

Guía de anticoncepción (el control de la natalidad)

PICCK 2022

Leyenda

-  Hormona de progestina
-  Hormonas de progestina y estrógeno
-  Sin hormonas
-  Con qué frecuencia usar/ tomar/cambiar

Empezar y parar por su cuenta

Plan B® anticoncepción de emergencia



Funciona mejor para IMC <26.
Puede manchar o tener la regla en un nuevo tiempo.

Retirada



Requiere control de pareja.

No cambia la regla.

Planificación familiar natural



Cuando sea fértil, use otro anticonceptivo.

No cambia la regla.

Condomes externos o internos



Puede prevenir infecciones de transmisión sexual.

No cambia la regla.

Espermicida o esponja vaginal

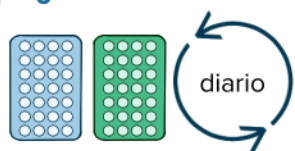


Espermicida viene como crema, gel, espuma, lámina, esponja, o supositorio.

No cambia la regla.

Prescripción para empezar, pare por su cuenta

Píldoras progestina o combinada



Más de 70 tipos.

Puede tener una regla más ligera o manchar temporalmente.

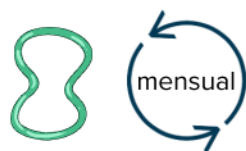
Parche



Funciona para IMC <30.

Puede tener una regla más ligera o manchar temporalmente.

Anillo vaginal



Puede quitar justo antes del sexo.

Puede tener una regla más ligera o manchar temporalmente.

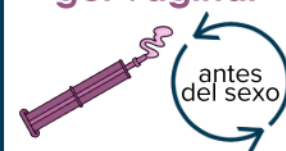
Ella® anticoncepción de emergencia



Funciona mejor para IMC <35.

Puede manchar o tener la regla en un nuevo tiempo.

Phexxi® gel vaginal



Puede actuar como un lubricante para ayudar con la sequedad.

No cambia la regla.

Diafragma o capuchón cervical



Usa con espermicida.

No cambia la regla.

Visite para empezar, pare por su cuenta

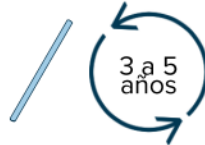
Inyección



Puede aumentar peso y retrasar la vuelta a fertilidad.
Puede manchar, tener una regla más ligera o fuerte, o no tiene regla.

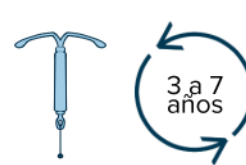
Visite en persona para empezar y parar

Implante de brazo



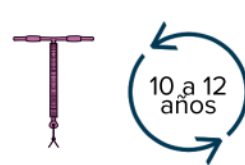
Varilla plástica justo debajo de la piel.
Puede manchar, tener una regla más ligera, o no tiene regla.

DIU hormonal



Puede ser anticoncepción de emergencia.
Puede manchar, tener una regla más ligera, o no tiene regla.

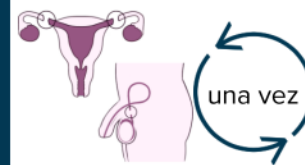
DIU de cobre



Puede ser anticoncepción de emergencia.
Puede manchar o tener regla más fuerte.

Permanente

Esterilización



Cualquier pareja puede ser esterilizada.

No cambia la regla.

