

La contraccezione in breve

Informazioni sulla
contraccezione in
Svizzera

Gli unici metodi contraccettivi che proteggono efficacemente dall'HIV e riducono il rischio di contrarre altre infezioni sessualmente trasmissibili:

Preservativo interno

Sottile membrana in materiale sintetico da inserire nella vagina prima del rapporto sessuale.



Preservativo esterno

Utilizzare la misura corretta e verificare la presenza del marchio «OK» o «CE».



www.mysize.ch



**Contraccettivi ormonali per donne/
persone con un utero**

Disponibili solo su prescrizione medica

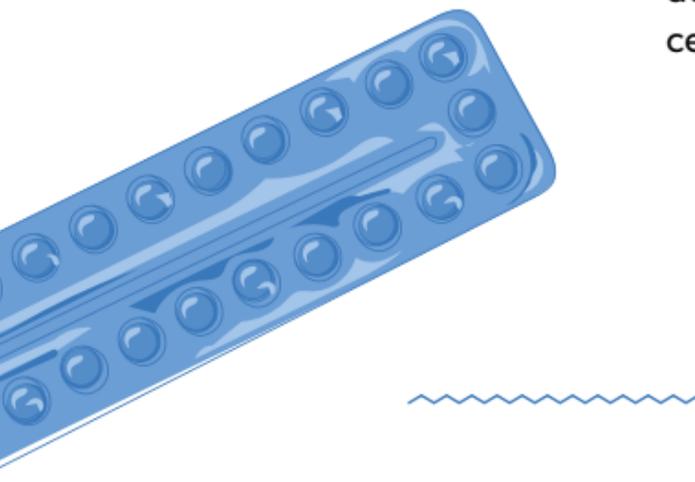
Anello vaginale

Un anello morbido a base di ormoni che si inserisce in vagina per una durata di tre settimane. Dopo una settimana di pausa, si inserisce un nuovo anello.



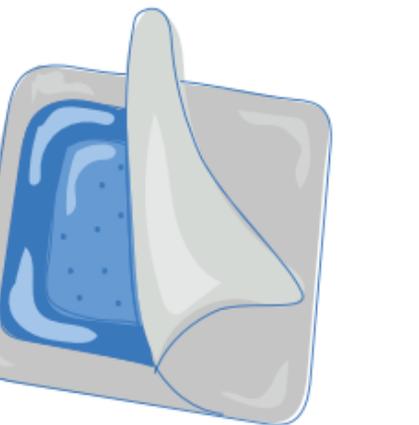
Pillola

Comprese a base di ormoni da assumere quotidianamente. Per alcuni prodotti è prevista una pausa tra una confezione e l'altra.



Cerotto transdermico

Tre cerotti a base di ormoni da applicare sulla pelle (braccio, addome, natiche), uno alla settimana per tre settimane, dopodiché segue una settimana senza cerotto.



**Metodi contraccettivi a lunga durata
per donne/persone con un utero**

Inseriti da un*una medic*o iniettati autonomamente

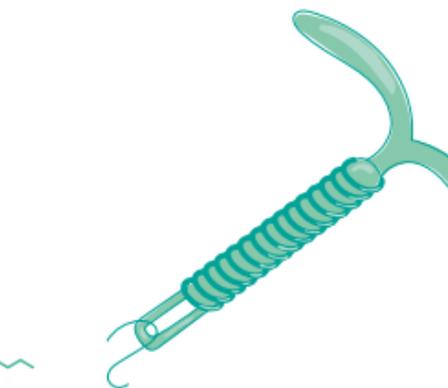
Iniezione trimestrale

Iniezione a base di ormoni, da ripetere ogni tre mesi.



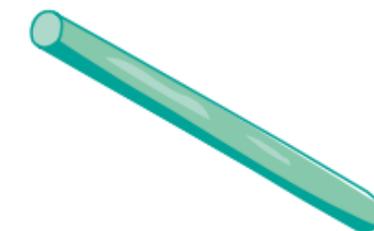
Spirale

Piccolo dispositivo in plastica contenente degli ormoni o al rame, che viene inserito nell'utero. A dipendenza del modello, la spirale protegge da tre a dieci anni.



Impianto sottocutaneo

Bastoncino di plastica a base di ormoni, inserito sotto la pelle (tre anni).



Vi sono altri metodi contraccettivi oltre a quelli qui presentati: i metodi contraccettivi naturali, il diaframma o la sterilizzazione. Alcuni sono molto sicuri, altri meno. Ogni metodo ha i suoi vantaggi e svantaggi.

Quale metodo corrisponde meglio alle vostre esigenze?

E per quanto riguarda la protezione dalle infezioni sessualmente trasmissibili?

I centri di salute sessuale offrono consulenze gratuite e confidenziali. Per informazioni su tutti i metodi contraccettivi in più di dieci lingue:



www.sexandfacts.ch

Contraccezione d'emergenza

In Svizzera esistono due tipi di contraccezione d'emergenza che possono essere utilizzati entro un determinato limite di tempo: la contraccezione ormonale d'emergenza («pillola del giorno dopo») e la spirale al rame.

La contraccezione ormonale d'emergenza è disponibile senza prescrizione medica in farmacia o presso un centro di salute sessuale.

La «pillola del giorno dopo» è più efficace nelle prime 24 ore, ma può prevenire una gravidanza fino a cinque giorni dopo il rapporto non o insufficientemente protetto.

La spirale al rame viene inserita nell'utero dal personale medico fino a cinque giorni dopo il rapporto non o insufficientemente protetto. A dipendenza del modello, la spirale protegge da tre a dieci anni.

Safer Sex

La migliore protezione da un'infezione da HIV o da un'altra infezione sessualmente trasmissibile è il «safer sex» (sesso sicuro), ossia:

* Usare il preservativo per la penetrazione vaginale o anale

* Tutte le altre informazioni sono disponibili su:



www.lovelife.ch

Costi

Alcuni contraccettivi richiedono una prescrizione medica (ad esempio la pillola). Altri, come il preservativo esterno, possono essere acquistati in farmacia, nelle drogherie, nei supermercati o presso i distributori automatici. In Svizzera i metodi contraccettivi non sono rimborsati dall'assicurazione malattia.

In caso di domande o se avete bisogno di aiuto, rivolgetevi a un centro di salute sessuale.

Diritto all'informazione e alla consulenza

Avete il diritto di ricevere informazioni sui metodi contraccettivi e di decidere autonomamente quale desiderate utilizzare.

I centri di salute sessuale sono a vostra disposizione:



salute-sessuale.ch/
centri-di-consulenza

Questo opuscolo e altro materiale informativo sono disponibili nel nostro shop online:

Nuova edizione, 2023



shop.salute-
sessuale.ch

Responsabili del progetto:

Céline Berset, Christine Sieber
(SALUTE SESSUALE SVIZZERA)

Controllo qualità: Dr. med. Fabienne Graf,
Dr. med. Regina Kulier