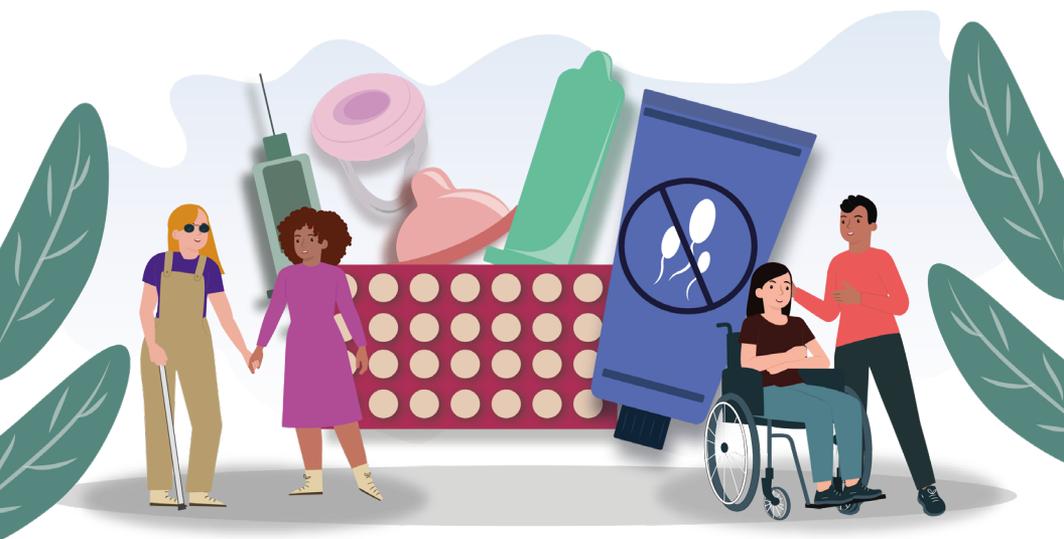




Las personas con discapacidad y los métodos anticonceptivos.

El derecho a decidir.



Índice

PRÓLOGO	4
¿QUÉ SON LOS MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS?	7
MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS PERMANENTES	9
MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS TEMPORALES	12
MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS DE EMERGENCIA	16
CONSENTIMIENTO INFORMADO	19
IGUALDAD Y NO DISCRIMINACIÓN	22
FUENTES DE INFORMACIÓN	25

Coordinación:

Ruth Francisca López Gutiérrez

Directora General del Instituto de las Personas con Discapacidad

Supervisión:

Víctor Manuel Lizama Sierra

Subdirector de Vinculación Interinstitucional

Sistematización:

Cristina Romero Jiménez

Líder Coordinadora de Proyectos Ciudadanos

Diseño Gráfico y Editorial:

Alma Yuliana Abundiz Pérez

Responsable de la edición:

INDISCAPACIDAD

PRÓLOGO

El Instituto de las Personas con Discapacidad de la Ciudad de México, “INDISCAPACIDAD”, tiene como objetivo promover los derechos de las personas con discapacidad en la Ciudad de México. En ese sentido, el instituto ha realizado esfuerzos sostenidos para favorecer la toma de conciencia sobre los derechos sexuales y reproductivos de las personas con discapacidad a través de distintas acciones. La más reciente es el cuadernillo **“Las personas con discapacidad y los métodos anticonceptivos. El derecho a decidir”**, el cual fue diseñado destacando la importancia de la accesibilidad en la información, el trato adecuado y el consentimiento informado. La necesidad de contar con materiales como este, se advierte al reconocer que las personas con discapacidad enfrentamos numerosos desafíos y barreras para acceder al uso de métodos anticonceptivos debido a los sesgos, estigmatización, tabúes y prejuicios que niegan capacidades y autonomía.

Este cuadernillo proporciona una visión general sobre los métodos anticonceptivos y su importancia para las personas con discapacidad, destacando la necesidad de promover la autonomía, la dignidad y el bienestar en la toma de decisiones sobre la salud sexual y reproductiva. Asimismo, expone la diversidad de métodos de anticoncepción disponibles, tanto temporales, definitivos, o de emergencia, que pueden ser empleados

por las personas con discapacidad de acuerdo a sus necesidades y preferencias específicas. Igualmente, se hace mención a los derechos implicados en el uso de estos métodos, así como de los contextos en los que pueda surgir un acto discriminatorio. En este documento se consideran de manera precisa las perspectivas de género y discapacidad en la terminología y encuadre, reconociendo las intersecciones que atraviesan al colectivo de personas con discapacidad en aspectos fundamentales como la identidad sexo-genérica y el ciclo de vida.

El ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos debe ser garantizado para todas las personas, sin excepción. Por ello es crucial que la información sobre la anticoncepción sea accesible y que el uso de los métodos anticonceptivos esté adaptado a las necesidades específicas de las personas con discapacidad, asegurando nuestro derecho a tomar decisiones informadas sobre nuestro cuerpo, salud y vida. De la misma manera, es fundamental que los servicios y las personas profesionales de la salud, brinden información y atención accesible y respetuosa, desde un enfoque de derechos humanos e implementando las medidas necesarias para garantizar la igualdad y no discriminación hacia las personas con discapacidad.

Las personas con discapacidad tenemos el derecho a decidir sobre el uso de métodos anticonceptivos para evitar embarazos, planificar nuestra familia y proteger nuestra salud. En el INDISCAPACIDAD seguiremos realizando acciones para favorecer este derecho fundamental.

Esperamos que este material sea una herramienta útil para promover el derecho a decidir de las personas con discapacidad en cuanto al uso de métodos anticonceptivos y que, al mismo tiempo, este contribuya a la construcción de una sociedad más justa y equitativa para todas las personas en esta **Capital de la Transformación**.

Ruth Francisca López Gutiérrez

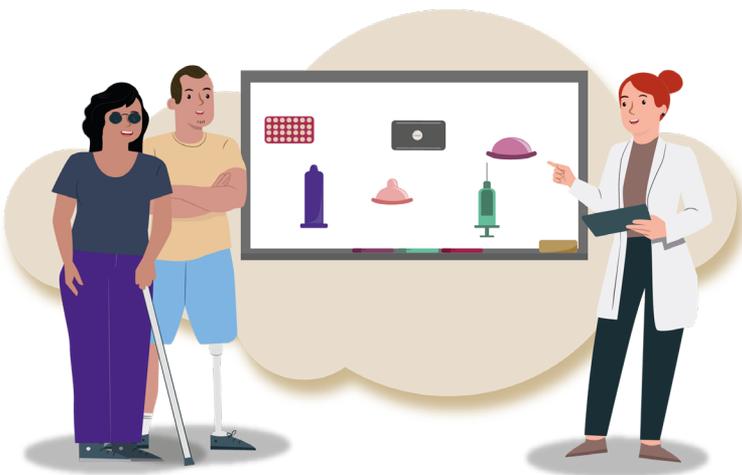
Directora General del Instituto de las Personas con Discapacidad de la Ciudad de México

¿QUÉ SON LOS MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS?

- La anticoncepción consiste en **evitar o prevenir** el embarazo o enfermedades de transmisión sexual, a través de diferentes técnicas, tratamientos y procedimientos, llamados **métodos anticonceptivos**.
- Los métodos anticonceptivos se realizan a las personas en **edad fértil y vida sexual activa**,
- Hay varios tipos de métodos anticonceptivos:
 - **Permanentes.**
 - **Temporales.**
 - **De emergencia.**

