

**MoMs**

MOTHER MATTERS

El derecho a la maternidad de la mujer con discapacidad

Proyecto Erasmus plus número 2023-1-IT02-KA220-ADU-000153664

PÍLDORAS INFORMATIVAS

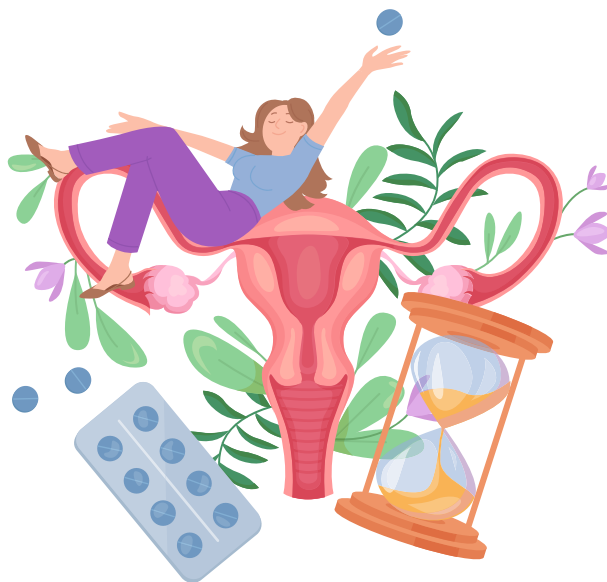
Las píldoras informativas ofrecen breves explicaciones sobre estudios de discapacidad, accesibilidad para profesionales de la salud y maternidad en mujeres con discapacidad. Se basan en un enfoque de microaprendizaje, una metodología educativa que divide el contenido en unidades cortas centradas en un solo tema o habilidad.

- SER PADRES -

NO QUIERO/CUANDO YO QUIERO: MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS



La anticoncepción incluye diversos métodos diseñados para proteger a las mujeres de embarazos no deseados. Es un aspecto clave de la planificación familiar, que permite a las parejas decidir cuándo desean establecerse y tener hijos. Ante todo, la anticoncepción otorga a las mujeres el poder de decidir si quieren o no ser madres en un momento determinado.



A continuación, vamos a presentar seis categorías de métodos anticonceptivos. Es fundamental consultar con profesionales de la salud para determinar cuál es la opción más adecuada para tu salud y para protegerte contra enfermedades de transmisión sexual (ETS).

momsproject.eu[Mother Matters](#)[moms.mothermatters](#)[MoMs_MotherMatters](#)

Métodos naturales: incluyen prácticas como la abstinencia sexual, la interrupción del coito antes de la eyaculación, o el método del calendario, etc. Desaconsejamos seriamente confiar en estos métodos, ya que son muy poco seguros tanto para evitar embarazos como para prevenir ETS.



Métodos de barrera: este tipo de anticonceptivos funcionan bloqueando físicamente el paso de los espermatozoides al útero. Algunos, como los preservativos, también protegen contra enfermedades de transmisión sexual, incluido el VIH. La principal ventaja de estos métodos es su seguridad. Entre los más comunes se encuentran los capuchones cervicales y los diferentes tipos de espermicidas (geles, tabletas, etc.).

Anticoncepción hormonal: este método previene el embarazo mediante el uso de hormonas que alteran el equilibrio hormonal natural del cuerpo. Se incluyen:

- Anticonceptivos orales combinados: pastillas que se toman a diario.
- Mini-píldoras: comprimidos que solo contienen progestágeno, adecuados para mujeres que no pueden o no desean tomar estrógenos.
- Parches anticonceptivos: se colocan sobre la piel donde liberan las hormonas.
- Inyectables: se administran cada tres meses.
- Anillos vaginales: se introducen en la vagina y van liberando hormonas.
- Implantes: pequeñas varillas que se colocan bajo la piel del brazo y ofrecen anticoncepción de larga duración (hasta tres años).

Dispositivos intrauterinos (DIU): son dispositivos pequeños y flexibles, de metal y/o plástico, que se introducen en la cavidad uterina. Algunos también liberan hormonas femeninas. Por lo general, deben ser reemplazados cada 3 a 5 años; para el caso de los que contienen hormonas, el reemplazo ha de ser anual.

Esterilización quirúrgica permanente: es un método anticonceptivo definitivo que consiste en interrumpir la permeabilidad de las trompas de Falopio. Después de esta intervención, ya no es posible tener hijos.

Anticoncepción de emergencia: es una píldora anticonceptiva que puede tomarse hasta 3 días después de haber tenido relaciones sexuales sin protección. No protege contra ETS.