



Center for
Young Women's Health
Childrens Hospital
Boston

Contracepción/Control de Natalidad

Eres una adolescente o una mujer joven que comienza a pensar acerca de lo que significa iniciar tu vida sexual, es útil que leas estas líneas. Hay muchas cosas que necesitas pensar antes de decidirte a iniciar relaciones sexuales: si él es la persona correcta, si este es el momento adecuado en tu vida e inclusive, cómo te sentirías si la relación se rompe. Si finalmente decides mantener relaciones sexuales, necesitas pensar cómo prevenir un embarazo y cómo protegerte de contraer una Enfermedad de Transmisión Sexual (ETS). Continua leyendo, para poder encontrar el tipo de anticonceptivo que sea el apropiado para tu cuidado y el de tu pareja.

Si estás pensando en iniciar relaciones sexuales, debes hablar con tus padres, tu tutor, un adulto responsable o quien este a cargo del cuidado de tu salud. Es una buena idea discutir todas las opciones, las dudas y preocupaciones que tengas y así poder tomar la decisión correcta. Este puede ser un momento de confusión y es siempre bueno tener alguien con quien hablar.

¿Qué tipos de contracepción hay?

Hay diferentes tipos de anticoncepción, pero varían en cuán efectivos son para prevenir el embarazo, cual es el costo, cuán fáciles son para usar y si protegen también frente a las ETS. Usando dos tipos de métodos anticonceptivos, como las píldoras anticonceptivas y los preservativos, se incrementa la protección frente al embarazo y a las ETS. Los hombres usan algunos tipos de anticonceptivos y las mujeres usan otro tipo de contracepción. Si estás manteniendo relaciones con un varón, es bueno saber todo acerca de los diferentes tipos de contracepción de las mujeres y de los hombres. Juntos, en pareja, encontrarán la mejor opción para ambos. Cualquier tipo de anticonceptivo que uno de ustedes use, tendrá un efecto en la salud de ambos. Sólo las mujeres pueden quedar embarazadas, pero ambos varón y mujer pueden contraer Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS).

Si tienes relaciones sexuales, tienes siempre riesgo de embarazo y de ETS. Si practicas sexo seguro con una sola pareja (no infectada, y que no tiene otras parejas) y decides un buen anticonceptivo, has logrado disminuir el riesgo considerablemente

Marca sobre aquello en que estés interesada:

[¿Cuánto sabes sobre anticoncepción?](#)

[Embarazo](#)

[Enfermedades de Transmisión Sexual \(ETS\)](#)

[Abstinencia \(no mantener relaciones sexuales\)](#)

1. [Métodos contraceptivos en el varón](#)
 - [Preservativos](#)
 - [Coito interruptus](#)
2. [Método contraceptivos hormonales en la mujer](#)
 - [Pastillas anticonceptivas](#)
 - [Hormonas inyectables- Depo-provera, Lunelle](#)
 - [Implantes hormonales- Norplant](#)
3. [Metodos contraceptivos de barrera en la mujer](#)

- [Preservativos femeninos](#)
- [Espermicidas](#)
- [Esponjas contraceptivas](#)
- [Diafragmas](#)
- [Cascos o Cápsulas Cervicales](#)
- 4. [Dispositivos Intrauterinos \(DIU\)](#)
- 5. [Contracepción para mujeres que amamantan](#)
- 6. [.Esterilización Femenina \(ligadura tubaria \)](#)
- 7. [Contracepción Natural](#)
- [Métodos míticos para el control de la natalidad](#)
- [Futuros métodos anticonceptivos](#)
- [Enlace con contracepción de emergencia](#)
- [Enlace con pastillas anticonceptivas](#)

**Escrito por Lara Hauslaib, B.A., Leadership Education in Adolescent Health (LEAH)
Training Program Coordinator, AOL Youth Web Advisory Program Coordinator, CYWH
Health Education Writer
Copyright © 2001, Center For Young Women's Health, Children's Hospital. All rights reserved.**