

#TÚ DECIDES

BOLETÍN INFORMATIVO PARA JÓVENES

CHECA nuestros
TIPS

para vivir una
#SEXUALIDAD
PLACENTERA y
PROTEGIDA

Te has preguntado
¿Qué sabes sobre
#MétodosAnticonceptivos?
😊 ¡¡Ponte a prueba!!



Todo lo que necesitas saber para conseguir

#MétodosAnticonceptivos ¡¡Gratis!!

ÍNDICE

3Editorial

SOS ¿Cuáles son los #MétodosAnticonceptivos?... **5**

15La juventud opina

Pregúntale a #ConcienciaInformada... **17**

20 ...Que quede en tu memoria

Tejiendo Red..... **21**

22Sección interactiva

EDITORIAL

¡Hola! ¡Qué gusto volvernos a encontrar!

En esta ocasión queremos compartir contigo información que te ayudará a:

1. Disfrutar tu sexualidad.
2. Decidir si quieres o no tener relaciones sexuales.
3. Prevenir embarazos no planeados e Infecciones de Transmisión Sexual (ITS).
4. Elegir cuándo, cómo y con quién tener relaciones sexuales.
5. Identificar espacios seguros donde podrás obtener métodos anticonceptivos.

**¿Estás pensando que te hablaremos de
#MétodosAnticonceptivos?
¡Acertaste!**

Los #MétodosAnticonceptivos causaron una revolución en México con su llegada en la década de 1970, pues transformaron la vida de las mujeres, principalmente, ya que por primera vez pudieron separar la sexualidad de la reproducción, es decir pudieron disfrutar de su sexualidad sin temor a embarazarse.

Sabemos que para jóvenes como tú no es sencillo acceder a los #MétodosAnticonceptivos y que alrededor de su uso hay muchos miedos, dudas, prejuicios y tabúes. Por ello, a través de una plática amena con nuestra querida #ConcienciaInformada podrás:

- Conocer los métodos que existen, sus ventajas y desventajas.
- Identificar los lugares donde podrás encontrarlos de manera gratuita.
- Derribar mitos y prejuicios acerca de su uso.





A través de los mensajes de **#ConcienciaInformada** tus decisiones sobre tu sexualidad y reproducción serán con información laica y con base en evidencia científica.

También conocerás las opiniones y dudas que otras/os jóvenes han enfrentado sobre el uso de **#MétodosAnticonceptivos**. Las respuestas están avaladas por la Organización Mundial de la Salud (OMS), instancia rectora en el ámbito mundial en temas de salud. El objetivo es que cuentes con los elementos necesarios para tomar una decisión libre, informada y responsable sobre tu sexualidad.

Recuerda:

¡Solicitar #MétodosAnticonceptivos e información sobre sexualidad es tu derecho!

#DisfrutarNoEsPecado.

• SOS • ¿CUÁLES SON LOS #MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS?*

AMIGOS



Lili

Conectada



Julieta Mariposa

Conectada



Conciencia Informada

Conectada



Lili, Julieta Mariposa



Hola Julieta, ¡Qué onda! ¿Quiero preguntarte algo? ¿Puedes?

Claro, ya sabes 😊



Luis y yo queremos tener relaciones sexuales, pero en mi casa dicen que es pecado y tengo miedo.

Tengo una amiga que es buenísima en esos temas, deja la agrego a nuestra plática.



Julieta Mariposa agregó a #ConcienciaInformada a la conversación.

Lili, Julieta Mariposa, #ConcienciaInformada

Hola #ConcienciaInformada, #SOS necesitamos información de urgencia.



¡Hola! ¿Qué sucede chicas?



