



**PARTICIPACION
MASCULINA
EN LA
ANTICONCEPCION**



¿ SERIA MAS CUIDADOSO SI EL EMBARAZADO FUERA USTED ?

ANTICONCEPCION: 10 COSAS QUE EL HOMBRE PUEDE HACER...

¿QUÉ PUEDE HACER USTED PARA EVITAR UN EMBARAZO NO PLANEADO?

¡¡Mucho!!

Usted puede utilizar un método anticonceptivo para hombres o puede apoyar a su pareja para que use el método que prefiera.

Le recomendamos lo siguiente:

1. NO TENER RELACIONES SEXUALES SIN PROTECCIÓN ANTICONCEPTIVA.

- Esta decisión es la más importante: siempre que tenga relaciones sexuales utilice un condón.
- Si su pareja no utiliza un método anticonceptivo u olvidó hacerlo y usted no tiene un condón, **NO TENGA RELACIONES SEXUALES COITALES.** Es mejor esperar y estar preparado.

2. TOME LA INICIATIVA PARA HABLAR SOBRE ANTICONCEPCIÓN.

- Discuta sobre este tema con su pareja antes de tener relaciones sexuales.
- Se necesita responsabilidad para hablar sobre este tema. Si usted toma la iniciativa, seguramente su pareja lo respetará más.

**UTILICE
SIEMPRE UN
METODO
ANTICONCEPTIVO**



3. SI ES SU PAREJA QUIEN PLANIFICA...

- Conozca las características, uso correcto y posibles efectos secundarios del método que ha elegido y las indicaciones médicas que existen al respecto.
- Si es el caso, tenga pendiente la fecha de control del método.

4. OTRAS MANERAS COMO PUEDE APOYAR A SU PAREJA:

- Sea fiel.
- Cuide su salud y su cuerpo. El autocuidado es una garantía de salud y bienestar también para su pareja.
- Recuerde que el condón, además de ser un excelente método anticonceptivo, evita el contagio de enfermedades de transmisión sexual, incluido el VIH/SIDA.

5. APRENDA SOBRE LOS MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS.

- Mientras más conozca sobre este tema, más opciones tendrá para evitar un embarazo no planeado.
- Hable con personal de salud especializado para aprender de primera mano sobre los diferentes métodos.
- Lea cartillas, folletos, plegables y otros materiales sobre anticoncepción.

6. UTILICE CONDÓN.

- Los condones demuestran que usted desea ser responsable.
- Los condones utilizados correctamente son un método anticonceptivo muy seguro.
- Pueden ayudar a protegerlo de enfermedades de transmisión sexual - ETS, incluidas aquellas que son incurables (por ejemplo: Herpes VIH/SIDA).
- Los condones son fáciles de usar.
- Brindan tranquilidad.
- Son higiénicos.
- Si tiene varias parejas sexuales utilice siempre un CONDÓN.
- Si usted tiene la certeza de no querer (más) hijos piense en la vasectomía como una forma permanente de anticoncepción.

7. AYUDE A SU PAREJA A UTILIZAR MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS.

- Pregúntele cómo puede colaborar para evitar un embarazo no planeado.
- Si ella utiliza la píldora, recuérdale que debe tomarla.
- Si usa diafragma o espermicida aprenda cómo se usan y, si es el caso, ayude a colocarlos. Esto puede convertirse en parte del juego erótico.
- Enséñele a su pareja a colocarle el condón, puede ser divertido.

**INFORMESE
SOBRE ESTE
TEMA**



8. Hable con su pareja acerca de la posibilidad de un embarazo no planeado y sobre la responsabilidad que esto implica.

- ¿Cómo se alterarían sus planes de vida y los de su compañera?
- Hablando sobre esta posibilidad, seguramente serán más cuidadosos para utilizar anticonceptivos cuando decidan tener relaciones sexuales.

9. Hable con sus amigos y conocidos sobre los métodos anticonceptivos.

- Podrá enterarse qué conocen otros hombres sobre este tema.
- Seguramente comentarán que las parejas que planifican tienen mejores y más placenteras relaciones sexuales.
- Anime a sus amigos a hablar con otros hombres sobre métodos anticonceptivos.

10. Esté orgulloso de su actitud.

- Porque al utilizar métodos anticonceptivos, usted y su pareja tendrán mayor control sobre los planes que tengan cada uno para el futuro.
- Usted y su pareja compartirán iguales responsabilidades y beneficios y muy seguramente sus relaciones serán más tranquilas y placenteras.

**HABLE CON SUS AMIGOS
SOBRE LOS BENEFICIOS
DE LOS METODOS
ANTICONCEPTIVOS**



SEXO SEGURO

Aunque use cualquier método anticonceptivo utilice
CONDÓN para tener **DOBLE PROTECCIÓN**

- Embarazo NO deseado



- Enfermedades de Transmisión Sexual

- VIH/SIDA

SEXO SEGURO USE CONDÓN



PROFAMILIA

C O L O M B I A

PARA MAYOR INFORMACION...

**LLAME GRATIS DESDE
CUALQUIER LUGAR DEL PAIS AL**

01 8000 110 900

O EN BOGOTA AL

320 2311

E-mail: info@profamilia.org.co

Página Web: www.profamilia.org.co

ADAPTADO CON PERMISO DE
JOURNEYWORKS PUBLISHING

COPYRIGHT 1995