

## MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

### Actividad propuesta para alumnos/as de 1er, 2do y 3er año Ciclo Básico.

Antes que empieces a realizar las actividades, te brindaré información importante que necesitas saber...

#### 1RA INSTANCIA

- ¿QUÉ SABEMOS DE LOS MAC?
- ¿QUÉ SIGNIFICAN ESAS SIGLAS?



Estas siglas, en relación con las preguntas anteriores, significan **métodos anticonceptivos**, y sobre ellos, te cuento a continuación:

Los **MAC** son todos aquellos capaces de evitar o reducir las posibilidades de un embarazo. Pueden utilizarse desde la primera relación sexual y durante toda la vida fértil de la persona. El uso del preservativo, que también protege de las infecciones de transmisión sexual (ITS), si es usado de forma correcta, es recomendable para toda la vida sexualmente activa.

El MAC ideal será aquel que mejor se adapte a las necesidades de cada adolescente. La elección del método debe ser libre e individual. Es importante que se respete la decisión de la y el adolescente, sin criticar ni juzgar. Un aspecto importante es el uso del preservativo asociado a otro método, ya que de esta manera se garantiza la “doble protección”. También, es necesario informar sobre la anticoncepción hormonal de emergencia (AHE), dónde y cómo adquirirla para que la y el adolescente la tengan en su casa ante cualquier emergencia. El preservativo se puede conseguir de forma gratuita en hospitales y centros de salud del sistema público en todo el país.



Esto es de suma importancia ya que, saber usar e implementar los MAC desde que iniciamos en actividades sexuales nos da la posibilidad de transitar una adolescencia sana y segura, para uno mismo y mi prójimo.

De acuerdo al marco legal del **código civil y comercial de la nación**: régimen especial de cuidado del propio cuerpo (resolución 65/15 del Ministerio de Salud de la Nación), explicita que todos los métodos anticonceptivos transitorios (incluyendo los implantes y DIU) no son prácticas invasivas que comprometan el estado de salud.

### Equipo ESI-ENIA Catamarca

Contempla en los:

- ✓ **Niño/as:** interés superior, autonomía progresiva.
- ✓ **Adolescentes de 13 a 16 años:** pueden consentir toda práctica que no implique riesgo para su salud.
- ✓ **Desde los 16 años en adelante:** Capacidad plena para las decisiones sobre el cuidado de su propio cuerpo como persona adulta.



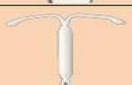








**Te propongo leer y visualizar las distintas alternativas que posees:**

La **ley 25.673: Programa Nacional De Salud Sexual y Procreación Responsable**, te respalda en el acceso a la atención de salud sexual y salud reproductiva. Te brinda información clara, completa y oportuna. Tienes acceso a preservativos y métodos anticonceptivos que necesites y requieras.

Ahora bien... ¿Qué métodos anticonceptivos puedo usar y cuales están disponibles?

#### Métodos Anticonceptivos

Hormonales	Píldora		Eficacia 98%	Contienen pequeñas cantidades de hormonas que impiden la ovulación. La primera pastilla se toma el primer día de la menstruación, al terminar de tomar las pastillas del paquete, se deja un período de 7 días sin tomar pastillas, durante los cuales se presenta la menstruación.
	parche		99%	Tiene forma de una bandita cuadrada, y se pega sobre la piel (glúteo, abdomen, bazo, espalda), el parche libera hormonas constantemente a través de la piel y hacia el torrente sanguíneo. Se cambia cada semana y se usa en la semana de la menstruación.
	DIU MIRENA		99%	Aparato flexible de plástico y libera pequeñas cantidades de hormonas, se introducen en el útero y pueden permanecer ahí de 3 a 6 años. Tiene que ser puesto y retirado por un médico.
	Implante subdérmico		99%	Anticonceptivo altamente efectivo. Es colocado debajo de la piel del brazo, donde libera constantemente pequeñas dosis de una hormona (progestina) desde un depósito hacia tu circulación. La hormona evita que tus ovarios liberen óvulos, y también vuelve más espeso el moco cervical, dificultando el movimiento de los espermatozoides dentro de útero para fertilizar un óvulo.
	Inyecciones Dena-Provera		97%	Hay dos presentaciones de hormonales inyectables que se usan como anticonceptivos: la de aplicación mensual y la trimestral. La mensual contiene hormonales combinados (estrógeno y progesterona), mientras que la trimestral contiene sólo progestina.
	Anillo vaginal		98%	Es un anillo claro y flexible de polietileno que se inserta en la vagina y libera lentamente las hormonas progestina y estrógeno para impedir que los ovarios liberen óvulos. Además hace que el moco cervical sea más espeso, lo que no permite que los espermatozoides lleguen al óvulo.
	Anticonceptivo de emergencia		-	Se le conoce también como píldora del día siguiente. Es un método anticonceptivo que puedes utilizar sólo en casos de emergencia, para prevenir un embarazo no planeado, y se toma en los tres días siguientes de una relación sexual sin protección (No se recomienda su uso de forma rutinaria).
Barrera	Condón masculino		98%	Vaina o cubierta que envuelve al pene erecto y funciona como barrera impidiendo el paso de espermatozoides hacia la vagina, además de brindar protección contra ETS
	Condón femenino		95%	Vaina o cubierta que se adapta holgadamente a la vagina y funciona como barrera impidiendo el paso de espermatozoides hacia la vagina, además de brindar protección contra ETS