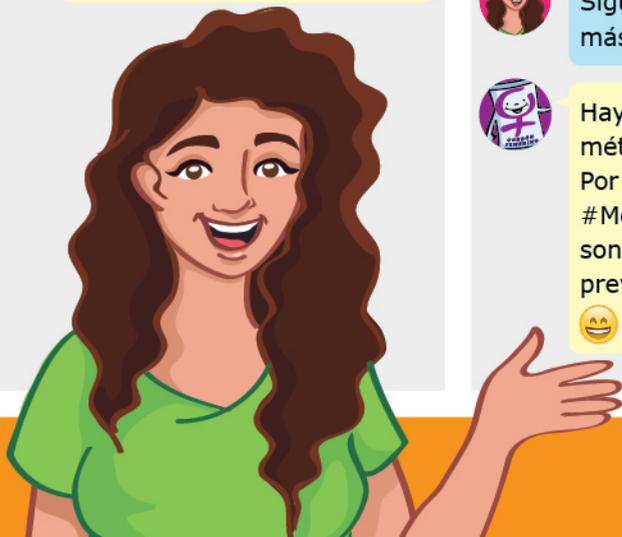
¡Hola Conciencia! Mucho gusto. Me encuentro en un mar de dudas. Mi novio y yo queremos tener relaciones sexuales pero... tenemos mucho miedo. ¡Imagínate que nuestros papás se enteren, o que quede embarazada! Aparte de que sería pecado hacerlo antes de casarnos 😞...



Esta sección está inspirada en el libro Conéctate: Sexualidad para Adolescentes, de José Ángel Aguilar y Gabriela Rodríguez.



Me alegra que quieras aclarar tus dudas. La sexualidad está relacionada con la capacidad de sentir placer, con nuestra forma de ser, de pensar, de sentir, de actuar y de relacionarnos con otras personas y con nosotr@s mism@s. Sucede con frecuencia que el termino sexualidad se confunde con los conceptos de sexo o relaciones sexuales, lo cual limita la vivencia de la sexualidad únicamente al contacto genital, pero, además del placer, el sexo y las relaciones sexuales, la sexualidad comprende aspectos como el afecto y las relaciones humanas. Por ello, cuando tomas decisiones de manera informada, no estás cometiendo un pecado. Puedes vivir una sexualidad más plena, sin miedos y culpas.



Empiezo a tener más claro todo, pero ¿qué onda con los #MétodosAnticonceptivos? Yo he escuchado mucho de ellos, pero no sé bien cómo usarlos y además son caros, no tendríamos dinero para comprarlos...



Miren chicas, la anticoncepción es un derecho de toda persona para decidir de manera libre, responsable e informada si quiere tener hij@s, su número y espaciamento. Los #MétodosAnticonceptivos son para tod@s, evitan embarazos y algunas infecciones de transmisión sexual o ITS, pero lo más importante es que nos ayudan a disfrutar nuestras relaciones sexuales 😊



Sigue, sigue, iiiQuiero saber más!!!!



Hay muchos tipos de métodos anticonceptivos. Por ejemplo, están los #MétodosHormonales, que son altamente efectivos en la prevención de un embarazo.





¿Y esos cuáles son?



Las píldoras anticonceptivas, el Dispositivo Intrauterino (DIU), el parche anticonceptivo, los inyectables, los implantes subdérmicos y el anillo vaginal. Si se utilizan correctamente pueden ser eficaces para evitar embarazos no planeados hasta en un 99%.



Me va quedando clara la importancia de conocer bien su uso, pues su efectividad radica en que los usemos de manera adecuada.

Yo he escuchado un poco en la escuela sobre el condón masculino y el femenino 😊



Así es, los #MétodosDeBarrera como el condón masculino y el condón femenino, no interfieren en el ciclo hormonal, no tienen efectos secundarios y son muy seguros. Incluso, el condón femenino se puede poner hasta ocho horas antes de la relación sexual, no se necesita receta médica para comprarlos y son efectivos para prevenir embarazos e ITS. Además, tienen una efectividad del 97%.



Guauu! Sorprendente saber esas ventajas, creo que me decidiré por los condones.



Yo agregaría también los #MétodosAnticonceptivosPermanentes como la Oclusión Tubaria Bilateral (OTB) o salpingoclasia que se practica a las mujeres; y la vasectomía que se hace a los hombres. Aunque son métodos en los que también quedamos expuestas a las ITS y generalmente se recomiendan a mujeres y hombres que ya no deseen tener hij@s.



