

Información y autonomía para decidir

Guía sobre métodos
anticonceptivos



ÍNDICE

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS GRATUITOS

| | |
|---------------------------------------|----|
| Preservativo para pene | 05 |
| Pastillas anticonceptivas | 06 |
| Anticonceptivo hormonal inyectable | 07 |
| Implante subdérmico anticonceptivo | 08 |
| Dispositivo intrauterino | 09 |
| Sistema de liberación intrauterino | 10 |
| Ligadura tubaria | 11 |
| Vasectomía | 12 |
| Pastilla de emergencia | 13 |

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS NO GRATUITOS

| | |
|-----------------------------------|----|
| Preservativo para vulva/vagina | 15 |
| Anillo vaginal | 16 |
| Parche | 17 |

**HACÉ CLICK
EN CADA MÉTODO
PARA MÁS INFO**



PRIMERAS PALABRAS

El acceso a la información es una forma de garantizar el derecho que tenemos todas las personas a decidir con autonomía sobre nuestros cuerpos. En ese sentido, conocer los métodos anticonceptivos disponibles, entender cómo funcionan y encontrar cuál es el adecuado para cada uno/a (en cada momento de la vida) nos ayuda a **vivir la sexualidad desde el placer y el cuidado de sí mismo/a y de las demás personas.**

Esta **guía ofrece información clara y actualizada sobre los diferentes métodos anticonceptivos** para acompañar y fortalecer el cuidado de la salud y la prevención de infecciones de transmisión sexual. Describe todos los métodos disponibles en la Argentina, explica cómo se usa cada uno y cuáles son sus beneficios. También se brindan algunas consideraciones importantes, se habla sobre su eficacia, su frecuencia de uso, los mitos que los rodean y su reversibilidad.

Si se usan correctamente, estos métodos proporcionan una alta eficacia, es decir que las probabilidades de embarazo son casi nulas. Por esto también es importante **elegir un método que sea cómodo**: que entre dentro de la rutina y la vida de cada persona. No existe una opción mejor o peor, lo importante es elegir el que resulte más fácil y confiable.

De todos los métodos mencionados, solo el preservativo previene infecciones de transmisión sexual (ITS), además de evitar embarazos no planificados. Por otro lado, algunos de estos métodos se obtienen de manera **gratuita** y están disponibles en el sistema público, en obras sociales y prepagas. Otros no son gratuitos, pero son parte de las opciones posibles.

La guía forma parte del Programa +Salud +Futuro, desarrollado por Bayer Cono Sur junto a Fundación Huésped. Este nuevo programa tiene como objetivo la promoción, prevención y concientización en temáticas de salud sexual y (no) reproductiva, entendiendo que **la información es una herramienta esencial para mejorar la calidad de vida**, el bienestar y las formas de cuidado de las personas. El propósito de esta guía es aportar información que sea accesible, para que se conozca y se comparta.

¡Que circule!

La anticoncepción es un derecho

En la Argentina, todas las personas tienen derecho a acceder a métodos anticonceptivos, tal como indica la Ley Nacional 25.673 (2002), que también habla sobre la importancia de recibir información clara, completa y oportuna sobre anticoncepción.

Con el asesoramiento adecuado, todas las personas podemos decidir si tener hijos/as o no y cuántos y cuándo y elegir el método anticonceptivo más apropiado según nuestros hábitos, cuerpo y proyectos. Incluso desde los 13 años, ya que a partir de esa edad no es obligatorio ir a una consulta médica en compañía de una persona adulta¹.

¹ - El artículo 26 del nuevo Código Civil y Comercial (2015) indica que "se presume que el adolescente entre trece y dieciséis años tiene aptitud para decidir por sí respecto de aquellos tratamientos que no resultan invasivos, ni comprometen su estado de salud o provocan un riesgo grave en su vida o integridad física".

Métodos anticonceptivos gratuitos



PRESERVATIVO PARA PENE

Conocido como

Forro, profiláctico, condón, preservativo, capuchón o globito.

¿Qué es?

Es una funda de látex que se coloca en el pene erecto en cada relación sexual e impide que el semen entre en la vagina, ano o boca.

Lo pueden usar

Todas las personas con pene. Solo deben evitar su uso las personas con alergia al látex natural de caucho.

¿Cuándo hay que usarlo?

En cada relación sexual (práctica vaginal, anal u oral) desde la erección hasta la eyaculación.

¿Cómo se usa?

Se coloca cuando el pene está erecto. Se aprieta la punta del preservativo y se lo desenrolla hasta la base del pene. Se retira después de la eyaculación, antes de que el pene pierda la erección. Se debe cambiar en cada práctica sexual.

¡Es fundamental su uso durante toda la relación sexual! El semen y el líquido preseminal también contienen espermatozoides y pueden transmitir infecciones de transmisión sexual.