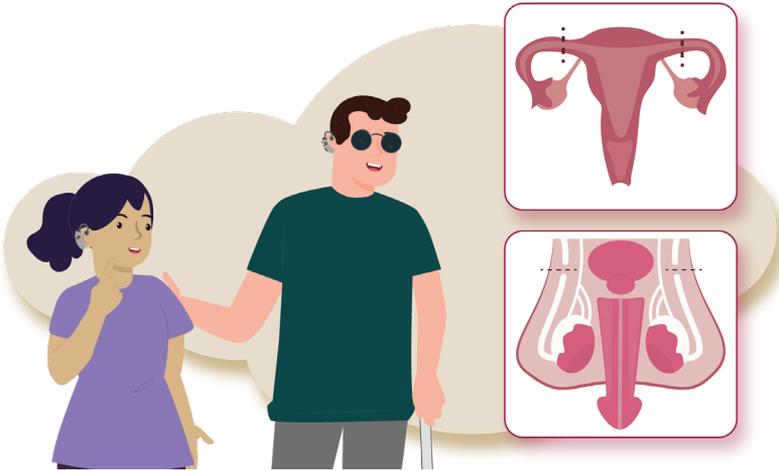


- Como parte de sus **derechos sexuales y reproductivos**, las personas con discapacidad tienen el derecho a **decidir** sobre el uso de métodos anticonceptivos para **evitar** el embarazo, **planificar** su familia y **proteger** su salud.
- Este derecho debe ser ejercido de manera **libre** e **informada**, sin discriminación, amenazas, ni violencia.
- Las personas con discapacidad tienen derecho a contar con **información** y **servicios de salud accesibles** y **adaptados** a sus necesidades para decidir sobre el uso de métodos anticonceptivos.
- Es importante consultar con una **persona profesional de la salud** para encontrar la **opción más adecuada** para cada quien.

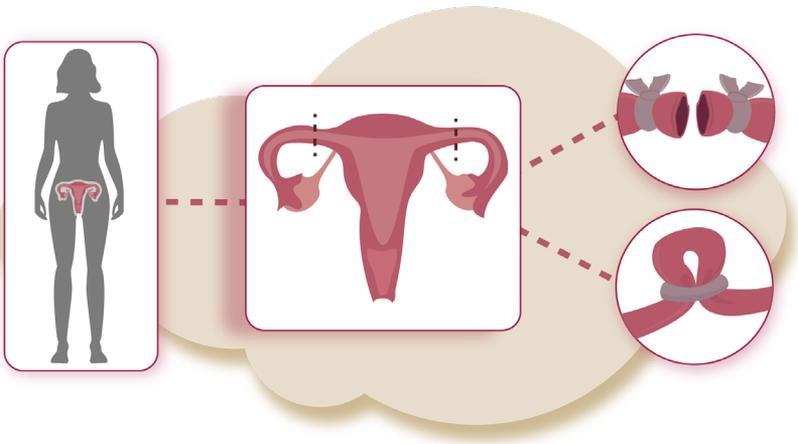


MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS PERMANENTES

- Se refieren a **procesos quirúrgicos** que se realizan para evitar el embarazo, al impedir la fertilidad de **manera definitiva**.
- Las personas con discapacidad deben saber que los métodos anticonceptivos definitivos son una **opción** cuando
 - **ya tuvieron** hijas o hijos y quieren **evitar** otro embarazo, o
 - cuando **no quieren** tener hijas o hijos

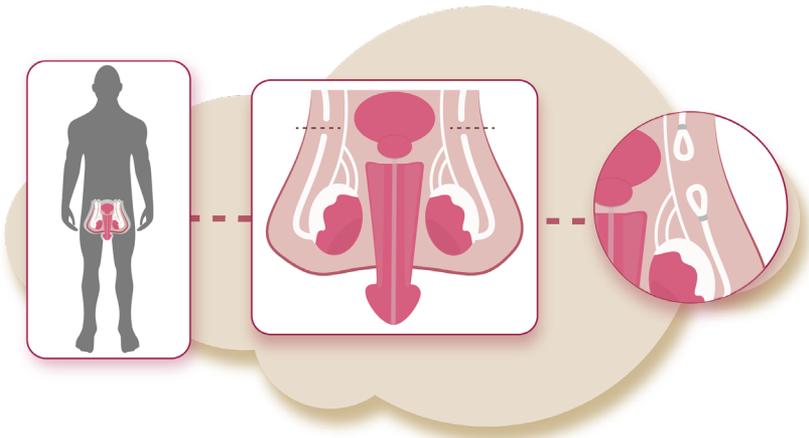


- Hay dos tipos de anticoncepción definitiva:
 - **Salpingoclasia**
 - Es un **procedimiento quirúrgico** que corta o bloquea las **trompas uterinas** para **evitar la fertilidad**, con ello el óvulo no podrá llegar al útero y tampoco tener contacto con los espermatozoides.
 - En lenguaje más sencillo se le llama **ligadura de trompas**.



