



SEXUALITAT | Redacció | Actualitzat el 21/02/2024 a les 10:00

# Quin mètode anticonceptiu hauries de triar?

[inicentrareport]Avui dia existeixen molts mètodes anticonceptius i és important conèixer-los per triar el que més s'adapta a les teves necessitats.

Com explica la doctora Mary Jacobson a Poosh, hi ha **tres categories de mètodes anticonceptius**: hormonal, no hormonal i d'acció prolongada.

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;d.js.src='https://experience.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','exc o-sdk'));
```

[/playbuzz]

[ficentrareport]