

BIRTH CONTROL GUIDE

KEY

-  progestin hormone
-  progestin & estrogen hormones
-  no hormones
-  how often to use/take/change

POSSIBLE MENSTRUAL CHANGES


-  heavier periods
-  lighter, regular periods
-  lighter, infrequent, or no periods
-  no bleeding changes

START AND STOP ON YOUR OWN




PULLING OUT
requires partner control

 during sex 



FERTILITY AWARENESS
when fertile, use another method of birth control

 daily 



CONDOMS
can prevent sexually transmitted infections

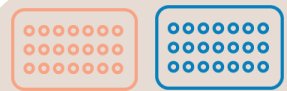
 before sex 





SPERMICIDE
comes in a cream, gel, foam, film, sponge, or suppository


 before sex 

PRESCRIPTION TO START, STOP ON YOUR OWN






PILLS
COMBINATION OR PROGESTIN ONLY
comes in a variety of brands and formulations

 daily 





DIAPHRAGM OR CERVICAL CAP
use with spermicide

 before sex 



PATCH
may be less effective for those with a BMI <30

 weekly 



VAGINAL RING
can be removed or kept in during sex


 monthly 





PHEXXI® VAGINAL GEL
may act as a lubricant to help with dryness

 before sex 


VISIT TO START, STOP ON YOUR OWN





SHOT
may have a delayed return to fertility


 every 12-14 weeks 

IN-PERSON VISIT TO START AND STOP






IMPLANT
size of a matchstick placed in arm

 every 3 years 





HORMONAL IUD
different brands last different amounts of time

 3-8 years depends on brand 




NON-HORMONAL IUD
longest lasting IUD, also known as copper IUD

 10 years 

PERMANENT



STERILIZATION
females and males can be sterilized

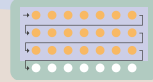
 once 

BIRTH CONTROL GUIDE



PLAN AHEAD
Fertility awareness
Pulling out

TAKEN BY MOUTH
Combined pills
Progestin-only pills



INNER ARM
Implant
Inserted by
medical provider

OUTER ARM
or abdomen, thigh,
buttock
Shot

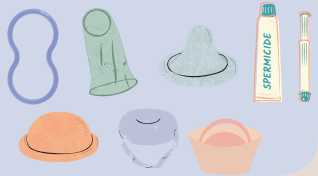
Administered by provider
or self

ABDOMEN
or arm, back,
buttock
Patch

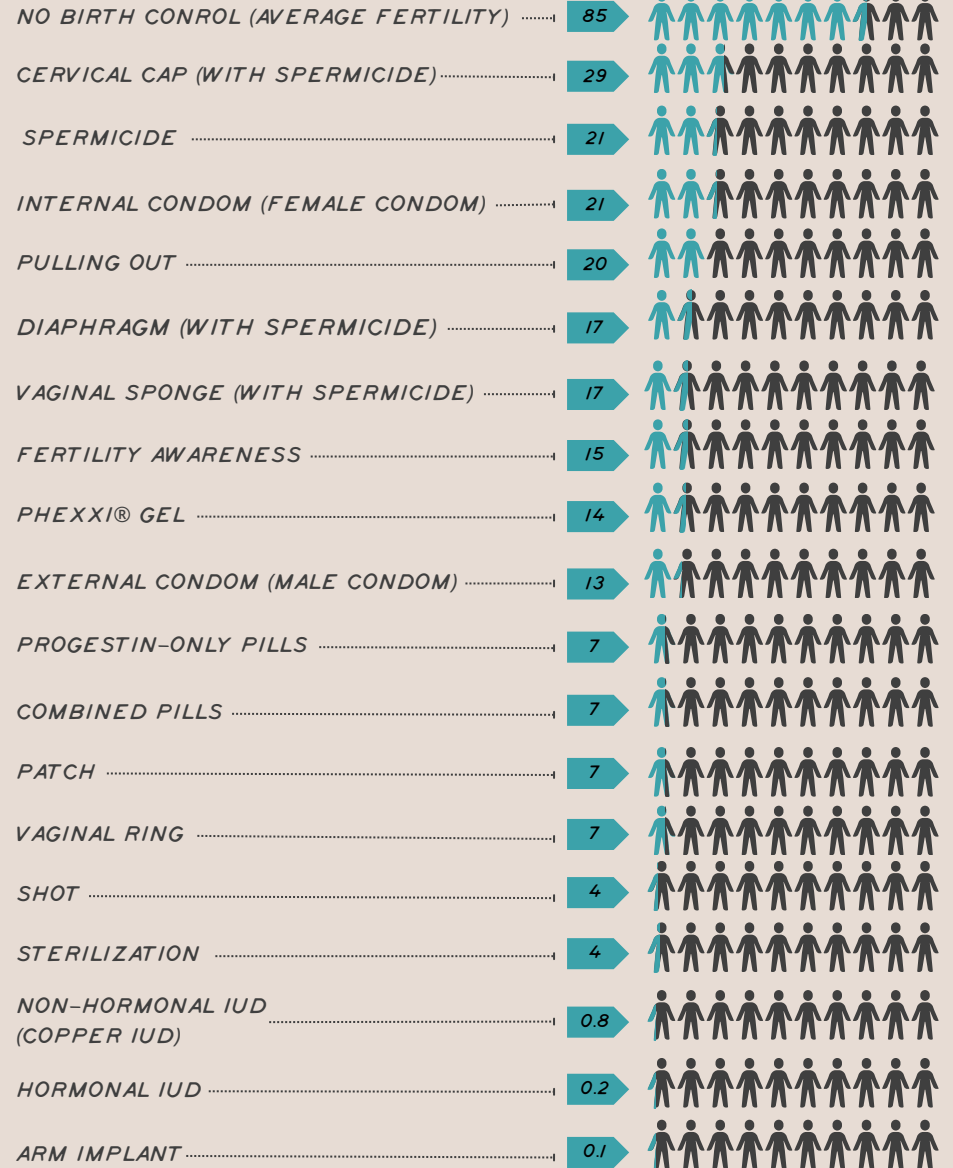
FALLOPIAN TUBES
Sterilization
Not reversible

