

Construya un mejor futuro para su familia

Obtenga los beneficios de los servicios de planificación familiar, los cuales le pueden ayudar a:

- Mejorar su habilidad para ser autosuficiente previniendo un embarazo no planeado.
- Planear el número de niños que quiere tener, al igual que cuánto tiempo va ha haber entre cada uno de ellos, para que pueda satisfacer las necesidades económicas y emocionales de su familia.
- Tener comunicación con su pareja en lo relacionado a asuntos de la salud reproductiva.
- Hablar con sus niños acerca del sexo seguro y la prevención del embarazo.



Hágalo por usted.
Hágalo por las personas que ama.



County Stamp Box

*California Family Planning Information
and Referral Service*
(Servicio de información y referencia
para la planificación familiar
en California)

1-800-942-1054

All persons in the photographs are models
and used for illustrative purposes only.

State of California
(Estado de California)

Health and Human Services Agency
(Secretaría de Salud y Servicios Humanos)

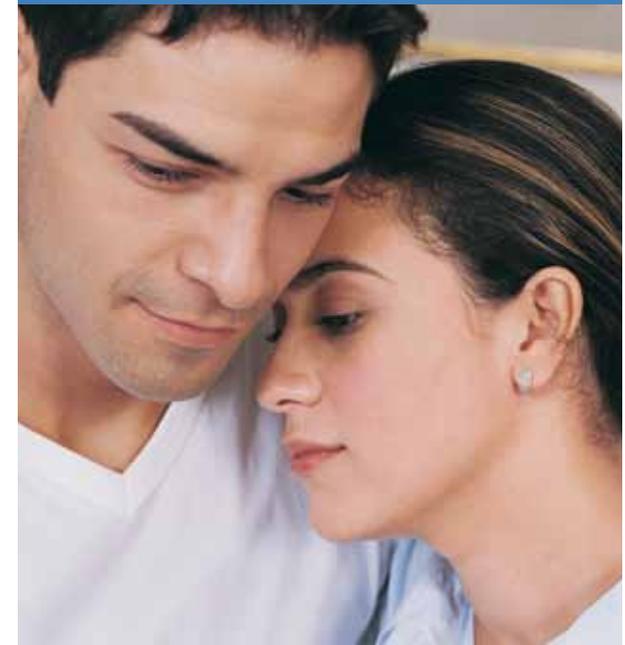
Department of Social Services
(Departamento de Servicios Sociales)



PUB 275 (SP) (04/07)



**Planificación familiar...
Comprometiéndose para
un futuro saludable**



Planificación familiar – Para el futuro de su familia

Su proveedor local de servicios de planificación familiar puede ayudarle a:

- Encontrar el método que mejor se ajuste a su estilo de vivir. Hay una amplia variedad de opciones — desde la píldora hasta el anillo o inyecciones y más.
- Obtener anticonceptivos para ayudarle a prevenir un embarazo no planeado.
- Aprender acerca de anticonceptivos de emergencia y si esto sería una opción correcta para usted si algún día lo llegara a necesitar.
- Obtener pruebas y tratamiento para enfermedades transmitidas sexualmente.
- Aprender acerca de cómo prevenir y evitar propagar enfermedades transmitidas sexualmente, incluyendo el virus de la inmunodeficiencia humana (HIV por sus siglas en inglés) y el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (AIDS por sus siglas en inglés).
- Recibir pruebas para detectar el cáncer en el sistema de reproducción.
- Aprender cómo autoexaminarse para el cáncer del seno.
- Contestar preguntas acerca de todas las preocupaciones que tenga sobre la salud reproductiva.



Estos servicios:

- Son confidenciales, lo cual significa que es algo privado entre usted y su médico.
- Están disponibles para los hombres y las mujeres, incluyendo a los adolescentes.
- No son caros — las personas que reciben beneficios del Programa de California de Oportunidades de Trabajo y Responsabilidad hacia los Niños (CalWORKs) pueden recibir estos servicios gratuitamente o a bajo costo.

En su comunidad, usted puede recibir los servicios de planificación familiar:

- Vaya a su doctor, o al departamento de salud del condado o a su plan de cuidado de la salud.
- Vea la sección amarilla de su directorio telefónico bajo “*Family Planning Information*” (información sobre planificación familiar).
- Llame a “*California Family Planning Information and Referral Service*” (servicio de información y referencia para la planificación familiar) para que le den el nombre, dirección y número de teléfono de un proveedor de servicios de planificación familiar en su área. El teléfono es:

1-800-942-1054



Haga el compromiso hoy.