



Fundación para Estudio e
Investigación de la Mujer

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

¿Qué métodos anticonceptivos previenen el VIH?

Los únicos métodos que además de evitar el embarazo previenen la transmisión del VIH y otras infecciones de transmisión sexual son: el preservativo masculino y el femenino.



Preservativo masculino

Impide que el semen entre en el cuerpo de la mujer, por eso ni se produce el embarazo, ni entran los virus que producen las infecciones de transmisión sexual.

Es importante usarlo durante toda la relación sexual, desde el principio hasta el fin.

Para usarlo:

- Abrió el paquete con la mano con cuidado para que no se rompa el preservativo.
- Apretá la punta del preservativo para sacar el aire, porque si queda aire se puede romper durante la relación
- Colocalo en la punta del pene y desenrollalo hasta la base, siempre apretando la punta del preservativo para que no quede aire.
- Cuando terminó la relación sexual, se retira el preservativo con el pene todavía duro. Con cuidado de no derramar semen.
- Antes de tirarlo, hace un nudito en el preservativo para que no se derrame el líquido.



Preservativo femenino

Tiene la misma función que el preservativo masculino, pero se lo coloca la mujer en la vagina antes de la relación sexual y debe tenerlo hasta el final o después de cuando el hombre retiró el pene.

Lamentablemente es caro, y por eso casi no se usa en nuestro país.

No te olvides que:

- Cada preservativo se usa en una sola relación sexual.
- Tienen fecha de vencimiento en el envase. Guardarlo en lugar fresco.
- No uses vaselina, crema para manos o aceites, porque deterioran el preservativo.
- Sí podes usar lubricantes especiales a base de agua!



Fundación para Estudio e
Investigación de la Mujer

¿Qué otros métodos anticonceptivos existen?



Pastillas anticonceptivas: Son hormonas que actúan evitando la producción de óvulos. Así que aunque el semen entre en el cuerpo de la mujer, no se produce embarazo. Hay distintos tipos de píldoras anticonceptivas, algunas especiales para el período de lactancia. Siempre deben ser indicadas por un médico/a.



Inyecciones: Al igual que las píldoras, impiden la producción de óvulos. Se colocan una vez al mes o cada tres meses, según el tipo de inyección. Algunas mujeres toleran muy bien este método y lo prefieren porque otras personas pueden no enterarse que lo usan. Las inyecciones deben ser indicadas y controladas por un/a médico/a.



Dispositivo Intra-Uterino (DIU): Es un tubito plástico con hilos de cobre en forma de T, que lo coloca dentro del útero un médico. Evita el embarazo porque actúa sobre los espermatozoides, hace que no puedan llegar hasta el lugar donde se unen con el óvulo. Puede quedar colocado en el útero de 3 a 10 años dependiendo del modelo. Es importante realizar controles ginecológicos periódicos para verificar su correcta ubicación. No produce dolor ni molestia durante las relaciones sexuales.



Diafragma: Es un capuchón de látex o goma que cubre el cuello del útero, impidiendo la entrada del semen. La mujer se lo coloca antes de la relación sexual y se lo saca 6 u 8 horas después, lo lava y lo guarda, para usarlo otras veces. Como se ajusta al cuello del útero, para saber el tamaño, el médico toma esa medida. Para que sea más efectivo se lo usa con una crema espermicida.



Cremas espermicidas y óvulos vaginales: Tanto las cremas como los óvulos anticonceptivos, tienen un producto que elimina a los espermatozoides. Se colocan en la vagina antes de la relación sexual. Se los usa combinados con otros métodos, como el diafragma o el preservativo, porque no son seguros para evitar embarazos cuando se usan solos.



Abstinencia periódica o Control de los días fértiles: Son formas de conocer qué días del mes la mujer tiene más posibilidades de quedar embarazada, entonces esos días no se tienen relaciones sexuales o se tienen usando preservativo. Son métodos muy poco seguros, porque no todas las mujeres tienen un ciclo regular y a veces se producen errores involuntarios.



Fundación para Estudio e
Investigación de la Mujer

Si falló el método anticonceptivo que usas, si tuviste una relación sexual imprevista sin protección, si fuiste violada, puedes utilizar la [Anticoncepción Hormonal de Emergencia \(AHE\)](#). Son píldoras anticonceptivas con una dosis mayor de hormonas que las comunes, que impiden que el óvulo sea fertilizado. Impiden el embarazo, no lo interrumpen, por lo tanto no son abortivas. Se toman hasta 5 días después de la relación sexual no protegida, cuando antes la tomes es mayor su efectividad.

Recorda que la AHE sólo debe utilizarse en casos de emergencia, no como método regular.