

# ME TODOS ANTICONCEPTIVOS



# ¿QUÉ SON LOS MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS?

Los Métodos Anticonceptivos son aquellos que se utilizan de manera voluntaria y previa información, con el propósito de evitar los embarazos. Pueden ser pastillas, inyecciones, pequeños objetos que se colocan en nuestro cuerpo por personal de salud entrenado, con nuestro consentimiento. Se pueden encontrar en los establecimientos de salud y en los Servicios de Salud Amigables para Adolescentes (SSAA).

## ¿Por qué es importante que las y los adolescentes tengan información sobre los Métodos Anticonceptivos?

- Las y los adolescentes, tienen derecho a recibir información y contar con los medios que le permitan tener una salud sexual y reproductiva adecuada. La información sobre los métodos anticonceptivos y obtenerlos hacen parte de este derecho.
- El inicio de las relaciones sexuales en la adolescencia, sin contar con información ni protección, origina problemas en la salud reproductiva que incluyen embarazos no planificados, abortos, riesgos durante el embarazo, el parto o después del parto, complicaciones para el recién nacido y en otros casos puede llevar a la muerte de la madre y/o del niño, infecciones de transmisión sexual (ITS), incluido el VIH, entre otras.
- Los Métodos Anticonceptivos son fundamentales para que las y los adolescentes puedan prevenir los embarazos y puedan cumplir sus sueños y metas, logrando así su plan de vida.

¿QUÉ SON LOS

# MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS?



# ¿CUÁLES SON LOS MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS QUE TENEMOS DISPONIBLES?

En el país tenemos disponible y de manera gratuita en los establecimientos de salud y en los Servicios de Salud Amigables para Adolescente (SSAA) los siguientes Métodos:

- Pastillas Anticonceptivas
- Inyección Trimestral
- Implante
- Dispositivo Intrauterino conocido como DIU
- Condones Masculinos
- Condones Femeninos
- La vasectomía y la anticoncepción quirúrgica voluntaria son practicadas en adolescentes solo en casos excepcionales. El personal de salud te brindará más información sobre en qué casos estos métodos son viables en adolescentes.

Todos estos métodos pueden ser utilizados por adolescentes.

Ahora hablaremos de cada uno de estos métodos con el propósito de conocer ¿Cuáles son? ¿Cómo actúan? ¿Quiénes pueden utilizarlos? ¿Quiénes no pueden utilizarlo? y alguna otra información importante que debemos tener presente...

¿CUÁLES SON LOS

**MÉTODOS**

**ANTICONCEPTIVOS  
QUE TENEMOS DISPONIBLES?**



# PASTILLAS ANTICONCEPTIVAS

Son pastillas compuestas por dosis bajas de dos hormonas: una llamada progestina y otro estrógeno y se utilizan con el propósito de evitar un embarazo.

## **¿Cómo funciona este método?**

Este método impide la ovulación, es decir la liberación del óvulo que podría ser fecundado cuando se tiene relaciones sexuales sin protección. Si no hay ovulación no hay posibilidades de embarazo. También previenen la entrada de los espermatozoides en el útero o matriz con lo cual no hay posibilidades de embarazo.

## **¿Cómo se usa?**

El inicio de este método, debe realizarse durante los 5 primeros días de la menstruación y preferiblemente debe tomarse con alimentos. La mejor hora recomendada para tomársela es por la noche. Los sobres de pastillas disponibles son de 28 pastillas, generalmente, la menstruación ocurre mientras se toman las últimas 7 pastillas. Una vez finalizado el primer sobre de pastillas con o sin sangrado menstrual debe seguir de manera continua con el siguiente sobre y así sucesivamente.

## **¿Qué hacer en caso de olvido?**

Si por alguna razón olvidó tomar una sola pastilla, deberá tomarla en cuanto lo recuerde y otra a la hora habitual y no necesita protección anticonceptiva adicional. Si olvidó tomar la pastilla 2 días consecutivos debe tomar 2 pastillas tan pronto recuerde y la otra a la hora habitual, debe continuar tomando las pastillas a diario una por día y usar un método anticonceptivo adicional, como el condón, hasta que se presente un nuevo sangrado menstrual.

## **¿Quiénes pueden tomar estas pastillas?**

Las pastillas anticonceptivas pueden ser usadas por cualquier adolescente, especialmente las que tengan menstruaciones dolorosas y abundantes y que no estén dando lactancia materna.



# PASTILLAS ANTICONCEPTIVAS

## ¿En quiénes no se recomienda utilizarlos?

- Mujeres embarazadas o que sospechan estar embarazadas
- Mujeres con algunas enfermedades como cáncer de mama y de ovarios, problemas en el hígado, en la circulación, que toman tratamiento para la tuberculosis o para convulsiones, que tienen diabetes no controlada, que padecen migraña, y mujeres que tienen un consumo mayor de 20 cigarrillos por día, entre otras.
- Mujeres que estén dando lactancia materna ya que las hormonas de las pastillas pueden reducir la cantidad de la leche materna y alterar su composición.

