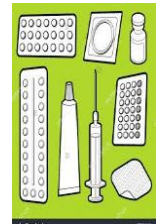


## Consejos

### Que es la planificación familiar?

- 1** La planificación familiar ayuda a controlar el número de hijos que su familia tendrá.
- 2** Servicios de planificación familiar incluyen: consejos y educación sobre cómo evitar un embarazo o cómo tener un embarazo saludable, prescripción o referencia para todos los métodos anticonceptivos disponibles, y algunas veces incluye exámenes de detección como pruebas de Papanicolau y las pruebas para las infecciones de transmisión sexual.



---

### ¿Por qué es importante?



**1**

Es importante para la salud de la madre y su familia. La capacidad de una mujer a elegir si y cuando ella se queda embarazada tiene un impacto directo en su salud y bienestar!

**2**

Los embarazos planificados espaciados dos o más años de diferencia resultan en bebés más sanos y con menos problemas médicos para las mujeres.



## Consejos

### Beneficios de la planificación familiar

1

Muchos métodos anticonceptivos tienen otros beneficios además de la prevención del embarazo. Estos pueden hacer que su período menstrual sea más ligero, más regular y más fácil de manejar!



© Can Stock Photo

2

Muchos embarazos no planificados son el resultado del uso de métodos anticonceptivos de forma incorrecta (como la falta de una píldora anticonceptiva o la falta de una inyección Depo Provera). Considere métodos "de bajo mantenimiento", como el dispositivo intrauterino (DIU) o el implante anticonceptivo. Ambos son totalmente reversible y requieren una fácil inserción, de una sola vez y pueden durar años sin tener que recordarse de nada!



k30198479 fotosearch.com ©

