

POR UNA VIDA SEXUAL LIBRE Y RESPONSABLE



Escanea el código QR para más contenido descargable para compartir.

Cuaderno Informativo para madres, padres y personas a cargo del cuidado de niñas, niños y adolescentes

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.



Enrique Alfaro Ramírez

Gobernador Constitucional
del Estado de Jalisco

Paola Lazo Corvera

Secretaria de Igualdad Sustantiva
entre Mujeres y Hombres

Laura Angelica Pérez Cisneros

Subsecretaria de Igualdad de Género

Mariana Ortiz Tirado González

Directora de Transversalización
e Institucionalización de
la Perspectiva de Género

Índice

Presentación 04

**Embarazo en
Adolescentes** 05

Desigualdad de género en
el embarazo en adolescentes 06

Seis creencias erróneas en torno
al embarazo en adolescentes 08

¿Qué hacer para prevenir
un embarazo durante la
adolescencia? 09

**Hablemos sobre
Sexualidad** 10

Hipersexualización de la niñez 11

Algunas recomendaciones para
hablar sobre sexualidad 12

Presentación.

En México cada día más de mil adolescentes de entre 10 y 19 años de edad se convierten en madres (Colegio de México, 2022). El embarazo que ocurre durante la niñez y la adolescencia es uno de los problemas públicos de mayor relevancia debido al impacto que tiene en el ejercicio de los derechos de las niñas, niños y adolescentes pues obstaculiza la realización de un proyecto de vida, dificulta la trayectoria educativa, genera problemas de salud materna e infantil, además de ampliar las brechas de desigualdad social y de género. Para atender dicho problema, la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres del estado de Jalisco en alianza estratégica con Incluye A.C. desarrollarán el proyecto: Por una vida sexual libre y responsable Conoce tu Cuerpo, Decide tu Vida, #Jalisco-Joven.

En este proyecto reconocemos la importancia que tiene el acompañamiento y la orientación que das a tus hijas e hijos o a las niñas, niños y adolescentes que están bajo tus cuidados, por este motivo, en este cuadernillo te ofrecemos información, consejos y algunas herramientas educativas que te pueden ayudar a prevenir un embarazo durante la adolescencia y a lograr el desarrollo sexual libre, pleno y responsable de niñas, niños y adolescentes.

Sabemos que dialogar sobre sexualidad con niñas, niños y adolescentes puede ser un reto para ti pues muchas veces las personas adultas no contamos con suficientes conocimientos o tenemos creencias que limitan nuestro acercamiento a estos temas. Recuerda que platicar no es incitar y hablar sobre sexualidad con tus hijas e hijos o niñas, niños y adolescentes bajo tu cuidado no solo puede ayudar a prevenir un embarazo durante la adolescencia, también ayuda a prevenir situacio-

nes de riesgo, abuso y violencia sexual. Tú eres y serás siempre la mejor guía y el mejor refugio de

**¡Actuemos juntas
y juntos por los
Derechos Sexuales
de Niñas, Niños
y Adolescentes!**



Embarazo en adolescentes.

Se denomina embarazo en adolescentes al embarazo que se produce en una mujer durante la etapa de la adolescencia. Sin embargo, cuando se habla de una adolescente 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 el embarazo infantil está relacionado con la venta de niñas por usos y costumbres, matrimonio forzado, relaciones con hombres mayores de edad o explotación sexual comercial.



Problemáticas asociadas al embarazo en adolescentes:

- ✓ Limitaciones para el desarrollo y autonomía personal.
- ✓ Problemas emocionales como confusión, estrés, negación, ansiedad, preocupación, por mencionar sólo algunas.
- ✓ Discriminación o rechazo por parte de la familia, la escuela o la comunidad.
- ✓ Desigualdad de género, como: la creencia de que todas las responsabilidades de cuidado del bebé y la responsabilidad del uso de métodos anticonceptivos o preservativos son de la madre, la idea de que una mujer con hijos vale menos o que una madre adolescente ya "echó a perder su vida".
- ✓ Problemas de salud de la madre como: anemia, infecciones en vías urinarias o de transmisión sexual, preeclampsia (hipertensión arterial), partos prematuros e incluso muerte fetal o maternal.

