

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!



El UNFPA trabaja en más de 150 países y territorios que albergan a la gran mayoría de la población mundial. Su misión: velar por que cada embarazo sea deseado, cada parto sea sin riesgos y cada persona joven alcance su pleno desarrollo.



Fondo de Población
de las Naciones Unidas
Nicaragua

Nuestras metas, los tres ceros:

- 0 Necesidad insatisfecha de planificación familiar
- 0 Muertes maternas evitables
- 0 Violencia o prácticas nocivas contra mujeres y niñas

 **UNFPA Nicaragua**  **@unfpanic**
 **UNFPA Nicaragua**  **@unfpanicaragua**



Fondo de Población
de las Naciones Unidas
Nicaragua

nicaragua.unfpa.org

PREVENCIÓN DEL EMBARAZO EN ADOLESCENTES



¡TODO A SU TIEMPO!

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 mejor tus oportunidades de desarrollo de tu 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 desees 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

