Salud Sexual

Métodos anticonceptivos (MAC)

Los MAC son todos aquellos capaces de evitar o reducir las posibilidades de un embarazo. Pueden utilizarse durante toda la vida fértil de la persona.

Todas las personas con capacidad de gestar, tienen derecho a recibir asesoramiento sobre métodos anticonceptivos.

Ningún MAC puede considerarse mejor que otro per se. Cada MAC tiene características particulares, modo de uso, efectividad, contraindicaciones, efectos secundarios y beneficios adicionales a la salud.
Ningún método es 100% seguro, pero si es fundamental que utilices el que sea adecuado para vos, así podés decidir vos si es que querés tener un hijo/a, que suceda en el momento en que lo desees.

Desde los 16 años las personas adolescentes tienen capacidad plena para la toma de decisiones, sobre el cuidado del propio cuerpo como una persona adulta.

Y desde los 13 años lógs adolescentes pueden acceder sin forma autónoma a todos los métodos anticonceptivos reversibles, inclusive, los de larga duración. **(Dirección de Anticoncepción- Ley N°26873 Salud sexual y procreación responsable)**

> “Tenes derecho a acceder a métodos anticonceptivos y a elegir el que quieras utilizar.
>
> Podés obtenerlos gratuitamente en hospitales y centros de salud y en obras sociales y prepagas están incluidos en el Plan Médico Obligatorio: Preservativos, pastillas, inyectables, DIU, anticoncepción de emergencia y anticoncepción quirúrgica (ligadura tubaria y vasectomía) e implante subdérmico.

Anticonceptivo de emergencia

¿Cuándo se puede considerar la utilización del anticonceptivo de emergencia?

*Después de una relación sexual con fallas en la protección anticonceptiva: rotura o desprendimiento del preservativo, eyaculación por sobre la zona vaginal, desplazamiento de DIU

*Después de una relación sexual forzada o una violación (aplica protocolo violación para ITS)

La pastilla de emergencia*, o usualmente llamada pastilla del día después, se trata de una o dos pastillas que contienen una alta dosis de hormonas que retrasan la ovulación. Se recomienda su uso SÓLO PARA SITUACIONES DE EMERGENCIA.

CÓMO SE USA:
Debe tomarse luego de una relación sexual en la que haya fallado el método o no se haya usado uno. Es más seguro dentro de las primeras 12 horas.

*Hasta los días después

***Método válido sólo para personas con capacidad de gestar.**

Preservativo

Es una funda de látex que se coloca en el pene erecto, en cada relación sexual e impide que el semen entre en la vagina, ano o boca.

CÓMO SE USA:
Se coloca cuando el pene está erecto, se aprieta la punta y se desenrolla hasta la base del pene. Se retira después de la eyaculación y se desecha.

Beneficios:
No repercute en el organismo. No necesita receta.

Eficacia:
Alta, si se lo usa de forma correcta y durante toda la relación sexual.

Frecuencia de uso: En cada relación sexual (vaginal, anal u oral) desde el principio hasta el final.

¡Es el único método que previene infecciones de transmisión sexual!.

MAC de larga duración

Implante sudérmico

Conocido como: Cliq. Es un implante de plástico flexible. Libera hormonas que impiden la ovulación.

CÓMO SE USA:
Se inserta debajo de la piel del brazo con una pequeña incisión con anestesia local. La colocación la hace una profesional.

Beneficios:
Su efecto dura de 3 a 7 años. La efectividad no depende de sostener un hábito por parte de la persona que lo lleva.

Implante sudérmico

¡NO PREVIENE ITS!.

DIU y SIU

Son pequeños dispositivos que se colocan en el útero, uno libera Cobre, otro libera hormonas.

¡NO PREVIENE ITS!.

DIU

Anticonceptivos inyectables

Dosis de hormonas inyectables que inhiben la ovulación.

CÓMO SE USA:
Se aplica intramuscular mensualmente, libera hormonas.

¡NO PREVIENE ITS!.

Anticonceptivos orales

Pastillas de toma diaria, hechas a base de hormonas que evitan la ovulación. Es un método eficaz.

¡NO PREVIENE ITS!.

Anticonceptivos orales

Anillo vaginal

Pequeño anillo flexible que se coloca en la vagina por tres semanas, a la cuarta semana, la persona usuaria lo extrae y se produce la menstruación.

Anillo vaginal

¡NO PREVIENE ITS!.

Parche anticonceptivo

Discreto parche que se coloca en la piel, se recambia UNA VEZ POR SEMANA.

¡NO PREVIENE ITS!.