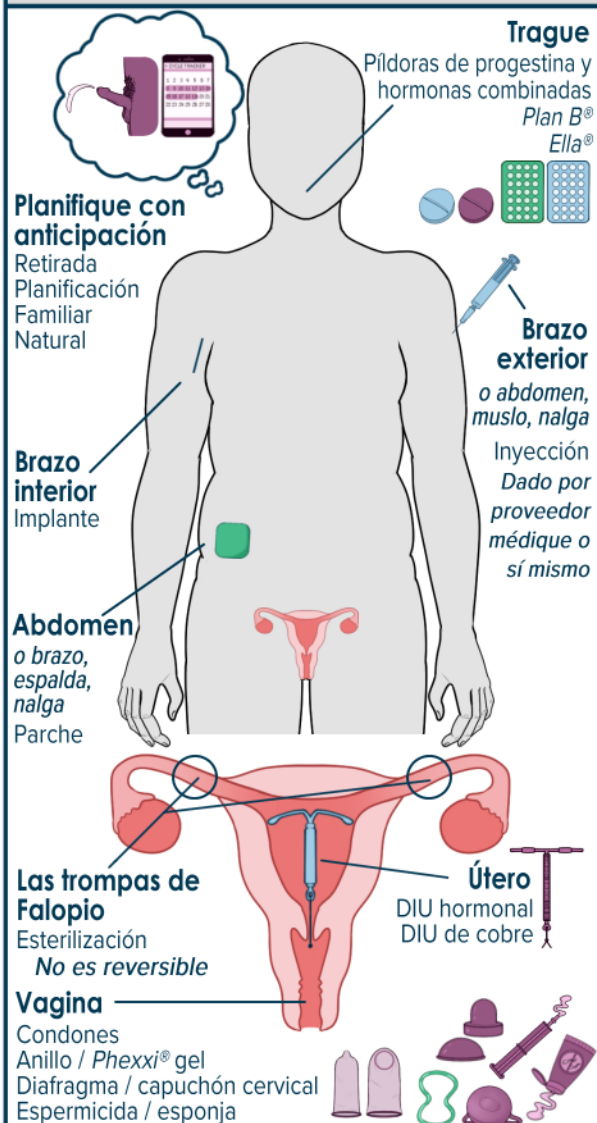
Escanee para



- Esta guía
- Hojas de información para cada método
- Una guía de anticoncepción posparto

www.PICCK.org

Cómo usar cada método de anticoncepción



Si la privacidad de métodos le importa, díglele a su proveedor, y considere cómo conseguir el método, cómo guardarlo, y cómo y cuándo usarlo.

Algunos métodos pueden ser combinados para aumentar la prevención del embarazo.

Todos los métodos pueden ser usados por personas de todas edades.

Todos los métodos pueden ser usados por personas que usan tratamiento hormonal de afirmación del género.

	En promedio* de 100 personas, este número quedarán embarazadas en un año usando este método	Cuando considerar anticoncepción de emergencia (AE) Use AE hasta cinco días después del sexo
Sin anticoncepción (fertilidad media)	85	Tuvo sexo sin anticoncepción
Capuchón cervical (con espermicida)	29	Preocupación por la colocación adecuada antes del sexo
Espermicida	21	Preocupación por la colocación adecuada antes del sexo
Condón interno	21	Condón se rasga o se resbala para que semen podría estar en la vagina
Retirada	20	Algun semen podría estar en la vagina
Diafragma (con espermicida)	17	Preocupación por la colocación adecuada antes del sexo
Esponja vaginal	17	Preocupación por la colocación adecuada antes del sexo
Planificación familiar natural	15	Dificultad o preocupaciones sobre seguir cambios del cuerpo o reglas irregulares
Phexxi® gel	14	Preocupación por la colocación adecuada antes del sexo
Condón externo	13	Condón se rasga o se resbala para que semen podría estar en la vagina
Píldoras de progestina	7	Píldora activa perdido o tomado demasiado tarde según las instrucciones
Píldoras de hormonas combinadas	7	2 o más píldoras activas perdido consecutivas
Parche	7	Parche dejado demasiado tiempo (24+ horas) o re colocarlo tarde según las instrucciones
Anillo vaginal	7	Anillo dejado demasiado tiempo (3+ horas) o re colocarlo tarde según las instrucciones
Inyección	4	Más que 14 semanas desde inyección última
Esterilización	1	No corresponde
DIU de cobre	0.8	DIU sale (pasa a menos que 1 en 100 personas)
DIU hormonal	0.2	DIU sale (pasa a menos que 1 en 100 personas)
Implante de brazo	0.1	No corresponde

* Algunos métodos son más difíciles de usar. Tasas de embarazo 'medias' o 'de uso típico' consideran la posibilidad de error de usuario.

Saber cómo pueden no funcionar los métodos le ayuda a decidir cuál es adecuado para usted.