Exacto Julieta. También quiero compartirles información sobre los #MétodosNaturales, como el ritmo, coito interrumpido, la lactancia, el billings o moco cervical y la abstinencia. Estos métodos son gratuitos, pero su eficacia es muy baja, no previenen #ITS, pueden generar angustia y requieren que las mujeres conozcan muy bien su cuerpo y sean muy disciplinadas para usarlos.

Aww que mal plan...





Por último, agregaría la Píldora de Emergencia #PAE, que no es un #MétodoAnticonceptivo, pero que se utiliza en ciertos casos: cuando el condón se rompe o se queda en la vagina, se haya olvidado tomar la píldora anticonceptiva o se haya usado incorrectamente el método regular, por ejemplo: olvido o retraso en la aplicación de la inyección o el parche, o en caso de haber sufrido una violación. Recuerden: es de EMERGENCIA, no se recomienda utilizarla regularmente ya que hay métodos más seguros y eficaces para prevenir un embarazo. También es importante saber que la #PAE no es abortiva y no protege de ITS, incluyendo el VIH o el Virus del Papiloma Humano (VPH).



De la #PAE si había escuchado, aunque no sabía que era de emergencia. ¿Y cómo puedo saber qué método es más adecuado para mí?



Tienes que acudir con una médica o médico para que te indique qué #MétodoAnticonceptivo es el más adecuado para ti.



Yo escuché que en el centro de salud te dan información, respetan tu confidencialidad y te dan un método anticonceptivo de manera gratuita, ¿eso es verdad?



Eso es cierto Julieta, estos servicios son un derecho que tienen adolescentes y jóvenes en todo el país, pueden buscar el más cercano a su domicilio.



Ahh!! Está super bien! Voy a ir al centro de salud con Luis para preguntar sobre los #MétodosAnticonceptivos y las ITS.



Recuerden que todos los centros de salud en la República Mexicana cuentan con #ServiciosAmigables, que ofrecen información sobre salud, sexualidad y derechos... Busquen el más cercano a su casa, ahí recibirán información, atención médica y #MétodosAnticonceptivos. ¿Tienen alguna otra duda?



¡¡Órale!! Con toda la información me siento muy segura y lista para ejercer mi sexualidad de manera libre, informada y sin miedos. Gracias.

#MilGracias querida Conciencia 😊 Tú siempre sacándonos de #SOS



Me alegra poderles apoyar. Recuerden que las personas usan #MétodosAnticonceptivos porque asumen el cuidado de su sexualidad y deciden protegerse sin culpa. Aquí les dejo algunos espacios donde pueden encontrar más información. No olviden que es un derecho de adolescentes y jóvenes solicitar #MétodosAnticonceptivos.

Páginas de internet:

- **www.planificanet.gob.mx** Planificanet. Espacio que brinda toda la información relacionada a la planificación familiar, sexualidad humana, reproducción humana, Métodos anticonceptivos, VIH, derechos.
Teléfono: 01800 62 46 464
- **www.condonfemenino.org** Espacio dedicado a la promoción del uso del condón femenino entre mujeres jóvenes. Encontrarás información sobre sexualidad, derechos, condones, sugerencias de uso y juegos interactivos.

Libros:

Conéctate: sexualidad para adolescentes

Autores: José Ángel Aguilar y Gabriela Rodríguez.
México. Editorial SITESA, 2011.



Métodos Anticonceptivos de Barrera:

Condón masculino y condón femenino
¡Altamente recomendables!

