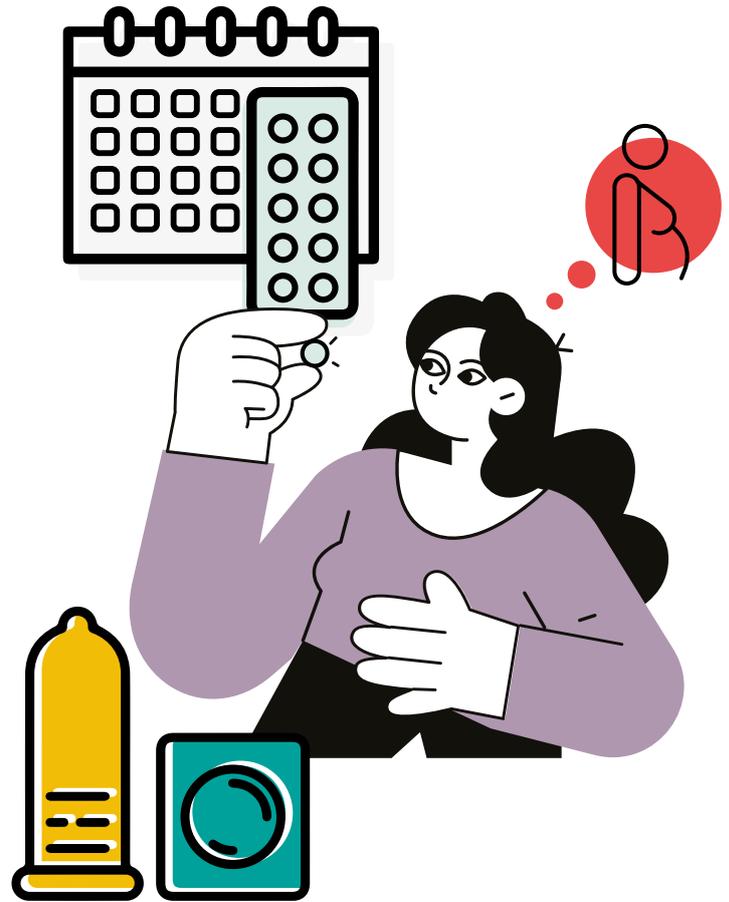


## Control de la natalidad y VIH

La planificación familiar resulta esencial para las mujeres con el VIH, ya que un correcto control de la natalidad evita los embarazos no planificados. Las mujeres con el VIH pueden utilizar la mayoría de métodos anticonceptivos.



### Métodos barrera

Impiden que los espermatozoides lleguen al óvulo.



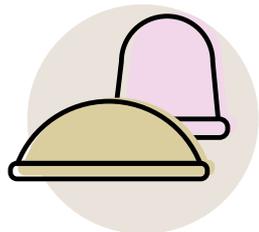
#### Condón externo:

Eficacia demostrada frente al embarazo y otras infecciones de transmisión sexual (ITS) cuando se utiliza correctamente y de forma consistente.



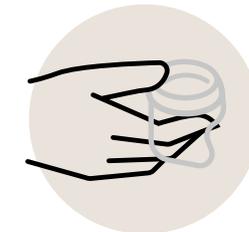
#### Condón interno:

Es un método igual de eficaz y seguro que el condón externo, pero su uso no es tan generalizado.



#### Diafragma y capuchón cervicales:

Por sí solos tienen baja efectividad, por lo que se deben utilizar conjuntamente con un espermicida. Los espermicidas son sustancias químicas que matan a los espermatozoides. No protegen frente a las ITS.

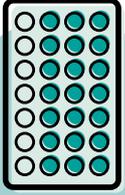


#### Esponja anticonceptiva:

Actúa creando una barrera física entre el semen y la vagina, bloqueando que el esperma entre dentro del útero. No protege frente a las ITS.

## Métodos hormonales de acción a corto plazo

Impiden la ovulación, la fecundación y/o la implantación de un óvulo fecundado. No protegen frente a las ITS, por lo que se recomienda combinarlos con un método barrera.



### Pastillas anticonceptivas:

Contienen hormonas similares a las que producen los ovarios (estrógenos y gestágenos). Funcionan impidiendo la ovulación y por tanto el embarazo. Son de administración oral y diaria.



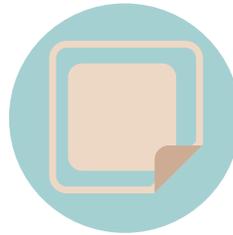
### Anillo vaginal:

Se introduce en la vagina una vez al mes, desde donde libera de forma diaria dosis bajas de hormonas. Su eficacia no se ve alterada por vómitos o diarreas.



### Inyecciones:

Contienen estrógenos o progestina. Se inyectan cada 30 o 90 días.

