

	Abstinencia	Espanja con espermicida	Condomes	Condón femenino	Diafragma/capuchón cervical	Anticonceptivo implantable (Implanon)	Depo-Provera
¿Qué es?	<ul style="list-style-type: none"> No tener relaciones sexuales. 	<ul style="list-style-type: none"> Un objeto en forma de disco que contiene agentes químicos espermicidas. 	<ul style="list-style-type: none"> Cubierta de goma (látex) o de piel natural que se coloca sobre el pene antes del coito. 	<ul style="list-style-type: none"> Una bolsa plástica delgada y fuerte que se coloca en la vagina antes del coito. 	<ul style="list-style-type: none"> Un capuchón de goma delgado con crema o gel espermicida que se coloca en la vagina antes del coito. 	<ul style="list-style-type: none"> El implante es una varilla del tamaño de un palillo que contiene una hormona. 	<ul style="list-style-type: none"> Una pequeña dosis de hormona que se inyecta en el brazo de la mujer.
¿Cómo funciona?	<ul style="list-style-type: none"> Al no tener relaciones sexuales, la mujer no puede quedar embarazada. 	<ul style="list-style-type: none"> La esponja se coloca dentro de la vagina antes de la penetración del pene y mata a los espermatozoides. 	<ul style="list-style-type: none"> Retiene el semen e impide que penetre en la vagina. Se coloca antes de la penetración y se mantiene colocado cuando el hombre retira el pene de la vagina. 	<ul style="list-style-type: none"> El extremo cerrado de la bolsa colocado dentro de la vagina impide que el esperma llegue al cuello del útero. 	<ul style="list-style-type: none"> Impide que el esperma llegue a las trompas de Falopio. Se pone el espermicida en el diafragma y se coloca en la vagina hasta 2 horas antes del coito. 	<ul style="list-style-type: none"> Se inserta en la parte baja del antebrazo y tiene efecto durante 3 años. 	<ul style="list-style-type: none"> Las hormonas evitan que los ovarios de la mujer liberen óvulos y/o dificultan la entrada de los espermatozoides a las trompas de Falopio.
Ventajas	<ul style="list-style-type: none"> 100% efectivo en la prevención del embarazo. Permite que la relación evolucione sin sexo. Elimina el riesgo de contraer enfermedades de transmisión sexual, incluso VIH/SIDA. 	<ul style="list-style-type: none"> Fácil de obtener. Fácil de usar. 	<ul style="list-style-type: none"> Fácil de obtener. Fácil de usar. Reduce el riesgo de contraer enfermedades de transmisión sexual (ITS/ETS). 	<ul style="list-style-type: none"> Fácil de obtener No tiene efectos colaterales. Reduce el riesgo de contraer ITS/ETS. Una opción para las parejas que no pueden usar condones masculinos. 	<ul style="list-style-type: none"> Reutilizable. Es útil si la pareja desea tener relaciones más de una vez en 24 horas, para lo cual se debe colocar más crema o gel espermicida en el diafragma. 	<ul style="list-style-type: none"> Altamente efectivo. No interrumpe el coito. Se puede sacar cuando la mujer lo desee. 	<ul style="list-style-type: none"> Una inyección tiene eficacia durante 3 meses. No interrumpe el coito.
Desventajas	<ul style="list-style-type: none"> A veces puede resultar difícil de sostener. Requiere mucha fuerza de voluntad. 	<ul style="list-style-type: none"> Debe quedar colocada por lo menos 6 horas después del coito. Se la debe quitar dentro de las 30 horas. Es posible que no sea tan efectiva en mujeres que han tenido hijos. No protege contra las enfermedades de transmisión sexual. 	<ul style="list-style-type: none"> Se puede romper si no se usa correctamente. Los de piel natural no brindan protección contra enfermedades de transmisión sexual. 	<ul style="list-style-type: none"> Se debe practicar la colocación. Se debe colocar dentro de la vagina correctamente. 	<ul style="list-style-type: none"> Se debe cambiar ante un aumento o una reducción de peso. Es posible que su colocación resulte difícil. 	<ul style="list-style-type: none"> No se recomienda para fumadoras. Es posible que se presenten complicaciones al sacarlo. Puede ser menos efectivo en las mujeres con sobrepeso. 	<ul style="list-style-type: none"> No brinda protección contra enfermedades de transmisión sexual y VIH.
Efectos colaterales	<ul style="list-style-type: none"> Ninguno. 	<ul style="list-style-type: none"> Posible irritación Si bien es raro, si se la deja colocada durante más de 24-30 horas existe el riesgo del Síndrome de Shock Tóxico. 	<ul style="list-style-type: none"> Puede provocar irritación en el hombre o la mujer. Una opción para evitarlo es cambiar de marca. 	<ul style="list-style-type: none"> Ninguno. 	<ul style="list-style-type: none"> Puede causar infecciones en la vejiga. Puede provocar irritación. Una opción para evitarlo es cambiar de marca. 	<ul style="list-style-type: none"> Puede generar períodos irregulares. 	<ul style="list-style-type: none"> Puede causar sangrado irregular. Puede causar efectos colaterales similares a los de la píldora anticonceptiva.
Dónde lo puede obtener	<ul style="list-style-type: none"> Siempre está disponible la opción. Puede ser necesario entrenar la capacidad de decir no. 	<ul style="list-style-type: none"> Farmacias o tiendas de alimentos. 	<ul style="list-style-type: none"> Farmacias o tiendas de alimentos, clínicas CCDPH y máquinas expendedoras. 	<ul style="list-style-type: none"> Farmacias o tiendas de alimentos. 	<ul style="list-style-type: none"> Debe ser colocado por un doctor en clínicas CCDPH o en un consultorio privado. 	<ul style="list-style-type: none"> Lo debe colocar y sacar un profesional médico. No disponible en clínicas CCDPH. 	<ul style="list-style-type: none"> Debe ser recetada por un médico en una clínica CCDPH o un consultorio privado.
Efectos sobre las relaciones sexuales	<ul style="list-style-type: none"> Puede eliminar algunos de los factores de estrés relacionados con el sexo. 	<ul style="list-style-type: none"> Se debe tomar tiempo para insertarla antes del coito. 	<ul style="list-style-type: none"> Es necesario interrumpir el coito para que el hombre o la mujer coloquen el condón. Puede ayudar al hombre a mantener la erección por más tiempo. Se usan una sola vez. 	<ul style="list-style-type: none"> Se puede colocar antes del coito. Permite moverse libremente durante el coito. Se usan una sola vez. 	<ul style="list-style-type: none"> Se pueden mantener relaciones en forma sucesiva si se coloca más crema o gel espermicida sin sacar el diafragma. Debe quedar colocado las 6 horas siguientes al coito. 	<ul style="list-style-type: none"> No interrumpe el coito pero tampoco brinda protección contra enfermedades de transmisión sexual. 	<ul style="list-style-type: none"> No interrumpe el coito.

