

# Programa de **Atención Integral de Adolescencia**

Métodos anticonceptivos e infecciones de transmisión sexual.





Desde el Programa de Atención Integral de Adolescencia buscamos fortalecer la promoción de la salud sexual y reproductiva. Te informamos, asesoramos y acompañamos para que puedas elegir el mejor método anticonceptivo y en la prevención de infecciones de transmisión sexual (ITS).

### **Métodos anticonceptivos**

Los métodos anticonceptivos son todos aquellos capaces de evitar o reducir las posibilidades de un embarazo. Aconsejamos utilizarlos desde la primera relación sexual y durante toda la vida fértil.

Recomendamos **“doble protección”**: el uso de preservativo y/o campo de látex para prevenir ITS, y otro método para lograr mayor efectividad para evitar embarazos.



## ¿Cuáles son los métodos anticonceptivos?

### DE LARGA DURACIÓN:

- **IMPLANTE SUBDÉRMICO (CHIP, IMPLANON):** es una varilla pequeña y flexible, similar a un fósforo, que se coloca debajo de la piel del brazo, con anestesia local. Libera una hormona (similar a progesterona, no posee estrógenos) de manera continua que impide la ovulación. Tiene una duración de 3 años, se extrae y puede colocarse nuevamente si se lo desea. Su efectividad no depende de la usuaria, lo que evita olvidos u otros problemas. Es el método anticonceptivo más efectivo.
- **DISPOSITIVO INTRAUTERINO DE LEVONORGESTREL (DIU-LNG, DIU HORMONAL, SIU O SISTEMA INTRAUTERINO DE LIBERACIÓN HORMONAL):** es un pequeño dispositivo de plástico similar a una "T" que libera en forma sostenida levonorgestrel (similar a progesterona natural, no contiene estrógenos), evitando que los espermatozoides fecunden el óvulo. Es uno de los métodos más efectivos y tiene una duración de 3 a 5 años. Lo coloca un profesional dentro del útero por vía vaginal y se controla anualmente. Para su uso no es necesario haber tenido hijos. Su efectividad no depende de la usuaria, lo que evita olvidos u otros problemas y existen de tamaño más pequeño recomendado para adolescentes. Entre los principales beneficios encontramos que disminuye el dolor menstrual y los sangrados abundantes, mejora los síntomas de endometriosis y evita la anemia.
- **DISPOSITIVO INTRAUTERINO DE COBRE (DIU - CU):** es un pequeño dispositivo de plástico en forma de "T" rodeado de cobre, que produce químicamente un bloqueo de los espermatozoides, evitando la fecundación del óvulo. Tiene una eficacia de 10 años. Es uno de los métodos más efectivos y de acción más prolongada. Lo coloca un profesional dentro del útero por vía vaginal y se controla anualmente. No es necesario haber tenido hijos. Su efectividad no depende de la usuaria, lo que evita olvidos u otros problemas.



## DE CORTA DURACIÓN:

- **ANTICONCEPTIVOS ORALES COMBINADOS (pastillas combinadas):**

Contienen dos hormonas similares a las producidas por el cuerpo (estrógeno y progesterona). Se deben tomar todos los días a la misma hora y vienen cajas de 21 o 28 comprimidos. Impiden la ovulación. Su efectividad depende de la usuaria/o, por lo que es necesario evitar olvidos. Entre los principales beneficios encontramos que mejoran el dolor menstrual, el exceso de vello, el acné y los problemas de sangrado menstrual. En el caso de presentar vómitos, diarrea o tomar antibióticos, se debe usar preservativo hasta finalizar la caja ya que puede disminuir el efecto anticonceptivo.

- **ANTICONCEPTIVOS ORALES DE PROGESTÁGENO (pastillas de una sola hormona):**

no contienen estrógenos. Se recomiendan para quienes están amamantando o en mujeres que no pueden tomar estrógenos. Deben tomarse a diario y siempre a la misma hora. Viene en cajas de 28 comprimidos y su efectividad depende de la usuaria/o, por lo que es necesario evitar olvidos. Ante vómitos, diarrea o la toma de antibióticos, se debe usar preservativo hasta finalizar la caja ya que puede disminuir el efecto anticonceptivo.