## ¿Cuáles son los beneficios de utilizar este método?

- Es muy eficaz (97-99%), seguro y fácil de usar.
- Es un método reversible, es decir que se puede dejar de usar en cualquier momento y una vez que se suspende se recupera inmediatamente la posibilidad de un embarazo.
- Su uso no interfiere con el momento de la relación sexual, lo cual da mayor tranquilidad y mayor oportunidad de disfrutarla.
- Mujeres con períodos menstruales abundantes y dolorosos, las pastillas le ayudarán a regular la menstruación, a disminuir la cantidad y la duración del sangrado, así como los cólicos menstruales que provocan dolor.
- Mujeres con algunos padecimientos como quistes de ovario.

## Es importante tener presente que:

- El uso adecuado (tomarlas todos los días) de las pastillas anticonceptivas es fundamental para que sean efectivas.
- En algunas mujeres puede presentarse cambios en el sangrado menstrual, dolor de cabeza, mareos, náuseas, vómito, tensión o dolor mamario, cambios en el peso, manchas oscuras en la cara, lo cual no representa enfermedad y generalmente desaparecen en los primeros meses de uso. En otras mujeres no se presenta ninguna molestia.
- No protegen de las Infecciones de Transmisión Sexual, incluido el VIH, por lo que se recomienda el uso del condón como método adicional para protegerse de estas infecciones.

# PASTILLAS

## ANTICONCEPTIVAS



# INYECCIÓN TRIMESTRAL

Es una inyección de larga duración (3 meses) que contiene un tipo de hormona llamada progestina y tienen como propósito evitar el embarazo.

## ¿Cómo funciona este método?

Este método logra su efecto anticonceptivo impidiendo la ovulación y de esta manera no hay posibilidades de embarazo.

## ¿Cómo se usa?

La inyección trimestral se aplica vía intramuscular, en el brazo o el glúteo. La primera inyección debe aplicarse durante los primeros 5 días del sangrado menstrual. Las inyecciones siguientes deben administrarse cada tres meses independientemente de cuándo se presente el sangrado. No se necesita tiempo de descanso y puede utilizarse por todo el tiempo que se desee. Si por alguna razón olvidó ponerse la inyección en la fecha que correspondía, debe visitar lo más pronto posible la unidad de salud más cercana donde le brindarán las orientaciones necesarias.

## ¿Quiénes pueden utilizarla?

- Mujeres adolescentes, jóvenes o adultas con o sin hijos que deseen un método reversible de larga duración.
- Mujeres que por completo no pueden tomar anticonceptivos hormonales combinados o que no deseen tomar pastillas diariamente ni quieran utilizar otro método.
- Mujeres fumadoras.
- Mujeres que están dando lactancia materna ya que no altera la calidad y cantidad de leche materna.
- Mujeres con cólicos menstruales severos.

## ¿En quiénes no se recomienda utilizarla?

- Mujeres en la que se sospecha embarazo, que tienen o tuvieron cáncer de mamas o genital, que tienen tumores en el hígado, que están tomando tratamiento para la tuberculosis, que presentan sangrados vaginales anormales de origen no conocido, con problemas cardíacos, insuficiencia renal, depresión importante, migraña, con problemas circulatorios.
- Mujeres que deseen embarazarse en un período menor a 9 meses de suspender el anticonceptivo.

INYECCIÓN

TRIMESTRAL



# INYECCIÓN TRIMESTRAL

## ¿Cuáles son los beneficios de utilizar este método?

- Es fácil de usar y muy efectivo (Mayor al 99%).
- Se puede usar a cualquier edad.
- Su uso es independiente del momento de las relaciones sexuales.
- Se evita la toma diaria de hormona.
- Ofrece privacidad a la usuaria ya que no requiere tenerlo en casa.
- La ausencia del sangrado menstrual que puede producirse puede ser considerada como una ventaja para algunas mujeres.
- Ayuda a prevenir embarazos fuera del útero (ectópicos).
- No produce malestares gastrointestinales.

## Es importante tener presente que:

- El uso correcto y en la fecha que corresponde de la inyección trimestral es fundamental para que sea efectiva.
- En algunas mujeres pueden presentarse irregularidades en la menstruación que van desde goteo hasta ausencia de ésta; también puede haber incremento de peso, distensión o molestia abdominal, dolor de cabeza, mareos, náuseas, cambios de humor, lo cual no representa alguna enfermedad y todo esto tiende a disminuir o desaparecer durante los primeros meses de uso. En otras mujeres no se presenta ninguna molestia.
- Requiere controles más cuidadosos y frecuentes en menores de 16 años, cuando hay dolores de cabeza severos, cuando existe una masa en la mama no diagnosticada, cuando se tienen antecedentes de presión arterial alta severa, diabetes entre otros.
- Existe retraso en el regreso a la fertilidad, hay una demora aproximada de 4 meses a más en comparación con la interrupción de los otros métodos hormonales.
- No protege de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS), incluido el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), por lo que se recomienda el uso del condón como método adicional para protegerse de estas infecciones.

# INYECCIÓN

## TRIMESTRAL



ENERO
FEBRERO
MARZO
ABRIL
MAYO
JUNIO
JULIO
AGOSTO
SEPTIEMBRE
OCTUBRE
NOVIEMBRE
DICIEMBRE

# IMPLANTE SUBDÉRMICO

Son pequeñas cápsulas o cilindros de plásticos delgados y flexibles que liberan progestágeno, una hormona parecida a la progesterona natural producida por el cuerpo de la mujer.