STIs/STDs (Sexually Transmitted Infections/Sexually Transmitted Diseases); HIV (virus that causes AIDS)

	Píldoras anticonceptivas	Anillo	Parche	D.I.U. (Dispositivo intrauterino)	Planificación familiar natural	Espermicidas	Esterilización (Mujeres/hombres)
¿Qué es?	<ul style="list-style-type: none"> Una píldora con hormonas que la mujer ingiere todos los días a la misma hora. 	<ul style="list-style-type: none"> Un anillo que se inserta en la vagina por un período de tres (3) semanas y libera hormonas. 	<ul style="list-style-type: none"> Un parche que se coloca en la piel una vez por semana durante tres semanas y libera hormonas. 	<ul style="list-style-type: none"> Un pequeño objeto de plástico con cobre u hormonas que debe ser colocado por un médico en el útero de la mujer. 	<ul style="list-style-type: none"> Una forma de predecir cuál es el período de mayor fertilidad de la mujer. 	<ul style="list-style-type: none"> Químicos que se colocan en la vagina antes del coito para que los espermatozoides queden infértiles. 	<ul style="list-style-type: none"> Un procedimiento médico realizado por un médico para imposibilitar el embarazo.
¿Cómo funciona?	<ul style="list-style-type: none"> Las hormonas evitan que los ovarios de la mujer liberen óvulos y/o dificultan la entrada de los espermatozoides a las trompas de Falopio. 	<ul style="list-style-type: none"> Las hormonas evitan que los ovarios de la mujer liberen óvulos y/o dificultan la entrada de los espermatozoides a las trompas de Falopio. 	<ul style="list-style-type: none"> Las hormonas evitan que los ovarios de la mujer liberen óvulos y/o dificultan la entrada de los espermatozoides a las trompas de Falopio. 	<ul style="list-style-type: none"> No se conoce exactamente su forma de funcionamiento. 	<ul style="list-style-type: none"> La mujer debe mantener un registro de sus períodos menstruales y sus fluidos corporales para predecir el período de ovulación y no mantener relaciones durante ese período. 	<ul style="list-style-type: none"> Mata los espermatozoides porque los químicos se colocan en la vagina antes de la penetración del pene. 	<ul style="list-style-type: none"> Mujeres: se cortan las trompas de Falopio o se inserta un tubo en las trompas. Hombres: se cortan los conductos deferentes para que no liberen más espermatozoides.
Ventajas	<ul style="list-style-type: none"> Puede hacer que los períodos sean más cortos y regulares. Puede brindar protección contra ciertos tipos de cáncer. No interrumpe el coito. 	<ul style="list-style-type: none"> No se debe tomar una píldora diariamente. No interrumpe el coito. 	<ul style="list-style-type: none"> No se debe tomar una píldora diariamente. No interrumpe el coito. 	<ul style="list-style-type: none"> Una vez colocado, se debe realizar un control mensual en el hogar y se debe reemplazar cada 5-10 años según el dispositivo utilizado. No interrumpe el coito. 	<ul style="list-style-type: none"> Es un método aceptado por la mayoría de las religiones. También es útil para las parejas que desean tener un embarazo. 	<ul style="list-style-type: none"> Fácil de obtener. Fácil de usar. 	<ul style="list-style-type: none"> Los procedimientos se consideran altamente efectivos. No interrumpe el coito una vez finalizado el período de cicatrización.
Desventajas	<ul style="list-style-type: none"> Las mujeres que fuman pueden tener complicaciones al tomar la píldora. No brinda protección contra enfermedades de transmisión sexual. 	<ul style="list-style-type: none"> Algunas mujeres se sienten incómodas al insertar un anillo en su vagina. Es posible que se salga. Aumenta el riesgo de sufrir accidentes cerebrovasculares y ataques cardíacos. No brinda protección contra ITS/ETS y VIH. 	<ul style="list-style-type: none"> Puede generar irritación en la piel. Aumenta el riesgo de sufrir accidentes cerebrovasculares y ataques cardíacos. No brinda protección contra ITS/ETS y VIH. Es menos efectivo en mujeres que pesan más de 198 libras. 	