✔ Alta probabilidad de que la madre y el padre desmejoren sus calificaciones, abandonen la escuela o vean restringidas sus oportunidades y expectativas para estudiar una carrera profesional.

✔ Alta probabilidad de que madre y/o padre se incorporen a trabajos mal pagados, eventuales, informales, sin prestaciones laborales o expectativas a un futuro.

✔ Carga económica para las familias que, muchas veces, deben solventar los gastos de la madre, el padre y el bebé debido a la situación de desempleo de la pareja.

✔ Es posible que la madre se convierta en madre soltera debido a que el padre no acepta la responsabilidad del cuidado, la crianza y los gastos del bebé.

✔ Es muy probable que siendo una madre o padre adolescente aumente el número de hijos

que se tienen a lo largo de la vida. Lo anterior puede traducirse en la reducción de oportunidades para sus hijos y la reproducción de la pobreza.

✔ Tanto la madre como el padre pueden ser víctimas de diferentes tipos de violencia (insultos, golpes, amenazas, menosprecios, humillaciones, manipulaciones, etc.). Estas situaciones pueden provenir de la familia o el entorno, pero también puede suscitarse entre la pareja o de la pareja hacia los hijos.

Desigualdad de género en el embarazo en adolescentes

El embarazo durante la adolescencia afecta más a las niñas y las adolescentes en acceso a la educación, los servicios de salud sexual y reproductiva y las oportunidades de desarrollo personal y profesional. Esta afectación es mucho más profunda a edades tempranas, cuando las niñas y adolescentes no han desarrollado plenamente su madurez física y mental y no poseen estabilidad económica y familiar. Además, en los últimos años se ha identificado que el embarazo en niñas menores de 15 años está vinculado a situaciones de violencia sexual, venta por usos y costumbres, matrimonio forzado, relaciones con hombres mayores y explotación sexual comercial.

Diversos estudios demuestran que hay una alta probabilidad de que las madres de niñas y adolescentes embarazadas también fueron madres a temprana edad, lo que repercute en la reproducción intergeneracional de la pobreza, desigualdad, violencia, falta de oportunidades, de redes de apoyo y de un proyecto de vida que contemple diversas formas de desarrollo personal y profesional. Muchas niñas y adolescentes ven el embarazo como una posibilidad de construir la familia que no han tenido o como la transición a una vida adulta con mayor libertad e independencia de su núcleo familiar.

Cuadro de Reflexión.



El embarazo en niñas y adolescentes también está relacionado con desigualdades de género, la cual se expresa en relaciones de pareja de dominación, violencia y sumisión. Estas situaciones tienen su raíz en las concepciones tradicionales de roles y estereotipos femeninos y masculinos y del mito del amor romántico, los cuales atribuyen a la maternidad un papel central en la configuración de la identidad femenina y la limitación del ejercicio de una sexualidad libre y plena. Por tanto, la prevención de embarazos en este grupo social históricamente discriminado va más allá proporcionar información anticonceptiva y reproductiva, es necesario cuestionar los modelos tradicionales del género, promover la igualdad entre hombres y mujeres, facilitar herramientas para la identificación del sentido de vida y la construcción de un proyecto que contemple otras posibilidades de realización personal y profesional de niñas y adolescentes.

Seis creencias erróneas en torno al embarazo en adolescentes

Mito: Los embarazos en adolescentes suceden porque son irresponsables.

Realidad: No son irresponsables, en ocasiones se encuentran en situaciones de riesgo y relaciones forzadas, como las violaciones.

Mito: La educación sexual promueve el comienzo de la vida sexual a temprana edad.

Realidad: La educación sexual retrasa el inicio de prácticas sexuales y ayuda a reflexionar, decidir y ejercer una sexualidad libre y segura.

