL PARA LA EDUCACIÓN DE LOS ADULTOS

DISTRIBUCIÓN GRATUITA
Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido su uso para fines distintos a los establecidos en el programa.

