

# Tiempo de usar la anticoncepción

## Elegir el mejor método anticonceptivo depende de vos:

- // Infórmate de fuentes seguras acerca de **cuáles son los métodos anticonceptivos** disponibles en el mercado
- // **Consulta con un profesional** de la salud y aclara todas la dudas que puedas tener
- // Junto a tu médico **elige cual es el método ideal para vos**, que se adapte a tus necesidades y estilo de vida.

## Disfruta del sexo sin miedo al embarazo

### Recuerda también que:

- // Algunos métodos anticonceptivos tienen **beneficios adicionales**
- // Solo el **preservativo** protege de las infecciones de transmisión sexual
- // Es importante que también **hables con tu pareja** sobre la anticoncepción para que juntos tomen la mejor decisión.

# Tu tiempo para...

Estudiar

Trabajar

Divertirte

Compartir

Disfrutar tu vida

Vivir el sexo sanamente

Si quieres mas información  
consulta con un profesional médico  
y entrá en:

[www.yoplaneomifuturo.com.uy](http://www.yoplaneomifuturo.com.uy)



Tiempo  
de Aprender y

Tener una  
vida mejor



# Tiempo de conocer tu cuerpo

## Sabias que:

- // **Podes quedar embarazada** a partir de tu primera menstruación
- // Y que el embarazo en la adolescencia tiene **más riesgos sociales, físicos y emocionales.**
- // **Existen muchos métodos anticonceptivos** y seguramente alguno puede adaptarse a tu necesidad y estilo de vida.
- // Es importante que **hables con tu médico** para que junto a él elijas lo que es mejor para vos.



# Tiempo de conocer tus derechos sexuales y reproductivos

## Tenes derecho a:

- // **Recibir educación sexual completa**
- // **Recibir asesoramiento en anticoncepción** sin necesidad de estar acompañada por un adulto
- // **Vivir sin violencia**
- // **Elegir cuando embarazarte**
- // A la **privacidad**

# Tiempo para prepararte para la primera relación sexual

## Es importante que consideres lo siguiente:

- // Para prevenir infecciones de transmisión sexual **usá preservativo y cualquier otro método anticonceptivo** que vos elijas. (siempre es mejor la doble protección)
- // Y lo más importante

*La responsabilidad y el respeto debe ser*

**compartida  
con tu pareja.**