

## WEBINAR 19 DE AGOSTO

### ¿Cómo le hago? Conéctate y aprende de sexualidad

Impartido por la Dra. Aremis Villalobos

#### PREGUNTAS

### 1. Resulta increíble que en la actualidad cuando se han promovido de manera frecuente y por diversos medios esto de la educación sexual existan tantas dudas e ideas equivocadas, ¿que estamos haciendo mal?

Pensamos que esfuerzos como el nuestro, al investigar, aprender y difundir información de carácter científico; y esfuerzos como los de ustedes, al acudir y diseminar información sexual de fácil acceso, basada en conocimiento científico comprobable, son acciones importantes que poco a poco van sumando a fortalecer la educación sexual. Nuestra misión en conjunto, nosotros como creadores de contenido y ustedes como consumidores y difusores de la misma, será llegar a más niñas, niños y población adolescente para aclarar todas las dudas relacionadas a la salud sexual, métodos anticonceptivos y embarazo en la adolescencia.

### 2. ¿Es adecuado que los adolescentes y los preadolescentes estén informados bien sobre la sexualidad de manera adecuada brindada por un profesional?

Nuestra respuesta sería un rotundo sí. Creemos firmemente que poner a la disposición de niñas, niños y adolescentes información sobre sexualidad con fundamentos científicos es una manera efectiva de prepararlos para enfrentarse a una sociedad y cultura sexualmente activa y así no solo evitar infecciones de transmisión sexual y embarazos no planeados, pero también a entender, comprender y disfrutar su cuerpo y su sexualidad con conocimiento y responsabilidad.

### 3. ¿A qué edad sería bueno el considerar el uso de un DIU para evitar embarazos?

El DIU, o dispositivo intrauterino, es un método anticonceptivo que se presenta en dos maneras distintas: DIU medicado (con hormonas) y DIU no medicado, siendo el primero el más común en la actualidad. El DIU se coloca dentro del útero de la mujer y evita la implantación. Como con el resto de los métodos anticonceptivos, no existe una edad específica en la cual sea adecuado o no el uso del DIU. Cada mujer, situación personal e interpersonal es única y cada caso deberá ser considerado individualmente al momento de escoger el método más práctico, económico y efectivo. El DIU es recomendable para mujeres que tienen una vida sexual activa, que no desean embarazarse en un futuro cercano y que se protegen con métodos de barrera (condón femenino o masculino), ya que el DIU no protege contra las infecciones de transmisión sexual. Este método, a diferencia de los hormonales en pastillas, es más “cómodo”, ya que no requiere de tomas diarias, semanales o mensuales de pastillas o parches. Algo que debe tomarse en consideración es que el DIU debe retirarse cada cierto tiempo (entre 3 y 7 años, según el modelo) o toda vez que la mujer desee embarazarse.

Recomendamos que toda mujer que desee iniciar o cambiar un método anticonceptivo, lo haga de la mano con su doctora o doctor de confianza, o en los servicios amigables más cercanos a su casa o escuela. Así, podrán estar seguras de contar con la mejor opción para protegerse. Te invitamos a visitar la sección <https://comolehago.org/metodos/> para aprender mucho más sobre los métodos anticonceptivos.

#### **4. ¿Para las personas homosexuales cómo podríamos cuidarnos de manera responsable al tener relaciones y protegernos de ETS?**

No importa si se trata de una relación homosexual o heterosexual, todas y todos debemos cuidarnos en cada contacto sexual. No hay excusa, existen muchas maneras de cuidarte, una cómoda para cada persona y para cada práctica sexual. Ya sea por medio de condones de látex o poliuretano para relaciones anales HSH o MSH, láminas de látex para relaciones orales MSM o MSH y uso de condones femeninos o masculinos para todo tipo de relaciones y prácticas sexuales. Te invitamos a visitar la sección <https://comolehago.org/metodos/> para aprender mucho más sobre los métodos anticonceptivos.

#### **5. ¿Cómo le hago para poder platicar de esto con un familiar el cual no tiene la suficiente**

## **confianza para platicar de eso o que le resulte bastante repugnante tocar ese tema?**

Esta es una pregunta realmente importante. Platicar de sexualidad con tu familia puede ser un poco incómodo o....

Te invitamos a revisar el blog "Consejos para hablar con tu papá o mamá sobre sexo" disponible en <https://comolehago.org/blogs/>

## **6. ¿Qué recomendaciones hay para la sexualidad del joven homosexual?**

No importa si se trata de una relación homosexual o heterosexual, todas y todos debemos cuidarnos en cada contacto sexual. No hay excusa, existen muchas maneras de cuidarte, una cómoda para cada persona y para cada práctica sexual. Ya sea por medio de condones de látex o poliuretano para relaciones anales HSH o MSH, láminas de látex para relaciones orales MSM o MSH y uso de condones femeninos o masculinos para todo tipo de relaciones y prácticas sexuales.

## **7. ¿A partir de qué edad, pueden ingresar a la página?**

En la página no existe una restricción de edad para consultar el contenido e informarte, cualquiera lo puede hacer de manera gratuita. Eso sí, para poder generar tu cuenta de usuario la edad mínima del formulario es de 11 años.

## **8. ¿Cuánta probabilidad hay de que una mujer salga embarazada con el líquido que sale antes del semen?**

El método anticonceptivo conocido como coito interrumpido se trata de evitar la eyaculación dentro de la vagina. Entre las desventajas de este método es importante mencionar la baja tasa de efectividad y el riesgo de exposición a infecciones de transmisión sexual.

Se sabe que el líquido pre seminal (pre eyaculatorio) puede contener espermatozoides y la cantidad varía entre persona y persona. Se calcula que aproximadamente el 27% de las parejas que ocupan el coito interrumpido como método anticonceptivo llegan a desarrollar un embarazo. Con esto, sabemos que el método del coito interrumpido es uno de los menos efectivos. Te invitamos a visitar la sección

<https://comolehago.org/metodos/> para aprender mucho más sobre los distintos métodos anticonceptivos.

9. Para los jóvenes que pretenden tener sexo activo ¿cuáles son las primeras recomendaciones para ellos?

El mejor momento para aprender sobre salud sexual y resolver todas las dudas sobre este tema es antes de iniciar la vida sexual. Al aprender sobre la manera en que las infecciones de transmisión sexual actúan y se propagan, conocer sobre el embarazo y las características de los distintos métodos anticonceptivos. Así, podemos preparar a las y los jóvenes con las herramientas suficientes para poder iniciar su vida sexual con seguridad y conocimiento, cuidándose a ellas, ellos y a los demás.

## 10. ¿El condón masculino y femenino están hechos del mismo material?

Los condones pueden estar fabricados con dos materiales distintos: látex y poliuretano. Los condones masculinos comúnmente son de látex, En caso de alergia a éste material, es posible encontrar condones masculinos fabricados con poliuretano, aunque son más difíciles de conseguir. Por otro lado, los condones femeninos únicamente son producidos con poliuretano. Te invitamos a visitar la sección <https://comolehago.org/metodos/> para aprender mucho más sobre los métodos anticonceptivos.

## 11. ¿El aborto puede ser considerado como una opción?

La interrupción legal del embarazo se puede acceder dependiendo de las distintas causales y el estado en que te encuentres.