



TU CUERPO, TU ELECCIÓN

Antes de tener una relación sexual es importante que no te sientas presionadx. Tú eres quien decide cuándo y con quién, es importante que sea con consentimiento mutuo y que te sientas preparadx, e informadx.

Existen distintos métodos preservativos y anticonceptivos:

De Barrera



Condón Masculino y Femenino



Pastillas Anticonceptivas (Uso diario)



Parches (Semanal)



Anillos (21 Días)



Dispositivo Intrauterino (DIU)



Inyecciones (1, 2 y 3 meses)

Implante Subdérmico (3 a 5 años)

Permanentes y Quirúrgicos



Salpingoclasia o Ligaduras de Trompas (Mujeres)



Vasectomía (Hombres)



¡CUIDADO!

La píldora del día siguiente debe usarse solo en casos de emergencia. Se toma durante los tres días siguientes de haber mantenido relaciones sexuales sin protección y no se recomienda su uso de manera rutinaria pues podría afectar tu salud.

SERVICIOS AMIGABLES para Adolescentes del Estado de Jalisco

Atención médica y psicológica, información, orientación y consejería en materia de salud sexual y reproductiva. De forma GRATUITA te proporcionarán métodos anticonceptivos e información de tu interés.



Encuentra el más cercano escaneando el siguiente código:

www.escopecuidarte.jalisco.gob.mx

En caso de que se te niegue atención y/o información sobre tus derechos sexuales y reproductivos en una dependencia pública, puedes realizar una queja en:



Comisión Estatal de Derechos Humanos Jalisco (CEDHJ)

Calle Pedro Moreno 1616, Col. Americana, Guadalajara

☎ 33 3669 1100



Fiscalía de Derechos Humanos

Calzada Independencia Norte 778, Col. La Perla, Guadalajara

☎ 33 3837 6000
Ext. 12128 / 15846



Unidad Metropolitana de Atención Integral a Mujeres y Niñez

Miguel Blanco 883, Zona Centro, Guadalajara

☎ 33 3658 3170

Por una Vida Sexual Libre y Responsable

Cónoce TU CUERPO.

Decide TU VIDA

#jaliscojoven



Escanea el código QR para más información y contenido descargable para compartir.

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:



Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

Consejos para **EVITAR UN EMBARAZO** durante la adolescencia:

- ♥ Ser madre o padre no es el único medio de realización personal o transición a una vida adulta. **Explora tus sueños y deseos y planifica el momento adecuado para tener hijxs.**
- ♥ **Conoce, disfruta y cuida tu cuerpo y el de tu pareja.**
- ♥ **Comunica a tu pareja lo que te gusta y no te gusta** durante la intimidad.
- ♥ **Explora formas seguras de obtener placer.** Las caricias, besos, abrazos masajes eróticos, baños en pareja y masturbación mutua son prácticas sexuales de bajo riesgo.
- ♥ **Usa siempre condón.** No importa si eres hombre o mujer, la prevención de un embarazo e infecciones de transmisión sexual es responsabilidad de los dos.
- ♥ **Evita mantener relaciones sexuales con una persona alcoholizada o bajo los efectos de cualquier sustancia** que pueda afectar su conciencia.
- ♥ **Evita relacionarte con personas mayores.** Relaciónate con personas que estén en un proceso de desarrollo similar al tuyo y puedas construir una relación igualitaria.
- ♥ **Respetar los límites y decisiones de tu pareja #NoEsNo.**
- ♥ **Acércate a los servicios de salud** para solicitar métodos preservativos y anticonceptivos adecuados para ti.

¿QUÉ ES EL EMBARAZO EN ADOLESCENTES?

El embarazo que se produce en mujeres de entre:



Cuando una adolescente es **menor de 15 años se denomina embarazo infantil** y es considerado **una forma de violencia sexual** debido a que estos embarazos comúnmente se producen por violaciones o sin pleno consentimiento de la niña.

Muchas veces está relacionado con la **venta de niñas por usos y costumbres, matrimonio forzado, relaciones con hombres mayores o explotación sexual comercial.**

SER MADRE O PADRE durante la adolescencia impacta muchos aspectos de tu vida:

- ♥ Ser madre y padre a una edad temprana **limita tu proyecto de vida**, la mayoría abandonan la escuela, sienten culpa, enojo, remordimiento y baja autoestima.
- ♥ Las madres y padres adolescentes tienen **menor nivel educativo, menos oportunidades profesionales y de trabajo.**
- ♥ Las adolescentes tienen una **mayor tasa de mortalidad** por no estar preparadas físicamente para el embarazo.
- ♥ Los bebés de las madres adolescentes tienen **mayores riesgos de salud.**
- ♥ En las parejas de adolescentes ante un embarazo no deseado, **surgen problemas de comunicación y estabilidad emocional** que llevan incluso a la violencia física.
- ♥ Las madres adolescentes frecuentemente **se convierten en madres solteras** debido a que los padres no aceptan las responsabilidades de manutención, cuidado y crianza.

"NO IMPORTA SI ES TU PRIMERA VEZ, SIEMPRE HAY RIESGO DE UN EMBARAZO".