Previene

Infecciones de transmisión sexual, como el VIH.

Beneficios

Es fácil de conseguir y no genera consecuencias en el organismo. **Es el único método que previene infecciones de transmisión sexual.** Puede usarse durante el embarazo y la lactancia. No se necesita receta para comprarlo.

Eficacia

Alta, si se lo usa de forma correcta y durante toda la relación sexual.

¡IMPORTANTE!

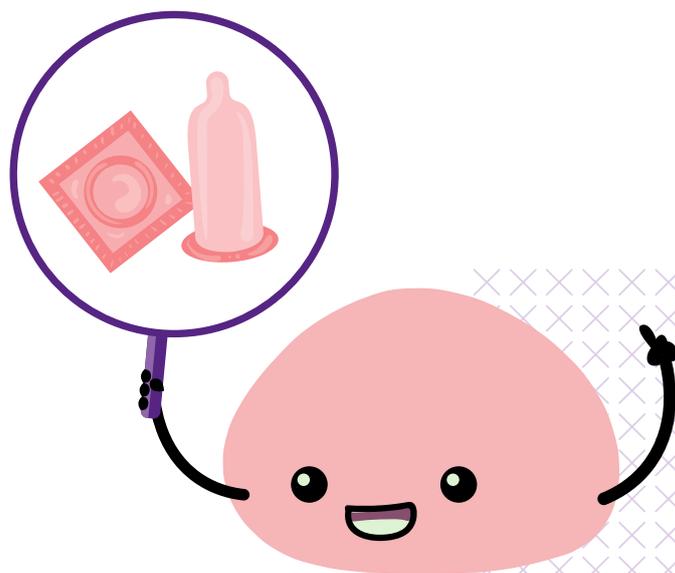
- Aunque no haya habido eyaculación o se eyacule fuera, no se puede usar más de una vez.
- No se debe usar dos preservativos juntos porque pueden romperse.
- Se recomienda usarlo también en el juego previo.
- ¡Usarlo no disminuye la sensibilidad!

A no olvidarse

Cada integrante de la relación sexual debe participar e insistir en su uso.

Es gratuito

Disponible en el sistema público, centros de salud, obras sociales y prepagas. Buscá el punto de entrega más cercano en: donde.huesped.org.ar



PASTILLAS ANTICONCEPTIVAS

Conocidas como

Pastillas o píldoras anticonceptivas, anticonceptivos.

¿Qué son?

Son comprimidos de toma diaria hechos a base de hormonas que evitan la ovulación. Pueden ser de 21 o 28 comprimidos.

Las pueden usar

Las personas con capacidad de gestar, previa consulta médica.

¿Cómo se usan?

Se tiene que tomar una pastilla cada día en el mismo horario, durante 21 o 28 días. Antes de empezar a usar este método se debe consultar a un/a profesional de la salud para conversar cuál es la opción más adecuada.

¿Cada cuánto hay que usarlas?

Si se elige este método, se debe tomar una pastilla todos los días durante 21 o 28 días (de acuerdo a la indicación).

✗ No previenen las infecciones de transmisión sexual.

Beneficios

Además de evitar los embarazos, las pastillas previenen algunos tipos de cáncer, reducen los síntomas vinculados al ciclo menstrual y pueden regularlo.

Eficacia

Es un método altamente eficaz si se cumple con la toma correcta de las pastillas.

Efecto reversible

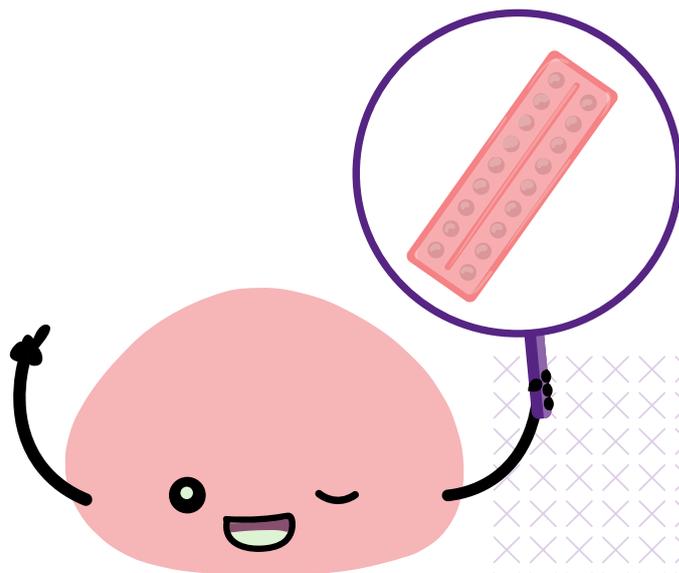
Si se suspende la toma, la fertilidad se recupera rápidamente.

¡IMPORTANTE!