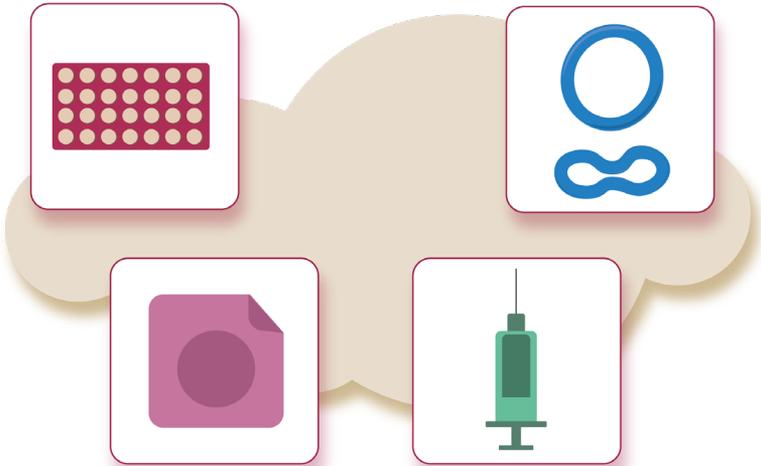
- **Vasectomía**

- Es un **procedimiento quirúrgico** que, al interior de los testículos, **corta los conductos deferentes** para que no salgan espermatozoides durante la eyaculación y, así, evitar la fertilidad.
 - Se puede hacer en cualquier momento y es un **procedimiento ambulatorio** que no requiere de hospitalización.
- Las **decisiones** de las personas con discapacidad sobre el **uso de métodos anticonceptivos** deben ser **respetadas** por sus familias y el personal médico que las atiende.



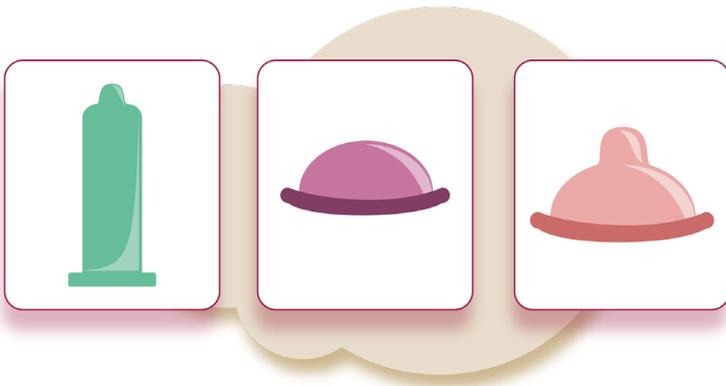
MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS TEMPORALES

- Estos métodos impiden el embarazo por un periodo de tiempo y se clasifican según sus características, en:
 - **Hormonales**, liberan hormonas para evitar la ovulación. Entre éstos podemos encontrar:
 - Píldoras,
 - Anillos vaginales,
 - Parches e
 - Inyecciones.



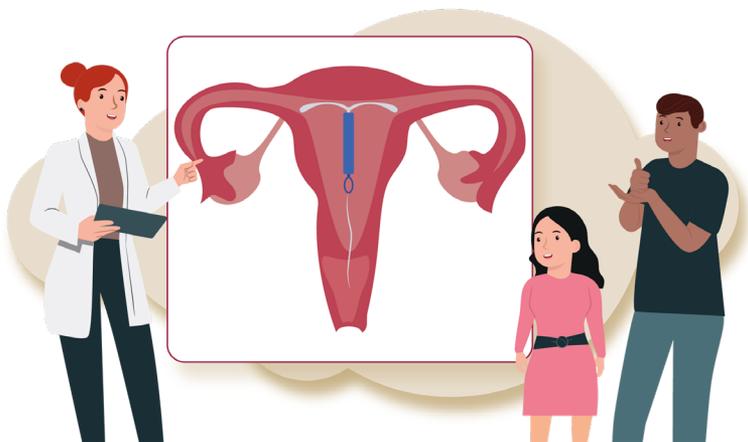
- **De barrera, como:**

- **Preservativos o condones.** Son fundas que evitan el contacto con el espermatozoides, y/o con el óvulo, y que se colocan antes de la penetración, en las relaciones sexuales. Existen dos tipos, uno que se coloca en el pene y otro que cubre la vagina.
- **Diafragma.** Es un dispositivo que se coloca en la vagina para bloquear el acceso del espermatozoides al útero;
- **Capuchón cervical.** Es un dispositivo que se coloca en el cuello del útero para bloquear el acceso del espermatozoides.
- **Esponja anticonceptiva.** Un dispositivo que se coloca en la vagina para absorber el espermatozoides;
- **Cremas y geles espermicidas.** Son productos que matan a los espermatozoides durante una relación sexual.





