



Facultad de Medicina



# Boletín Sapiosex



Programa de Prevención de Embarazo en Adolescentes

Año 1

No. 5 Septiembre de 2023

## DÍA NACIONAL DE LA PREVENCIÓN DEL EMBARAZO EN ADOLESCENTES

Daniela Ixchel Márquez García, Mónica Beatriz Aburto Arciniega, Arelly Anayeli Mota Sánchez y Mayra Mahogany Torres Chaires

### ¿Por qué el 26 de septiembre?

Este día se conmemora en nuestro país el *Día Nacional de la Prevención del Embarazo en Adolescentes*, que fue instaurado por primera vez en 2006, con el propósito de sensibilizar a la población en general respecto a este tema que impacta la salud y el desarrollo social y económico [1].

### El embarazo adolescente es un fenómeno multifactorial

La Organización Mundial de la Salud [2], considera a la adolescencia como una etapa de la vida que va de los 10 a los 19 años, donde se presentan importantes cambios físicos, fisiológicos, psicológicos (personalidad e identidad) y de adaptación al medio en el que viven. Estos cambios exponen a este grupo de edad a presentar algunas conductas de riesgo con consecuencias como un embarazo no planificado a esta edad.

Las causas del embarazo adolescente son diversas, entre las que destacan: información insuficiente sobre salud sexual y reproductiva, vinculada a la falta de uso de métodos anticonceptivos; no contar con un proyecto de

vida que posponga la reproducción; el consumo de alcohol, tabaco y/o drogas relacionado con prácticas sexuales no protegidas; el ser víctima de abuso sexual, donde es poco posible negociar el sexo seguro; vivir en un entorno sociocultural donde no se promueve un plan de vida o que considera a la maternidad como uno [3].

Se reconoce que hasta el 80% de embarazos a esta edad son imprevistos y terminan ocasionando un impacto negativo sobre el estado físico, emocional, educativo y económico, principalmente de la adolescente embarazada [4].



Continúa...

## ¿SABÍAS QUÉ...?

1. De acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud <sup>[5]</sup>, América Latina tiene la segunda tasa de fecundidad en adolescentes más alta del mundo; se calcula que entre 2010 y 2015 se produjeron 66.5 nacimientos por cada 1000 adolescentes de 15 a 19 años, en comparación con 46 nacimientos por cada 1000 adolescentes en el mismo grupo etario en el resto del mundo.
2. En América Latina, cerca del 15% de los embarazos corresponden a adolescentes menores de 20 años <sup>[6]</sup>.
3. Una de cada 5 personas en México tiene entre 10 y 19 años, representando el 19% de la población (21.9 millones de adolescentes) <sup>[6]</sup>.



4. En México se registran 365 mil nacimientos en adolescentes de 15 a 19 años y 1 de cada 6 nacimientos ocurre en mujeres menores de 20 años <sup>[7]</sup>.

*Continúa...*

## ¿SABÍAS QUÉ...?

5. La edad promedio de inicio de vida sexual en el grupo de 15 a 19 años es de 17.5 años y en nuestro país la tasa de fecundidad es de 70.6 nacimientos por cada mil mujeres <sup>[8]</sup>.
6. Los métodos más utilizados por adolescentes de 15 a 19 años son los no hormonales (69.4%), como el condón externo y el DIU de cobre.
7. En el grupo de 15 a 19 años, 4 de cada 10 adolescentes no utilizan métodos anticonceptivos en su primera relación sexual y el 45% de éstos se embarazan <sup>[8]</sup>.

## ¿Dónde adquirir métodos anticonceptivos gratuitos?

- ▶ En nuestro país, la Secretaría de Salud cuenta con los Servicios Amigables para Adolescentes en las unidades médicas.

Estos espacios son diseñados especialmente para ofrecer atención en materia de salud sexual y reproductiva. Ahí, puedes recibir atención médica y psicológica, información y orientación-consejería para elegir el mejor método anticonceptivo para ti. Puedes elegir entre métodos de barrera, hormonales e incluso quirúrgicos. ¡Son gratuitos!

Lo más importante es que no hay requisitos y cualquier adolescente y/o joven puede acudir a su Servicio Amigable o Centro de Salud más cercano para obtener tanto información y orientación como el método que necesiten.

Actualmente, se cuenta con 3,283 servicios en las 32 entidades federativas. ¡Encuentra el más cercano a ti!

[https://drive.google.com/file/d/1E-ssrU\\_jTr\\_dG3nxH\\_764Ybe0g7Z754C/view?usp=sharin](https://drive.google.com/file/d/1E-ssrU_jTr_dG3nxH_764Ybe0g7Z754C/view?usp=sharin)



- ▶ También, lo puedes conseguir en las Unidades de Medicina Familiar del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), aunque no seas derechohabiente.

