

Relaciones sexuales y métodos anticonceptivos... ¡Decidamos juntos!

Hablemos sobre las relaciones sexuales y los métodos anticonceptivos. Hablando podemos decidir juntos cómo proteger nuestra salud y evitar un embarazo.

Preguntas que debemos hacernos:

- ¿Queremos tener un hijo por ahora?
- ¿Qué método anticonceptivo es apropiado para nosotros?
- ¿Estamos planeando tener relaciones sexuales solamente el uno con el otro?
- ¿Cómo nos protegeremos contra el VIH/SIDA u otras infecciones de transmisión sexual?

Involúcrate. El hombre al igual que la mujer puede tomar decisiones acerca de las relaciones sexuales y los métodos anticonceptivos.

Para el hombre:

- Conozca las opciones de métodos anticonceptivos que están disponibles.
- Apoye a su compañera. Vaya a la clínica con ella, ayúdele a pagar por su método anticonceptivo, o simplemente pregúntele cómo puede apoyarla.
- Use el método anticonceptivo en forma correcta.
- Protéjase usted mismo y a su compañera de las infecciones de transmisión sexual.
- Use condones. Si está seguro de que no quiere tener hijos en el futuro considere una vasectomía.



Planned Parenthood[®]
of San Diego & Riverside Counties

Las parejas toman decisiones todo el tiempo, ¿por qué debe ser diferente cuando se trata de escoger un método anticonceptivo?

- La planificación familiar es importante y tanto el hombre como la mujer deben involucrarse.
- Las decisiones y las consecuencias de usar un método anticonceptivo les afecta a ambos.
- Hablar con su compañero(a) le puede ayudar a planear su futuro y a usar más eficazmente un método anticonceptivo.



¡Decidamos juntos!

Busca más información acerca de los métodos anticonceptivos en Planned Parenthood en:

1-888-743-7526

www.planned.org



Planned Parenthood
of San Diego & Riverside Counties