



COMUNICAT DE PRESĂ
Ziua Mondială a Contracepției
26 Septembrie 2026

„Informează-te! Alege metoda potrivită pentru tine!”

Ziua Mondială a Contracepției, marcată anual la 26 septembrie, aduce în atenție dreptul fiecărei persoane de a avea acces la informații corecte și la opțiuni contraceptive sigure și eficiente. Alegerea unei metode contraceptive este o decizie individuală și informată, care ține cont de eficacitatea metodei, starea de sănătate, preferințe, stilul de viață și planurile reproductive.

Metodele contraceptive permit prevenirea unei sarcini atunci când aceasta nu este dorită sau este planificată pentru mai târziu. Metodele moderne sunt sigure și eficiente atunci când sunt utilizate corect, iar unele pot avea și beneficii suplimentare pentru sănătate [1]. Nevoile contraceptive se pot modifica de-a lungul vieții, iar consilierea oferită de un profesionist din sănătate poate ajuta la alegerea metodei potrivite și la utilizarea ei corectă.

Există mai multe opțiuni contraceptive, cu moduri diferite de utilizare și niveluri diferite de eficacitate. Dispozitivele intrauterine (DIU) și implanturile contraceptive sunt metode reversibile cu durată lungă de acțiune și eficacitate ridicată. Pilulele, injecțiile, plasturi și inelele vaginale necesită administrare sau înlocuire regulată. Prezervativul contribuie atât la prevenirea sarcinii, cât și la reducerea riscului de infecții cu transmitere sexuală, inclusiv HIV; în cazul HPV, reduce riscul de transmitere, fără a oferi protecție completă. Sunt disponibile și metode permanente de contracepție. O categorie distinctă o reprezintă metodele bazate pe recunoașterea fertilității, a căror eficacitate depinde în mai mare măsură de utilizarea corectă și consecventă [1].

La nivel global, 871 de milioane de femei utilizau metode moderne de contracepție în 2024, iar aproape 78% dintre femeile de 15–49 de ani care doreau să evite o sarcină foloseau o metodă modernă. Cu toate acestea, peste 250 de milioane de femei aveau în continuare o nevoie neacoperită de contracepție modernă [2,3]. În România, datele disponibile indică, de asemenea, persistența unei nevoi neacoperite de contracepție modernă [4].

Pentru adolescenți și tineri, accesul la informații corecte și ușor de înțeles este cu atât mai important cu cât debutul vieții sexuale poate avea loc înainte ca aceștia să dispună de toate informațiile și resursele necesare pentru a preveni o sarcină nedorită sau o infecție cu transmitere sexuală.

Datele naționale oferă o imagine concretă. Studiul YRBSS România 2022–2023 realizat de Institutul Național de Sănătate Publică pe un eșantion de 22.039 de elevi de liceu, arată că 26,56% dintre elevi au declarat că au avut raport sexual cel puțin o dată, iar 7,7% au declarat primul raport sexual înainte de vârsta de 15 ani. Dintre liceenii care au avut raport sexual, 76,4% au raportat utilizarea unei metode contraceptive eficiente,



cel mai frecvent fiind utilizat prezervativul (73,3%). Dintre fetele care au avut vreodată raport sexual, 6,7% au declarat că au avut cel puțin o sarcină [5].

Aceste date susțin nevoia ca adolescenții să aibă acces la informații bazate pe dovezi despre sănătatea sexuală și reproductivă, despre eficacitatea și utilizarea corectă a metodelor contraceptive și despre prevenirea infecțiilor cu transmitere sexuală. Amânarea începerii vieții sexuale este, de asemenea, o opțiune personală. Atunci când adolescenții devin activi sexual, accesul la servicii de sănătate adaptate vârstei și nevoilor lor poate contribui la reducerea riscurilor.

Sarcina în adolescență rămâne o problemă importantă de sănătate publică. Sarcinile și nașterile la vârste tinere sunt asociate cu riscuri mai mari pentru mamă și copil, inclusiv naștere prematură, greutate mică la naștere și alte rezultate materne și perinatale nefavorabile [6,7]. Consecințele pot depăși sfera medicală, afectând continuarea educației și oportunitățile sociale și profesionale.

În România, dimensiunea fenomenului rămâne importantă. Rata natalității la fetele de 10–14 ani este de 8,5 ori mai mare decât media Uniunii Europene, iar la grupa de vârstă 15–19 ani de 3,4 ori mai mare [8]. În 2024 au fost înregistrate 13.816 nașteri la mame cu vârsta sub 20 de ani, dintre care 594 la fete sub 15 ani și 13.222 la adolescente de 15–19 ani [9].

Prevenirea sarcinilor nedorite, inclusiv a sarcinilor în adolescență, presupune mai mult decât existența metodelor contraceptive: presupune informații corecte, acces efectiv la metode și servicii, precum și posibilitatea unei alegeri informate, adaptate fiecărei persoane.

Alegerea informată începe cu informația corectă.

„Informează-te! Alege metoda potrivită pentru tine
și asigură-te că o folosești corect și de fiecare dată!”

Surse bibliografice:

[1] World Health Organization Department of Sexual and Reproductive Health and Research (WHO/SRH) and Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health/ Center for Communication Programs (CCP), Knowledge SUCCESS. Family Planning: A Global Handbook for Providers (2022 update). Baltimore and Geneva: CCP and WHO; 2022.

<https://cdn.who.int/media/docs/default-source/reproductive-health/contraception-family-planning/family-planning-a-global-handbook-for-providers-2022.pdf>

[2] United Nations Department of Economic and Social Affairs, Population Division (2022). World Family Planning 2022: Meeting the changing needs for family planning: Contraceptive use by age and method.

UN DESA/POP/2022/TR/NO. 4.

https://www.un.org/development/desa/pd/sites/www.un.org.development.desa.pd/files/files/documents/2023/Feb/undesapd_2022_world-family-planning.pdf

[3] Nations Department of Economic U, Affairs S. The new landscape of fertility and family planning 30 years after Cairo and Beijing. March 2025 United Nations Department of Economic and Social Affairs Policy Brief 172 [Internet]. 2025 Mar [cited 2025 Jun 16]; Available from: <https://desapublications.un.org/policy-briefs/un-desapolicy-brief-no-172-new-landscape-fertility-and-family-planning-30-years>



[4] [STUDIU IOMC final 20.09.2019.indd \(insmc.ro\)](#)

[5] Institutul Național de Sănătate Publică. Identificarea, cuantificarea și monitorizarea riscului specific pentru sănătate generat de comportamentele cu risc – YRBSS – CDC 2025. Studiul YRBS România 2022–2023.

[6] Ganchimeg T, Ota E, Morisaki N, Laopaiboon M, Lumbiganon P, Zhang J, et al. Pregnancy and childbirth outcomes among adolescent mothers: a World Health Organization multicountry study. BJOG [Internet]. 2014 [cited 2025 Jun 18];121 Suppl 1:40–8. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24641534/>

[7] WHO. Adolescent pregnancy [Internet]. 2024 [cited 2025 Jun 18]. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy>

[8] UNICEF - POLICY BRIEF Prevention of teenage pregnancy and its consequences January 2022 - <https://www.unicef.org/romania/media/8891/file/POLICY%20BRIEF%20Prevention%20of%20teenage%20pregnancy%20and%20its%20consequences.pdf>

[9] Institutul National de Statistica. Evenimente demografice în anul 2024 <https://insse.ro/cms/ro/content/evenimente-demografice-%C3%AEn-anul-2024>