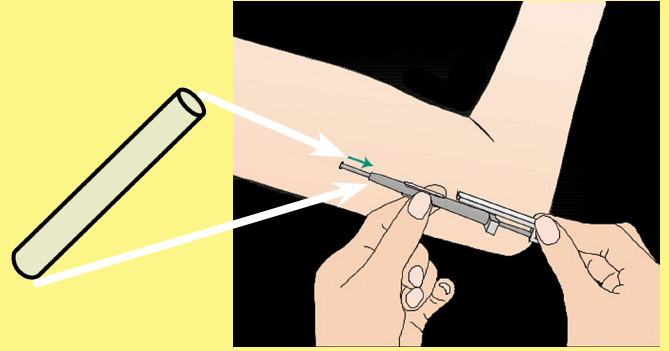
En las Unidades se cuenta con una amplia variedad de métodos anticonceptivos, te brindarán consejería en planificación familiar para que adquieras el método de acuerdo a tu estado de salud, necesidades y expectativas reproductivas <sup>[9]</sup>. Ubica la más cercana a tu domicilio.

*Continúa...*

## ¿SABÍAS QUÉ...?

El método anticonceptivo más solicitado en el país por adolescentes y jóvenes es el **implante subdérmico**.

Tanto el implante como todos los métodos anticonceptivos de larga duración y permanentes; así, como condones masculinos y femeninos están disponibles en tu unidad de salud más cercana de manera gratuita.



## ¡Tengo derecho a la información!

Para proteger la libertad de las personas a decidir sobre su sexualidad y el ejercicio libre, informado y saludable de ésta, se crearon los Derechos Sexuales y Reproductivos. Son catorce y forman parte de los Derechos

Humanos, cada uno explicado y sustentado en el marco jurídico vigente, contenidos en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos [10].

Conócelos y ejércelos:

# ¡YO EJERZO MIS DERECHOS!

**CONTENIDO**  
Los derechos sexuales y reproductivos son derechos humanos y hacen referencia a la facultad que tienen todas las personas, sin distinción alguna, a tomar decisiones sobre su propia sexualidad.

México cuenta con la **Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes**, la cual contempla catorce derechos:

- 1** Decidir de forma libre, autónoma e informada sobre su cuerpo y sexualidad de acuerdo con su desarrollo y edad.
- 2** Ejercer y disfrutar plenamente su sexualidad como práctica de una vida plena, protegida y placentera, sin lesionar ni forzar la voluntad propia y ajena.
- 3** Manifestar públicamente sus afectos sin prejuicios, discriminación ni violencia, respetando la diversidad sexual.
- 4** Decidir libremente con quién o quiénes se relacionan afectiva, erótica y socialmente sin coacción ni obligación.
- 5** A que se respete su privacidad e intimidad resguardando confidencialmente su información personal sin importar la índole.
- 6** A la vida, a la integridad física, psicológica y sexual, a vivir libres de violencia, con dignidad, integridad y libertad.
- 7** A decidir de manera libre e informada sobre su vida reproductiva, cuándo y cuántos hijos e hijas tener, sin que exista impedimento.
- 8** A la igualdad, a vivir libres de prejuicios y estereotipos de género que limiten sus capacidades, prácticas y ejercicio pleno de los derechos.
- 9** A vivir libres de discriminación al expresar su identidad sexual y cultural, así como forma de vivir y ejercer la sexualidad.
- 10** A la información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad, y poder tomar decisiones libres de estereotipos, prejuicios o culpas.
- 11** A la educación integral en sexualidad basada en evidencia científica y en el marco de los derechos humanos, con perspectiva de género y pertenencia cultural.
- 12** A servicios de salud sexual y reproductiva confiables, amigables, gratuitos y con pertinencia cultural, sin ser negados por la ausencia de padre, madre o tutor legal.
- 13** A la identidad sexual, a construir, decidir y expresar su identidad de género, orientación sexual e identidad política.
- 14** A la participación en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción, dialogando, creando y proponiendo acciones que contribuyan a su salud y bienestar.

<https://www.gob.mx/conapo/documentos/cuaderno-yo-decido-mi-futuro>  
<https://www.gob.mx/conapo/documentos/cartilla-de-los-derechos-sexuales-de-adolescentes-y-jovenes>

An illustration of a young man and woman sitting together. The woman is holding a smartphone and looking at it, while the man sits next to her, looking towards the phone. There are hearts floating above them, suggesting a romantic relationship.