## ¿Cómo funciona este método?

Este método bloquea la llegada de los espermatozoides al óvulo y también impide la ovulación evitando así las posibilidades de embarazo.

## ¿Cómo se coloca?

Mediante un procedimiento realizado por personal de salud capacitado, se coloca el implante debajo de la piel, en la cara interna de la parte superior del brazo, de preferencia en el que menos se utilice. Se puede poner en cualquier momento siempre y cuando exista certeza que no se está embarazada. También puede colocarse inmediatamente después del parto o en los primeros 7 días después de un aborto o de la pérdida de un embarazo o posterior a este tiempo si hay seguridad que no existe embarazo. Su colocación y retiro requiere de personal de salud entrenado. Hay varios tipos de implante y dependiendo del tipo de implante, este método proporciona protección anticonceptiva 3 o 5 años.

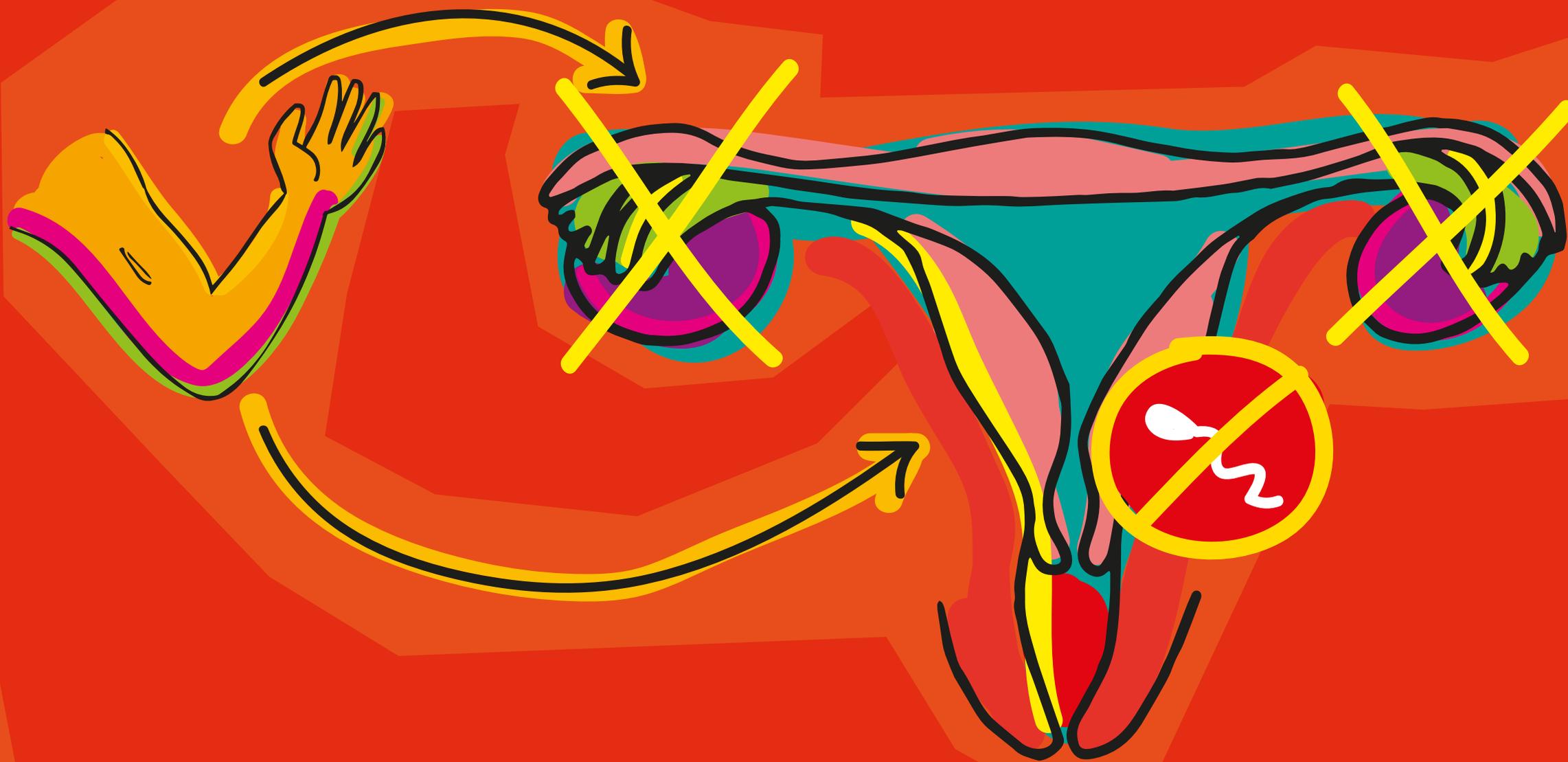
## ¿Quiénes pueden utilizar este método?

