



GUÍA DE DERECHOS EN SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE IGUALDAD

Instituto de las
MUJERES

Índice

¿Cuáles son mis derechos en salud sexual y reproductiva?	3
Derechos sexuales y reproductivos en el Sistema Nacional de Salud	5
¿Qué debo hacer si necesito asistencia sanitaria?	6
¿Qué métodos anticonceptivos puedo adquirir y dónde?	8
¿Cómo puedo abortar?	13
¿Cuándo puedo abortar?	14
¿Dónde acudo si decido interrumpir mi embarazo?	16
Recomendaciones sobre salud sexual y reproductiva	18



¿Cuáles son mis derechos en salud sexual y reproductiva?

La sexualidad es un aspecto central del ser humano presente a lo largo de su vida y abarca el sexo, las identidades, los papeles del género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. La sexualidad es un aspecto fundamental para la salud y el bienestar general de las personas.

Los derechos sexuales y reproductivos están integrados en los derechos humanos universales, pero no en todos los países se reconocen de la misma manera. Por ello,

¡Queremos ayudarte a conocerlos!



De esta manera, el presente folleto pretende ser una **guía básica en salud sexual y reproductiva**:

- ▶ **Fomentando un enfoque positivo** y respetuoso de la sexualidad y las relaciones sexuales.
- ▶ **Fomentando un enfoque positivo** de las experiencias sexuales, sin coerción, discriminación ni violencia.
- ▶ **Previendo problemas de salud sexual**, como las infecciones de transmisión sexual y del aparato reproductor, los embarazos no deseados, la disfunción sexual, y distintas formas de violencias sexuales.

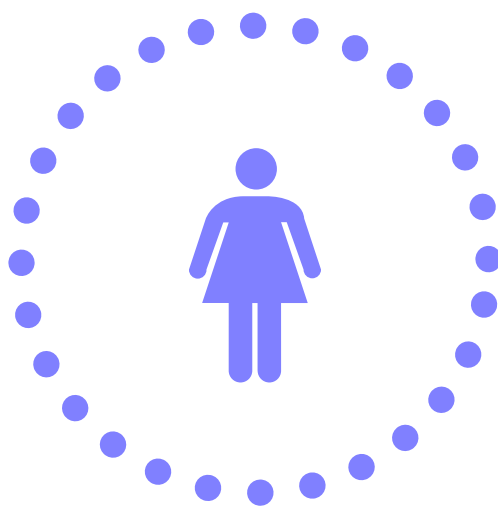
**¡Y recuerda,
si no es tu placer,
no es tu sexualidad!**



Derechos sexuales y reproductivos en el Sistema Nacional de Salud

En el contexto español el Acceso Universal al Sistema Nacional de Salud está reconocido por el Real Decreto Ley 7/2018, de 27 de julio.

En dicho marco, el acceso universal a la atención en salud sexual y reproductiva forma parte de la actual cartera común de servicios recogida en el Real Decreto 1030/2006 de 15 de septiembre, por el que se establece dicha cartera común y el procedimiento para su actualización, garantizando el acceso universal en todos los aspectos de la planificación familiar, incluida la Interrupción Voluntaria del Embarazo (en adelante IVE), para la atención al embarazo, el parto y el puerperio.





¿Qué debo hacer si necesito asistencia sanitaria?

- 1** Acredita en el centro de salud que te hayan asignado o en las unidades que habiliten las CCAA la resolución de la solicitud de protección temporal o internacional¹. Deberás presentar ese resguardo o la resolución en los centros de salud que te registrarán en la base de datos y expedirán el correspondiente documento certificativo o tarjeta.
- 2** Solicita cita en el centro de salud que te hayan asignado².
- 3** Acude a tu cita con Atención Primaria donde la médica de familia junto al resto del equipo te indicará el procedimiento a seguir según tu situación y necesidad:
 - ▶ Utilización de métodos anticonceptivos
 - ▶ Cómo continuar con prescripción médica que se tuviese en Ucrania

1 Tanto la concesión de la solicitud de protección temporal como la internacional reconocen el derecho a la asistencia sanitaria en el sistema público de salud.

2 La solicitud de cita previa podrá iniciarla la persona solicitante para sí misma y para sus hijas o mujeres familiares.

- ▶ Orientación en cuanto a embarazos y su seguimiento
- ▶ Orientación para acceso a la IVE
- ▶ Orientación sobre prevención de ETS
- ▶ Cuidados en la menopausia
- ▶ Centros sanitarios disponibles

4 Información sobre el proceso a seguir:

- ▶ Acreditar solicitud de protección temporal o internacional
- ▶ Expedición de documento certificativo/tarjeta
- ▶ Solicitud de cita previa en el centro asignado
- ▶ Cita con Atención Primaria



¿Qué métodos anticonceptivos puedo adquirir y dónde?

Existen una gran variedad de métodos anticonceptivos, aunque no todos tienen la misma eficacia. Cada persona debe decidir en las distintas etapas de su vida fértil cual es el anticonceptivo más adecuado, o que prefiere dependiendo de su situación, su estado de salud, sus gustos sexuales, etc.

La mayor parte de los anticonceptivos que se utilizan pueden ser adquiridos en farmacias y, en algunos casos, como los preservativos, se adquieren en un gran número de establecimientos.

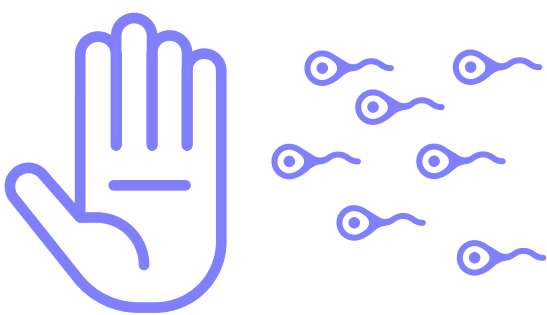
Es posible también utilizar métodos de anticoncepción de urgencia o píldora “del día después” o postcoital. Su efectividad está entre las 72 horas y las 120 horas siguientes a haber mantenido relaciones sexuales sin protección, o haberse producido un fallo en el anticonceptivo utilizado. Se provoca un cambio hormonal que ocasiona una hemorragia, impidiendo la implantación del óvulo. Las farmacias españolas venden la pastilla sin prescripción médica y, dependiendo de cada autonomía, se puede adquirir gratuitamente también en centros de salud, centros de planificación familiar y servicios de urgencias.



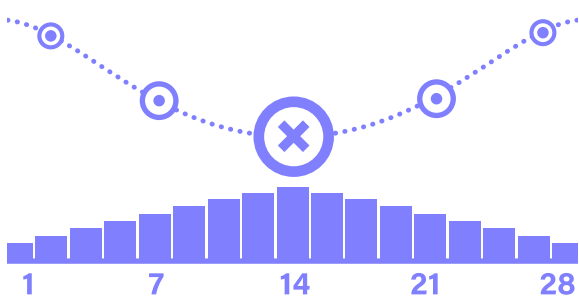
La Ley 1/2023, de 28 de febrero plantea en su art. 24. 1.2.3. la **financiación pública de los anticonceptivos** hormonales, los anticonceptivos barrera y los anticonceptivos de urgencia.

Listado de métodos anticonceptivos:

Es importante recibir un buen asesoramiento anticonceptivo previo a la elección del método. Empecemos a conocer los diferentes métodos anticonceptivos con una primera clasificación, para luego ver algunos de ellos con más detalle:



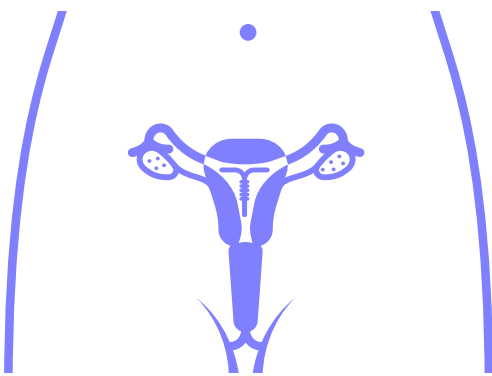
Métodos anticonceptivos de BARRERA. Se llaman así porque se interponen entre el óvulo y el espermatozoide, impidiendo la fecundación: preservativo masculino y femenino, diafragma, capuchón cervical y espermicida.



Métodos anticonceptivos HORMONALES. Modifican el nivel hormonal de las mujeres impidiendo la ovulación. Son eficaces para evitar un embarazo si se toman de



forma correcta, pero no ofrecen protección frente a las Infecciones de transmisión sexual (ITS). Según la vía de administración de la dosis hormonal tenemos: **píldoras diarias** y de **urgencia** (vía oral), **anillo** (vía vaginal), **parche** (vía transdérmica), **inyección** (método inyectable) e **implante** (método intradérmico).



Métodos anticonceptivos intrauterinos. D.I.U. (Dispositivo Intrauterino). Como su propio nombre indica se coloca en el interior del útero por profesionales de la salud e impide la anidación del óvulo fecundado. No protege de las ITS.






Métodos anticonceptivos QUIRÚRGICOS. Consisten en cerrar el lugar de paso de los óvulos (ligadura de trompas en las mujeres) o de los espermatozoides (vasectomía en los hombres), con lo que se evita que se produzca un embarazo. Implican una intervención más o menos invasiva en los genitales internos y requieren de personal sanitario. Son métodos permanentes y no protegen de las Infecciones de transmisión sexual, ni frente al VIH/SIDA.






Algunos en detalle:




Preservativo masculino

-  **Evita** las infecciones de transmisión sexual
-  **No requiere** receta
-  **No regula** el ciclo menstrual




Preservativo femenino

-  **Evita** las infecciones de transmisión sexual
-  **No requiere** receta
-  **No regula** el ciclo menstrual

Píldora diaria

-  **No evita** las infecciones de transmisión sexual
-  **Requiere** receta
-  **Regula** el ciclo menstrual

Parche anticonceptivo

-  **No evita** las infecciones de transmisión sexual
-  **Requiere** receta
-  **Regula** el ciclo menstrual



Anillo vaginal



No evita las infecciones de transmisión sexual



Requiere receta



Regula el ciclo menstrual

Inyectable



No evita las infecciones de transmisión sexual



Requiere receta



No regula el ciclo menstrual

Implante



No evita las infecciones de transmisión sexual



Requiere receta



No regula el ciclo menstrual

DIU



No evita las infecciones de transmisión sexual



Requiere receta



Regula el ciclo menstrual

Píldora anticonceptiva de urgencia (PAU)

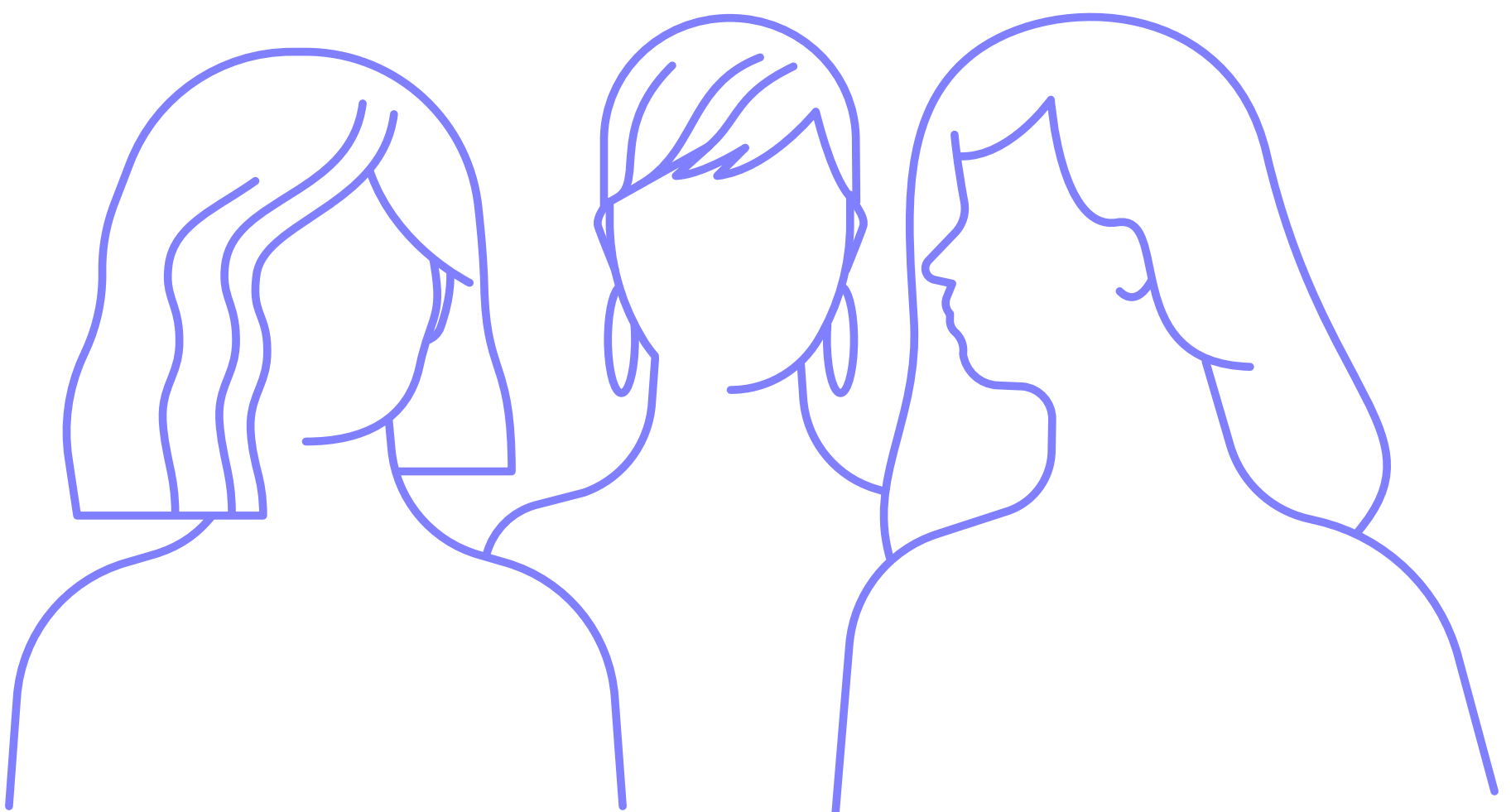


No evita las infecciones de transmisión sexual

No requiere receta

¿Cómo puedo abortar?

Es tu derecho, y así se recoge como principio rector en el art. 3 de la Ley Orgánica 1/2023, de 28 de febrero por la que se modifica la Ley orgánica 2/2010, de 3 de marzo, de salud sexual y reproductiva y de la interrupción voluntaria del embarazo. De acuerdo con ella, que “El deber del Estado de garantizar que la interrupción voluntaria del embarazo se realiza respetando el bienestar físico y psicológico de las mujeres”. Así mismo, se explicita en el art. 7 bis de la misma ley que los servicios públicos garantizarán “La provisión de servicios de la más alta calidad posible durante el embarazo, la interrupción del embarazo, el parto y el puerperio”.





¿Cuándo puedo abortar?

La Ley Orgánica 1/2023, de 28 de febrero por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2010, de 3 marzo, de salud sexual y reproductiva y de la interrupción voluntaria del embarazo, establece que las mujeres podrán interrumpir su embarazo en:



Por decisión de la mujer:

Podrá interrumpirse el embarazo dentro de las primeras **catorce semanas de gestación** a petición de la mujer embarazada.





Por causas médicas:

- **Hasta las 22 semanas** de gestación cuando exista un grave riesgo para la vida o salud de la embarazada o riesgo de graves anomalías en el feto.
- **Por encima de las 22 semanas** de gestación, sólo cuando se detecten anomalías fetales incompatibles con la vida o una enfermedad extremadamente grave e incurable en el feto y esto se confirme por un comité clínico.



¿Dónde acudo si decido interrumpir mi embarazo?

Si has decidido abortar, puedes acudir a los siguientes lugares:



- 📍 Centros de Salud de Primaria
 - 📍 Centros de Salud Sexual y Reproductiva
 - 📍 Centros de orientación o planificación Familiar de Primaria
 - 📍 Centros Hospitalarios
 - 📍 Clínicas Acreditadas y Especializadas para la IVE
 - 📍 Oficinas o Áreas de Salud Pública
-



¿Y si tengo menos de 18 años y quiero abortar?

La Ley Orgánica 1/2023, de 28 de febrero reconoce a las **menores de 16 y 17 años su capacidad para decidir libremente sobre su maternidad**, sin la exigencia de consentimiento paterno o materno.

Listado de centros para atención en caso de IVE

En esta circunstancia, la Ley Orgánica 1/2023 garantizará el acceso a la prestación en su art. 18 “Las usuarias del Sistema Nacional de Salud tendrán acceso a la interrupción voluntaria del embarazo en condiciones de igualdad efectiva. Las administraciones sanitarias que no puedan ofrecer dicho procedimiento en su ámbito geográfico remitirán a las usuarias al centro o servicio autorizado para este procedimiento, en las mejores condiciones de proximidad de su domicilio, **garantizando la accesibilidad y calidad de la intervención y la seguridad de las usuarias**”.



Recomendaciones sobre salud sexual y reproductiva

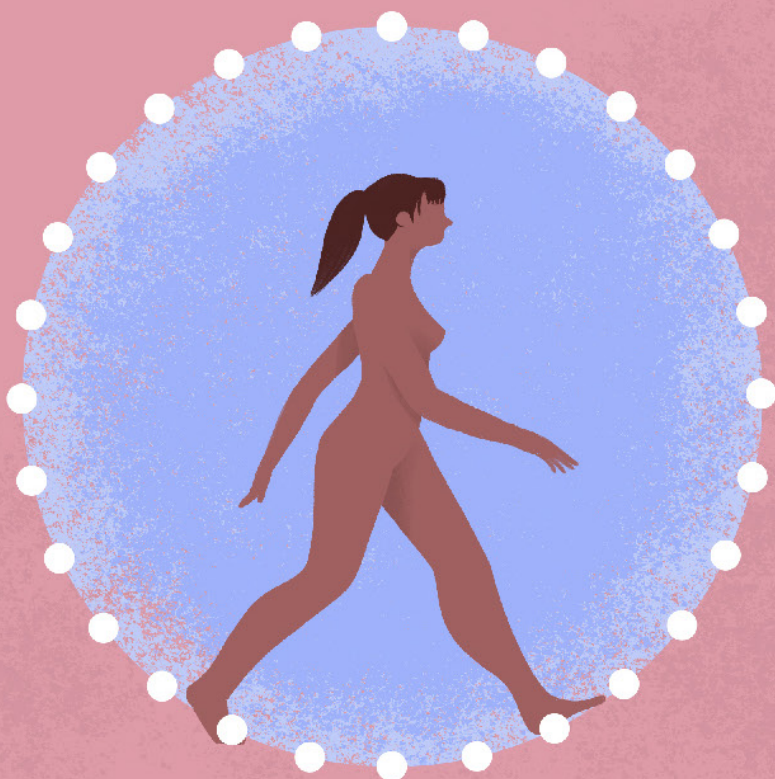
- **No existe un método anticonceptivo ideal** para todas nosotras. Debemos escoger el que más se ajuste a nuestras necesidades, condiciones y prioridades.
- **La importancia de acudir a nuestro Centro de Salud** o Centro de Planificación Familiar para que nos informen de los métodos y nos indiquen si el que nosotras preferimos es el más adecuado.
- **Solicitar toda la información** que precisemos sobre centros específicos para adolescentes.
- **El preservativo (masculino y femenino) es el único método que evita** al mismo tiempo los embarazos no deseados y las infecciones de transmisión sexual como el VIH/SIDA.
- **Es recomendable la doble protección en relaciones heterosexuales**, que consiste en el uso simultáneo de un método anticonceptivo de alta eficacia



y el preservativo (masculino o femenino). Con ello conseguimos la prevención de un embarazo no deseado y una elevada protección frente a las infecciones de transmisión sexual, incluido el VIH/SIDA.

- **No olvidar que el contacto sexual entre mujeres** también es una posible forma de contraer algunas infecciones de transmisión sexual, entre las que está el VIH/SIDA.
- **Los métodos anticonceptivos regulares son mucho más eficaces** que la píldora del día después para prevenir los embarazos.

La mejor forma de estar sanas es mantener relaciones sexuales seguras



NIPO: 050-23-012-7



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE IGUALDAD

Instituto de las
MUJERES