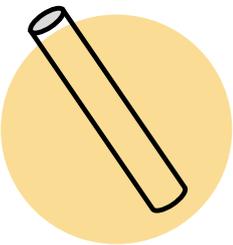


### Parches anticonceptivos:

Se pega a la piel cada 7 días durante 3 semanas y se descansa la última semana; las hormonas se liberan de forma lenta desde la piel hacia el organismo.

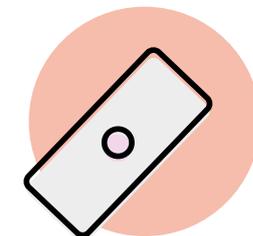
## Métodos anticonceptivos reversibles de acción a largo plazo

Impiden la ovulación, la fecundación y/o la implantación de un óvulo fecundado. No protegen frente a las ITS, por lo que se recomienda combinarlos con un método barrera.



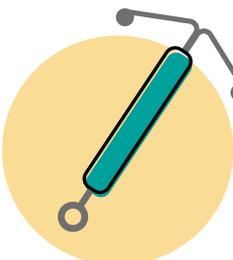
### Implante:

Es una varilla del tamaño de una cerilla que se coloca bajo la piel del brazo liberando progestina. Ofrece una protección alta y tiene una duración de 3 a 5 años, aunque se puede extraer cuando se quiera.



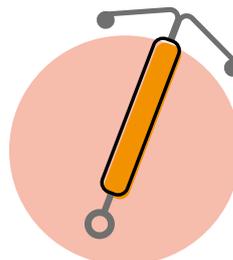
### Pildora del día o cinco días después:

Ingesta de una única pastilla que se toma idealmente las 24 horas posteriores al coito (hasta un límite de las 72 horas) o durante los cinco días posteriores al coito. Actúan retrasando o evitando la ovulación.



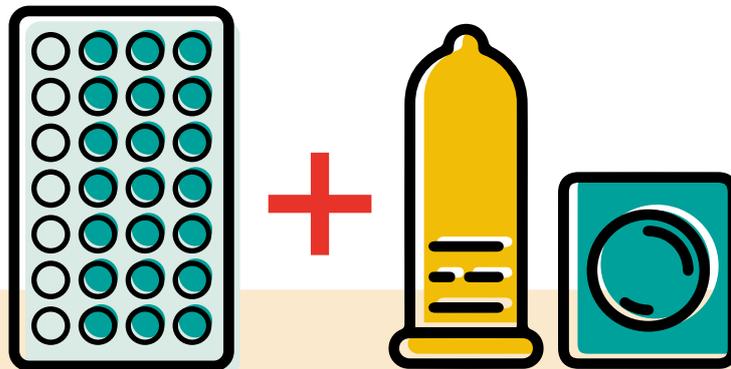
### Dispositivo intrauterino (DIU):

Aparato pequeño y muy flexible que se coloca en el interior del útero. Libera cobre o progestina y, en ambos casos, se evita que el espermatozoide fecunde el óvulo. Un DIU puede durar de 3 a 10 años.



### DIU de cobre:

Si se inserta dentro de los 5 días posteriores a la relación sexual sin protección, la efectividad es superior al 99%. Una vez colocado, la mujer puede continuar utilizándolo como método anticonceptivo regular, o decidir cambiarlo por otro método.



Algunos medicamentos frente al VIH podrían reducir la eficacia de los métodos hormonales de control de la natalidad. Es posible que algunas mujeres necesiten utilizar otro método anticonceptivo para evitar el embarazo.

## Recuerda:

Las mujeres con el VIH pueden utilizar sin peligro cualquier método de control de la natalidad para prevenir el embarazo.

Sin embargo, los condones son el único método de control de la natalidad que puede proteger de las ITS.

Los profesionales sanitarios que se ocupan de tu cuidado te podrán informar del método de control de natalidad más apropiado para ti.

**gt** grupo de trabajo sobre tratamientos del VIH  
ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA  
ONG DE DESARROLLO



¿TIENES DUDAS  
SOBRE EL TEMA?  
PREGÚNTANOS

Tel. 93 458 26 41

### Descargo de responsabilidad

La información contenida en esta ficha no pretende sustituir la recibida por el médico. Las decisiones referentes a la salud siempre deberían tomarse tras consultar con los profesionales sanitarios. La información médica puede quedar desactualizada con rapidez.

Si te surge alguna pregunta tras leer esta ficha, te aconsejamos hablar con tu médico o enfermera o llamar a gTt-VIH, al 93 458 26 41, para comprobar si existe alguna novedad relevante al respecto.

### SUBVENCIONA



✓ POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

Generalitat  
de Catalunya

Salut/ Agència de Salut  
Pública de Catalunya

Diputació  
Barcelona

Àrea d'Igualtat  
i Sostenibilitat Social

Ajuntament de Barcelona

### COLABORA



Vall d'Hebron | eSPiC  
Equip de salut  
pública i comunitària

[www.gtt-vih.org](http://www.gtt-vih.org)

SI TE HA PARECIDO ÚTIL Y INTERESANTE  
EL CONTENIDO, COMPÁRTELO.