- Mujeres adultas o adolescentes que deseen protección anticonceptiva con comodidad, larga duración, alta eficacia y efectividad.
- Mujeres que deseen un método que no exija estar recordándolo todos los días y no esté relacionado con el momento de la relación sexual.
- Mujeres inmediatamente después del parto, cesárea, aborto o pérdida de embarazo.
- Mujeres que estén dando lactancia materna.

## ¿Quiénes no pueden utilizarlos?

- Mujeres en que se sospeche embarazo.
- Mujeres con enfermedades agudas o crónicas del hígado, que presenten sangrados vaginales de origen no conocido, con problemas de la circulación de la sangre, problemas cardíacos, cáncer de mamas, entre otros.

# IMPLANTE SUBDÉRMICO



# IMPLANTE SUBDÉRMICO

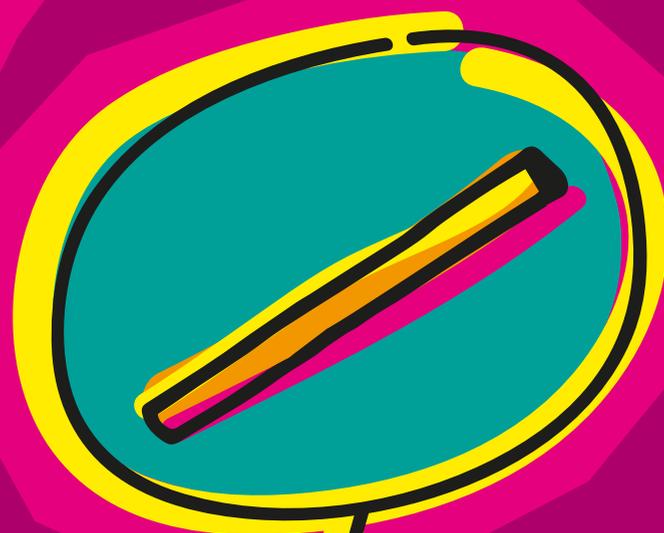
## ¿Cuáles son los beneficios de utilizar este método?

- Tienen una alta eficacia, mayor que los hormonales orales: Menos de 1 embarazo cada 100 mujeres que utilizan los implantes el primer año
- Son de larga duración, con un máximo de 5 años, dependiendo del tipo de implante.
- Su uso no depende del momento de la relación sexual.
- Su efecto es reversible, después de ser retirado puede ocurrir embarazo.
- Son cómodos y casi invisibles.

## Es importante tener presente que:

- Se requiere personal capacitado y el equipo apropiado para su colocación, control o retiro.
- En algunas mujeres pueden ocurrir mayores irregularidades menstruales, dolor de cabeza, aumento del peso corporal, dolor y tensión en las mamas, los cuales pueden disminuir o desaparecer durante los primeros meses de uso. En otras mujeres no se presenta ninguna molestia.
- En algunas mujeres el implante puede ser ligeramente visible.
- No protege de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS), incluido el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), por lo que se recomienda el uso del condón como método adicional para protegerse de estas infecciones.

# IMPLANTE SUBDÉRMICO



# DISPOSITIVO INTRAUTERINO

El DIU o T de Cobre, como su nombre lo indica, es un aparatito de plástico en forma de “T” que viene cubierto de cobre en sus tres extremos y del que cuelgan dos hilos en su parte inferior. Este se coloca en el útero o matriz para evitar el embarazo. Los hilos sobresalen ligeramente del cuello uterino. El DIU es tan pequeño que cabe en la palma de tu mano.

## ¿Cómo funciona este método?

El cobre que recubre el DIU produce una reacción química que impide que los espermatozoides sobrevivan dentro del útero, impidiendo que estos fecunden el óvulo, previniendo de esta manera el embarazo.

## ¿Cómo se usa?

El DIU se coloca en el útero o matriz a través de un procedimiento que debe ser realizado por personal de salud entrenado. Puede permanecer en el útero por un período de 12 años. Es importante que quien use este método acuda al servicio de salud una vez al año para que el personal revise y confirme si el DIU sigue en su ubicación correcta y que no hay ningún problema en su funcionamiento.

## ¿Quiénes pueden utilizarlo?

La T de cobre puede ser usada por todas las adolescentes, con o sin hijos, que deseen un método anticonceptivo eficaz y de larga duración.

Puede ser colocado:

