



*Vive tu
sexualidad
responsablemente*



Vive tu sexualidad responsablemente

*Adelantar tu sexualidad
puede retrasar tus planes*

El inicio de la vida sexual debe ser el resultado de una decisión consciente, voluntaria y responsable, teniendo en cuenta que esto implica una serie de riesgos y debe comenzarse cuando se esté en capacidad de lidiar con las responsabilidades que implica esta práctica.



Vive tu sexualidad responsablemente



Tips para una vida sexual responsable

- Mantén una pareja estable
- Agenda tu cita de planificación familiar llamando al 4441234 o ingresando a Transacciones en Línea, allí te orientaran acerca del uso de métodos anticonceptivos.
- Infórmate de las enfermedades de transmisión sexual.
- Usa doble protección (Es la prevención simultánea del embarazo no deseado y de las infecciones de transmisión sexual), condón y otro método.
- Si planeas un embarazo asiste a la cita de atención pre-concepcional.

Vive tu *sexualidad* responsablemente

¿Qué son las infecciones de transmisión sexual y cómo se contagian?

Entre los más de 30 virus, bacterias y parásitos que se sabe se transmiten por contacto sexual, ocho se han vinculado a la máxima incidencia de enfermedades de transmisión sexual. De esas 8 infecciones, 4 son actualmente curables, a saber, la sífilis, la gonorrea, la clamidiasis y la tricomoniasis. Las otras 4 –hepatitis B, virus del herpes simple (HSV o herpes), VIH y virus del papiloma humano (VPH)– son infecciones virales incurables, aunque existen tratamientos capaces de atenuar o modificar los síntomas o la enfermedad. Si tienes inquietudes consulta a tu Médico Personal.

Vive tu *sexualidad* responsablemente

Implante subdérmico

- Puede durar hasta 5 años.
- Actúan impidiendo la ovulación.
- El profesional de la salud lo implanta debajo de la piel del antebrazo de la mujer.



El preservativo

- Es el único método que previene las infecciones de transmisión sexual y el VIH.
- Impide a los espermatozoides llegar a la vagina.
- Se debe colocar desde el momento de la erección, hasta el final de la relación sexual.
- Se recomienda utilizar el condón y otro método anticonceptivo simultáneamente.



Métodos anticonceptivos

Si los métodos anticonceptivos son utilizados adecuadamente son efectivos hasta en un 98%

Inyectables

- Actúan impidiendo la ovulación.
- Se pueden aplicar mensual o trimestral, según prescripción de uso.



T de Cobre o Dispositivo Intrauterino DIU

- Actúa inhabilitando los espermatozoides.
- Es un objeto de plástico recubierto de cobre que se coloca dentro del útero.



Píldoras anticonceptivas

- Deben ser formuladas por tu médico personal.
- Actúan impidiendo la ovulación.
- Se deben iniciar el primer día de la menstruación.
- Se deben tomar todos los días.