## **2DA INSTANCIA:**

Luego de haber leído la información antes citada, te propongo las siguientes actividades:

1. El siguiente link encontraras un video muy interesante y del cual puedes sacar varias conclusiones, **¡NO DEJES DE VERLO!**



<https://youtu.be/QVvcDITwqBk>

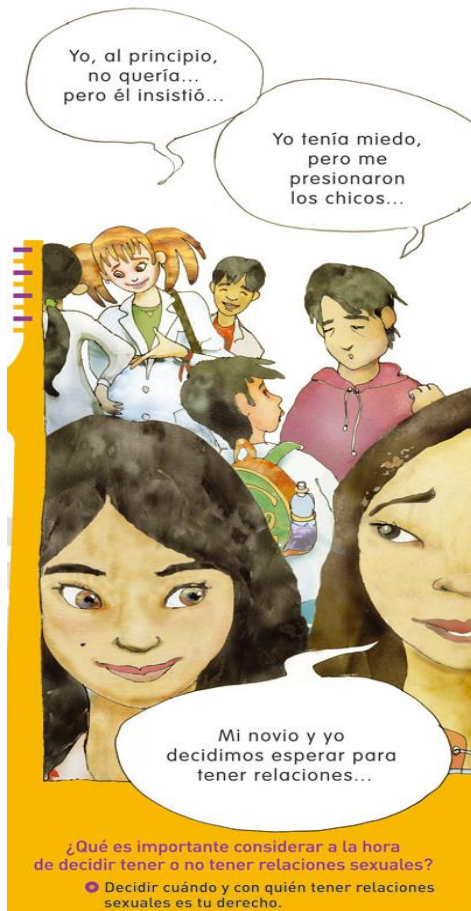
***¡Si no puedes acceder al video, la información brindada anteriormente también te sirve para poder responder, no dejes de hacerlo!***

A continuación, en tu carpeta responde a modo de reflexión:

- ✓ ¿Ya conocías todos los MAC mencionados anteriormente?
  - ✓ ¿Cómo obtuviste o actualmente obtienes información sobre los métodos anticonceptivos?
  - ✓ En caso de necesitar insumos (preservativos, pastillas, etc.), ¿Dónde recurre para obtenerlos?
  - ✓ En el video, una adolescente dice “a veces te piden la prueba del amor”, ¿qué entiendes por eso?, ¿crees que realmente es demostrar amor?
2. Si tuvieras la posibilidad de estar a cargo de un proyecto sobre la “concientización de Métodos Anticonceptivos en sus usos”, te invito a escribir en tu carpeta todas las acciones que te gustaría que se lleven a cabo, o de acuerdo con tus experiencias ¿qué que quisieras proponer como un sujeto de derechos?

## **3RA INSTANCIA:**

### **Equipo ESI-ENIA Catamarca**



Se propone a los alumnos sacar conclusiones de las tres viñetas reflejadas en la imagen, algunas consideraciones pueden ser:

- ✓ falta de información.
- ✓ Abuso de poder sobre el género. No respetar las decisiones personales.
- ✓ Planificación en la iniciación de la actividad sexual con consentimiento mutuo.

¿Crees que en alguno de los casos pudo haberse producido un embarazo no intencional o contraer una enfermedad de transmisión sexual? Explica por qué.

## **GLOSARIO**

**MAC:** Métodos anticonceptivos.

**ETS o ITS:** enfermedad o infección de transmisión sexual, estas se contraen a través de la sangre, semen y fluidos vaginales, sin protección. ¡Una infección no debe llegar a convertirse en una enfermedad!

**AHE:** Anticoncepción hormonal de emergencia. Es usada generalmente cuando no hubo alguna protección anticonceptiva durante las relaciones sexuales y hay riesgo de embarazo.