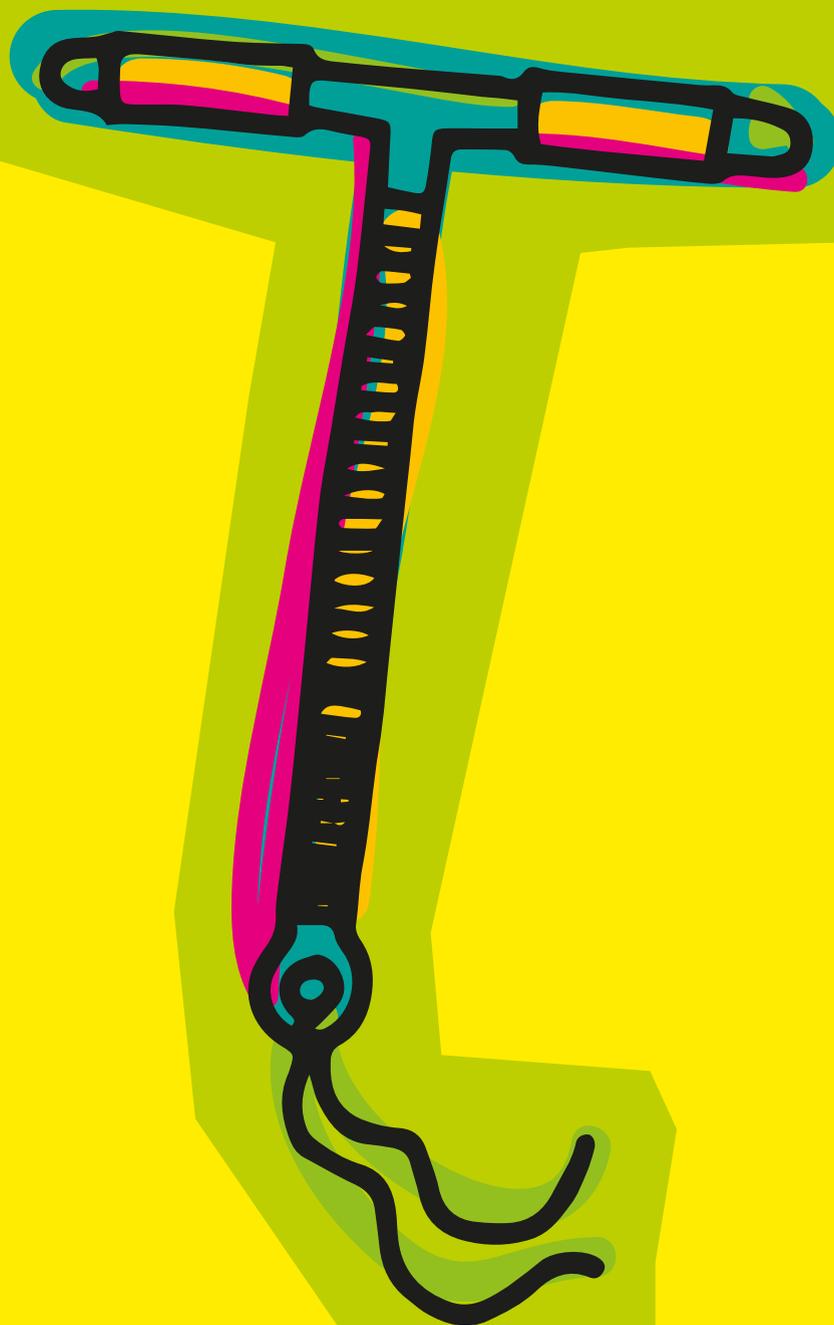
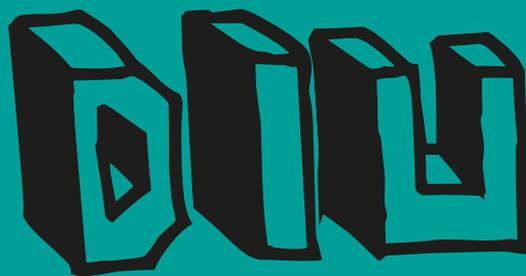
- En cualquier momento que se compruebe que no existe embarazo, por lo general, la colocación se realiza durante el periodo o regla.
- Inmediatamente después de un parto o aborto o durante la cesárea.

## ¿En quiénes no se recomienda utilizarlos?

No se recomienda cuando hay:

- Sospecha de embarazo.
- Infecciones vaginales frecuentes.
- Cuando se presenta dismenorrea, es decir, dolores menstruales muy fuertes.
- Sangrado vaginal anormal que debe ser investigado.
- Cáncer de útero o matriz.
- Antecedentes de embarazo fuera del útero o matriz.

