

## ¿Qué son anticonceptivos de bajo mantenimiento?

Anticonceptivos de bajo mantenimiento es un método anticonceptivo en el que los adolescentes no deben pensar todos los días o cada vez que necesitan usarlo, como lo hacen con la píldora o los condones. Estos métodos incluyen dispositivos intrauterinos (IUD) e implantes anticonceptivos (consulte la Tabla de comparación de anticonceptivos de bajo mantenimiento). Anime a su hija/o a hablar con un médico antes de decidir cuál es el mejor método.

### NO olvides de preguntarle a tu doctor...

- ¿Qué tan efectivo es un método para prevenir el embarazo?
- cuánto dura este método
- posible efectos secundarios
- cualquier beneficio para la salud
- como empezar este anticonceptivo, y como se remueve
- cuándo obtener consejo o ayuda mientras lo usas

**MITO:** Los implantes anticonceptivos son dolorosos al insertar y remover.

**REALIDAD:** Un proveedor de atención médica adormece el área antes de insertar y extraer la barra individual. Solo se tarda aproximadamente un minuto en insertarse y dos minutos en retirarse.

## Tabla Comparativa de Anticonceptivos de Bajo Mantenimiento

Metodo de Anticonceptivo de Bajo Mantenimiento	Dispositivos Intrauterinos (DIU)	Implantes Anticonceptivos
¿Qué es?	Un pequeño dispositivo de plástico que libera una hormona progestina o un dispositivo de cobre sin hormonas colocadas en el útero.	Una barra pequeña y flexible que se coloca debajo de la piel, generalmente en la parte superior del brazo, que libera progestina.
¿Como funciona?	Impide que los ovarios liberen un óvulo cada mes, evita que el esperma alcance un óvulo o evita que un óvulo fertilizado se implante en el útero.	Impide que los ovarios liberen un óvulo cada mes, evita que el esperma alcance un óvulo o evita que un óvulo fertilizado se implante en el útero.
¿Cuánto dura?	Entre 3 y 10 años	3 años
¿Cuál es la posibilidad de quedar embarazada mientras lo usa?	Menos del 1% de las mujeres que tienen un DIU durante 5 años quedan embarazadas.	Menos del 1% de las mujeres que tienen un implante durante 3 años quedan embarazadas.
¿Cómo podría afectar su período?	Los períodos pueden volverse más pesados y más dolorosos.	Los períodos pueden detenerse o hacerse más largos o irregulares, generalmente hasta que se retira el implante. Los calambres menstruales pueden mejorar.

Los anticonceptivos de bajo mantenimiento no protegen contra las Enfermedades Venéreas ni las Infecciones Transmitidas Sexualmente; Siempre se deben usar condones para reducir el riesgo de infección. Hable con un médico para obtener más información sobre cada uno de los métodos anticonceptivos de bajo mantenimiento descritos anteriormente.

**MITO:** Anticonceptivos de bajo mantenimiento son peligrosos y te hacen estéril.

**REALIDAD:** Anticonceptivos de bajo mantenimiento son seguros, reversible y pueden ser removidos en cualquier momento. Una vez retirado, las mujeres pueden quedar embarazadas de inmediato.

**MITO:** Si nunca ha tenido un bebé, no puede usar un método anticonceptivo de bajo mantenimiento.

**REALIDAD:** todos los tipos de mujeres, incluso las adolescentes y las que nunca han tenido un bebé, pueden usar métodos anticonceptivos de bajo mantenimiento. Un médico verificará si existe alguna razón por la cual un método en particular no sea adecuado para su adolescente.

## LAS PÍLDORAS

## ANTICONCEPTIVAS, LOS

## CONDONES y EL PARCHE

son las maneras efectivas de control

de embarazos, pero algunos de

estos métodos son **DIFÍCILES DE**

**RECORDAR** que se deben tomar

todos los días o usarlos cada vez. Nos

gustaría presentarle otra opción:

## ANTICONCEPTIVOS DE BAJO

## MANTENIMIENTO.

Estas formas de anticonceptivos

son **CONFIABLES, SEGURAS y**

**EFFECTIVAS PARA EL COSTO.** Se

llaman **ANTICOMCEPTIVOS DE**

**BAJO MANTENIMIENTO** porque

puede **DEJAR** de usarlos o eliminarlos

cuando así lo decida. Revise nuestra

**TABLA DE COMPARACIÓN DE**

**CONTROL DE NACIMIENTO DE**

**ABAJO MANTENIMIENTO** para

obtener más información sobre estos

métodos.

## Estarás encantado de ser abuelo algún día, pero no en este momento.

Ahora No: Poner embarazos en pausa les permite a los jóvenes tener el control de si tienen relaciones sexuales y cuando.

La abstinencia es la única manera 100% efectiva de evitar el embarazo, pero algunos adolescentes optan por tener relaciones sexuales. Estos adolescentes necesitan información precisa y apropiada para la edad acerca de anticonceptivos para que puedan estar lo más seguros posible.

**NOT  
RIGHT  
NOW**

An initiative of Fact Forward.

**NotRightNowSC.org**

**FactForward.org**



@FactForwardOrg

Information provided in this brochure was obtained from the National Institute for Health and Clinical Excellence and Advocates for Youth.

Updated October 2019

## Hablando con su hija/o adolescente sobre ANTICONCEPTIVOS DE BAJO MANTENIMIENTO



**FACT  
FORWARD**