

**Utiliza siempre condones para evitar las ETS y el VIH, y un anticonceptivo de base para no embarazarte.**

**Si tu método anticonceptivo fracasa o si no has usado ninguno:**

Actúa lo más rápido posible. Puedes obtener la píldora del día después hasta 72 horas después del contacto sexual en cualquier centro de planificación familiar, o consulta a Médicos del Mundo.

#### **Embarazos indeseados:**

Si tu menstruación se ha retrasado, hazte un examen de embarazo (puedes comprar un test en una farmacia). Es importante que decidas con rapidez si es que no quieres seguir adelante. Una interrupción del embarazo puede ser arreglada. Pásate por nuestro local y te daremos información al respecto.

#### **Embarazos deseados:**

Mantente segura a ti misma y a tu bebé.

- Utiliza siempre condones con los cliente; una madre puede transmitirle al niño enfermedades, incluido el sida durante el embarazo o el parto.
- Si tienes síntomas, estás sangrando o tienes dolor, hazte un control médico inmediatamente.
- No te prescribas a ti misma, hazte un chequeo médico y realiza el tratamiento correcto que no cause daños al bebé.

**Para cualquier información:**

**COLECTIVO HETAIRA,  
de lunes a jueves,  
de 16.00 a 20.00 horas.**

## **COLECTIVO HETAIRA**

C/ Desengaño, 16, 1º

28013 Madrid

Tel. : 91 523 26 78

E-mail: [hetaira@colectivohetaira.org](mailto:hetaira@colectivohetaira.org)

[www.colectivohetaira.org](http://www.colectivohetaira.org)



# Anticonceptivos



# Colectivo Hetaira

Subvencionado por



Dirección General de Salud  
CONSEJERÍA DE SALUD PÚBLICA

**Comunidad de Madrid**

## Existen diferentes métodos anticonceptivos:

### EL CONDÓN

Como trabajadora del sexo, el condón, además de ser un anticonceptivo, te protege de las enfermedades de transmisión sexual, incluido el virus del VIH, que causa el sida.

- Si se usan correctamente, tienen una efectividad del 90%.
- El condón hay que colocarlo antes de que el pene entre en la vagina.
- Los condones pueden romperse, o resbalar-se, así que si no quieres embarazarte de tus clientes siempre, utiliza otro anticonceptivo de base.
- Utiliza un lubricante con base de agua para reducir el riesgo de que el condón se rompa.



### EL PRESERVATIVO FEMENINO

Consiste en una pequeña bolsa de plástico fino, prelubrificada, cerrada por un extremo y con un aro flexible y adaptable en cada extremo: el aro más pequeño se coloca en el fondo de la vagina, alrededor del cuello del útero. El otro aro, más amplio y flexible, se adapta sobre la vulva. Es de un solo uso.

Como el preservativo masculino, es un "método de barrera" que protege del embarazo, pero también de las enfermedades de transmisión sexual (ETS) y del sida.

Se coloca antes de la relación y no hace falta retirarlo inmediatamente después de la eyaculación, a diferencia del preservativo masculino.



### EL DIAFRAGMA

Es un círculo de goma que se coloca en la vagina de la mujer. Es conveniente utilizar una crema espermicida.

- La utilización de diafragma no previene enfermedades de transmisión sexual, incluido el VIH.
- Se inserta en la vagina antes del coito y no puedes quitártelo hasta ocho horas después de cualquier contacto entre el pene y la vagina.

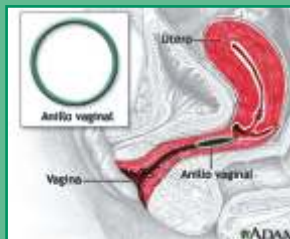
- No debes comprártelo, ni ponértelo por tu cuenta. En planificación familiar te lo deben recomendar indicándote el tamaño de diafragma que necesitas.
- Puedes usarlo como método anticonceptivo básico, y complementarlo con el condón.
- Durante la menstruación se puede usar para retener la sangre.
- Su eficacia en la prevención del embarazo es de un 82%.



### ESPERMICIDAS

- Los espermicidas por sí solos no te garantizan la prevención del embarazo, ni previenen del VIH, pero ayudan al funcionamiento de los condones y el diafragma. El espermicida mata o debilita el espermatozoides que entra a la vagina.
- Pueden causar irritación (picazón y ardor) en tu vagina, por lo tanto, debes tener cuidado con su uso.

### EL ANILLO VAGINAL MENSUAL



- Está hecho de un plástico flexible y transparente.
- Te lo puedes colocar tú misma en la vagina.
- Dentro del anillo están las hormonas anticonceptivas que se van liberando impidiendo que ovules, como lo hace la píldora.
- Tiene la misma eficacia que la píldora anticonceptiva, casi el 100%.
- No te protege de las enfermedades de transmisión sexual y el VIH.

### EL DIU

El dispositivo Intrauterino (DIU) llamado T de cobre, está hecho de material flexible que se coloca en el cuello del útero evitando que los óvulos fecundados se agarren a las paredes del útero.

- Siempre lo debe colocar el médico, que te indicará cuál es el más adecuado para ti.
- El DIU no protege de las enfermedades de transmisión sexual incluyendo el VIH.
- Puede hacer la menstruación más abundante y dolorosa.



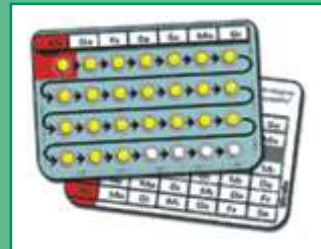
### EL SISTEMA DE LIBERACIÓN HORMONAL INTRAUTERINO

- Es un método anticonceptivo de larga duración.
- Su forma es la de una T (como el DIU) que se coloca en el útero y que va liberando una hormona constantemente, evitando el embarazo.
- Debe colocártelo, siempre, personal médico. Se puede colocar inmediatamente después de un aborto de menos de 12 semanas de embarazo.
- No te protege de las enfermedades de transmisión sexual y el VIH.

### LA PÍLDORA

Las píldoras hormonales anticonceptivas alteran el balance hormonal, previniendo que tus óvulos sean fertilizados y maduren.

- No la tomes nunca por tu cuenta. Te la tiene que recetar el médico.
- No te protege de las enfermedades de transmisión sexual y el VIH.
- Debe ser tomada cada día y aproximadamente a la misma hora.



### EL PARCHE SEMANAL

Es un anticonceptivo semanal, en forma de parche, que se pega a la piel y que va liberando lentamente hormonas en la sangre, que son las que evitan el embarazo.

Es igual de eficaz que la píldora.

No te protege de las enfermedades de transmisión sexual y el VIH.

### LAS INYECCIONES E IMPLANTES

Las inyecciones hormonales y los implantes alteran tu balance hormonal, previniendo que tus óvulos sean fecundados y maduren cuando el espermatozoides entra en tu vagina. Hay una cantidad diversa de inyecciones e implantes disponibles. Siempre debe ser prescrito por un médico.

Inyecciones e implantes no protegen contra las infecciones de transmisión sexual y el VIH.

Las inyecciones pueden protegerte durante 3 meses.

Los implantes pueden durar hasta cinco años.

Pueden producir efectos secundarios.

Tienen una eficacia del 99% en la prevención del embarazo.