# DISPOSITIVO INTRAUTERINO



# DISPOSITIVO INTRAUTERINO

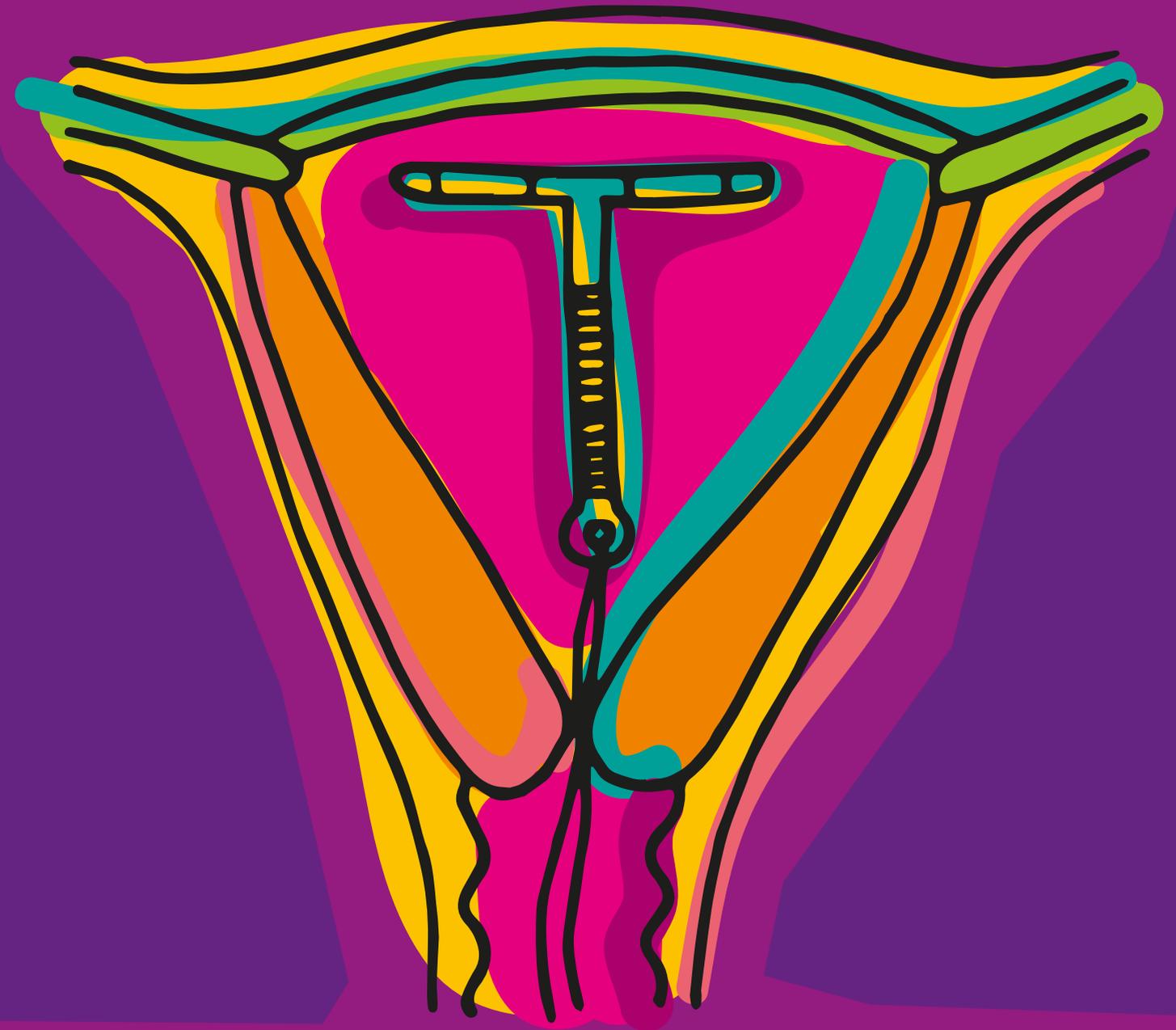
## ¿Cuáles son los beneficios de utilizar este método?

- Es altamente efectivo (97-98%), de largo plazo y reversible.
- Puede durar de manera efectiva dentro del útero hasta 12 años.
- Se puede colocar inmediatamente después del parto, aborto o cesárea o en el momento que se requiera siempre y cuando se compruebe que no hay embarazo.
- No interfiere con el momento de las relaciones sexuales.
- No interfiere con la lactancia materna ni con el uso de medicamentos.

## Es importante tener presente que:

- En algunas mujeres, puede que los períodos menstruales sean más abundantes, prolongados y dolorosos, especialmente al comienzo de su uso.
- Podría incrementar el riesgo de enfermedad inflamatoria pélvica.
- La colocación y retiro del método tiene que ser realizada por personal de salud entrenado.
- En algunos casos puede ocurrir expulsión espontánea del DIU.
- Una vez que es retirado el DIU, puede ocurrir embarazo de inmediato.
- No protege de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS), incluido el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), por lo que es necesario utilizar el condón para la prevención de estas infecciones.

# DISPOSITIVO INTRAUTERINO



# CONDÓN MASCULINO

Es una funda de látex que se coloca en el pene erecto durante la relación sexual, para prevenir los embarazos y las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) incluido el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), por lo que es considerado un método de doble protección.

## ¿Cómo funciona este método?

El condón masculino actúa como una barrera que impide el contacto directo entre los genitales, evitando que los espermatozoides sean expulsados en la vagina y tengan contacto con los óvulos, previniendo de esta forma el embarazo. Adicionalmente los condones evitan las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) incluido el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH).

## ¿Quiénes pueden utilizarlo?

- Todas las parejas que deseen prevenir el embarazo y las infecciones de transmisión sexual, incluido el Virus de Inmunodeficiencia Humana - VIH.
- Parejas que utilizan correcta y consistentemente otro método anticonceptivo pero que deseen tener doble protección.
- Parejas que han utilizado incorrecta o inconsistentemente otro método anticonceptivo, y que deseen protección mientras regulan el uso del método acostumbrado, por ejemplo, cuando se ha olvidado tomar la pastilla anticonceptiva varios días.

## ¿En quiénes no se recomienda utilizarlos?

- No existen contraindicaciones médicas para su uso.

## ¿Cuáles son los beneficios de utilizar este método?

- La protección que proporciona el condón es elevada (98%), si se utiliza correctamente y en toda relación sexual, es decir, desde antes de la penetración y hasta después de la eyaculación.
- Pueden ser utilizados sin tener que ver a un proveedor de salud.
- Es el único método anticonceptivo que tiene doble protección ya que protege de embarazos y además de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) incluido el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), excepto del Herpes genital.
- No tiene efectos negativos, no provocan impotencia ni esterilidad en el hombre.

