

CARTILLA PLANIFICACIÓN FAMILIAR

Prevención Enfermedades de Trasmisión Sexual

¿QUE ES UNA ETS.?



Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son infecciones que transmiten de una persona a otra a través del contacto sexual. Las causas de las ETS son las bacterias, parásitos, hongos y virus.

- ✓ La única manera **100%** garantizada de evitar una ETS es evitar toda clase de contacto sexual. Pero si tienes sexo, practicar **SEXO SEGURO** reduce las probabilidades de contagio.



¿COMO PREVENIR UNA ENFERMEDAD DE TRANSMISIÓN SEXUAL?



- ✓ Conozca a sus parejas sexuales y limite el número de ellas.
- ✓ Use correctamente el preservativo o condón (masculino o femenino).
- ✓ Evite conductas sexuales de riesgo.
- ✓ Vacúnese oportunamente (contra hepatitis B y VPH)
- ✓ Establezca comunicación asertiva con su pareja para tener sexo seguro.



"Sabías que..."

"Existen más de 30 microorganismos como bacterias, virus y parásitos que pueden causar infecciones de transmisión sexual (ITS), estas se propagan principalmente durante un contacto sexual (a través de sexo vaginal, sexo anal y sexo oral). Algunas de ellas también se pueden transmitir de la madre al hijo durante el embarazo o durante el parto o por otras vías menos frecuentes como transfusiones de sangre o trasplantes de órganos." **OMS**

Planificación Familiar

Los métodos anticonceptivos son elementos, productos o procedimientos que pueden ser usados por hombres y mujeres para impedir o reducir la posibilidad de embarazo.

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS



Los métodos anticonceptivos permiten disfrutar de las relaciones sexuales de una manera más segura y responsable.



"Las personas tienen derecho a recibir asesoría en anticoncepción, elegir y obtener su método anticonceptivo en los servicios de salud. Las instituciones administradoras y prestadoras de servicios de salud deberán garantizar el derecho a la anticoncepción sin barreras, **Gratis** y con calidad." **Minsalud.**

CARTILLA PLANIFICACIÓN FAMILIAR

Detección Temprana Cáncer de Cérvix

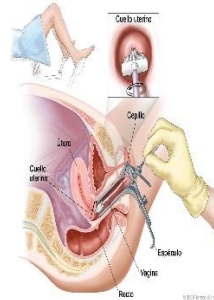
¿Qué es?

Es el cáncer que comienza en el cuello uterino, la parte inferior del útero (matriz) que desemboca en la parte superior de la vagina. Es el tercer tipo de cáncer más común en las mujeres.

¿Cómo detectarlo A TIEMPO?



Hacerse citologías vaginales con la frecuencia que el médico le recomienda. Las citologías vaginales pueden ayudar a detectar cambios precoces, los cuales pueden tratarse antes de que se conviertan en cáncer cervical.



Detección Temprana Cáncer de Mama

¿Qué es?

El cáncer de seno (o cáncer de mama) se origina cuando las células en el seno comienzan a crecer en forma descontrolada. Estas células normalmente forman un tumor que a menudo se puede observar en una radiografía o se puede palpar como una protuberancia (masa o bulto).

¿Cómo detectarlo A TIEMPO?



- Realízate el autoexamen de mama una vez al mes.
- Asiste a control médico para realización de examen clínico de las mamas.
- Realízate mamografía periódicamente si eres mayor de 50 años de edad.



Derechos Sexuales y Reproductivos

Derechos Sexuales

Derecho a fortalecer la autonomía y la Autoestima en el ejercicio de la sexualidad.

Derecho a explorar y a disfrutar de una Vida sexual placentera.

Derecho a elegir las parejas sexuales.

Derecho a vivir la sexualidad sin ningún Tipo de violencia.

Derecho a tener relaciones sexuales Consensuadas.

Derecho a decidir libre y autónomamente cuándo y con quién se inicia la vida sexual.

Derecho a decidir sobre la unión con otras personas.

Derecho a vivir y expresar libremente la Orientación sexual e identidad de género.

Derecho a la protección y prevención de infecciones de transmisión sexual o Embarazos no deseados.

Derecho a recibir información y al acceso a servicios de salud de calidad sobre todas las dimensiones de la sexualidad, sin ningún tipo de discriminación.

Derechos Reproductivos

Derecho a tomar decisiones sobre la reproducción sin sufrir discriminación, Coerción, ni violencia.

Derecho a decidir libremente si se desea o no tener hijas o hijos.

Derecho a decidir sobre el número de hijas o hijos que se desean y el espacio de tiempo entre un embarazo y otro.

Derecho a decidir sobre el tipo de familia que se quiere formar.

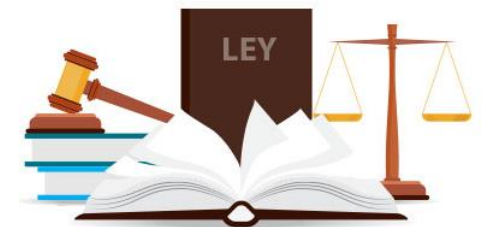
Derecho a ejercer la maternidad con un trato equitativo en la familia, espacios de educación y trabajo.

Derecho a una educación integral para la sexualidad a lo largo de la vida.

Derecho a acceder a métodos de anticoncepción modernos, incluida la anticoncepción de emergencia.

Derecho al acceso a los servicios integrales de salud y atención médica para garantizar la maternidad segura.

Derecho a acceder a los beneficios de los avances científicos en la salud sexual y reproductiva.



CARTILLA PLANIFICACIÓN FAMILIAR

Prevención del Maltrato Intrafamiliar

VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

Es la acción u omisión que un integrante de una familia ejerce contra otro integrante y le produce un daño físico o psíquico.

CICLO DEL MALTRATO INTRAFAMILIAR

Fase I: "De acumulación de tensión"

Aquí se dan pequeños episodios que llevan a roces permanentes entre los miembros de la familia.



Fase II: "Del Golpe"

Aquí ya existe maltrato físico evidente.



Fase III: "De idealización o luna de miel"

Aquí ya existe arrepentimiento del agresor y se reconcilian.



¿Cómo prevenir el maltrato



- ♥ Infórmate del tema: Al principio puede parecerse inútil, pero te sorprenderías de la cantidad de personas que desconocen aspectos cruciales sobre la violencia familiar.
- ♥ Genera y fomenta un ámbito de respeto
- ♥ No consientas la violencia física
- ♥ Plantea claramente tus posiciones
- ♥ Construye un proyecto de dos personas (incluir a tu pareja en tus proyectos)
- ♥ Fomenta el respeto mutuo y la igualdad en el hogar.
- ♥ Fundamenta tu hogar sobre la confianza, el apoyo y el afecto
- ♥ En caso de presentarse algún signo de violencia en tu familia, no lo dejes progresar.



**CARTILLA PLANIFICACIÓN FAMILIAR
QUIMIOSALUD SAS.
AGENCIA CARTAGENA**