

Índex

Introducció	5
Què és la sexualitat	7
Compartir la sexualitat	9
Parlem de prevenció	12
Els mètodes anticonceptius	13
Preservatiu masculí o condó	13
Preservatiu femení	15
Diafragma	16
Productes espermatocides	17
DIU (dispositiu intrauterí)	17
Anticoncepció hormonal	17
Pastilles o píndoles	18
Anells vaginals	19
Pegats anticonceptius	20
Implants subcutanis	21
Injectables intramusculars	21
Tractament postcoital o anticoncepció d'emergència o píndola de l'endemà	22
Mètodes anticonceptius permanents	22
Mètodes d'abstinència periòdica	23
Ogino	23
Temperatura basal	23
Moc cervical o <i>Billings</i>	23
La «marxa enrera» (coit interromput)	23
Per remarcar	24
Com escollir el mètode anticonceptiu més adequat?	24
Anticoncepció d'emergència	24
El retard menstrual	24
Avortament o interrupció voluntària de l'embaràs	25
Apunt final	25
Per a més informació	27