

A representa la Abstinencia

- Esto significa optar por no tener relaciones sexuales hasta saber que la relación con tu pareja es estable o duradera. Para algunas personas, esto puede significar estar casados.
- La abstinencia es la única manera infalible de no infectarse con una infección de transmisión sexual (STI, por sus siglas en inglés).
- La abstinencia es también la única forma en que puedes estar 100% segura de no quedar embarazada hasta estar preparada para la responsabilidad de criar un hijo.
- Apurarse a tener relaciones de naturaleza sexual puede causar problemas graves y hasta destruir tus planes para tu futuro.

Abstinencia

B representa una Buena pareja

- Esto significa serle fiel a tu pareja y demandar fidelidad por su parte.
- Tener relaciones sexuales con más de una pareja aumenta mucho tus posibilidades de contraer una STI.
- Tener relaciones íntimas sólo el uno con el otro los protege a los dos.
- Ser fiel también puede fortalecer su relación y proveer apoyo emocional para ambos.
- Si no puedes cumplir con el plan A o B, entonces, por tu seguridad, pasa al plan C.

Buena pareja

C representa los Condones

- Los preservativos o condones ayudan a prevenir el contagio de la mayor parte de las infecciones de transmisión sexual.
- Los preservativos son el único método de control de la natalidad que, además de evitar el embarazo, protege contra las STI.
- Los preservativos son económicos, fáciles de usar y se pueden comprar en las gasolineras, los supermercados y las farmacias. Muchos departamentos de salud proveen preservativos en forma gratuita.

Condones

Se utilizaron fondos del **DHHS** para producir este folleto

¿CONOCES EL ABC DEL SEXO?

