





## Leyenda

-  Hormona de progestina
-  Hormonas de progestina y estrógeno
-  Sin hormonas
-  Con qué frecuencia usar/tomar/cambiar

## Empezar y parar por su cuenta

**Plan B®**  
anticoncepción de emergencia



después del sexo

Funciona mejor para IMC <26.  
*Puede manchar o tener la regla en un nuevo tiempo.*

**Método de retiro**



durante el sexo

Requiere control de pareja.  
*No cambia la regla.*

**Planificación Familiar Natural**



diario

Cuando sea fértil, use otro anticonceptivo.  
*No cambia la regla.*

**Condomes**  
externos or internos



antes del sexo

Puede prevenir infecciones de transmisión sexual.  
*No cambia la regla.*

**Espermicida o esponja vaginal**



antes del sexo

Espermicida viene como crema, gel, espuma, lámina, esponja, o supositorio.  
*No cambia la regla.*

## Prescripción para empezar, pare por su cuenta

**Pastillas**  
Progestina o Combinada



diario

Más de 70 tipos.  
*Puede tener una regla más ligera o manchar temporalmente.*

**Parche**



semanal

Funciona para IMC <30.  
*Puede tener una regla más ligera o manchar temporalmente.*

**Anillo vaginal**



mensual

Puede quitar justo antes del sexo.  
*Puede tener una regla más ligera o manchar temporalmente.*


**Ella®**  
anticoncepción de emergencia



después del sexo

Funciona mejor para IMC <35.  
*Puede manchar o tener la regla en un nuevo tiempo.*

**Phexxi®**  
gel vaginal



antes del sexo

Puede prevenir clamidia y gonorrea.  
*No cambia la regla.*

**Diafragma o capuchón cervical**




antes del sexo

Usa con espermicida.  
*No cambia la regla.*

## Visite para empezar, pare por su cuenta

**Inyección**




12 a 14 semanas

Puede aumentar peso y retrasar la vuelta a fertilidad.  
*Puede manchar, tener una regla más ligera o fuerte, o no tiene regla.*

## Visite en persona para empezar y parar


**Implante**



3 a 5 años

Varilla plástica justo debajo de la piel.  
*Puede manchar, tener una regla más ligera, o no tiene regla.*


**DIU hormonal**



3 a 8 años

Puede ser anticoncepción de emergencia.  
*Puede manchar, tener una regla más ligera, o no tiene regla.*

**DIU de cobre**




10 a 12 años

Puede ser anticoncepción de emergencia.  
*Puede manchar o tener regla más fuerte.*

## Permanente

**Esterilización**



una vez

Cualquier pareja puede ser esterilizada.  
*No cambia la regla.*

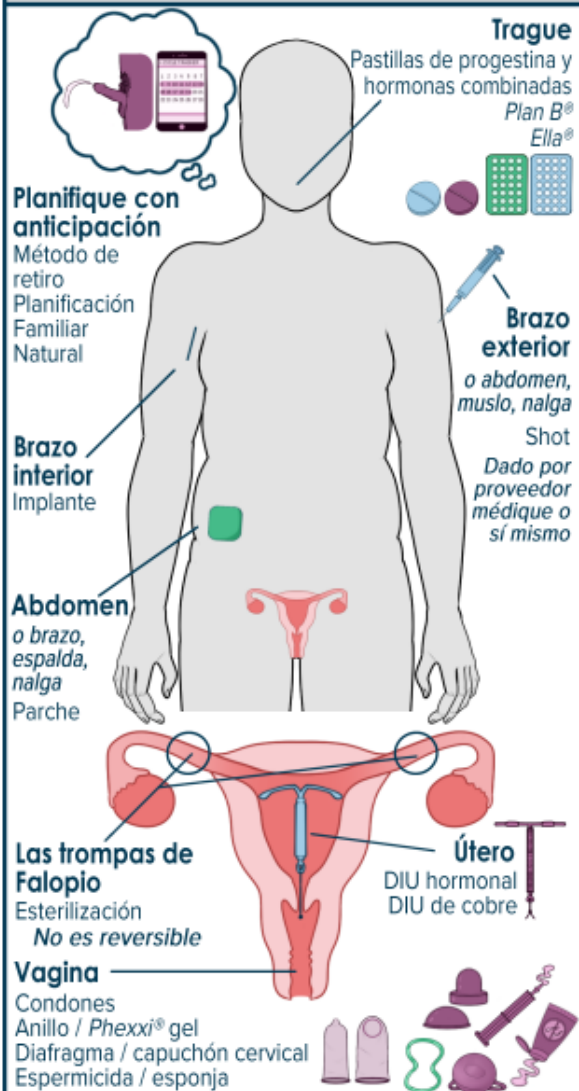
## Escanee para



- Esta guía
- Hojas de información para cada método
- Una guía de anticoncepción posparto

[www.PICCK.org](http://www.PICCK.org)

## Cómo usar cada método de anticoncepción



Si la privacidad de métodos le importa, dígame a su proveedor, y considere cómo conseguir el método, cómo guardarlo, y cómo y cuándo usarlo.

Algunos métodos pueden ser combinados para aumentar la prevención del embarazo.

Todos los métodos pueden ser usados por personas de todas edades.

Todos los métodos pueden ser usados por personas que usan tratamiento hormonal de afirmación del género.

	En promedio* de 100 personas, este número quedarán embarazadas en un año usando este método	Cuando considerar anticoncepción de emergencia (AE) Use AE hasta cinco días después del sexo
Sin anticoncepción (fertilidad media)	85	Tuvo sexo sin anticoncepción
Capuchón cervical (con espermicida)	29	Preocupación por la colocación adecuada antes del sexo
Espermicida	21	Preocupación por la colocación adecuada antes del sexo
Condón interno	21	Condón se rasga o se resbala para que semen podría estar en la vagina
Método de retiro	20	Algun semen podría estar en la vagina
Diafragma (con espermicida)	17	Preocupación por la colocación adecuada antes del sexo
Esponja vaginal	17	Preocupación por la colocación adecuada antes del sexo
Planificación Familiar Natural	15	Dificultad o preocupaciones sobre seguir cambios del cuerpo o reglas irregulares
Phexxi® gel	14	Preocupación por la colocación adecuada antes del sexo
Condón externo	13	Condón se rasga o se resbala para que semen podría estar en la vagina
Pastillas (progestina)	7	Pastilla activa perdido o tomado demasiado tarde según las instrucciones
Pastillas (hormonas combinadas)	7	2 o más pastillas activas perdido consecutivas
Parche	7	Parche dejado demasiado tiempo (24+ horas) o tarde recolocararlo según las instrucciones
Anillo vaginal	7	Anillo dejado demasiado tiempo (3+ horas) o tarde recolocararlo según las instrucciones
Inyección	4	Más que 14 semanas desde inyección última
Esterilización	1	No corresponde
DIU de cobre	0.8	DIU sale (pasa a menos que 1 en 100 personas)
DIU hormonal	0.2	DIU sale (pasa a menos que 1 en 100 personas)
Arm implant	0.1	No corresponde

\* Algunos métodos son más difíciles de usar. Tasas de embarazo 'medias' o 'de usa típica' consideran la posibilidad de error de usuario.

Saber cómo pueden no funcionar los métodos le ayuda a decidir cuál es adecuado para usted.