**CONDÓN**

**MASCULINO**



# CONDÓN MASCULINO

## ¿Cómo utilizar correctamente el condón masculino?

- Verifique la fecha de vencimiento y que el empaque no tenga fugas de aire. Los condones deben guardarse en un lugar fresco y alejado de la luz directa. No se recomienda llevarlos en la billetera o el bolsillo por tiempo prolongado, pues la fricción y el calor del cuerpo puede deteriorarlos.
- Abra el empaque por los lados que tienen ranuras o bordes irregulares utilizando la yema de los dedos, no utilice los dientes ni las uñas.
- Saque el condón del sobre y antes de colocarlo, asegúrese que el condón esté del lado correcto.
- Sujete la punta del condón con sus dedos y con la otra mano desenróllelo hasta la base del pene erecto.
- Después de la eyaculación y antes que el pene pierda la erección, retire el pene de la vagina y sujete el condón desde la base deslizándolo hacia afuera con cuidado de no derramar el semen.
- Para desecharlo hágale un nudo y colóquelo en un basurero.
- No intente utilizar el mismo condón en más de una relación sexual.
- El condón puede utilizarse en relaciones sexuales vaginales, orales o anales.

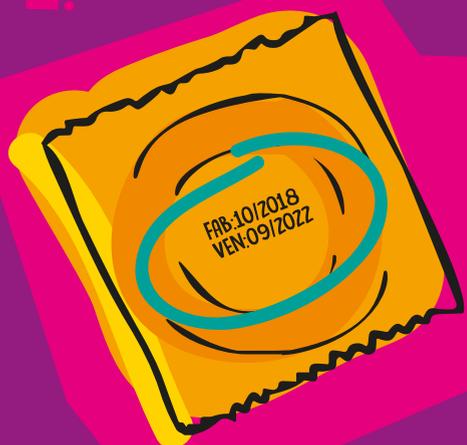
## Es importante tener presente que:

- Si necesita utilizar lubricantes éstos deben ser a base de agua ya que los lubricantes a base de aceite pueden dañar el látex del condón.
- No se puede perder en el cuerpo de la mujer, no tienen orificios por los cuales los fluidos del acto sexual puedan atravesar y no provocan enfermedad en el hombre.
- Algunas personas pueden presentar alergia al material del cual está elaborado el condón.
- Los condones carecen de efectos adversos.
- Pueden ser utilizados como método anticonceptivo continuo o de protección adicional.
- Si se rompe el condón debe comunicárselo a su pareja y acuda tan pronto sea posible en el establecimiento de salud más cercano donde le brindaran recomendaciones al respecto.

# CONDÓN

## MASCULINO

1.



2.



3.



4.



5.



6.



# CONDÓN FEMENINO

Es una funda de poliuretano que se coloca en la vagina antes de la relación sexual para evitar el paso de los espermatozoides y de esta manera evitar un embarazo. Al igual que el condón masculino, es un método de doble protección ya que protege de embarazos y de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) y el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH).

## ¿Cómo funciona este método?

El condón femenino actúa como una barrera que impide que los espermatozoides sean expulsados en la vagina y tengan contacto con los óvulos, evitando de esta forma el embarazo. También ayudan a evitar que las infecciones en el pene o en la vagina pasen a la pareja.

## ¿Quiénes pueden utilizarlo?

- Todas las parejas que deseen prevenir el embarazo y las infecciones de transmisión sexual, incluido el Virus de Inmunodeficiencia Humana.
- Parejas que utilizan correctamente y consistentemente otro método anticonceptivo pero que deseen tener doble protección.
- Parejas que han utilizado incorrecta o inconsistentemente otro método anticonceptivo, y que deseen protección mientras regulan el uso del método acostumbrado, por ejemplo, cuando se ha olvidado tomar la pastilla anticonceptiva varios días.

## ¿En quiénes no se recomienda utilizarlos?

No existen contraindicaciones médicas para su uso.

## ¿Cuáles son los beneficios de utilizar este método?

- Proporciona mayor autonomía a la mujer para controlar su fertilidad y su salud sexual.
- Es un método efectivo para evitar el embarazo llegando al 95 %. Para que funcione correctamente debe usarse desde antes de la penetración hasta después de la eyaculación.
- El condón femenino no tiene efectos secundarios.
- El componente con el que está fabricado es muy resistente, con lo cual las probabilidades de romperse son menores.
- No produce alergia, por lo que es una buena opción cuando se tiene alergia al látex del que está hecho el condón masculino.
- No es necesaria prescripción médica para su uso.
- La relación sexual no tiene por qué verse interrumpida, ya que puede colocarse hasta ocho horas antes.
- No es preciso retirarlo inmediatamente después de la eyaculación.
- Se ajusta a los genitales femeninos y resulta más natural, no produce presión en el pene.
- Está muy lubricado, por lo que favorece la penetración.
- Protege a las parejas de las infecciones de transmisión sexual y el VIH, excepto del Herpes Genital.

