## "Plan de Continuidad Pedagógica"

No hace falta imprimir

**Actividad:** Cuanto más sepan es mejor.

**(Sugerida para ciclo básico-hacer en familia)**

## ESTIMADAS FAMILIAS

Cuando empiezan los noviazgos entre adolescentes, también empiezan las preocupaciones en las familias: ¿tendrán relaciones? ¿Sabrán cómo cuidarse? No hablamos de esto con mucha frecuencia.

¿Por qué nos intranquiliza tanto la posibilidad de un embarazo? Hay muchas razones: queremos que disfruten la juventud, que puedan estudiar, trabajar, elegir con tranquilidad el camino... y ser padres y madres adolescentes no es algo fácil de llevar. Tal vez lo sabemos por experiencia propia o por lo que le pasó a gente cercana. Durante esta etapa es difícil asumir con responsabilidad la crianza de los hijos.

Es común que las parejas de padres y madres adolescentes transformen sus vidas y las de sus familias. Muchas veces abandonan los estudios o tienen más problemas para conseguir trabajo. Por eso, es bueno hablar en familia, tanto con los varones como con las mujeres, sobre estos temas. Si nunca lo hicimos, no nos desanimemos: siempre es buen momento para empezar.

# QUIERO DARTE INFORMACIÓN

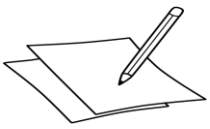
## Otro tema a tratar son los métodos anticonceptivos.

Para orientarlos, es indispensable que nos informemos bien nosotros los adultos sobre los métodos anticonceptivos. En el centro de salud más cercano podrán asesorarnos y también a los chicos y chicas, si van a consultar

- Recordemos siempre que el **preservativo** es el método que, además de prevenir el embarazo no deseado, previene las enfermedades de transmisión sexual. Da lo mismo si se trata de varones o mujeres: con ambos hay que conversar de estas cuestiones ya que el cuidado y la prevención son responsabilidades de chicos y chicas.

- También es importante que sepan que, en caso de rotura u olvido del método anticonceptivo, en los primeros 5 días es posible tomar la pastilla de anticoncepción hormonal de emergencia (AHE), que se brinda gratis en hospitales y centros de salud. Esta pastilla retrasa la ovulación y espesa el moco del cuello del útero para impedir que el espermatozoide se encuentre con el óvulo y así evitar el embarazo. Si el embarazo ya se produjo, la AHE no afecta en nada al embrión, es decir, el embarazo puede continuar su desarrollo normal.

## ADEMÁS...



**Este es un mensaje claro para transmitirles. Y si los y las adolescentes se convierten en padres y madres, estas nuevas responsabilidades no tienen que hacerlos abandonar sus sueños y proyectos. Aunque tengan que resignar algunas cosas, siguen necesitando divertirse, estar con sus amigos y amigas, estudiar y planificar su futuro. Las familias podemos ayudarlos y acompañarlos en esta nueva y compleja etapa.**

## Actividades

1.Te propongo que realices un escrito breve sobre como proyectarías tu vida en los 10 años próximos... cuales con tus sueños y aspiraciones... que te gustaría hacer.

2. Te propongo que pienses qué lugar ocupa tu familia, amigos, y por qué no alguna pareja...

**Te propongo que realicemos en familia la siguiente actividad.**

Cada uno en una responda las siguientes preguntas

1. ¿Qué MAC conocen? (método anticonceptivo)
2. ¿Dónde aprendiste sobre los MAC?
3. ¿Cómo obtienes información frente a tus dudas referidas a los MAC?
4. ¿Cómo obtendrías insumos, en caso de necesitarlo?
5. ¿Qué método elegirías y por qué??

**Si te falta o consideras que te gustaría investigar sobre algún método en particular te invito a que lo escribas y busques en internet información en las páginas autorizadas o del Ministerio de Salud (www.hablemosdetodo.gob.ar )así cuando nos veamos tenemos material para trabajar y despejar dudas.**

Podes hacer un folleto informativo para compartir con tus compañeros.

Pero mostrarle primero a tu profe para que corrobore la información.

Tienen que saber que:

• Existen servicios de consejería en salud sexual y reproductiva donde informarse y acceder gratis a los métodos anticonceptivos.

• La línea de Salud Sexual 0800 222 3444 brinda atención a toda la población y facilita el acceso a los servicios de salud sexual y reproductiva en todo el país.

• En las guardias puede solicitarse la anticoncepción hormonal de emergencia.

• Las y los adolescentes tienen derecho a recibir información y métodos anticonceptivos incluso si concurren solos.

• En caso de interrupción del embarazo, es importante que la adolescente concurra de inmediato para ser atendida a fin de evitar infecciones que ponga en riesgo su vida.

¡POR ULTIMO!

## Asesoras en Salud Integral:

- Maira Vilchi – Escuela N°91, 74 y anexo I tel: 3834354102