- **ANTICONCEPTIVOS INYECTABLES (ACI):** Su efecto es el mismo que el de las pastillas, tienen hormonas que evitan la ovulación. Los mensuales tienen estrógenos y progesterona, mientras que los trimestrales tienen solo progesterona.

Es importante recordar la fecha de colocación ya que debe aplicarse siempre en la misma fecha, una vez al mes o cada tres meses. Los inyectables trimestrales con progesterona pueden utilizarse durante la lactancia, pero no se aconsejan para uso prolongado o en menores de 18 años.

- **PARCHE:** Se adhiere a la piel y libera hormonas (estrógeno y progesterona) que evitan la ovulación. Se cambia una vez por semana durante 3 semanas y la cuarta se descansa. Se recomienda aplicar siempre en zonas secas del cuerpo, no colocarlo en las mamas, y rotar la zona con cada parche. Su efectividad depende de la usuaria/o. Es menos efectivo en personas que pesan más de 90 kg.
- **ANILLO VAGINAL:** es un anillo flexible que se coloca de manera similar a un tampón dentro de la vagina. Impide la ovulación mediante la liberación de hormonas (estrógeno y progesterona). Se mantiene colocado 3 semanas, se retira, se descansa una semana y se coloca uno nuevo. Puede retirarse para mantener relaciones y volver a colocarse. Su efectividad depende de la usuaria/o. Se aconseja en mayores de 18 años.

---

### DE MUY CORTA DURACIÓN:

- **PRESERVATIVO PARA PENE:** Se coloca en el pene erecto y debe ser utilizado durante toda la relación sexual. Debe cambiarse en los diferentes tipos de relaciones sexuales (vaginal, oral, anal). Es de un solo uso, evita el embarazo y previene infecciones de transmisión sexual (ITS). Existen diferentes tamaños y la mayoría son de látex, aunque hay sin látex para alérgicos. No debe ser utilizado con lubricantes oleosos, cremas ni vaselina ya que pueden dañarlo, se recomiendan lubricantes acuosos.
- **PRESERVATIVO PARA VAGINA:** se trata de un revestimiento que se adapta a la vagina sin quedar estrechamente ajustado, esta hecho de una película delgada de plástico suave y transparente. Tiene aros flexibles en ambos extremos: el que está situado en el extremo cerrado ayuda a insertar el preservativo, el aro del extremo abierto ayuda a mantener parte del



preservativo fuera de la vagina. Puede ser de diversos materiales: látex, poliuretano y nitrilo. Es de un solo uso, evita el embarazo y previene ITS. Puede utilizarse con lubricantes.

- **CAMPO DE LÁTEX:** no es un método anticonceptivo y se utiliza sólo para prevenir infecciones de transmisión sexual (ITS). Se realiza a partir de un preservativo y se utiliza al realizar sexo oral en la vagina, en el ano o al frotar genitales. Es de un solo uso.

### **DE EMERGENCIA:**

- **ANTICONCEPCIÓN HORMONAL DE EMERGENCIA (AHE, también llamada “pastilla del día después”):** se la utiliza luego de relaciones sexuales sin protección o si falló el que se estaba usando. También puede utilizarse ante situaciones no deseadas y no consentidas (abuso sexual). Contiene un comprimido y debe tomarse lo antes posible o hasta 5 días después. No causa daño si hubiese embarazo, no son abortivas y son seguras. No evita embarazo ante nuevas relaciones después de 24 hs de tomarlas.





## DEFINITIVOS O IRREVERSIBLES: ESTERILIZACIÓN

La ley nacional N° 26.130 establece que a partir de los 18 años de edad las personas pueden acceder a estos métodos:

- **LIGADURA TUBARIA:** Es una cirugía donde se cortan las trompas uterinas, es irreversible y se realiza en un quirófano. Es un procedimiento corto y ambulatorio (alta en el día) en el que se efectúa un pequeño corte en el abdomen (minilaparatomía) con anestesia regional o general. Se puede realizar programado o después de un parto. Es muy efectivo. Puede realizarla cualquier persona que decide no quedar embarazada o ya tuvo hijos/as y no quiere tener más.
- **VASECTOMÍA:** se realiza a través de una cirugía mínima y sencilla en los conductos que transportan los espermatozoides del testículo al pene. Se realiza un pequeño corte en el escroto y se cortan los conductos deferentes, mediante el uso de anestesia local. Es un procedimiento muy corto y ambulatorio (alta inmediata). Después de la intervención se debe esperar 3 meses y presentar espermograma negativo (muestra de semen sin espermatozoides), durante ese tiempo debe utilizarse otro método anticonceptivo. Es para quienes deciden no tener hijos/as o ya tuvieron y no quieren tener más.





