

# *Los Beneficios de la Planificación Familiar...*

*Tener los niños cuando los desea*

*Ser capaz de prepararse para los niños financieramente*

*Estar más saludable antes de y durante el embarazo*

*NO preocuparse por un embarazo no deseado*

*Hacer sus propias decisiones sobre la anticoncepción*

*La Opción es suya...*

## *Datos Importantes Respecto a Nuestros Servicios...*

*\* No se niega los servicios de Planificación Familiar a nadie por no poder pagar...*

*\* Puede recibir un cuidado de salud de calidad a precios asequibles. Aunque ya tenga un seguro, puede ahorrar dinero. Los servicios se basan en una escala móvil de honorarios, lo que significa que paga según sus ingresos y el tamaño de su familia. Es posible que obtenga provisiones anticonceptivas en una clínica a un costo reducido...*

DEPARTAMENTO DE SALUD DEL CONDADO DE MONTGOMERY

### **Horas de Servicio**

**Lunes - viernes**

**8:30 - 5:00**

Patrocinado parcialmente con fondos de la Oficina de Asuntos de la Población, Programa del Título X  
Subvención # 6-FHPA040612-36-01  
Gabinete para Servicios de Salud y de la Familia de Kentucky  
Departamento para la Salud Pública

DEPARTAMENTO DE SALUD DEL CONDADO DE MONTGOMERY



## PROGRAMA DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR

Es Más de lo que Piensa...



Montgomery County Health Department  
Your partner for a healthy community

Departamento para la Salud Pública de Kentucky  
Título X/Programa de Planificación Familiar

*La Planificación Familiar* incluye los siguientes servicios *confidenciales* para las mujeres, los hombres y los adolescentes...

#### Servicios Médicos:

Evaluación de la estatura, el peso y la presión arterial

Exámenes de Papanicolaou y de la pelvis

Examen de los senos

Exámenes y Tratamientos para las ETS (Enfermedades de Transmisión Sexual)

Pruebas de Embarazo y Consejería

Métodos Anticonceptivos

Anticoncepción de Emergencia

Esterilización (de hombres y mujeres)

Otras pruebas de laboratorio, si son necesarias

Inmunizaciones, si son necesarias

#### Educación y Consejería:

Opciones de una Vida Saludable, incluyendo: buena nutrición, ejercicios, evitar las sustancias dañinas, y dejar el tabaco

Auto-exámenes de los Senos/Testículos

Riesgos de ETS/VIH

Salud antes de la Concepción/Ácido Fólico

Consejería de Opciones

Infertilidad

Remisiones y enlaces con recursos de la comunidad

*Le explicarán los resultados de su revisión y pruebas de laboratorio. Los empleados de la Planificación Familiar le ayudarán a escoger el método anticonceptivo adecuado y le enseñarán las maneras de mantenerse saludable.*

*Los empleados contestarán cualquier pregunta que tenga. Recibirá educación y consejería sobre los métodos anticonceptivos, incluyendo la Planificación Familiar Natural y educación sobre la abstinencia.*

## *Métodos de Anticoncepción*

**Abstinencia**—No tener relaciones sexuales. Gratis y disponible para todos. Ningún efecto médico secundario, incluyendo el embarazo y las enfermedades de transmisión sexual. Se puede empezar en cualquier momento de la vida de uno. (100% eficaz)

**Capuchones Cervicales**—Se pone un capuchón pequeño de látex sobre el cuello del útero. Se puede dejar en su sitio por hasta 48 horas. Ofrece uso privado de anticoncepción para las mujeres. (84-91% eficaz entre las mujeres que no han dado a luz; 68-74% eficaz entre las mujeres que han dado a luz)

**Condomes**—Una vaina delgada de goma de látex que cubre el pene. Actúa como barrera; previene que el esperma llegue dentro de la vagina de la mujer. Único método que protege a las dos personas de las enfermedades de transmisión sexual. Se puede usar con otros métodos de anticoncepción. No se necesita una receta. Los hombres y las mujeres pueden portarlos fácilmente. (85-98% eficaz).