- Es necesario mantener una rutina para tomar un comprimido cada día a la misma hora. ¡Interrumpir u olvidar la toma de comprimidos disminuye su eficacia!
- Hay opciones sin estrógenos para las personas que estén amamantando o presentan alguna contraindicación.
- No hace falta hacer un descanso después de cierto tiempo.
- Pueden provocar cambios de peso, pero no siempre.
- Se pueden seguir tomando después de los 35 años.

Son gratuitas

Están disponibles en el sistema público, centros de salud, obras sociales y prepagas. Buscá el punto de entrega más cercano en: donde.huesped.org.ar



ANTICONCEPTIVO HORMONAL INYECTABLE

Conocido como

Inyección, inyectable.

¿Qué es?

Es una inyección intramuscular de hormonas que inhiben la ovulación.

Lo pueden usar

Las personas con capacidad de gestar, previa consulta médica.

¿Cómo se usa?

Se aplica una inyección intramuscular una vez al mes o cada tres meses (según el inyectable utilizado), siempre en la misma fecha.

¿Cada cuánto hay que usarlo?

Si se elige este método, una vez por mes o cada tres meses, según la indicación.

✗ No previene las infecciones de transmisión sexual.

Beneficios

Además de evitar los embarazos, previene algunos tipos de cáncer, reduce los síntomas vinculados al ciclo menstrual y puede regularlo.

Eficacia

Alta, siempre y cuando su aplicación se realice en la fecha correcta.

Efecto reversible

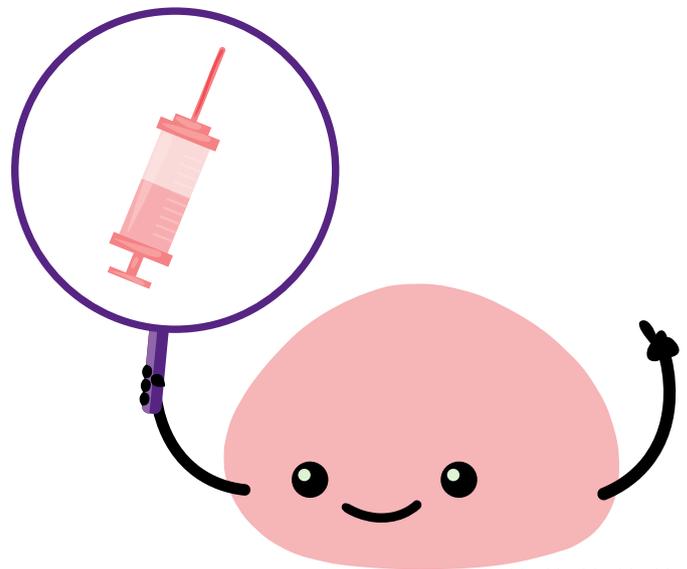
Si se suspende su uso, la fertilidad se recupera rápidamente.

¡IMPORTANTE!

- Respetar la fecha de la nueva inyección, de lo contrario pierde efectividad.
- Al inicio puede generar irregularidades en la menstruación. Luego se regulariza y puede disminuir o ausentarse el sangrado menstrual.
- No hace falta hacer un descanso del método después de un cierto tiempo.

Es gratuito

Disponible en el sistema público, centros de salud, obras sociales y prepagas. Buscá el punto de entrega más cercano en: donde.huesped.org.ar



IMPLANTE SUBDÉRMICO ANTICONCEPTIVO

Conocido como

Chip, implante.

¿Qué es?

Es un implante de plástico flexible del tamaño de un fósforo que libera hormonas que inhiben la ovulación.

Lo pueden usar

Las personas con capacidad de gestar, previa consulta médica.

¿Cómo se usa?

Se inserta debajo de la piel del brazo con anestesia local. La colocación y la extracción la hace un/a profesional.

¿Cada cuánto se usa?

Si se elige este método, debe cambiarse por otro implante luego de tres años de la colocación. No es necesario hacer un descanso.

✗ No previene las infecciones de transmisión sexual.

Beneficios

Es un método de largo plazo, su efecto dura tres años. Al no contener estrógenos puede utilizarse durante la lactancia.

Eficacia

Alta.

