



# Mitos y verdades de la sexualidad



En Compensar Salud  
queremos resolver algunos  
**mitos de la sexualidad** y darte  
herramientas para que puedas  
tomar decisiones saludables



Con  
**condón**

no se siente placer

Falso

**El placer sexual no depende del condón,** si bien la sensación puede cambiar un poco, al usarlo te proteges, evitas adquirir enfermedades de transmisión sexual y un embarazo no planeado.

Verdadero

En la primera  
**relación sexual**

se puede quedar en embarazo

Cada vez que se tienen relaciones sexuales sin protección, **se corre el riesgo de quedar en embarazo,** incluso si el hombre eyacula fuera de la vagina.



# La pastilla del día después

es un método para planificar

Falso

**La pastilla del día después es un método de emergencia** para cuando se tienen relaciones sexuales sin protección, pero no debe ser usado como un anticonceptivo permanente ya que contiene una carga hormonal alta y si es usado de manera recurrente, puede dejar de funcionar.

**Tomar alcohol** garantiza tener mejores relaciones sexuales

Falso

Hay personas que asocian el consumo de alcohol con una actitud más desinhibida, sin embargo, la timidez actúa positivamente como un factor de protección ante posibles conductas sexuales de riesgo, como no usar condón. **Las relaciones sexuales deben ser una decisión consciente y voluntaria**, por lo que hacerlo bajo los efectos del alcohol puede alterar tu percepción y poder de decisión.



Verdadero

Los métodos  
**anticonceptivos**

son de acceso gratuito

y los jóvenes pueden acceder  
a ellos por la EPS

Si tienes entre 14 y 18 años, **podrás tomar decisiones sobre métodos de planificación familiar no definitivos**, acorde con lo establecido en la normatividad vigente.

Los hombres sienten  
**más deseo sexual**  
que las mujeres



Falso

Se ha comprobado que **no existe un mayor deseo sexual en las mujeres u hombres**, pero lo que sí es cierto es que, culturalmente, el género masculino se ha podido expresar sin alguna represión, contrario a como se ha visto a las mujeres que hablan abiertamente de su sexualidad.

**La doble protección**  
es usar dos condones,  
uno encima de otro.

**Falso**

La doble protección es usar un condón y un método anticonceptivo temporal (pastillas anticonceptivas o un dispositivo intrauterino, entre otras opciones). Es decir, la doble protección es protegerse de dos situaciones:

- Un embarazo no planeado
- Las infecciones de transmisión sexual (ITS).

**Tampoco es cierto que usar dos condones sirva para protegerse mejor,** todo lo contrario, pues hay mayor riesgo de que se rompan o se deslicen cuando se usan al tiempo. Basta con usar un condón de manera adecuada.




Tomar  
**Coca-Cola con  
Alka Seltzer**

antes de la relación sexual  
evita el embarazo.



**Falso**

**Ninguna de estas sustancias tiene efectos anticonceptivos** para evitar un embarazo. Lo que realmente funciona es el uso de métodos anticonceptivos o la abstinencia.





Con el  
**Programa**  
**de Planificación**  
**familiar**

**que en Compensar tenemos para ti,** podrás acceder a actividades, procedimientos e intervenciones dentro de las cuales se encuentra la información, educación, asesoría y formulación de métodos anticonceptivos hormonales en presentación oral, inyectable e implante sub dérmico, así como la aplicación del dispositivo intrauterino (DIU) y remisión para cirugía en caso de elección de métodos anticonceptivos definitivos (ligadura de trompas o vasectomía).



Agenda  
**tu cita de**  
**planificación en:**

**Transacciones Salud.**

<https://corporativo.compensar.com/salud/transacciones>

**Línea asistente virtual** por WhatsApp 601 4441234

**Línea de atención Plan de Beneficios en Salud**

• Bogotá 601 4441234 • Nacional 018000 915202

**Línea de atención Plan Complementario**

• Bogotá 601 307 80 88 • Nacional 018000 915202

**APP Compensar Salud**