CONDON

FEMENINO



# CONDÓN FEMENINO

## ¿Cómo utilizar correctamente el condón femenino?

1. Verifique la fecha de expiración y que el empaque no tenga fugas de aire. Los condones deben guardarse en un lugar fresco y alejado de la luz directa.
2. Para ponerse el condón femenino es fundamental adoptar una posición cómoda, bien puede ser de pie apoyando una pierna sobre una silla, sentada o acostada con las piernas flexionadas.
3. Para sacar el condón, abra el empaque por los lados que tienen ranuras o bordes irregulares utilizando la yema de los dedos, no utilice los dientes ni las uñas. Para ponerlo y para quitarlo, tenga cuidado con las uñas y uso de joyas para evitar rasgarlo.
4. Para introducir el condón, sujete con sus dedos el anillo removible que se encuentra en el lado cerrado del mismo, haciendo que los dos extremos de este anillo se toquen formando un "8". Con la otra mano puede separar los labios vaginales para facilitar la introducción.
5. Comience a introducir el condón hasta el fondo de la vagina. Con el dedo medio puede facilitar la llegada del anillo interno al cuello del útero donde quedará fijado. El anillo externo del condón quedará por fuera de la vagina cubriendo los órganos externos o vulva.
6. Para extraerlo, realice algunas vueltas al anillo externo, como enroscándolo, para procurar que no se derrame el semen y estire suavemente hacia abajo para sacarlo por completo. Si al retirarlo nota que estuviera roto o defectuoso, comuníquelo a su pareja y consulte al personal de salud quien le brindará recomendaciones al respecto.
7. Para desecharlo hágale un nudo y colóquelo en un basurero.
8. No intente utilizar el mismo condón en más de una relación sexual.

## Es importante tener presente que:

- Si necesita lubricante puede utilizarlos a base de agua o aceite.
- No se debe utilizar en conjunto con el condón masculino.
- Puede ser utilizado en relaciones sexuales por vía vaginal, oral o anal.
- El condón femenino no es reutilizable.

# CONDÓN

## FEMENINO

1.



2.



3.



4.



5.

6.

7.

# INFORMACIÓN GENERAL

Este rotafolio contiene información sobre los diferentes Métodos Anticonceptivos (MAC) disponibles en los establecimientos de salud y en los Servicios de Salud Amigables para Adolescentes (SSAA).

## ¿A quiénes está dirigido?

Está dirigido al personal de los establecimientos de salud y de los Servicios de Salud Amigables para Adolescentes (SSAA), consejeras y consejeros, líderes y agentes comunitarios que trabajan de manera directa con las y los adolescentes.

## ¿Cuál es su propósito?

Tiene como propósito facilitar información, científica y actualizada sobre los diferentes Métodos Anticonceptivos disponibles, durante la labor de consejería individualizada o en pareja que se brinda en los establecimientos de salud y en los Servicios de Salud Amigables para Adolescentes (SSAA). También, puede ser utilizado para la realización de charlas educativas, capacitaciones o actividades grupales con las y los adolescentes y en el trabajo directo de campo con adolescentes en las comunidades.

## ¿Cómo utilizarlo?

Este rotafolio es de fácil manejo y contiene una serie de láminas con información básica sobre cada uno de los Métodos Anticonceptivos disponibles. Cada lámina tiene dos caras, una que contiene ilustraciones sobre cada Método Anticonceptivo y debe colocarse frente a la o el adolescente, pareja o grupo de adolescentes y otra (reversa) que debe quedar frente a la persona que brinda la consejería, charlas educativas, capacitaciones o actividades grupales con adolescentes y contiene en detalle la información que con lenguaje sencillo debe brindarse a los y las adolescentes.

## Recuerde siempre:

- Iniciar la consejería dando la bienvenida y un cordial saludo a las y los adolescentes, propiciando un ambiente de confianza y privacidad.
- Empezar los temas haciendo preguntas para saber qué conocimientos o ideas tiene los y las adolescente sobre el tema. Algunas de estas preguntas pueden ser ¿Qué les han contado a ustedes de este tema? ¿Qué ven en esta imagen?, entre otras.
- En el caso de actividades grupales con las y los adolescentes tenga en cuenta la realización de una dinámica al iniciar para romper el hielo y propiciar un ambiente de confianza.
- Antes de pasar a la información de un nuevo método asegúrese que las y los adolescentes hayan comprendido la información del método anterior y le hayan sido aclaradas cada una de sus dudas.
- Reforzar los aspectos relacionados con la importancia del uso correcto y consistente (sistemático o frecuente) de los métodos anticonceptivos para lograr su efectividad.
- Utilizar modelos de pene y vagina para hacer la demostración del uso correcto del condón masculino y femenino.
- Tenga a la mano los diferentes métodos anticonceptivos para que quien recibe la información se haga una idea más precisa sobre eso de lo que se está hablando.
- La información que usted brinde ayudará a las y los adolescentes tomar decisiones informadas y voluntarias para evitar o postergar la decisión de tener un embarazo.
- No olvide despedirse cordialmente e invitando a una próxima consejería o charla y a visitar los Servicios de Salud Amigables para Adolescentes para obtener más información y el método que sea de su elección.

**¡LES DESEAMOS BUENA SUERTE EN ESTA IMPORTANTE LABOR!**