Efecto reversible

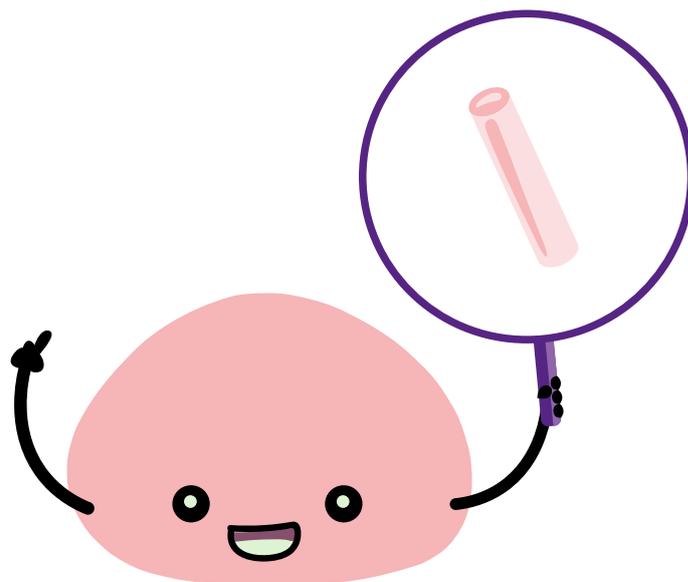
Se puede remover en cualquier momento. Luego de retirar el implante la fertilidad se recupera rápidamente.

¡IMPORTANTE!

- Al principio, las menstruaciones pueden ser irregulares o prolongadas. Luego puede disminuir o ausentarse el sangrado menstrual.
- No es cierto que siempre provoque aumento de peso.

Es gratuito

Disponible en el sistema público, centros de salud, obras sociales y prepagas. Buscá el punto de entrega más cercano en: donde.huesped.org.ar



DISPOSITIVO INTRAUTERINO

Conocido como
DIU.

¿Qué es?

Es un dispositivo en forma de T recubierto por cobre que se coloca en el útero e impide que los espermatozoides se unan con el óvulo, evitando así el embarazo.

Lo pueden usar

Las personas con capacidad de gestar, hayan tenido hijos/as o no, previa consulta médica.

¿Cómo se usa?

Un/a profesional coloca el DIU en el interior del útero en un consultorio. La extracción se realiza de igual modo. Hay que controlarlo una o dos veces por año.

¿Cada cuánto se usa?

Debe cambiarse por otro dispositivo luego del período indicado. No es necesario hacer un descanso en el medio. Hay que controlarlo una o dos veces por año.

✗ No previene las infecciones de transmisión sexual.

Beneficios

Es un método de larga duración, su efecto dura entre tres y diez años (según el dispositivo utilizado).

Eficacia

Alta.

Efecto reversible

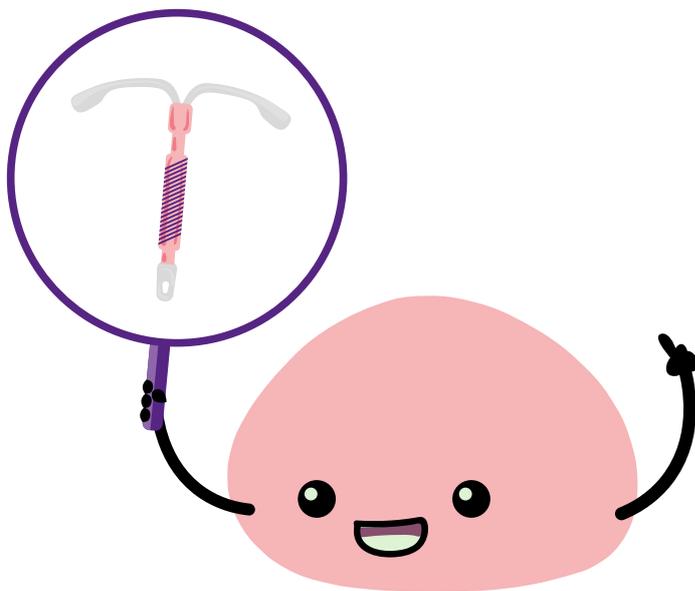
Luego de retirar el DIU la fertilidad se recupera rápidamente.

¡IMPORTANTE!

- Debe ser colocado y extraído por un/a profesional de la salud.
- Su colocación no requiere anestesia general.
- Puede aumentar el sangrado durante la menstruación.

Es gratuito

Disponible en el sistema público, centros de salud, obras sociales y prepagas. Buscá el punto de entrega más cercano en: donde.huesped.org.ar



SISTEMA DE LIBERACIÓN INTRAUTERINO

Conocido como
SIU.

¿Qué es?

Es un dispositivo en forma de T que se coloca en el interior del útero. Es similar a un DIU, pero la diferencia es que el SIU libera una hormona de forma constante.

Lo pueden usar

Las personas con capacidad de gestar, previa consulta médica.

¿Cómo se usa?

Se coloca en el interior del útero. La colocación y la extracción la realiza un/a profesional de la salud en un consultorio. Hay que controlarlo una o dos veces por año.

¿Cada cuánto se usa?

Debe cambiarse por otro SIU luego de cinco años. No es necesario hacer un descanso.

✗ No previene las infecciones de transmisión sexual.

Beneficios

Su efecto dura cinco años. Está especialmente indicado para quienes tienen menstruaciones muy abundantes, porque reduce sustancialmente el flujo menstrual.

Eficacia

Alta.

