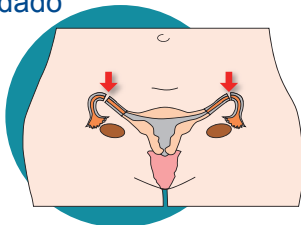


## Minilap

Es un método definitivo recomendado para las mujeres que ya no desean tener más hijos, consiste en cortar y amarrar las trompas de falopio. Impide la unión del ovulo con el espermatozoide.



Algunas enfermedades de la mujer pueden prevenirse si se detectan a tiempo, para ello es importante que usted se realice los siguientes exámenes:

## Papanicolaou o PAP

Es un procedimiento rápido y sencillo. Permite examinar las células del cuello del útero o matriz y ver si están normales. Si el PAP es anormal significa que hay mayor probabilidad de que presente cáncer en el futuro. Toda mujer debe empezar a hacerse el PAP cuando comienza a tener relaciones sexuales.

## Autoexamen de mamas



Es un examen que debe hacerse toda mujer una vez al mes, de preferencia después de su menstruación y durante toda su vida. Es la forma más sencilla de detectar tempranamente cualquier anomalía en sus pechos como masas, nódulos, bolitas o salida de líquido o úlceras en el pezón.

Los métodos de planificación familiar son gratuitos y están disponibles en todas las unidades de salud del MINSa y clínicas médicas previsionales del INSS.

No todos los métodos disponibles convienen a todas las personas. Usted y su pareja pueden elegir el método que prefieran y que más le convenga a su salud.

La planificación familiar permite a las parejas decidir tener o no hijos, el número de hijos que desean así como el momento oportuno de tenerlos.



**USAID**  
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS  
UNIDOS DE AMÉRICA

PROYECTO DE  
MEJORAMIENTO DE  
LA ATENCIÓN EN SALUD



Gobierno de Reconciliación  
y Unidad Nacional

*El Pueblo, Presidente!*

Ministerio de Salud  
Dirección de Extensión y  
Calidad de la Atención



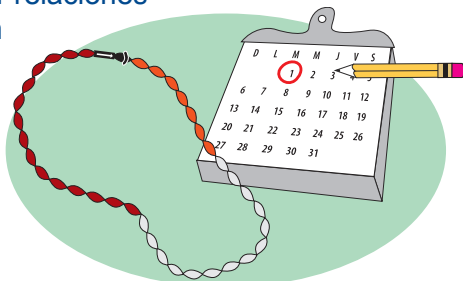
**Planificar la familia  
salva vidas**

## Métodos de planificación familiar que le ofrecen en esta unidad de salud

### Método del collar del ciclo o días fijos

El método del collar del ciclo o días fijos, permite a las parejas espaciar sus embarazos de forma natural conociendo su período de menstruación o regla y sus días fértiles para evitar tener relaciones sexuales sin protección durante esos días.

Para conocer más sobre este método, solicite información en su unidad de salud.



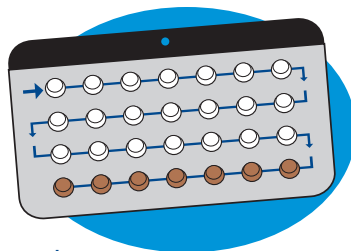
### Método de la lactancia

Si usted solamente le da pecho a su bebé desde que nace durante los primeros seis meses no le bajará su regla. Recuerde que no debe darle agua, ni refrescos, ni leches ni otros líquidos, solamente debe darle pecho.



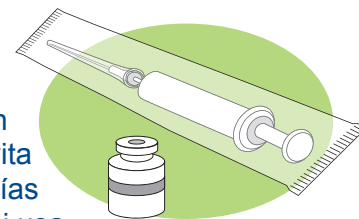
### Píldora anticonceptiva

Es un método oral que contiene dos sustancias llamadas hormonas que toda mujer produce en su organismo (estrógeno y progesterona). Impide la maduración del óvulo y evita el embarazo. Este método es temporal.



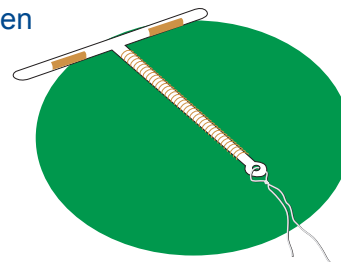
### Inyectables

Contiene sustancias llamadas hormonas que toda mujer produce en su organismo. Es un método que impide la maduración del óvulo y consecuentemente evita el embarazo. Su efecto dura 30 días si usa Norigynon o dura 90 días si usa Depoprovera.



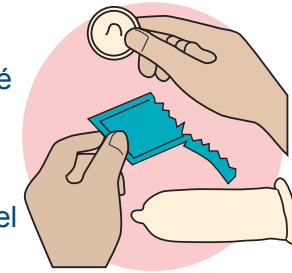
### DIU ("T" de cobre)

Es un dispositivo intrauterino en forma de T, hecho de plástico y cobre, que se coloca en el interior del útero. Evita el embarazo porque altera la capacidad de moverse de los espermatozoides impidiéndoles encontrarse con el óvulo.



### Condón

El condón es una funda de látex que se pone cuando el pene esté erecto, antes de la penetración. Da protección doble porque evita el embarazo y además protege de las infecciones de transmisión sexual y el VIH-Sida.



### Vasectomía

Es un método definitivo recomendado a hombres que ya no desean procrear más hijos. Consiste en cortar o amarrar los conductos que llevan los espermatozoides al pene. La cirugía es un procedimiento sencillo que dura aproximadamente 20 minutos.