**Parche Anticonceptivo**—Un parche pegajoso que contiene las mismas hormonas como las píldoras anticonceptivas se pone en el cuerpo de la mujer. Se cambia el parche una vez por semana por 3 semanas. (99% eficaz)

**Diafragma (con espermicida)**—Una copa pequeña y redonda de goma que se pone dentro de la vagina sobre el cuello del útero hasta 6 horas antes de las relaciones sexuales. Tiene que dejarlo en la vagina por 6 horas después de las relaciones sexuales. No permite que el esperma llegue al óvulo. La mujer tiene que estar cómoda con insertar y sacarlo de su vagina. (84-94% eficaz)

**Anticoncepción de Emergencia**—Se puede tomar las píldoras hasta 72 horas (3 días) después de las relaciones sexuales sin protección. Se necesita una receta en algunas farmacias o si tiene menos de 18 años de edad.

**Hormona Inyectable (inyección)**—Una inyección anticonceptiva que se llama Depo-Provera se da una vez cada 3 meses; tiene que regresar a la clínica para la inyección. Ningún método diario para recordar. Ofrece uso privado de anticoncepción para las mujeres. Podría causar cambios en el flujo menstrual. Es posible que no pueda embarazarse por 6-18 meses después de dejarlo. (97-99.7% eficaz)

**Implanon**—Una varilla pequeña, delgada y de plástico con hormonas que se coloca bajo la piel de la parte superior del brazo de la mujer. Se deja colocada por hasta 3 años. Ofrece uso privado de anticoncepción para las mujeres. (99% eficaz)

**IUD (dispositivo intrauterino)**—Un dispositivo pequeño de plástico, cubierto con cobre o una hormona que se coloca en el útero por

un proveedor de cuidado de salud. Método eficaz a largo plazo. Dura 5-10 años, dependiendo del tipo. Ningún método diario para recordar. Ofrece el uso de anticoncepción privada para las mujeres. El dispositivo de cobre es una buena opción para las mujeres que no pueden usar los métodos hormonales. (99.2-99.4% eficaz)

**Planificación Familiar Natural**—Evitar las relaciones sexuales durante los días fértiles del ciclo de una mujer. Requiere instrucción de un proveedor de cuidado de salud para determinar los días de fertilidad. Gratis. No se necesita un examen. Se puede usar para planear el embarazo tanto como para evitar el embarazo. (80-99% eficaz)

**La píldora**—Píldoras anticonceptivas que contienen hormonas que funcionan previniendo la emisión de un óvulo del ovario cada mes. Se tiene que tomar diariamente. Menos dolor y sangre con el periodo. Se puede usar para regular y demorar el periodo. (97-99.9% eficaz)

**Películas, Espumas, Cremas, Supositorios y Geles de espermicidas**—Productos químicos que matan el esperma y vienen en formas distintas. Se pone en la vagina justo antes de las relaciones. Ningún riesgo para la salud. Ninguna receta o examen necesario. Funciona mejor cuando se usa con condón o diafragma. Se puede usar como un método alternativo hasta que se obtenga un método regular. (85% eficaz; 99% con condón)

**Espanja**—Se moja una esponja blanda de gomaespuma que contiene espermicidas y se coloca en la vagina para cubrir el cuello del útero. Fácil de usar. Se coloca varias horas antes de las relaciones sexuales y se deja en su lugar por 24 horas; tiene que quedar colocada por lo menos 6 horas después de las relaciones. (82% eficaz entre las mujeres que no han dado a luz; 91.2% eficaz entre las mujeres que han dado a luz)

**Esterilización**—Método permanente disponible para hombres y mujeres que están absolutamente seguros que no desean niños en el futuro. El procedimiento para los hombres se llama una vasectomía y consiste en cortar y atar las trompas que llevan el esperma. El procedimiento para las mujeres se llama ligadura de trompas y consiste en cortar y atar las trompas de Falopio. (99.6-99.8% eficaz para las mujeres; 99.8-99.9% eficaz para los hombres)

**Anillo Vaginal**—Un anillo pequeño y flexible que contiene hormonas se introduce en la vagina para prevenir la emisión de un óvulo de los ovarios. Se lleva por la paciente por 3 semanas a la vez. Fácil de usar. Posibilidad pequeña de sangrado irregular. (99.7% eficaz)

**FPEM-1-spa (Rev. 12/07)**