Efecto reversible

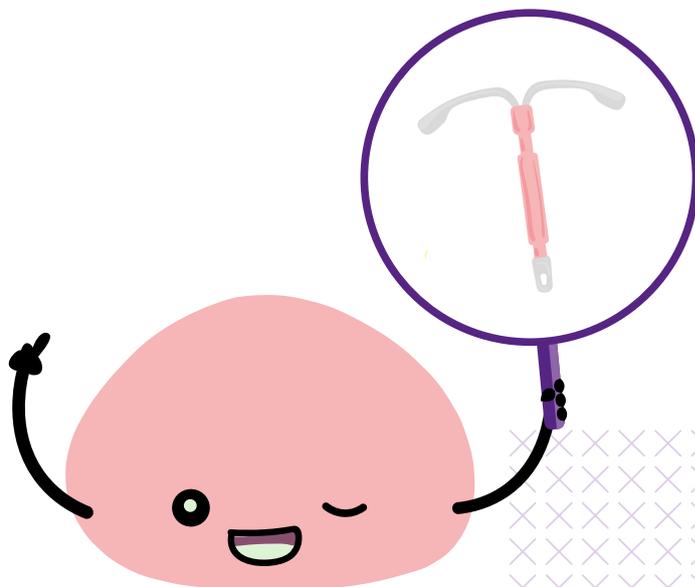
Luego de retirar el SIU la fertilidad se recupera rápidamente.

¡IMPORTANTE!

- Si bien puede alterar el sangrado menstrual, esto no es perjudicial para la salud.
- El efecto más frecuente es el goteo sanguíneo persistente durante los primeros meses posteriores a su colocación.
- Luego de los dos años de colocado produce ausencia del sangrado menstrual en el 50% de las personas que lo usan.
- No es cierto que al quitarlo aumente la fertilidad.

Es gratuito

Disponible en el sistema público, centros de salud, obras sociales y prepagas. Buscá el punto de entrega más cercano en: donde.huesped.org.ar



LIGADURA TUBARIA

Conocida como

Ligadura de trompas.

¿Qué es?

Es un método quirúrgico permanente que se realiza a través de una cirugía sencilla. Consiste en ligar, cortar u obstruir las trompas uterinas de manera que los óvulos no puedan unirse con los espermatozoides.

La pueden usar

Las personas con capacidad de gestar, previa consulta médica. Algunas condiciones o circunstancias requieren que se evalúen los costos y beneficios.

¿Cómo se usa?

La cirugía es sencilla, la realiza un/a profesional en un quirófano y requiere anestesia total o epidural.

¿Cada cuánto hay que hacerlo?

La intervención es por única vez.

✗ No previene las infecciones de transmisión sexual.

Beneficios

No tiene efectos secundarios a largo plazo.

Eficacia

Alta.

No es reversible

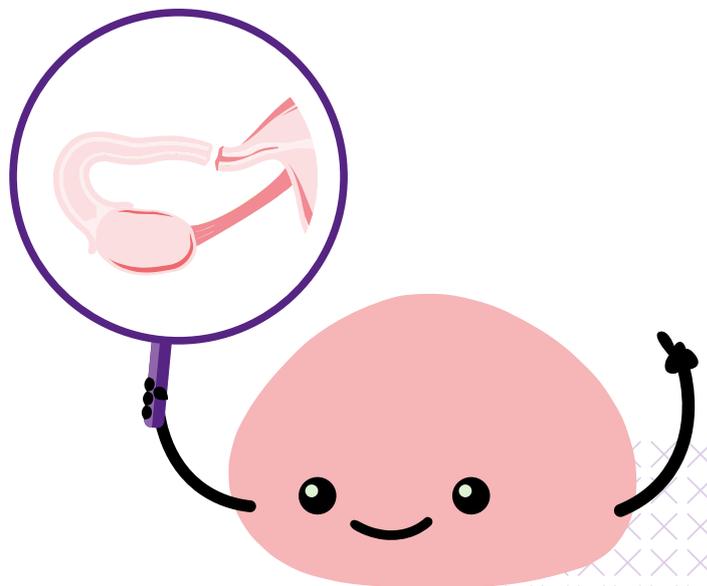
Es un método anticonceptivo permanente. En algunos casos se puede evaluar una reversión que se hace a través de una cirugía difícil, costosa y que no está disponible en el sistema público de salud.

¡IMPORTANTE!

- Si la persona es mayor de 16 años, para realizar la intervención no es necesario el consentimiento de familiares, de una pareja o una autorización judicial, ni que haya tenido hijos/as.
- Como toda cirugía, siempre se debe contar con el consentimiento informado de la persona a ser intervenida.
- No afecta al ciclo menstrual ni produce otros cambios en el cuerpo.

Es gratuita

Disponible en el sistema público, centros de salud, obras sociales y prepagas. Buscá el punto de entrega más cercano en: donde.huesped.org.ar



VASECTOMÍA

Conocida como

Vasectomía o esterilización masculina.