<ul style="list-style-type: none"> No se recomienda para mujeres que no han tenido hijos previamente. No brinda protección contra enfermedades de transmisión sexual y VIH. 	<ul style="list-style-type: none"> Requiere una inversión de tiempo diaria para obtener los resultados esperados. No brinda protección contra enfermedades de transmisión sexual. 	<ul style="list-style-type: none"> No es muy efectivo cuando se usa solo; debería usarse siempre junto con un condón. No brinda protección contra enfermedades de transmisión sexual. El espermicida en forma de película o supositorio requiere un tiempo para derretirse. 	<ul style="list-style-type: none"> Estos procedimientos son permanentes. La pareja debe estar segura de que no desea tener un embarazo en el futuro. No brinda protección contra enfermedades de transmisión sexual y VIH.
Efectos colaterales	<ul style="list-style-type: none"> Puede causar náuseas, cambios de ánimo, hinchazón o pérdidas entre períodos, y en muy pocos casos coágulos de sangre y problemas en el hígado o la visión. 	<ul style="list-style-type: none"> Vaginitis o incomodidad en la vagina. Los efectos colaterales de las hormonas son pocos, entre ellos, dolores de cabeza, náuseas y sensibilidad en los senos. 	<ul style="list-style-type: none"> Irritación y un color más oscuro de la piel en el lugar donde se coloca el parche. Sensibilidad en los senos, pérdidas y dolores menstruales especialmente durante los primeros 2 ciclos. 	<ul style="list-style-type: none"> Puede causar infecciones. Puede causar menstruaciones más abundantes y calambres menstruales. 	<ul style="list-style-type: none"> Ninguno. 	<ul style="list-style-type: none"> Puede provocar irritación en el hombre o la mujer. Una opción para evitarlo es cambiar de marca. 	<ul style="list-style-type: none"> Posibles complicaciones de la operación.
Dónde lo puede obtener	<ul style="list-style-type: none"> Deben ser recetadas por un médico en una clínica CCDPH o un consultorio privado. 	<ul style="list-style-type: none"> Debe ser recetado por un médico en una clínica CCDPH o un consultorio privado. 	<ul style="list-style-type: none"> Debe ser recetado por un médico en una clínica CCDPH o un consultorio privado. 	<ul style="list-style-type: none"> Lo debe colocar un médico. Consulte en las clínicas CCDPH o en un consultorio privado. 	<ul style="list-style-type: none"> Puede tomar clases a través del sitio naturalfamilyplanningchicago.com o la Arquidiócesis de Chicago (familyministries.org). 	<ul style="list-style-type: none"> En farmacias o tiendas, y en clínicas CCDPH. Algunos ejemplos son: espuma, película, gel, supositorios y crema. 	<ul style="list-style-type: none"> Lo debe realizar un médico. No disponible en clínicas CCDPH.
Efectos sobre las relaciones sexuales	<ul style="list-style-type: none"> No interrumpe el coito. 	<ul style="list-style-type: none"> No interrumpe el coito. 	<ul style="list-style-type: none"> No interrumpe el coito. 	<ul style="list-style-type: none"> No interrumpe el coito. 	<ul style="list-style-type: none"> Debe estar dispuesto a no tener relaciones sexuales durante la ovulación o a utilizar otro método durante ese período. 	<ul style="list-style-type: none"> Debe tomarse el tiempo para colocarlo y es más efectivo si se coloca en la vagina cerca del momento del coito. 	<ul style="list-style-type: none"> La operación no afecta el deseo sexual o la aptitud para tener relaciones sexuales. Luego de la cicatrización, no interrumpe el coito.

Las píldoras anticonceptivas de emergencia se pueden obtener en las clínicas CCDPH de planificación familiar. Pídale su opinión a un enfermero o médico. Estas píldoras se deben ingerir dentro de las 72 horas siguientes a haber mantenido relaciones sexuales sin protección.

Números telefónicos de la Oficina del Distrito. Llame para programar una cita.

Zona Norte
847-818-2860
847-818-2023 TDD

Zona Oeste
708-786-4000
708-786-4002 TDD

Zona Sudoeste
708-974-6160
708-974-6043 TDD

Zona Sur
708-232-4500
708-232-4010 TDD