Parche

Métodos irreversibles

Los métodos irreversibles son aquellos que no tienen la posibilidad de volver al estado anterior a su realización. Se trata de intervenciones quirúrgicas que implican las siguientes prácticas:

LIGADURA DE TROMPAS
(MUJERES Y HOMBRES TRANS)

VASECTOMIA
(VARON O MUJERES TB)

MARCO LEGAL

Programa Nacional de Salud Sexual y Procreación Responsable, en el ámbito del Ministerio de Salud, Año 2002. Incluido en el sistema público, seguridad social de salud y sistemas privados en el Programa Médico Obligatorio. (PMO)

Ellección de Anticonceptivos: Ley N°26873 Salud sexual y procreación responsable y Ley 26130 Anticoncepción Quirurgica.

Es tu derecho elegir el método anticonceptivo que quieras utilizar: preservativos, pastillas, inyectables, DIU, anticoncepción de emergencia, implante subdérmico y anticoncepción quirúrgica, acorde a la Ley 26130, para realizar la ligadura tubaria y vasectomía.

Consentimiento en adolescentes a partir de los 16 años: Como indica el artículo 26 del CCyC, desde los 16 años las personas adolescentes tienen capacidad plena para la toma de decisiones, sobre el cuidado del propio cuerpo como una persona adulta.

Consentimiento de adolescentes entre 13 y 16 años: El artículo 26 del CCyC establece que lógs adolescentes entre 13 y 16 años pueden decidir de manera autónoma sobre prácticas “tratamientos que no resultan invasivos, ni comprometen su estado de salud o provocan un riesgo grave en su vida o integridad física”. Es decir, desde los 13 años lógs adolescentes pueden acceder en forma autónoma a todos los métodos anticonceptivos reversibles, inclusive, los de larga duración.

Ciclo menstrual

Es un proceso NATURAL que ocurre todos los meses y se inicia generalmente entre los 10 y los 15 años de edad. Sin embargo, la edad de comienzo puede variar considerablemente de una persona de este proceso, ya que cada persona tiene su propio ciclo.

El ciclo menstrual da cuenta, en el cuerpo de la persona menstruante, de una preparación para un eventual embarazo.

LA MENSTRUACIÓN, es un sangrado vaginal, que solo acompaña una parte del periodo que dure el ciclo menstrual.
El ciclo menstrual, puede durar entre 21 y 35 días (28 días promedio). Se cuenta como primer día del ciclo, al primer día de menstruación.

-En la mitad del ciclo, llamado el día 14 (si es un ciclo promedio) se produce la ovulación que es la fecha fértil, donde se puede gestar un embarazo.

Hay formas indirectas de darse cuenta de la ovulación:

- Flujo vaginal más espeso transparente que no genera molestias.
- Aumento de la temperatura corporal.
- Pequeño sangrado intermenstrual.

Los ciclos pueden ser regulares o irregulares, dependiendo de cada persona, por eso es importante que siempre consultes con el equipo de salud sobre tu ciclo menstrual.

El sangrado menstrual, es una manifestación física de nuestra salud hormonal e integral. Observar su color, olor, cantidad y duración es imprescindible para encontrar lo que es normal y reconocer signos de alerta.

Es importante que puedas tomar nota de tus ciclos, el día que comienza tu menstruación, duración, etc. para que ella profesional pueda asesorarte mejor en tu consulta.

¿Sabías que existen métodos saludables y sustentables para gestionar tu menstruación?

La copita menstrual o las toallitas de tela lavables, son elementos novedosos ya que no contaminan el planeta y permiten ahorrar mucho dinero anualmente, y a lo largo de toda la vida de las personas menstruantes.

Para utilizarlos, es importante que te asesores con unlx profesional de la salud, para averiguar acerca de las condiciones de higiene y lavado de estos elementos, la modalidad de uso, la cantidad de horas que pueden llevarse puestos y el método de higiene y guardado para el siguiente uso.

Ginecología

GUARDIA 24 HS. DE LUNES A LUNES
HOSPITAL MUNICIPAL DR. B. HOUSSAY
H. YRIGOYEN (Anclar a google Maps)

Escribinos
ginecologia.houssay@gmail.com
diversidad.salud@vicentelopez.gov.ar

Servicio De Adolescencia
HOSPITAL MUNICIPAL B. HOUSSAY
4796-7200 (INT 7309)
adolescenciaservicio@gmail.com

CENTROS DE ATENCIÓN PRIMARIA
4013-6421 / 6413 | de Lunes a Viernes de 7.30 a 16hs.
+info sobre servicios de salud en www.vicentelopez.gov.ar/salud