¿Qué es?

Es un método quirúrgico permanente, seguro y sencillo que impide el paso de los espermatozoides desde los testículos hacia el pene, mediante la ligadura de los conductos deferentes.

La pueden usar

Todas las personas con pene y testículos, previa consulta médica. Algunas condiciones o circunstancias requieren que se evalúen los costos y beneficios.

¿Cómo se usa?

La cirugía la realiza un/a profesional de la salud en un consultorio con anestesia local y no requiere internación.

¿Cada cuánto se usa?

La intervención es por única vez.

✗ No previene las infecciones de transmisión sexual.

Beneficios

No requiere anestesia general. No modifica el aspecto físico de los órganos sexuales masculinos. No tiene efectos colaterales. No afecta la erección, el deseo, ni la actividad sexual.

Eficacia

Alta.

En general es irreversible

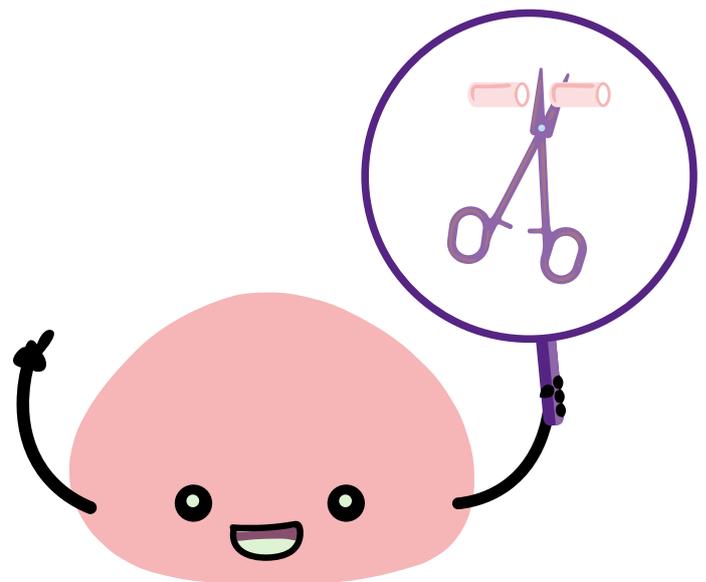
La reversión es a través de una cirugía difícil y costosa que no está disponible en el sistema público de salud.

¡IMPORTANTE!

- Es efectiva recién tres meses después de haber sido realizada. En ese período debe usarse otro método anticonceptivo.

Es gratuita

Disponible en el sistema público, centros de salud, obras sociales y prepagas. Buscá el punto de entrega más cercano en: donde.huesped.org.ar



PASTILLA DE EMERGENCIA

Conocida como

Pastilla del día después.

¿Qué es?

Son uno o dos comprimidos que contienen una dosis de hormonas que retrasan la ovulación. Se recomienda su uso solo para situaciones de emergencia.

La pueden usar

Todas las personas con capacidad de gestar.

¿Cómo se usa?

Debe tomarse si el método anticonceptivo falló o no se usó durante una relación sexual. Es más segura dentro de las primeras 12 horas, aunque puede tener eficacia hasta cinco días después. En caso de violación siempre se recomienda tomarla.

¿Cada cuánto se usa?

No debe usarse como un método anticonceptivo habitual. Debe utilizarse solo en situaciones de emergencia, es decir si en una relación sexual el método anticonceptivo usual falló o no se usó.

✗ No previene las infecciones de transmisión sexual.

Beneficios

No tiene contraindicaciones y permite evitar un embarazo.

Eficacia

Alta, si se toma dentro de los cinco días posteriores a la relación sexual. Cuanto antes se toma, más alta es su eficacia.

Efecto reversible

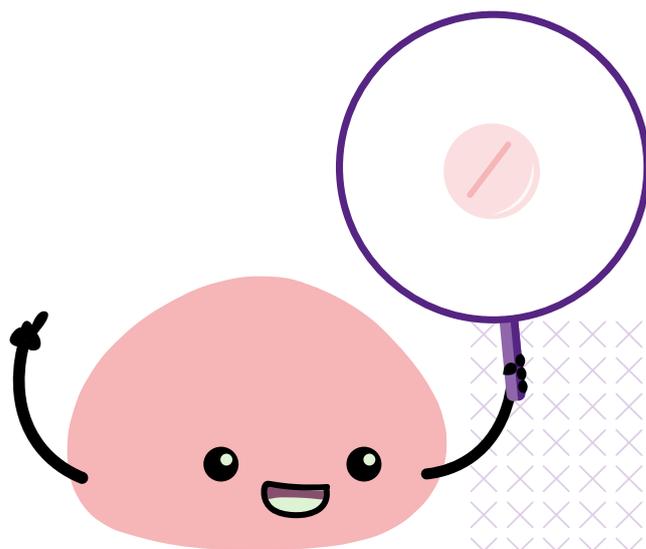
Luego de la toma ya no hay protección anticonceptiva en las siguientes relaciones sexuales.

