



Cofinançat per
la Unió Europea



CITIZENS
IN POWER



European
Development



MOTHER MATTERS

El dret a la maternitat de les dones amb discapacitat

Projecte Erasmus Plus número 2023-1-IT02-KA220-ADU-000153664

PÍNDOLAS INFORMATIVES

Les píndoles informatives ofereixen explicacions breus sobre estudis de discapacitat, accessibilitat per a professionals sanitaris i maternitat de dones amb discapacitat. Es basen en el microaprenentatge, una metodologia que divideix el contingut en unitats curtes centrades en un tema o habilitat.

- TENIR FILLS -

NO VULL/QUAN VULL: MÈTODES ANTICONCEPTIUS



L'anticoncepció inclou diversos mètodes, cadascun dels quals té com a objectiu protegir les dones d'un embaràs no desitjat. És un aspecte important de la planificació familiar, ja que permet a les parelles decidir quan volen formar una família. És especialment rellevant per a la dona, que pot voler o no ser mare en un moment determinat.



En aquest document breu parlem de sis grups de mètodes anticonceptius. És essencial consultar professionals sanitaris per triar el més adequat per a la salut i per evitar malalties de transmissió sexual.



momsproject.eu



Mother Matters



[moms.mothermatters](https://www.instagram.com/moms.mothermatters)



[MoMs_MotherMatters](https://www.youtube.com/MoMs_MotherMatters)

Finançat per la Unió Europea. Les opinions i punts de vista expressats són exclusivament dels autors i no reflecteixen necessàriament els de la Unió Europea ni els de l'Agència Executiva Europea d'Educació i Cultura (EACEA). Ni la Unió Europea ni l'EACEA en poden ser considerades responsables.

Mètodes naturals: inclouen l'abstinència, el coit interromput, l'ejaculació fora de la vagina i el mètode del calendari. No els recomanem, ja que són molt arriscats tant per l'embaràs com per les malalties de transmissió sexual.

Mètodes de barrera: Eviten l'embaràs bloquejant l'entrada d'espermatozoides a l'úter. Alguns, com els preservatius, també protegeixen de les infeccions de transmissió sexual, inclòs el VIH. Són segurs i inclouen diafragmes cervicals, espermicides (cremes, gels, òvuls, comprimits) i escumes en aerosol.



Anticoncepció hormonal: Prevé l'embaràs mitjançant hormones que modifiquen l'equilibri hormonal de la dona. Tipus:

- **Píndoles combinades:** Preses diàriament, són de les més comunes.
- **Mini-píndoles:** Contenen només progestagen, indicades per a dones que no poden o no volen prendre estrògens.
- **Pegats:** Es col·loquen a la pell i alliberen hormones.
- **Injeccions:** Administrades cada tres mesos.
- **Anells vaginals:** S'insereixen a la vagina.
- **Implants:** Varettes amb progestagen col·locades sota la pell del braç, actuen fins a tres anys.

Dispositius intrauterins (DIU): Petits dispositius de metall i/o plàstic inserits a l'úter. Alguns contenen hormones. Es canvien cada 3-5 anys, els hormonals cada any.

Esterilització quirúrgica permanent: Mètode definitiu que talla la permeabilitat de les trompes de Fal·lopi. Després de la cirurgia, ja no és possible tenir fills.

Anticoncepció d'emergència: Píndola que es pot prendre fins a 3 dies després d'una relació sexual sense protecció. Coneguda com a "píndola del dia després", no protegeix contra malalties de transmissió sexual.