Mito: No debería haber tantos embarazos en adolescentes, porque están informados/as y tienen acceso a métodos anticonceptivos y de prevención de ITS.

Realidad: Aún existen obstáculos en el acceso a métodos anticonceptivos de forma informada y segura (puede ser por creencias erróneas, prejuicios sociales o falta de dinero). La educación sexual integral es la clave para el uso correcto.

Mito: Todas las adolescentes que se embarazan terminan deseando y aceptando la maternidad.

Realidad: La presión social, las creencias de la familia, pareja, escuela y comunidad obligan a las adolescentes embarazadas a aceptar la maternidad y, en ocasiones, se les impide quejarse de las consecuencias emocionales, físicas y económicas de ser madre a su edad.

Mito: La prevención y embarazo en adolescentes es responsabilidad y obligación de la mujer.

Realidad: El cuidado de la salud sexual y reproductiva es de ambos. La mujer puede usar un método anticonceptivo y el hombre siempre usar condón, así el riesgo de vivir un embarazo adolescente o adquirir una ITS es nulo y se protegen sus proyectos de vida.

Mito: El aborto siempre tiene consecuencias negativas para la salud de las adolescentes.

Realidad: Es importante diferenciar entre un aborto seguro y uno clandestino. Con la interrupción del embarazo seguro, las probabilidades de poner en riesgo su salud física son nulas.

¿Qué hacer para prevenir un embarazo durante la adolescencia?



- Confiemos en la capacidad de niñas, niños y adolescentes para elegir y tomar buenas decisiones.
- Acompañemos sus procesos de desarrollo físico, emocional y relacional con empatía y paciencia.
- Hablemos con naturalidad sobre sexualidad y motivemos a que expresen sus ideas, dudas, inquietudes y creencias.
- Evitemos replicar creencias y prejuicios sobre la sexualidad.
- Motivemos a que niñas, niños y adolescentes contemplen el ámbito sexual y reproductivo dentro de sus sueños y metas de vida.
- Enseñemos a identificar y gestionar sus emociones, a controlar sus impulsos y a poner límites cuando algo no les guste.
- Enseñemos a priorizar su bienestar físico y emocional y a través del autoconocimiento, la autoestima y el autocuidado.
- Fomentemos el respeto hacia sus cuerpos y el de las personas con las que se relacionen.
- Promovamos la igualdad entre mujeres y hombres.



Maternidad: una decisión personal

En muchas comunidades se mantiene la idea tradicional de que todas las mujeres deben ser madres, pero la maternidad no es una obligación. Todas las mujeres tenemos el derecho a decidir sobre nuestros cuerpos, nuestra sexualidad y nuestro proyecto de vida. Es necesario eliminar la creencia de que solo a través de la maternidad nos realizamos como mujeres, existen muchas otras formas de realización personal que no necesariamente se vinculan con la maternidad. Solo tu puedes decidir si quieres ser madre, cuántos hijos tener, cuándo y con quién quieres tenerlos.

Hablemos sobre sexualidad.

La sexualidad es una característica central del ser humano y está presente a lo largo de toda la vida. Incluye aspectos como el sexo, las identidades, los roles y estereotipos de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas y relaciones con otras personas (OMS, 2010).

Desafortunadamente, existen muchos tabúes e información imprecisa o mal intencionada al respecto. En muchas ocasiones la falta de confianza, el miedo o la poca capacidad que tenemos para dialogar con niñas, niños y adolescentes sobre estos temas hace que la única fuente de información y acompañamiento sea el internet, las redes sociales, series y programas de televisión, películas pornográficas o personas que no están lo suficientemente preparadas.

Esta situación orilla a niñas, niños y adolescentes a tener ideas erróneas sobre su sexualidad, a mantener relaciones sexuales de riesgo, a relacionarse con personas mal intencionadas, a ser víctimas de violencia, a ejercer violencia sobre otras personas, a ver su sexualidad y la de otras personas como algo sucio o negativo, a reprimirse, a no procurar su autocuidado, autoestima y autorrealización.