¡IMPORTANTE!

- No se recomienda su uso habitual. Está indicado exclusivamente para situaciones de emergencia.
- Si la persona ya está gestando no afecta al embarazo.
- La pueden pedir todas las personas, ya sean mujeres o varones, adolescentes o adultos, solos o en pareja.
- En caso de emergencia, está disponible las 24 horas en la guardia de los hospitales.
- Puede producir náuseas, vómitos, dolor de cabeza, mareos u otros malestares leves.

Es gratuita

Disponible en el sistema público, centros de salud, obras sociales y prepagas. Buscá el punto de entrega más cercano en: donde.huesped.org.ar



Métodos anticoncepcionais no gratuitos



PRESERVATIVO PARA VULVA/VAGINA

Conocido como

Preservativo femenino, preservativo vaginal.

¿Qué es?

Es una funda de poliuretano con un anillo en cada extremo, uno de los cuales es cerrado.

Lo pueden usar

Personas con vulva y vagina.

¿Cómo se usa?

En cada relación sexual, se coloca en el interior de la vagina con el extremo cerrado adentro y se deja afuera el extremo abierto.

¿Cuándo se usa?

En cada práctica sexual.

Previene

Infecciones de transmisión sexual, pero solo en prácticas de sexo vaginal.

Beneficios

Brinda autonomía a quien se lo coloca y es una alternativa para la negociación del uso del preservativo para pene. Se puede colocar previo a la relación sexual. No es de látex, por lo que puede utilizarse con cualquier tipo de lubricante.

Eficacia

Alta.

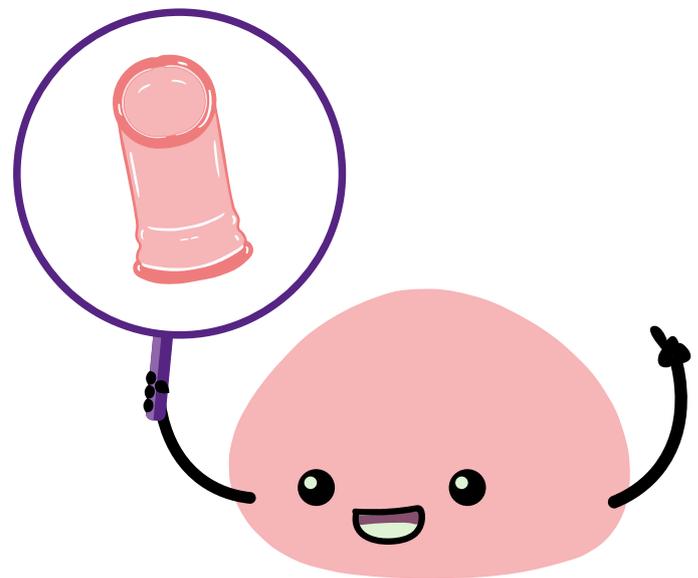
Efecto reversible

Al momento de retirarlo deja de hacer efecto.

No es gratuito

¡IMPORTANTE!

- Aún no se encuentra disponible en Argentina.
- No disminuye el placer sexual ni es difícil de retirar.



ANILLO VAGINAL

Conocido como

Anillo.

¿Qué es?

Es un anillo flexible que se coloca dentro de la vagina e impide la ovulación mediante la liberación continua de hormonas.

Lo pueden usar

Todas las personas con capacidad de gestar, previa consulta médica.

¿Cómo se usa?

Se introduce dentro de la vagina de manera similar a un tampón. En una posición cómoda, se presiona el anillo y se lo empuja con los dedos hacia adentro de la vagina. No tiene una posición exacta, sí debe ser cómodo para la vida cotidiana.

¿Cada cuánto se usa?

Se utiliza uno por mes.

✗ No previene las infecciones de transmisión sexual.

Beneficios

Es un método hormonal pero se evita tomar pastillas y recibir inyecciones. No interfiere en la relación sexual.

Eficacia

Alta.