- El **Dispositivo intrauterino o DIU** es un pequeño instrumento, con forma de T, que se coloca en el útero de la mujer, o de la persona gestante, y que suele permanecer en el cuerpo por periodos prolongados. Hay de dos tipos:
 - **De barrera**, dispositivo intrauterino de cobre (Cu-DIU),
 - **Hormonal**, sistema intrauterino liberador de levonorgestrel (LNG-IUS)



- **Métodos anticonceptivos de abstinencia periódica**

- **Método del ritmo:** Un método que consiste en evitar relaciones sexuales durante los días fértiles del ciclo menstrual.
- **Método de la temperatura basal:** Un método que consiste en medir la temperatura corporal para determinar los días fértiles.
- **Método de la ovulación:** Un método que consiste en detectar la ovulación mediante pruebas de orina o sangre.

Ovulación es el proceso en el que el ovario libera uno o varios óvulos.



Como parte del derecho de las personas a la **identidad de género**, cuando hablamos de **personas gestantes**, nos referimos a personas que menstrúan y se pueden embarazar, como hombres trans y personas no binarias con **capacidad de gestación**.

- Solo si la persona con discapacidad lo prefiere, puede contar con **apoyos para tomar decisiones** acerca del uso de métodos anticonceptivos.
- Hay métodos anticonceptivos adecuados para las **necesidades** y **preferencias** de la **diversidad** de las personas con discapacidad.

MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS DE EMERGENCIA

- Son aquellos que pueden utilizarse para **prevenir un embarazo después** de una relación sexual.
- Estos métodos **impiden** o **retrasan** la ovulación.
- La anticoncepción de emergencia **no puede provocar un aborto**
- Lo más recomendable es usarlos antes de cinco días después de una relación sexual, pero son **más efectivos cuanto más pronto se empleen**.



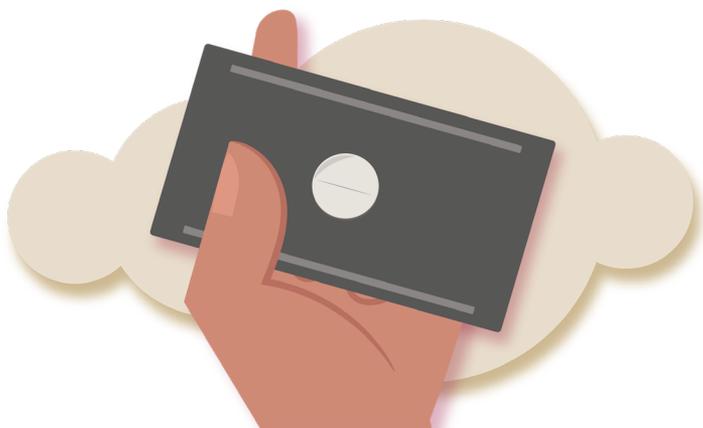
- Estos métodos pueden utilizarse en **situaciones distintas** después de haber tenido una relación sexual, por ejemplo:
 - Si en una relación sexual **no se ha utilizado** ningún método anticonceptivo;
 - Si una mujer, niña o adolescente en edad de procrear, o una persona gestante, **sufrió una agresión sexual** y enfrenta riesgo de embarazo
 - Cuando tras una relación sexual hubo un **uso inadecuado o incorrecto** de algún método anticonceptivo



- Hay **cuatro métodos** anticonceptivos de **emergencia**:
 - Píldoras que contienen **acetato de ulipistral**;
 - Píldoras que contienen **levonorgestrel**;
 - Píldoras orales **combinadas**;
 - **Dispositivos** intrauterinos de cobre

Si el dispositivo intrauterino de cobre se coloca dentro de los cinco días posteriores a una relación sexual sin protección, tiene una eficacia de 99% como método anticonceptivo de emergencia. Su uso no es recomendable en casos de infección, cáncer cervicouterino, embarazo existente o alto riesgo de infecciones de transmisión sexual sin tratamiento previo.

- Mujeres, niñas y adolescentes en edad de procrear, y personas gestantes con discapacidad pueden **necesitar**, y **elegir** usar algún método anticonceptivo de emergencia para evitar un embarazo no deseado.