UTERUS
Hormonal IUD
Non-hormonal IUD
(copper IUD)
Inserted by
medical provider

VAGINA
Condoms/Ring/
Cervical Cap/Diaphragm/
Sponge/Phexxi®/Spermicide



ON AVERAGE* OUT OF 100 PEOPLE THIS MANY WILL GET PREGNANT IN A YEAR WHILE USING THIS METHOD




If method privacy matters to you, tell your provider, and consider how you get the method, how you store it, and how and when you use it.

*some methods are harder to use than others, 'average' or 'typical use' pregnancy rates consider the chance of user error.





Information Source: Partners in Contraceptive Choice and Knowledge

GUIA DE METODOS ANTICONCEPTIVOS

GUIA

-  hormona progestina
-  hormonas progestina y estrógeno
-  no hormonas
-  con qué frecuencia usar/tomar/cambiar

POSIBLES CAMBIOS MENSTRUALES

-  períodos más abundantes
-  períodos más ligeros y regulares
-  períodos más ligeros, poco frecuentes o no períodos
-  sin cambios de sangrado

EMPEZAR Y PARAR POR TU CUENTA



EXTRACCION
requiere control de pareja

 durante el sexo 





CONCIENCIA DE FERTILIDAD
cuando sea fértil, use otro método anticonceptivo

 a diario 



CONDONES
puede prevenir infecciones de transmisión sexual

 antes del sexo 



ESPERMICIDA
viene en crema, gel, espuma, película, esponja o supositorio

 antes del sexo 

PRESCRIPCION PARA EMPEZAR, PARAR POR TU CUENTA



PASTILLAS
COMBINACION O SOLO PROGESTINA

Viene en una variedad de marcas y formulaciones.

 a diario 



DIAFRAGMA O CAPUCHON CERVICAL
usar con espermicida

 antes del sexo 



PARCHE
puede ser menos efectivo para aquellos con un IMC <30

 semanalmente 



ANILLO VAGINAL
se puede quitar o mantener durante las relaciones sexuales


 mensual 





GEL VAGINAL PHEXXI®
puede actuar como lubricante para ayudar con la sequedad

 antes del sexo 

VISITA PARA EMPEZAR, PARAR POR TU CUENTA



INYECCION
puede tener un retraso en el retorno a la fertilidad

 cada 12-14 semanas 



IMPLANTE
tamaño de una cerilla colocada en el brazo

 cada 3 años 



DIU HORMONAL
diferentes marcas duran diferentes cantidades de tiempo

 3-8 años depende de la marca 



DIU NO HORMONAL
DIU de mayor duración, también conocido como DIU de cobre

 10 años 

PERMANENTE



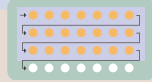
ESTERILIZACION
Las mujeres y los hombres se pueden esterilizar.