Nuestra responsabilidad como madres, padres o personas a cargo del cuidado implica esforzarnos por romper con tabúes, miedos e inseguridades y procurar el desarrollo libre, pleno y responsable de la sexualidad de niñas, niños y adolescentes. Hacerlo no es tarea fácil, pero, si lo pensamos un poco, la labor de cuidado y crianza es un reto constante y lo afrontamos por el amor y la alegría que nos brinda el bienestar de nuestras hijas e hijos.

Cuadro de Reflexión.

Recuerda que platicar no es incitar y hablar sobre sexualidad con tus hijas e hijos o niñas, niños y adolescentes bajo tu cuidado no solo puede ayudar a prevenir un embarazo durante la adolescencia, también ayuda a prevenir situaciones de riesgo, abuso y violencia sexual.



¡Tú eres y serás siempre la mejor guía y el mejor refugio de niñas, niños y adolescentes!

Hipersexualización de la niñez.

Es la exaltación de la sexualidad de niñas, niños y adolescentes por encima de cualquier otra de sus cualidades para obtener mayor reconocimiento social. Se manifiesta a través de expresiones de la sexualidad conforme a los estándares adultos de vestimenta, comportamiento, actitudes, aspiraciones, entre otros.

Ejemplos:

- Motivar y reconocer la belleza de una niña o adolescente por el uso de ropa “sexy”, maquillaje, uñas postizas o comportamientos sensuales y provocativos.
- Promover la competencia entre niñas y adolescentes por su belleza física, sus cualidades corporales o por el número de “pretendientes” o “novios” que tienen o podrían tener.
- Reconocer el valor de la masculinidad de un niño o adolescente por el número de “novias” que podría tener o por las cualidades físicas de las mismas.
- Promover que los niños y adolescentes vean a las niñas y adolescentes como objetos de reconocimiento social o placer sexual.
- Permitir que niñas, niños y adolescentes escuchen, vean y generen contenidos de índole erótica o sexual.
- Hacer fiestas infantiles con temáticas de personajes que generan contenido para personas adultas.



Consecuencias de la hipersexualización de la niñez:

- ⊗ Deshumaniza y convierte a niñas y mujeres en objetos sexuales.
- ⊗ Promueve que niños y hombres traten como objetos sexuales a niñas y mujeres.
- ⊗ Afecta la autopercepción y la autoestima de niñas, niños y adolescentes al no “encajar” en los estándares predominantes de belleza o sexualidad.
- ⊗ Acelera comportamientos sexuales a temprana edad.
- ⊗ Normaliza situaciones de abuso y violencia sexual.

Consejos para evitar la hipersexualización de la niñez

- ✓ Promueve la exaltación de todas las cualidades de niñas, niños y adolescentes.
- ✓ Fomenta actividades, comportamientos y expresiones de acuerdo a su edad y proceso de desarrollo.
- ✓ Procura el autorreconocimiento, autocuidado y autoestima en niñas, niños y adolescentes.
- ✓ Promueve el reconocimiento de la sexualidad como una característica natural de las personas.
- ✓ Evita hacer comentarios sobre el cuerpo o la sexualidad de niñas, niños y adolescentes.
- ✓ Evita incentivar el uso de maquillaje, tacones o vestimenta sensual en niñas y adolescentes.
- ✓ Evita presionar a niñas, niños y adolescentes para que tengan novia o novio.
- ✓ Evita promover actividades que fomenten la hipersexualización de la niñez (bailes, concursos, competencias, etc.)
- ✓ Evita consumir contenido que fomente la hipersexualización de la niñez.

