También tienes derecho a:

- Recibir consejería de parte del personal de salud sobre los métodos anticonceptivos y la prevención de las ITS y el VIH.
- Obtener la información en un lenguaje fácil, sencillo y claro.
- Identificar a personas confiables, que puedan apoyarte ante tus inquietudes.

Recibir información, orientación, consejería y servicios sobre salud sexual y reproductiva en las unidades de salud de tu comunidad, te ayudará a tomar decisiones libres y sin riesgo sobre tu sexualidad.

¡Tomá decisiones, bien pensadas, no hay prisa!

La Campaña **"Ser Madre no es Tarea de Niñas"** destaca el valor de la adolescencia como etapa de vida para la formación y el desarrollo integral, promoviendo en los y las adolescentes el aprovechamiento de oportunidades, la toma de decisiones informadas, la autoestima y valores de igualdad.

Puedes escanear el código QR para visualizar los videos y escuchar las viñetas de las campañas:

Campaña Ser Madre no es Tarea de Niñas

UNFPA Nicaragua @unfpanic

UNFPA Nicaragua @unfpanicaragua

nicaragua.unfpa.org

Gobierno de Reconciliación y Unidad Nacional
El Pueblo, Presidente!

SER MADRE NO ES TAREA DE NIÑAS

PREVENCIÓN DEL EMBARAZO EN ADOLESCENTES

UNFPA
Fondo de Población de las Naciones Unidas Nicaragua

Cuida tu cuerpo, Cuida tu futuro

Si nos amamos, cuidaremos nuestra salud sexual y reproductiva, lo que implica buscar información y servicios para tomar decisiones informadas que contribuyan a nuestra salud y bienestar.

Tomar decisiones bien pensadas e informadas, te ayudará a aprovechar tus oportunidades de desarrollo y potencial.

Recuerda que tenés derecho a:

- Decidir si querés o no iniciar tu propia vida sexual. Nadie debe presionarte u obligarte a tener relaciones sexuales contra tu voluntad.
- Escoger a tu novio/a. Nadie puede imponerte una pareja fuera de tu propia elección.
- Vivir relaciones de noviazgo seguras y positivas.
- Conversar con tu novia/o sobre actitudes que te puedan hacer sentir incómodo/a o triste.

Si inicias tu vida sexual acude a tu unidad de salud más cercana para recibir consejería.

Un embarazo en la adolescencia, antes de los 20 años, puede presentar complicaciones, entre ellas:

- **Parto prematuro**
- **Aborto espontáneo**
- **Infecciones bacterianas graves**
- **Muerte de la o el bebé**
- **Riesgo de preeclampsia**
- **Muerte materna**

Un embarazo en la adolescencia o infección de transmisión sexual y VIH, puede ocurrir desde la primera relación sexual y se previene con el uso constante y correcto del condón y otros métodos anticonceptivos modernos.

Decide de manera informada sobre tu vida, tu cuerpo y podrás acceder a otros beneficios.

Para prevenir un embarazo en la adolescencia, es importante:

1. Estudiar incluyendo Educación Integral de la Sexualidad, practicar deporte y divertirse sanamente

2. Elaborar tu plan de vida: ¿Qué querés alcanzar a corto y largo plazo? ¿A qué querés dedicarte?

3. Decidir de manera libre, responsable e informada el momento en que deseas iniciar relaciones sexuales.

4. Si has decidido con consentimiento y sin presión tener relaciones sexuales, usar métodos anticonceptivos modernos.

5. Utilizar el condón como un método para evitar un embarazo, y protegerse de infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH.

6. Tener relaciones de noviazgo sanas y positivas, sin que ninguno presione al otro para realizar algo que no quiere.

Un embarazo en la adolescencia puede afectar tu:

1. Proyecto de vida: te puede impedir alcanzar tus sueños o metas
2. Autoestima
3. Salud, por todas las complicaciones que puedan presentarse
4. Bienestar y el del/la futuro/a bebé