• CONDÓN FEMENINO (CF)

VENTAJAS

1. Es una oportunidad para que la mujer decida sobre su autocuidado.
2. Permite ejercer autonomía y el autocuidado.
3. No depende de que su pareja quiera o no protegerse.
4. Favorece el disfrute de la sexualidad y el autoconocimiento.
5. Se puede colocar hasta 8 horas antes de la relación sexual.
6. No interfiere en el ciclo hormonal.
7. No tiene efectos secundarios.
8. Protege de ITS, incluido el VIH.
9. No requiere receta médica para su uso.
10. Tiene 97% de efectividad en su uso correcto y constante.
11. Pueden utilizarlo personas alérgicas al látex.
12. Los hombres también pueden usarlo como condón. Tienen que colocarlo y apoyarse de un sujetador en la base del pene para que no se mueva.
13. No aprieta al pene y el material se calienta a la temperatura del cuerpo, lo que permite sentir la relación sexual más natural y tener sensaciones más placenteras.
14. No necesita ser removido inmediatamente después de la eyaculación.
15. Es gratuito en hospitales y centros de salud públicos.

DESVENTAJAS

1. Tiene un costo más elevado que el masculino.
2. Puede ser difícil de conseguir, debido a la poca promoción que se hace de este condón.



CONDÓN
FEMENINO

• CONDÓN MASCULINO

VENTAJAS

1. Ampliamente disponible y económico.
2. No tiene efectos secundarios.
3. Protege de ITS, incluido el VIH.
4. No requiere receta médica para su uso.
5. No interfiere en el desempeño sexual.
6. Tiene 97% de efectividad en su uso correcto y constante.
7. Es gratuito en hospitales y centros de salud públicos.

DESVENTAJAS

1. En algunas personas, el látex puede provocar alergia, pero son extremadamente raros los casos.



Métodos Anticonceptivos Hormonales:

Las píldoras anticonceptivas, el Dispositivo Intrauterino (DIU), el parche anticonceptivo, los inyectables, los implantes y el anillo vaginal

¡No te fallan!

“Utilizados correctamente pueden ser eficaces hasta en un 99% para evitar embarazos no planeados”

VENTAJAS

1. Son discretos.
2. Reducen los cólicos menstruales.
3. Regulariza tu periodo menstrual.
4. Reduce los días de sangrado.
5. Son fáciles de usar.
6. Sus efectos son temporales.
7. Algunos son auxiliares en los casos de acné, endometriosis y ovario poliquístico.
8. Previenen el cáncer de endometrio y de ovario.
9. Tienen efectividad del 99% en su uso correcto.
10. Existen píldoras especiales para adolescentes y para mujeres en lactancia.
11. Son gratuitos en hospitales y centros de salud públicos.

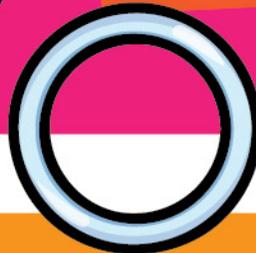
DESVENTAJAS

1. No protegen de ITS, incluido el del Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH).
2. Si no tomas diariamente las píldoras anticonceptivas, no son efectivas.

Síntomas transitorios:

3. Dolor de cabeza.
4. Náuseas / mareos.
5. Sensibilidad en los senos.
6. Retención de líquidos.

Nota: Si fumas, eres mayor de 35 años, tienes problemas cardiovasculares, diabetes, hipertensión arterial, usas anticoagulantes, has tenido algún evento de trombosis (cuando se despega un coágulo y tapa una arteria), o cirugía mayor, tienes cáncer de mama y/o cáncer de hígado, consulta a tu médic@ para que te proporcione el método más adecuado para ti.



Métodos Anticonceptivos Naturales:

Ritmo, coito interrumpido, la lactancia, el billings o moco cervical y la abstinencia.

¡Son poco efectivos!

VENTAJAS

1. No tienen costo.

DESVENTAJAS

1. Son poco efectivos, por lo que existe una probabilidad alta de un embarazo no planeado.
2. No protegen contra ITS.
3. Su efectividad está limitada por emociones y estrés.
4. Requieren de tiempos y una planeación de vida sexual.
5. Si utilizas el método de la temperatura basal, requieres comprar un termómetro y hacer mediciones frecuentes de tu temperatura.

Métodos Anticonceptivos Permanentes: Oclusión Tubaria Bilateral (OTB) o salpingoclasia y vasectomía.

¡No hay marcha atrás!