 una vez 

GUIA DE METODOS ANTICONCEPTIVOS



TOMADO POR BOCA
Pastillas combinadas
Pastillas de progestina sola



PLANIFICAR CON ANTICIPACION
Conciencia de fertilidad
Retirarse

BRAZO INTERNO
Implante

Insertado por proveedor médico

BRAZO EXTERIOR
o abdomen, muslo, nalga

Inyeccion

Administrado por el proveedor o por uno mismo

ABDOMEN

o brazo, espalda, nalga

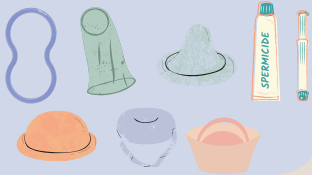
Parche

TROMPAS DE FALOPIO

Esterilización No reversible

VAGINA

Condomes/Anillo/
Capuchón cervical/diafragma/esponja/
Phexxi®/espermicida



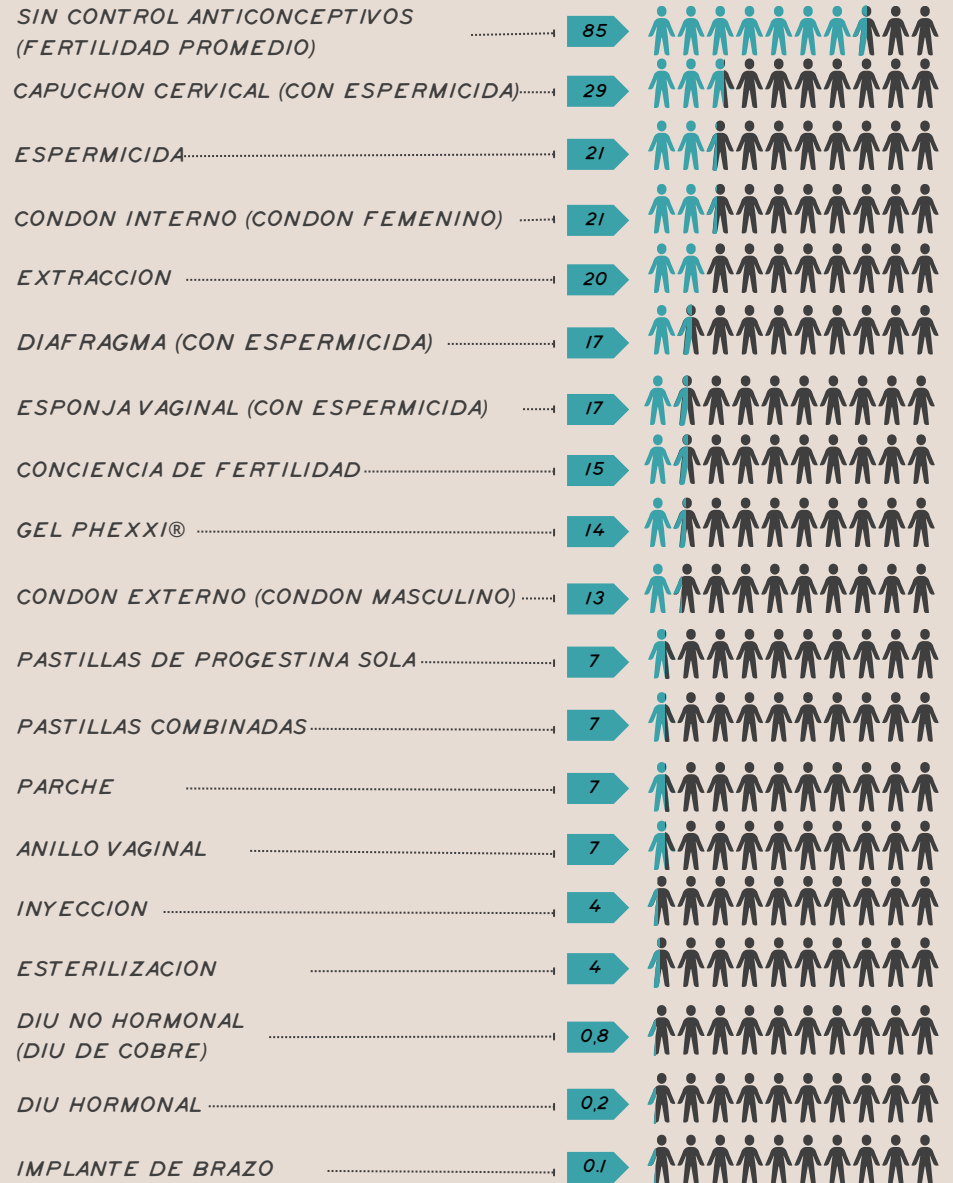
UTERO

DIU hormonal DIU no hormonal (DIU de cobre)

Insertado por proveedor médico

Si la privacidad del método es importante para usted, infórmeselo a su proveedor y considere cómo obtiene el método, cómo lo almacena y cómo y cuándo lo usa.

EN PROMEDIO*, DE CADA 100 PERSONAS, ESTA CANTIDAD QUEDARA EMBARAZADA EN UN AÑO USANDO ESTE METODO.



*algunos métodos son más difíciles de usar que otros, las tasas de embarazo "promedio" o "uso típico" consideran la posibilidad de error del usuario.

Fuente de información: Socios en la elección y el conocimiento de anticonceptivos