### ¿Cuáles son los “métodos” menos efectivos y/o recomendados?

Existen dos métodos que no se recomiendan por ser poco efectivos para la prevención de embarazos no deseados.

- **MÉTODO DEL CALENDARIO:** se basa en el periodo fértil de la mujer y es muy poco efectivo para evitar embarazos, sobre todo en la adolescencia temprana donde los ciclos suelen ser irregulares.
- **COITO INTERRUPTIDO:** no evita el embarazo, ya que puede producirse con líquido preseminal, y existe también riesgo de ITS.



### ¿Los métodos anticonceptivos tienen efectos adversos?

Los métodos anticonceptivos de larga, corta y muy corta duración pueden tener (en bajos porcentajes) efectos adversos como sangrados irregulares, sensibilidad mamaria, cefalea, náuseas, acné, entre otros. En caso de presentarlos es importante realizar una consulta médica y elegir el más conveniente para cada paciente.



## ¿Cuál es el mejor método anticonceptivo?

El mejor método es aquel que sea el más adecuado para el cuerpo y la salud, que se pueda elegir luego de acceder a una información completa y científica. Siempre es importante una consulta médica antes de iniciar su uso.



## ¿Que son las Infecciones de Transmisión Sexual?

Son infecciones que se transmiten durante una relación sexual y pueden afectar a cualquier persona independientemente de su edad, orientación y práctica sexual.

Las más frecuentes son: Sífilis, Gonorrea, Clamidia, Virus del Papiloma Humano (VPH), Hepatitis B y C, VIH.

### Transmisión

Se transmiten de una persona a otra durante una relación sexual sin protección. La transmisión puede ser por sangre, semen, líquido preseminal o fluido vaginal.





## Síntomas

Estas infecciones no siempre presentan síntomas, por lo que se detectan mediante un análisis de sangre u orina. Se recomienda hacer chequeos preventivos de manera periódica.

Algunos síntomas pueden ser:

- Lesiones o heridas en la zona genital (con o sin dolor).
- Secreciones de pus en los genitales o el ano.
- Ardor al orinar.
- Flujo genital diferente al habitual.
- Dolor en la parte baja del abdomen.
- Lesiones en la boca o manchas en la piel.
- Verrugas genitales.

Estas infecciones son tratables y muchas pueden curarse. Por eso es importante la consulta médica.

## Prevención

Se previenen con el uso de ***preservativo para pene, preservativo para vagina, campo de látex y dedos de látex, durante toda la relación sexual, de principio a fin.***

También es importante la vacunación contra la Hepatitis B y contra Virus Papiloma Humano (HPV).

Si estas embarazada o estas en periodo de lactancia la realización de análisis de sangre y el tratamiento oportuno pueden evitar la transmisión de enfermedades al bebe.



## Programa de Atención Integral de Adolescencia

Trabajamos desde un abordaje integral y con una perspectiva de derechos, género y diversidad, en cualquier duda, inquietud, proceso de enfermedad y problemática en general.

Con un enfoque multidisciplinario y trabajo en equipo, contamos con profesionales dedicados a la atención de las adolescencias conformado por médicos/as y licenciados/as de las siguientes especialidades:

- Medicina Familiar
- Psicología y psiquiatría Infanto-juvenil
- Nutrición
- Ginecología
- Medicina del Ejercicio y Rehabilitación

No dudes en realizar tu consulta. Estamos para acompañarte y brindarte información y asesoramiento.

CONTACTO: (0351) 4688888

Para más información seguinos en:



Av. Naciones Unidas 346  
B° Parque Vélez Sársfield - Córdoba  
(0351) 468 8200

[www.hospitalprivado.com.ar](http://www.hospitalprivado.com.ar)