VENTAJAS

1. Son ideales para quienes deciden no tener hijas/os.
2. Son muy seguros.
3. 99.9 % de efectividad.
4. Forman parte del ciclo maduro de una pareja que ya tiene las y los hijos que deseaba tener.

DESVENTAJAS

1. Son permanentes.
2. No protegen de ITS, incluido el VIH.

Pastilla de Emergencia (PAE)

Después de haber tenido una relación sexual sin protección, si el método falló o si hubo violencia.

VENTAJAS

1. Tiene un margen de acción de 120 horas después de haber tenido una relación sexual sin protección, si el método falló o si hubo violencia, pero su efectividad es mayor entre más pronto se tome después de la relación sin protección.
2. Son una opción importante para prevenir un embarazo no planeado cuando otros anticonceptivos fallan.
3. No requiere receta médica.
4. Toda mujer en edad reproductiva puede acceder a ella, no importa si se es menor de edad.

DESVENTAJAS

1. No protegen de ITS, incluido el VIH.
2. Pueden aparecer alteraciones a tu ciclo menstrual si lo usas de manera frecuente, pero son pasajeras.
3. Solo protege de la relación sexual más reciente.



Se preguntó a jóvenes de entre 15 y 29 años ¿por qué usan métodos anticonceptivos? y esto fue lo que nos comentaron:

LA JUVENTUD OPINA

Yo uso métodos anticonceptivos porque en estos momentos de mi vida no planeo un embarazo. Estoy tomando pastillas anticonceptivas, pero también he probado otros métodos como el anillo, el condón masculino y femenino, que son muy cómodos. En lo personal me he sentido muy bien con las pastillas ya que son pequeñas, muy fáciles de tomar y siempre las combino con el uso del condón para prevenir las infecciones de transmisión sexual.

Juanita, Estado de México

Siempre he usado condón masculino, pero hace unos años me detectaron quistes en los ovarios, pensé que me tendrían que operar, pero mi ginecóloga me comentó que era importante detener su crecimiento, para lo cual me recomendó tomar pastillas anticonceptivas. Mi salud ha mejorado: ya no tengo cólicos y mi período es más corto y ya no tengo quistes.

Gaby, Tabasco

Cuando uso condones, lo hago con plena conciencia de que me cuido a mí y cuido a mis parejas.

Pablo, DF



La primera vez que quería tener relaciones sexuales con mi pareja surgieron muchos temores y no sabía con quién acudir para pedir información, pues escuchaba comentarios acerca de que los métodos anticonceptivos no eran seguros y que causaban cáncer. Finalmente, mi pareja y yo decidimos ir a un centro de salud para que nos explicaran con calma todas las ventajas y desventajas de los #MétodosAnticonceptivos y ahora usamos condones para evitar un embarazo e ITS.

Toño, Estado de México

Yo pensaba que era un tema sólo para mujeres, que eran ellas quienes se debían cuidar y responsabilizar de usarlos, pero en una consejería que nos dieron a Susana y a mí en el Centro de Salud, me di cuenta que su uso es una responsabilidad compartida y que existen diferentes métodos que nos permiten decidir si queremos o no embarazarnos, pero sólo el condón nos permite protegernos de una ITS.

Mario, Chiapas

Hola, soy tu amiga
#ConcienciaInformada.

Conmigo podrás compartir tus experiencias, dudas, temores, alegrías y placeres relacionados con tu sexualidad.

Aquí encontrarás respuestas claras y concisas a tus inquietudes, pero sobre todo podremos platicar de la importancia que tiene recibir información libre de prejuicios que te permita tomar decisiones con una conciencia informada.

Bienvenid@s.

PREGÚNTALE A
• **#CONCIENCIA**
INFORMADA •

Pregunta:

¿Es verdad que Dios nos manda los hijos que él quiere y por eso no es bueno usar métodos anticonceptivos modernos porque es como desobedecer sus mandamientos?