## El gran reto

En enero de 2015, se implementó la Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo en Adolescentes (ENAPEA); su objetivo principal es reducir el número de embarazos en adolescentes en México, respetando los derechos humanos, haciendo énfasis en los derechos sexuales y reproductivos, para alcanzar en el 2030 dos metas <sup>[4]</sup>:

- Disminuir a cero los nacimientos en niñas de 10 a 14 años.
- Reducir en 50% la tasa específica de fecundidad en adolescentes de 15 a 19 años.

Para alcanzar estos objetivos se deben sumar los esfuerzos de las diversas instituciones de salud, educativas y organizaciones civiles. Te compartimos algunas de ellas y sus propósitos o actividades:

1. Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva (CNEGSR).

Oferta de asesoría en línea en materia de salud sexual reproductiva:

### ● Chat ¿Cómo le hago?

Ofrece atención en tiempo real en línea a población adolescente y joven; brinda información y atención de dudas sobre salud sexual y reproductiva; así, como atención psicológica por consejeros y consejeras expertos. También, refiere a servicios especializados.

**Horarios de atención:** Lunes a viernes de 8:00 a 22:00 horas; sábados, domingos y días festivos, de 8:00 a 20:00 horas <sup>[1]</sup>.

**Puedes consultarlo aquí:**

<https://comolehago.org/chat/comolehago/inicio-sesion>



**¡Escanea este código!**



Accede al chat para resolver tus dudas sobre salud sexual y reproductiva.

## Recuerda

En el caso de que alguien vulnere tus derechos puedes acudir a la Comisión Nacional o Estatal de Derechos Humanos para que te asesoren y apoyen.

Consulta el procedimiento en el siguiente link: <https://www.cndh.org.mx/cndh/como-presentar-una-queja>

*Continúa...*

2. El Consejo Nacional de Población (CONAPO) impulsa la campaña “Yo decido” que busca un cambio cultural y brindar información para que la población adolescente ejerza su sexualidad con libertad y responsabilidad. <https://www.gob.mx/conapo/documentos/cuaderno-yo-decido-mi-futuro>
3. El Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES) promueve y fomenta las condiciones que posibilitan la no discriminación, la igualdad de oportunidades y de trato entre los géneros; el ejercicio pleno de todos los derechos de las mujeres y su participación igualitaria en la vida política, cultural, económica y social del país. <https://www.gob.mx/inmujeres/que-hacemos>
4. En la UNAM, tenemos los siguientes Programas, en Ciudad Univesitaria:

#### a) Programa de Sexualidad Humana (Prosexhum)

Se centra en la educación integral de la sexualidad y la promoción de la salud sexual de la comunidad universitaria y diversos sectores sociales en el marco de los derechos humanos y equidad de género. Lo puedes ubicar en el Sótano del edificio “C”, Cubículo 18 (Posgrado) de la Facultad de Psicología.

Síguelos en:

- FaceBook: Programa de Sexualidad Humana - Prosexhum
- Instagram y X: prosexhum\_unam




#### b) Servicio de Orientación en Salud (S.O.S)

Se ubica en el Centro Médico Universitario (a un lado de la alberca olímpica). Su objetivo es dar orientaciones, consejerías y asesorías a toda la comunidad universitaria, acerca de temas relacionados con la salud sexual y reproductiva (infecciones de transmisión sexual, embarazo no planeado, métodos anticonceptivos); cuenta con atención personalizada vía telefónica y correo electrónico:

- sos@unam.mx
- Teléfono: 55 56 22 01 27

#### c) Programa de Prevención de Embarazo en Adolescentes (PPEA)

A través de talleres promueve el aumento del conocimiento en temas de salud sexual y reproductiva en estudiantes adolescentes de educación superior y medio superior. Ofrece capacitaciones (presenciales y virtuales) en: colocación correcta del condón masculino y femenino; gestión menstrual; prevención y riesgo de las Infecciones de Transmisión Sexual y uso de métodos anticonceptivos hormonales. Está ubicado en el Basamento del Edificio “G” de la Facultad de Medicina. Puedes contactarlos en:

- Correo: ppea@unam.mx
- FaceBook: @SinCondonYoNo
- Página web: <http://di.facmed.unam.mx/ppea.php>
- Instagram: ppea\_facmed\_unam 



