

# Mis derechos reproductivos

Infórmate y decide



- Los derechos reproductivos protegen la integridad física y moral de todas las personas. A través de ellos, se fomenta una actitud responsable frente al cuerpo, la salud y la reproducción. Ejercerlos nos permitirá buscar una mejor calidad de vida.



Nuestros derechos reproductivos se fundamentan en el derecho básico que toda persona tiene a decidir de manera libre, responsable e informada sobre el número y espaciamiento de sus hijos

**Artículo 4° de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos**

## Mis derechos reproductivos son:

- Decidir libre y responsablemente cuántos hijos tener, el momento de tener al primer hijo, cuánto tiempo esperar entre uno y otro y cuándo dejar de tenerlos
- Disponer de información sobre mi salud sexual y reproductiva
  - Recibir información que me ayude a comprender los procesos reproductivos , me facilite tomar decisiones y me ayude a conservar o mejorar mi salud.



# Tener acceso a los servicios de planificación familiar de calidad

- Recibir información sobre los métodos anticonceptivos que existen, conocer su funcionamiento correcto, que tan seguros son, cuáles son las contraindicaciones y qué molestias podrían causarme, todo aquello me facilitará la elección de un método anticonceptivo.
- En caso de optar por el Dispositivo Intrauterino (DIU), o cualquiera de los métodos definitivos como son la Oclusión Tubaria Bilateral (OBT) o la Vasectomía es necesario dar mi autorización por escrito en un formato llamado “Consentimiento informado”.
- Recibir del personal de salud un trato digno, cálido, respetuoso y con la garantía de que la información que le proporcione no será divulgada.
- Elegir el método anticonceptivo que mejor se adapte a mis necesidades, proyectos, valores e intereses personales y que se encuentren en el cuadro básico de medicamentos del sector salud.

## Tener acceso a que me proporcionen orientación y atención en caso de tener problemas de infertilidad

- Obtener orientación y atención médica frente a los problemas de infertilidad y esterilidad por personal especializado.



# Al tener un embarazo, parto y puerperio sin riesgos y criar hijos saludables

## Atención médica durante el embarazo

- Recibir orientación y atención médica durante el embarazo para prevenir riesgos en mi salud y la de mi bebé.
- Recibir atención ante las complicaciones que se pudieran presentar durante el embarazo y evitar riesgos de enfermedad o de muerte en mí bebé.

## Atención médica en el parto

- Recibir asistencia durante el parto por el personal calificado para atender el nacimiento de mi bebé y atender las complicaciones que pudieran darse en este momento.

## Atención médica del puerperio

- Recibir atención medica y seguimiento durante mi recuperación los primeros 40 días posteriores al parto llamado también puerperio.
- Recibir atención medica y seguimiento durante el crecimiento y desarrollo de mi bebé, así como disponer de orientación sobre la higiene, lactancia y estimulación que requiere para fortalecer su crecimiento.

## ❑ Comprender y disfrutar mi sexualidad sin sufrir discriminación, coacción o violencia

- Recibir orientación y atención respecto a problemas relacionados con el abuso o la agresión sexual .

## ❑ Permanecer libre de enfermedad, incapacidad o muerte asociadas con el ejercicio de mi sexualidad y mi reproducción.

### Obtener orientación para prevenir:

- Cáncer cérvico – uterino y de mama
- Infecciones de transmisión sexual y VIH

### Recibir tratamiento adecuado en caso de necesitarlo



Conocer y ejercer los derechos reproductivos te permite planear tu vida reproductiva en función de tus intereses, valores y necesidades, vivir tu sexualidad de manera saludable y ejercerla de manera libre y responsable en beneficio de una mejor calidad de vida personal, en pareja y familiar.



[www.conapo.gob.mx](http://www.conapo.gob.mx)