RESPUESTA:

Decidir usar un método no es faltar a los mandatos de Dios. A lo largo de la historia de la Iglesia Católica ha habido diferentes posturas sobre su uso, pero Dios nos ama a todas y todos por igual y nos otorgó la posibilidad de decidir, de disfrutar nuestro cuerpo y de utilizar nuestra libertad de conciencia para decidir en qué momento es adecuado o no tener hijas o hijos. De hecho, muchas mujeres y hombres católicos/os usan métodos anticonceptivos porque consideran que es lo mejor para ellas y ellos.



Pregunta:

¿Por qué la Iglesia no acepta que podamos usar condón para prevenir el VIH?



RESPUESTA:

¿La Iglesia?, querrás decir la jerarquía católica. Porque la Iglesia es el pueblo de Dios, somos todas y todos. La Iglesia nos dota de libre albedrío para tomar nuestras propias decisiones, así que, la Iglesia no es quien prohíbe el uso del condón, por el contrario usarlo es sinónimo de responsabilidad y amor. Además recuerda el condón ya sea femenino o masculino es el único medio que tenemos para prevenir el VIH y usarlo es una manera de expresar nuestro amor al prójimo/a.

Pregunta:

¿Es cierto que las pastillas anticonceptivas engordan?



RESPUESTA:

Las reacciones de las pastillas anticonceptivas son diferentes en cada persona. Actualmente existen nuevas pastillas que reducen al mínimo otros efectos posibles, pero las ventajas de usarlas son muchas: disminuyen problemas de quistes de ovarios, regularizan y reducen el ciclo menstrual, reducen problemas de acné, regulan el ciclo menstrual.

Pregunta:

¿Es verdad que las relaciones sexuales son para tener hijos y no para disfrutar?



RESPUESTA:

Las relaciones sexuales pueden estar abiertas o no a la reproducción. Sin embargo éstas siempre deben ser cuando ambas personas estén de acuerdo y por tanto pueden ser una expresión del placer.

Pregunta:

He estado usando el coito interrumpido, pero mis amigas dicen que eso no es un método anticonceptivo, ¿es verdad?



RESPUESTA:

En estricto sentido, es considerado un método anticonceptivo natural. Sin embargo es importante que sepas que éste tiene un porcentaje muy alto de falla, ya que, aunque tu pareja no eyacule dentro de la vagina, al haber penetración ya hay presencia de espermatozoides (líquido preaculatorio). Además recuerda que con el coito interrumpido, no sólo tienes una alta posibilidad de embarazarte sino también está el tema de las infecciones de transmisión sexual. Por ello te invito a usar el condón, con esta decisión tendrás una sexualidad más plena.

QUE QUEDE EN TU MEMORIA

México cuenta con servicios de salud sexual, llamados **#ServiciosAmigables** para adolescentes y jóvenes, **solter@s** o **unid@s**. Estos servicios ofrecen información sobre sexualidad, derechos y métodos anticonceptivos de manera gratuita!



¡te invitamos a conocerlos y a usarlos!

Una de las tareas de los **#ServiciosAmigables** es brindar **atención libre de prejuicios** para prevenir embarazos no planeados e ITS. Por ello, cuando te surjan dudas sobre sexualidad, derechos sexuales y derechos reproductivos, o sobre el uso de métodos anticonceptivos, **puedes acudir a estos servicios**. Cuentan con **personal capacitado** y **no necesitas ir acompañado de tu mamá o tu papá**.



Estos servicios se encuentran en hospitales y centros de salud de la República Mexicana, busquen el más cercano a su domicilio, ahí recibirán información, atención médica y métodos anticonceptivos. Los servicios son gratuitos.

**¡te invitamos a conocerlos,
usarlos y promocionarlos!**

TEJIENDO RED



#HAZLOTUYO
condonfemenino.org

#HAZLOTUYO, PROMOCIONANDO EL USO DEL #CONDÓN FEMENINO

#Hazlotuyo es una plataforma digital en donde Flor y Sofi te contarán lo que piensan sobre temas de sexualidad y derechos, de manera divertida y amigable. También podrás descargar juegos, test interactivos e información sobre salud sexual y reproductiva y VIH.