CONSENTIMIENTO INFORMADO

- Para tomar **decisiones libres y autónomas** en relación con la salud sexual y reproductiva, y acorde a su dignidad e integridad, las personas con discapacidad tienen el **derecho al consentimiento informado** al seguir tratamientos o llevar a cabo procedimientos anticonceptivos, particularmente, los de carácter definitivo.

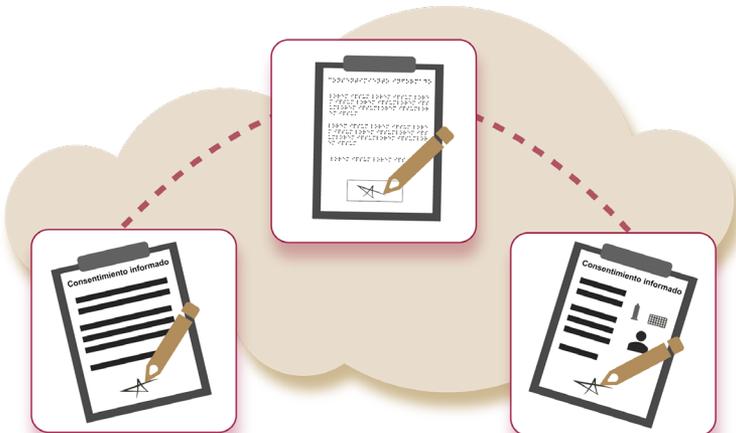
- Cuando se va a **elegir** un método de anticoncepción, el consentimiento informado, **debe ser**
 - **Previo**, ya que se debe **recibir toda la información** sobre beneficios y riesgos **antes** de la elección.
 - **Libre**, ya que **no** debe haber **presiones** o **amenazas** para elegir.
 - **Pleno**, ya que debe haber **comprensión** total sobre los efectos de la elección.



*“El **consentimiento informado** es la **conformidad expresa** de una persona, manifestada por **escrito**, para la realización de un diagnóstico o tratamiento de salud. Todos los **prestadores de servicios de salud**, públicos o privados, están **obligados** a comunicar a la persona, de manera **accesible, oportuna** y en **lenguaje comprensible**, la **información veraz y completa**, incluyendo los objetivos, los posibles beneficios y riesgos esperados, y las alternativas de tratamiento...”*

Artículo 51-Bis 2, Ley General de Salud, 2022

- **Contar con ajustes** para acceder a la información y las comunicaciones y **elegir contar con apoyos** para la toma de decisiones son derechos de las personas con discapacidad al elaborar su **consentimiento informado** en los servicios de salud.
- La **implementación** de ajustes y apoyos dependerá de la **voluntad y preferencias** de cada persona con discapacidad.



IGUALDAD Y NO DISCRIMINACIÓN

- Se deben **combatir** los **prejuicios** y **prácticas** que suponen que las personas con discapacidad no tienen la capacidad para comprender y **tomar decisiones** sobre el uso de métodos anticonceptivos,
- La **imposición de métodos anticonceptivos**, temporales o permanentes, como la colocación de dispositivos intrauterinos, la toma de pastillas anticonceptivas sin consentimiento informado; o las esterilizaciones forzadas a niñas, adolescentes, mujeres y personas gestantes con discapacidad, es **violatorio de derechos humanos**.



- A veces **niños, adolescentes y hombres** con discapacidad son sometidos a **esterilizaciones forzadas** y esto también es una práctica que viola derechos.
- En cuanto al uso de métodos anticonceptivos, se deben eliminar **prácticas discriminatorias** hacia mujeres con discapacidad **por motivo de género**, por ejemplo, cuando en las relaciones de pareja se las hace responsables de la planificación familiar, **forzándolas** a someterse a algún método anticonceptivo para prevenir riesgos de embarazo.



- Las personas con discapacidad pueden presentar **denuncias por discriminación** si se les niega información, incluido el derecho al consentimiento informado, o el acceso a métodos anticonceptivos.

- El que las personas con discapacidad tengan **acceso a métodos anticonceptivos** y **puedan elegir** los que se acomoden más a sus **necesidades**, promueve, además del **derecho a la salud**, varios derechos humanos como:
 - Libre **desarrollo** de la **personalidad**
 - Derecho a la **vida** y a la **libertad**
 - Derecho a la libertad de **opinión, expresión y elección**
 - Derecho al **trabajo** y a la **educación**



¡Infórmate! Ejerce tus derechos y acércate a los servicios de salud más cercanos a tu domicilio.