## Referencias

- [1] Consejo Nacional de la Población [CONAPO]. 26 de Septiembre, Día Mundial para la Prevención del Embarazo no planificado en Adolescentes. (2017, 27 Septiembre) [http://www.conapo.gob.mx/en/CONAPO/26\\_de\\_Septiembre\\_2013\\_Dia\\_Mundial\\_para\\_la\\_Prevencion\\_del\\_Embarazo\\_No\\_Planificado\\_en\\_Adolescentes](http://www.conapo.gob.mx/en/CONAPO/26_de_Septiembre_2013_Dia_Mundial_para_la_Prevencion_del_Embarazo_No_Planificado_en_Adolescentes)
- [2] Organización Mundial de la Salud [OMS]. La salud de los adolescentes y los adultos jóvenes. (2023, 28 de Abril) <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
- [3] Flores-Valencia, M. E., Nava-Chapa, G., & Arenas-Monreal, L. Embarazo en la adolescencia en una región de México: un problema de Salud Pública. *Revista de Salud Pública*, (2017) 19, 374-378. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0124-00642017000300374](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-00642017000300374)
- [4] Kuri-Morales, P., Guevara-Guzmán, R., Phillips-Gutiérrez, V., Mota-Sánchez, A., & Díaz Olavarrieta, C. Panorama nacional del embarazo precoz en México: lecciones aprendidas en un sexenio. *Gac Med Mex*, (2020) 156, 151-156. <https://pdfs.semanticscholar.org/e119/49dfd3fb03f6344ae8351e90f3f2096f637f.pdf>
- [5] Organización Panamericana de la Salud [OPS]. La salud de los adolescentes y jóvenes en la Región de las Américas: la aplicación de la estrategia y el plan de acción regionales sobre la salud de los adolescentes y jóvenes (2010-2018). Washington, D.C. (2018)
- [6] Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI]. Estadísticas a propósito del día internacional de la niña. (2022, 10 de Octubre) [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2022/EAP\\_DiaNina22.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2022/EAP_DiaNina22.pdf)
- [7] Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI]. Estadísticas a propósito del día mundial para la prevención del embarazo no planificado en adolescentes (datos nacionales). (2021, 23 de Septiembre). [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2021/EAP\\_Embarazos21.pdf](https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2021/EAP_Embarazos21.pdf)
- [8] Secretaría de Salud y Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva [CNEGSR]. Guía para la Prescripción de Métodos Anticonceptivos de Acción Prolongada (ARAP) en la Población Adolescente. (2021) <https://mexico.unfpa.org/es/publications/gu%C3%ADa-para-la-prescripci%C3%B3n-de-m%C3%A9todos-anticonceptivos-reversibles-de-acci%C3%B3n-prolongada>
- [9] Instituto Mexicano del Seguro Social [IMSS]. Planificación Familiar. (2016, 16 de julio) <http://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/planificacion-familiar>
- [10] Comisión Nacional de los Derechos Humanos [CNDH]. Cartilla de los Derechos Sexuales de los Adolescentes y Jóvenes. (2016) <https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/Programas/VIH/Divulgacion/cartillas/Cartilla-Derechos-Sexuales-Adolescentes-Jovenes.pdf>
- [11] Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva [CNEGSR]. Chat ¿Cómo le hago?. (2022, 23 de septiembre). <https://www.gob.mx/salud/cnegsr/acciones-y-programas/chat-como-le-hago>



**BOLETÍN SAPIOSEX**, Año 1, Número 5, septiembre de 2023. Publicación mensual de acceso abierto, editada por la Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad Universitaria, Av. Universidad 3000, Coyoacán, 04510, Ciudad de México, a través del Programa de Prevención de Embarazo en Adolescentes de la División de Investigación de la Facultad de Medicina, Torre de Investigación, edificio "H", primer piso, Circuito Escolar s/n, Ciudad Universitaria, Coyoacán, 04510, Ciudad de México. Teléfono: 55 5623 2153.

<https://boletinsapiosex.facmed.unam.mx>  
[sapiosex@unam.mx](mailto:sapiosex@unam.mx)

Editor responsable: Dra. Mónica Beatriz Aburto Arciniega. Certificado de Reserva de Derechos al uso Exclusivo del Título: 04-2023-092217040500-106, ISSN: en TRÁMITE, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor.

Responsable de la última actualización de este número, Programa de Prevención de Embarazo de la Facultad de Medicina, María Elena González Robles, Torre de Investigación, edificio "H", primer piso, Circuito Escolar, Ciudad Universitaria, Coyoacán, 04510, Ciudad de México. Fecha de la última modificación: 13 de septiembre de 2023.

El contenido de los artículos es responsabilidad de los autores y no refleja el punto de vista del editor del boletín ni de la UNAM.

Se autoriza cualquier reproducción total o parcial de los contenidos de la publicación, siempre y cuando sea sin fines de lucro o para usos estrictamente académicos, citando la fuente completa y la dirección electrónica de la publicación.