#Hazlotuyo es un proyecto del *Observatorio Ciudadano de Derechos Sexuales y Reproductivos AC* cuyo objetivo es fortalecer y promover el uso de condones femeninos entre las adolescentes del estado de Puebla con énfasis en la prevención del VIH/Sida y otras Infecciones de Transmisión Sexual.

Para conocer más sobre #Hazlotuyo puedes consultar las páginas: www.condonfemenino.org, www.odesyr.org o en **Facebook / HazlotuyoMX** y **twitter @0desyr**.

¡QUÉ ESPERAS, DALE CLIK A SUS
REDES SOCIALES Y CONOCE TODO
SOBRE LOS CONDONES FEMENINOS!



#HAZLOTUYO
condonfemenino.org

SECCIÓN INTERACTIVA

Te invitamos a poner en práctica tus conocimientos. A continuación encontrarás dos columnas: en la columna izquierda encontrarás los conceptos que tendrás que relacionar con las definiciones de la columna derecha. Relaciona los números de acuerdo con lo que tú consideres es la respuesta adecuada.

CONCEPTOS

1. Servicios Amigables
 2. Métodos Anticonceptivos
 3. Condón Femenino
 4. Sexualidad
 5. Pastilla de Anticoncepción de Emergencia (PAE)
- 

DEFINICIONES

NÚMERO DEL
CONCEPTO

Permiten elegir el momento más adecuado para tener hijos, si se desean, y también disfrutar de la sexualidad sin temor a un embarazo no planeado.

Es un método de emergencia que puede ser utilizado dentro de las primeras 120 horas, después de haber tenido una relación sexual sin protección, si el método falló o si hubo violencia sexual.

Es un aspecto central del ser humano, está presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual.

Método anticonceptivo de barrera que brinda a la mujer el control de su cuerpo para prevenir ITS y embarazos no planeados, además se puede colocar con 8 horas de anticipación.

Servicios dirigidos a adolescentes que brindan información sobre salud sexual y reproductiva, métodos anticonceptivos de manera gratuita, brindados por la Secretaría de Salud.

RESPUESTAS:
2,5,4,3,1

Católicas por el Derecho a Decidir, A.C.
Apartado Postal: 21-264, Coyoacán
México, D.F., C.P. 04021
www.catolicasmexico.org

Si te interesa conocer más sobre nuestro movimiento o quieres compartir tus dudas, comentarios e inquietudes, respecto a temas de sexualidad, síguenos en:

Facebook: Red Nacional Católica
Twitter: @RedNalCatolica

Boletín Tú Decides es una publicación periódica de distribución gratuita de Católicas por el Derecho a Decidir, A.C. (CDD) y la Red Nacional Católica de Jóvenes por el Derecho a Decidir (RNCJDD). **Directora:** María Consuelo Mejía Piñeros. **Coordinación de contenido:** Minerva Santamaría Hernández. **Redacción:** Minerva Santamaría Hernández, Irene Ruiz Bautista, Eva Raquel Güereca Torres, María Gorety Moreno Martínez, Leticia García Solano, Juana Mercado Alcántara, Teresa Valentina Díaz Jaso. **Corrección de estilo:** Sandra Fosado Alarcón. **Diseño de interiores e ilustración de portada:** www.helice.com.mx. **Agradecimientos:** Alondra Ariza Covarrubias, Evelyn Aldaz Velez, Ana María Camarillo Zavala y Rocío Irene Mejía, Clínica Acompañame, Fundación Mexicana para la Planeación Familiar, A.C. (MEXFAM), Ipas México, A.C., Observatorio Ciudadano de Derechos Sexuales y Reproductivos, A.C. (Odesyr), Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva (CNEGSR).

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



CENTRO NACIONAL
DE EQUIDAD DE GÉNERO
Y SALUD REPRODUCTIVA

*Se autoriza la reproducción total o parcial de esta publicación, citando la fuente.
Impreso y hecho en México
Segunda edición
Abril 2015*