Efecto reversible

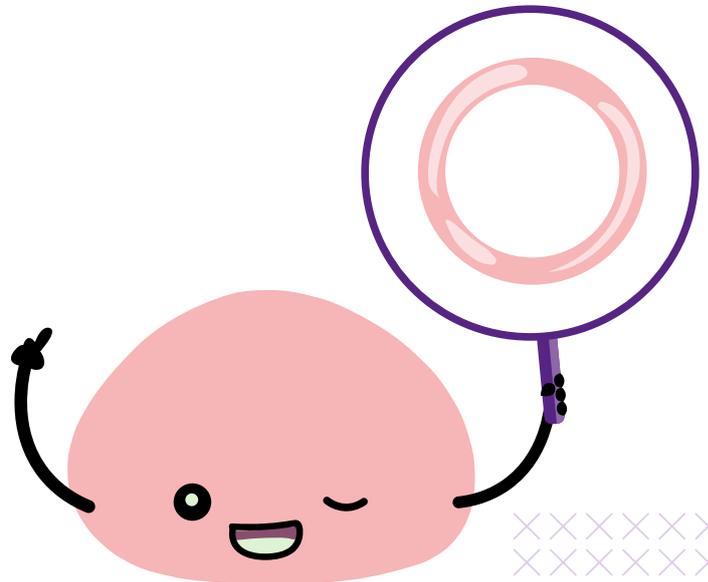
Al momento de retirarlo deja de hacer efecto.

No es gratuito

Se consigue en farmacias.

¡IMPORTANTE!

- Su efecto dura tres semanas. Debe retirarse y colocar uno nuevo después de la menstruación.
- Durante las tres semanas que está colocado, el anillo no debe permanecer fuera de la vagina más de tres horas, para que no pierda el efecto anticonceptivo.
- Se puede colocar sin asistencia.
- Puede provocar dolor, irritación, aumento de la secreción vaginal, lesiones epiteliales, incomodidad durante el coito, y puede salirse si no está correctamente colocado.
- No se sale durante la actividad física.



PARCHE

Conocido como

Parche.

¿Qué es?

Es un parche de plástico que se adhiere a la piel y libera hormonas que evitan la ovulación.

Lo pueden usar

Todas las personas con capacidad de gestar, previa consulta médica.

¿Cómo se usa?

Se aplica de manera autoadhesiva sobre piel seca y limpia. Se puede ir rotando el lugar de aplicación para no generar irritación. En general, se recomienda colocarlo en el abdomen, glúteo, parte superior del torso o en la parte externa del brazo.

¿Cada cuánto se usa?

Uno por semana durante tres semanas, colocándolo siempre en el mismo día. Se descansa una semana y luego se retoma un nuevo ciclo de tres semanas.

✗ No previene las infecciones de transmisión sexual.

Beneficios

Es un método hormonal pero se evita tomar pastillas y recibir inyecciones.

Eficacia

Alta. Garantiza dos días adicionales de protección ante un olvido.

Efecto reversible

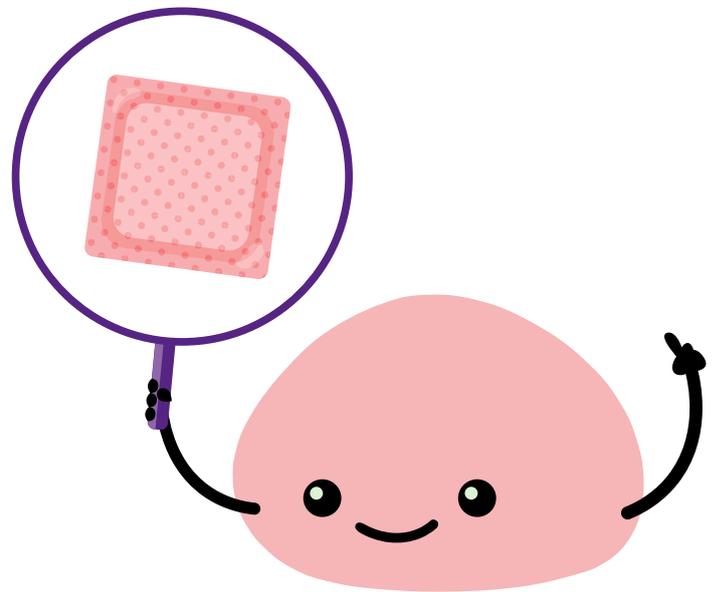
Al dejar de utilizar el parche, se recupera la fertilidad rápidamente.

¡IMPORTANTE!

- No se despega fácilmente, ni al nadar o bañarse.
- Se puede colocar sin asistencia médica.

No es gratuito

Se consigue en farmacias.



A MODO DE CIERRE

Al momento de publicación de esta guía (enero de 2022), estos son los métodos anticonceptivos que existen y la mayoría está disponible en el sistema público de salud de manera gratuita. Para ampliar la información y saber más sobre derechos sexuales y reproductivos, se puede visitar **la página web de Fundación Huésped** o consultar la **Línea Salud Sexual del Ministerio de Salud de la Nación** 0800-222-3444 o vía mail a saludsexual@msal.gov.ar.

En **donde.huesped.org.ar** se puede encontrar de forma rápida y sencilla los centros de salud del país que brindan los siguientes servicios: entrega de métodos anticonceptivos gratuitos, test de VIH, información y realización de interrupción voluntaria del embarazo; vacunatorios y centros de infectología.

