

# Anticoncepción y planificación

La planificación familiar es el acto de toda persona de decidir de forma libre y responsable sobre el número de hijos que desea y el momento en el que quiere formar una familia, independientemente de su sexo y preferencia sexual.

Según la Organización Mundial de la Salud, estos datos son importantes respecto a la planificación familiar en el mundo:

- ▶ Algunos métodos de planificación familiar, como los condones, ayudan a prevenir la transmisión del VIH y otras infecciones de transmisión sexual.
- ▶ La planificación familiar y los anticonceptivos reducen la necesidad de recurrir al aborto.
- ▶ La planificación familiar refuerza el derecho de las personas a decidir el número de hijos que desean tener y el intervalo de los embarazos.

Más allá de los factores económicos, demográficos y sociales involucrados en la planificación familiar, es importante tener una educación sexual sin prejuicios. En este sentido, conocer todos y cada uno de los métodos anticonceptivos que puedes utilizar para evitar un embarazo no deseado que frustre la planificación familiar que hayas decidido.

Para lograr la planificación familiar que desees, es muy importante que acudas con tu ginecólogo para que resuelva todas tus dudas y puedan, en conjunto, elegir el mejor método anticonceptivo para ti.

**Consulta siempre a tu médico.**

Esta página no exime por ningún motivo la consulta al médico.  
Este es un servicio cortesía de Grünenthal.



**G NEDUCA**  
Educación en Ginecología

Referencias:

1. Planificación familiar (s.f.). Recuperado el 11 de septiembre de 2015 de <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/planificacion-familiar>
2. Planificación familiar (Mayo, 2015). Recuperado el 11 de septiembre de 2015 de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs351/es/>

Programa de educación  
patrocinado por:

