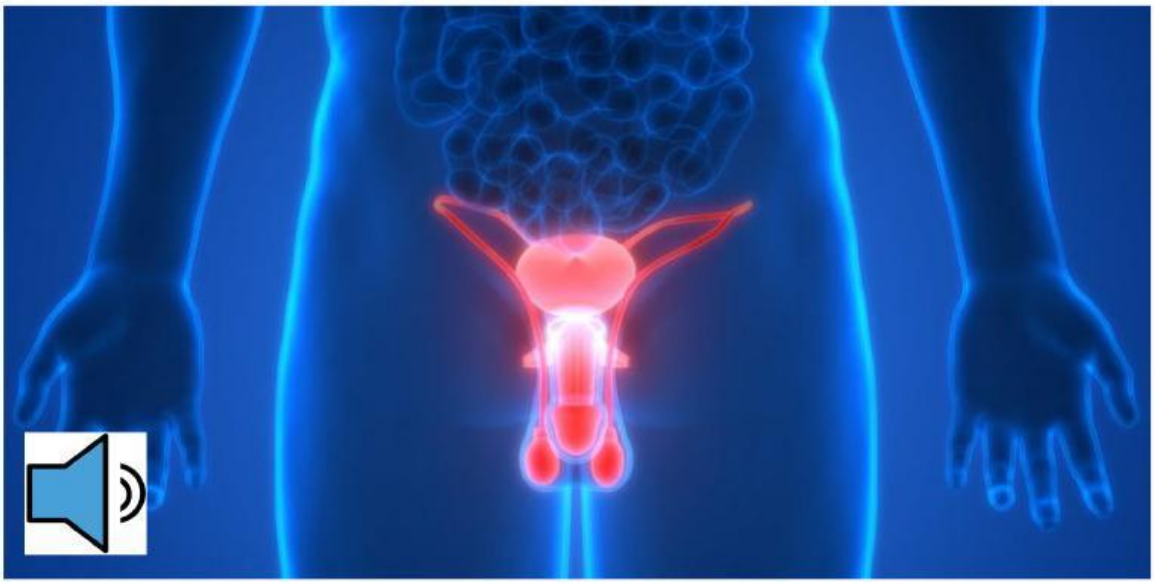
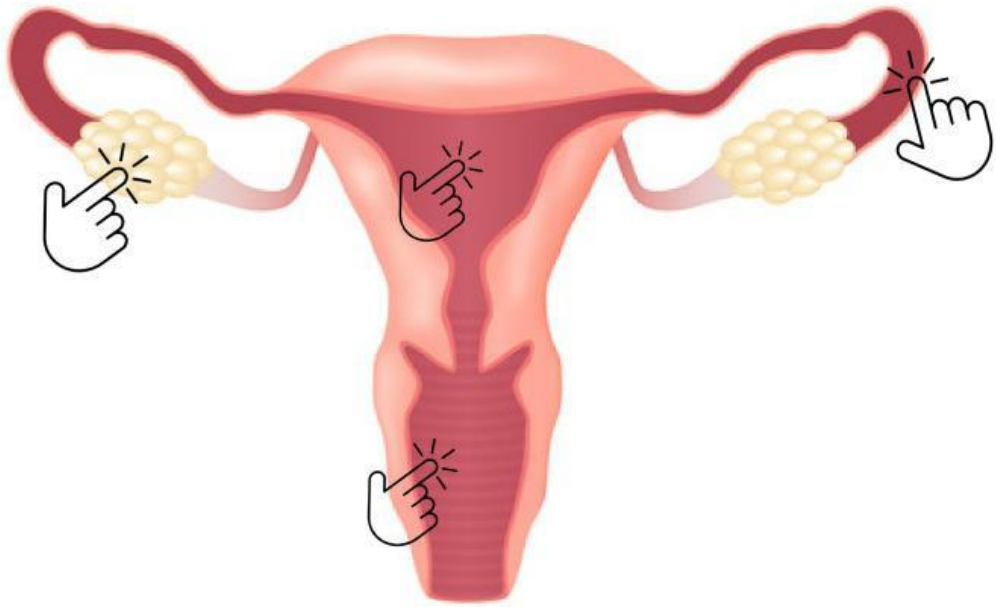
SISTEMA REPRODUCTOR / GENITAL

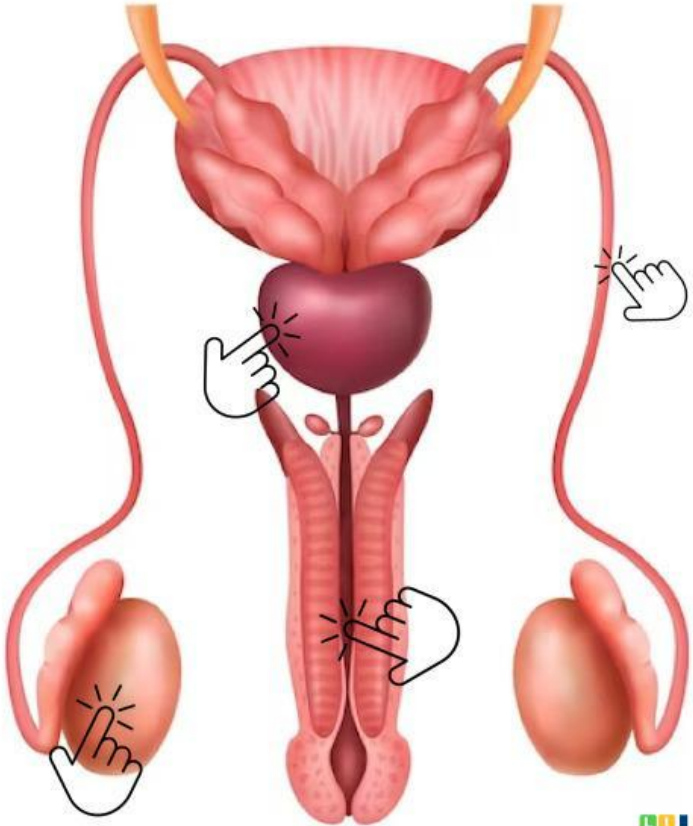


LIVEWORKSHEETS

SISTEMA FEMENINO O DE PERSONAS CON VULVA



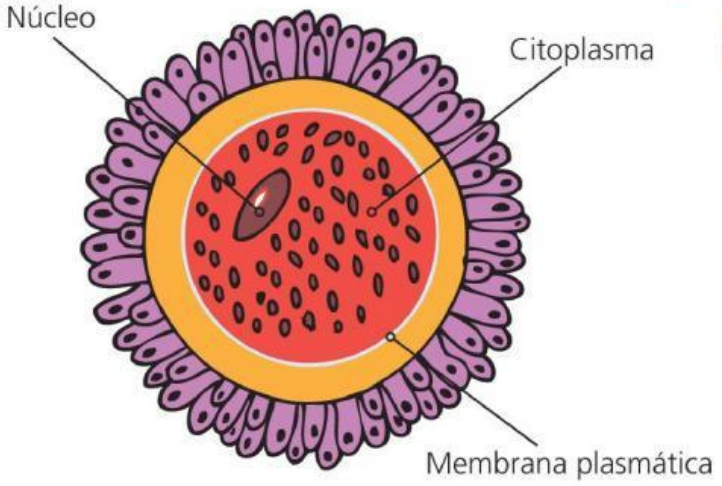
SISTEMA MASCULINO O DE PERSONAS CON PENE



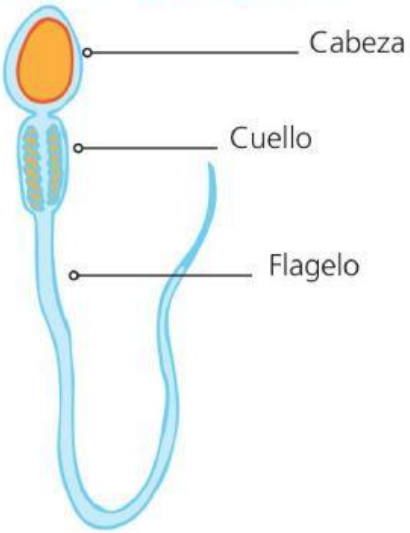
LIVEWORKSHEETS

GAMETOS FEMENINO Y MASCULINO

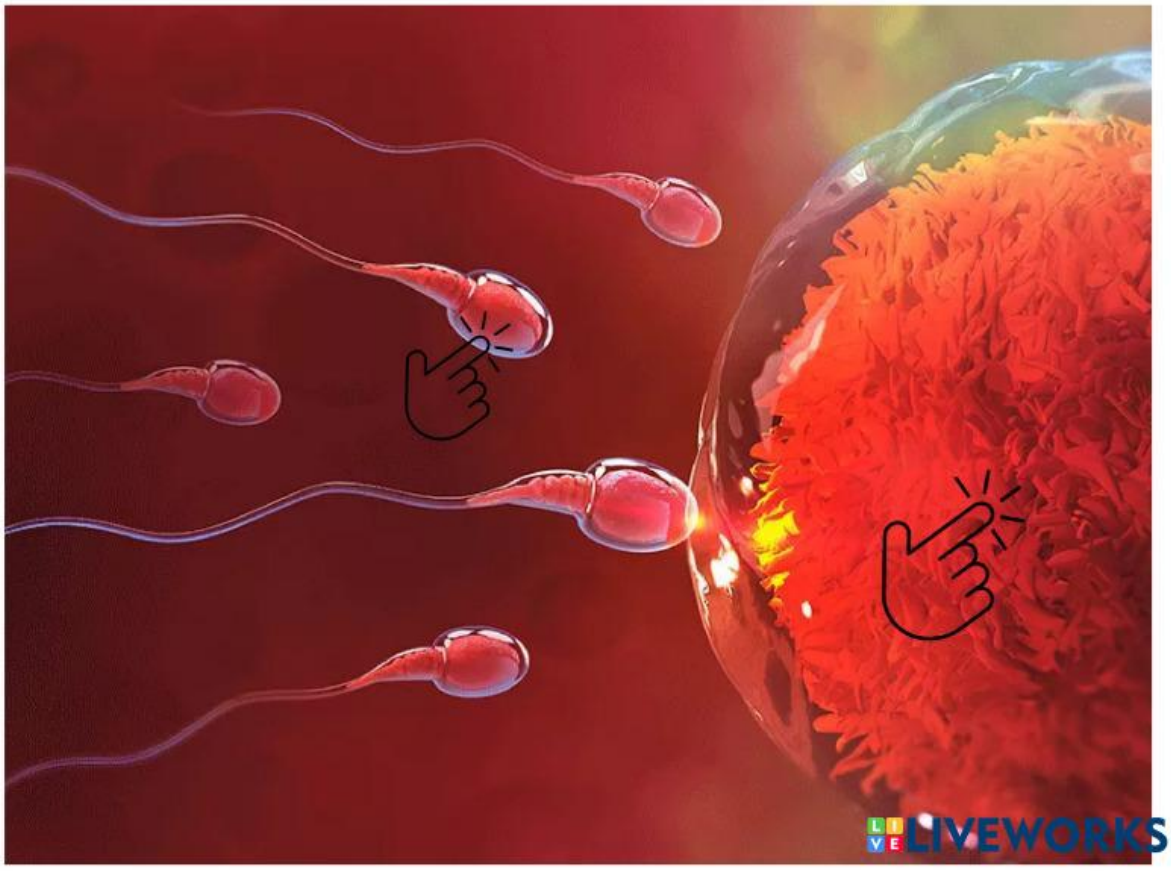
Óvulo



Espermatozoide



FECUNDACIÓN

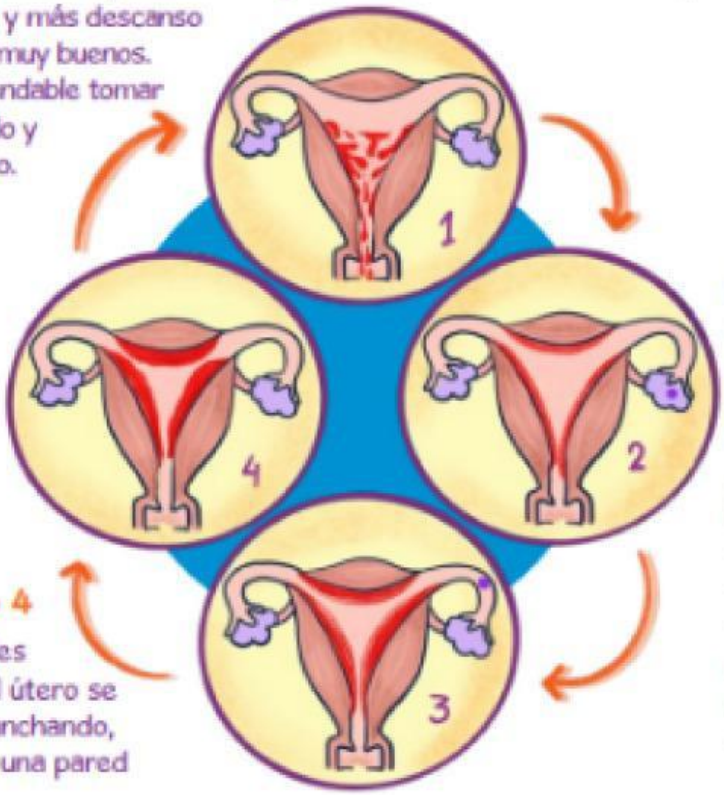


LIVEWORKSHEETS

El ciclo menstrual

Momento 1: menstruación

- Se desprende sangre de las paredes de adentro del útero y sale como menstruación.
- Se pueden usar toallitas higiénicas, tampones, algodón, copa menstrual o toallitas de tela (ecológicas).
- Pueden aparecer algunos dolores y cansancio. En estos momentos, baños tibios y más descanso pueden ser muy buenos.
- Es recomendable tomar mucho líquido y comer liviano.



Momento 2

- Las paredes de adentro del útero quedan delgadas y empiezan a ensancharse muy lentamente.
- Puede haber flujo transparente.
- Suele ser un momento de mucha energía y creatividad.

Momento 3: ovulación

- Se siguen ensanchando las paredes internas del útero.
- De uno de los ovarios sale un óvulo (se explica más en las páginas 24 y 25).
- Sale un flujo transparente y gomoso.

Momento 4

- Las paredes internas del útero se siguen ensanchando, y se forma una pared esponjosa.
- Es un momento en que se suele sentir hinchazón, molestia en los pechos o cansancio físico. Puede ayudar comer liviano y descansar.
- Puede haber flujo transparente.

LIVEWORKSHEETS

EMBARAZO

1°: el óvulo sale del ovario y los espermatozoides entran por la vagina y el útero.

2°: el óvulo y el espermatozoide se juntan en la trompa.

3°: el huevo anida en el útero.

LIVEWORKSHEETS

Para cuidarse en las relaciones sexuales

¿Cómo prevenir un embarazo?

Cuando hablamos de cuidarnos en las relaciones sexuales nos referimos a evitar embarazos no planificados y también infecciones de transmisión sexual (ITS).

Los **métodos anticonceptivos** (MAC) sirven para evitar o reducir la posibilidad de un embarazo en una relación sexual. Algunos métodos actúan como "barrera" para que los espermatozoides no puedan llegar hasta el óvulo. Otros evitan la ovulación (para entender más recordá leer "¿Cómo se produce un embarazo?", pág. 24).

Las personas tienen derecho a recibir información y a elegir el método anticonceptivo según sus preferencias, costumbres y creencias. Para recibir información sobre MAC, se pueden acercar a asesorías o consejerías que funcionan en los centros de salud, o llamar al **0800 222 3444**. La llamada es gratuita y confidencial.

¿Qué MAC existen?

Preservativo
Es el único método que, además de evitar el embarazo, también protege de las infecciones de transmisión sexual.

DIU
Se coloca dentro del útero.
Dura hasta 10 años.

Pastillas
Se toman todos los días.

Inyecciones
Algunas se colocan una vez al mes; otras, cada 3 meses.

Implante
Es una varilla, del tamaño de un fósforo, que se coloca en el antebrazo. Dura 3 años.

Si algo falló...

Pastillas de emergencia
Se usan para reducir las posibilidades de embarazo en los casos en que se tuvo una relación sexual sin protección o en que falló el método usado. Hay que tomarla lo antes

Por Ley N° 25. 673, los MAC son gratuitos en hospitales, centros de salud, obras sociales y prepagas.

LIVEWORKSHEETS