FUENTES DE INFORMACIÓN

Marco Normativo

- Organización de las Naciones Unidas (18 de diciembre de 1979). Convención sobre la Eliminación de todas las formas de discriminación hacia la Mujer. Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/convention-elimination-all-forms-discrimination-against-women>
- Organización de las Naciones Unidas (3 de mayo de 2008). Convención sobre los derechos de las Personas con Discapacidad. Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas (14 de julio de 2017). Informe La salud y los derechos en materia sexual y reproductiva de las niñas y las jóvenes con discapacidad A/72/133. Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://docs.un.org/es/A/72/133>

- Organización de las Naciones Unidas (1 de mayo de 2016). Observación general núm. 22, relativa al derecho a la salud sexual y reproductiva, artículo 12 del Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales. Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://www.ohchr.org/es/documents/general-comments-and-recommendations/general-comment-no-22-2016-right-sexual-and>
- Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (última reforma 15 de abril de 2025). Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/CPEUM.pdf>
- Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia (última reforma 16 de diciembre de 2024). Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGAMVLV.pdf>
- Ley General de Salud (última reforma 7 de junio de 2024). Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGS.pdf>
- Ley General para la Inclusión de las Personas con Discapacidad (última reforma 14 de junio de 2024). Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGIPD.pdf>

- Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación (última reforma 1 de abril de 2024). Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LFPED.pdf>
- Norma Oficial Mexicana NOM 005-SSA2-1993, de los servicios de planificación familiar (30 de mayo de 1994). Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/53633/NOM-005-SSA2-1993.pdf>
- Suprema Corte de Justicia de la Nación (2022). Amparo en revisión 636/2022. Recuperado el 2 de mayo de 2025, de https://www.scjn.gob.mx/sites/default/files/listas/documento_dos/2023-11/231114-AR-636-2022.pdf
- Constitución Política de la Ciudad de México (última reforma 23 de diciembre del 2024). Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://data.consejeria.cdmx.gob.mx/index.php/leyes/constitucion>
- Ley de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres en la Ciudad de México (última reforma 27 de octubre de 2022). Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://data.consejeria.cdmx.gob.mx/index.php/leyes/leyes/266-ley-de-igualdad-sustantiva-entre-mujeres-y-hombres-en-el-distrito-federal#ley-de-igualdad-sustantiva-entre-mujeres-y-hombres-en-la-ciudad-de-m%C3%A9xico>

- Ley de Salud de la Ciudad de México (última reforma 10 de octubre de 2023). Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://data.consejeria.cdmx.gob.mx/index.php/leyes/leyes/1495-ley-de-salud-de-la-ciudad-de-mexico#ley-de-salud-de-la-ciudad-de-m%C3%A9xico>

Bibliografía

- Blua, Salud digital de BUPA (2020). Anticonceptivos hormonales. Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://www.bupalud.com.mx/salud/anticonceptivos-hormonales>
- Casey, F.E. (agosto de 2023). Anticonceptivos de barrera. Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://www.msmanuals.com/es/hogar/salud-femenina/planificaci%C3%B3n-familiar/anticonceptivos-de-barrera>
- Clínicas ILE en México (s.f.). Métodos anticonceptivos definitivos. Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://cile.mx/servicios/metodos-anticonceptivos/metodos-anticonceptivos-definitivos/>
- Grupo de Información y Reproducción Elegida y Disability Rights International, (s.f.). Salud reproductiva para personas con discapacidad. Recuperado el 2 de mayo de 2025, de https://saludreproductiva.gire.org.mx/wp-content/uploads/2022/06/SALUDREPRO_LFACIL.pdf

- Hernández, V. (18 del noviembre de 2022). Métodos anticonceptivos naturales. Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://areafertilidad.com/salud-reproductiva/metodos-anticonceptivos/metodos-anticonceptivos-naturales/>
- Martos Silván, C. (29 de agosto de 2022) Métodos anticonceptivos temporales. Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://www.lifeder.com/metodos-anticonceptivos-temporales/>
- National Geographic (26 de septiembre de 2023). Métodos anticonceptivos. Recuperado el 2 de mayo de 2025, de <https://www.nationalgeographicla.com/search?q=metodos%20anticonceptivos>



CIUDAD DE MÉXICO
CAPITAL DE LA TRANSFORMACIÓN

SEBIEN

INDISCAPACIDAD