Algunas recomendaciones para hablar sobre sexualidad

Recomendación	Lo que debemos evitar	Lo que debemos procurar	Ejemplo
Reconocer la capacidad de niñas, niños y adolescentes para entender y dialogar sobre este tema.	Pensar que niñas, niños y adolescentes son muy inmaduros, inocentes o incapaces de entender.	Hablar sobre el tema de acuerdo con su edad, inquietudes, dudas o situaciones que se les presentan.	Hablar de manera natural sobre la menstruación. Mencionar que no debe provocarnos vergüenza, asco o inseguridad y que es necesario que niñas y niños conozcamos sobre el tema.

Recomendación	Lo que debemos evitar ⊗	Lo que debemos procurar ☑	Ejemplo
Entender que la sexualidad implica aspectos físicos, emocionales, sociales y culturales.	Pensar que el cuidado sexual solo es evitar mantener relaciones sexuales o usar condón al hacerlo.	Fomentar el cuidado personal en el ámbito físico, emocional y social en cualquier tipo de relación erótica, afectiva y sexual.	Hablar sobre autoconocimiento, autocuidado, autoestima, autoexploración, respeto hacia nuestros cuerpos y el de las otras personas y recomendar siempre el uso de condón.
Acompañar el proceso de desarrollo sexual de niñas, niños y adolescentes.	Proyectar nuestras experiencias negativas pensando que también les pasarán a niñas, niños y adolescentes.	Compartir las experiencias positivas y negativas de nuestro proceso haciendo énfasis en lo positivo y recomendando alguna alternativa para evitar lo negativo.	Hablar del amor y desamor, de las formas adecuadas para relacionarse sexualmente con otras personas, de las formas de prevenir o evitar relaciones tóxicas y violentas.
Promover la igualdad entre hombres y mujeres.	Premiar o incentivar que los hombres ejerzan poder sobre las mujeres. Castigar o reprimir la libertad sexual de las mujeres.	Promover la igualdad entre hombres y mujeres en las relaciones eróticas, sexuales y afectivas.	Hablar con hombres y mujeres sobre la corresponsabilidad en el uso de métodos preservativos y anticonceptivos.
Promover el respeto a la diversidad sexual.	Expresarse negativamente, discriminar o violentar a las personas LGBTTIQ+.	Fomentar la empatía, respeto y solidaridad hacia las personas LGBTTIQ+.	Referirse con naturalidad hacia las relaciones entre personas del mismo sexo.
Promover la construcción de un proyecto de vida que contemple el ámbito sexual y reproductivo.	Pensar que hablar del aspecto sexual y reproductivo es un tema para personas mayores.	Procurar la reflexión e identificación de sueños, metas, planes y proyectos que niñas, niños y adolescentes quieren realizar y la forma en que el aspecto sexual y reproductivo deben contemplarse.	Hablar con niñas, niños y adolescentes sobre cuándo, cuántos y con qué tipo de persona quieren tener hijos. Enfatizar que la maternidad o paternidad no son el único medio de realización personal o la única forma de obtener libertad e independencia del núcleo familiar.

POR UNA VIDA SEXUAL LIBRE Y RESPONSABLE



Cuaderno Informativo para
madres, padres y personas
a cargo del cuidado de niñas,
niños y adolescentes

© **Secretaría de Igualdad Sustantiva entre
Mujeres y Hombres SISEMH**

Francisco de Quevedo 169, Col. Arcos Vallarta
Guadalajara, Jalisco, CP. 44130

<https://igualdad.jalisco.gob.mx>

Ivonne Osorio Rodríguez

Coordinación general

Janette Góngora Soberanes

Elaboración de contenidos

Ma. del Rosario Cecilia Tenorio Cruz

Diseño gráfico

Primera edición 2024

"Este producto es generado con recursos del Programa de Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las (los) autoras(es) del presente trabajo".

EJEMPLAR GRATUITO. PROHIBIDA SU VENTA.



Este programa se realiza con
recursos públicos de los programas de:



 Igualdad Sustantiva
entre Mujeres y Hombres



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



www.incluye.org



@incluyeac



Incluye AC

Este producto es generado con recursos del Programa de Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las (los) autoras(es) del presente trabajo.

Ejemplar Gratuito. Prohibida su Venta.