

7.^º GRADO PREVENCIÓN DEL EMBARAZO

En esta lección, los estudiantes explorarán los diversos métodos utilizados para prevenir el embarazo. El maestro presentará recursos médicaamente exactos sobre la prevención del embarazo y la atención de la salud reproductiva. Los estudiantes explicarán los beneficios para la salud, los riesgos y la eficacia de la abstinencia y la anticoncepción. Los estudiantes enumerarán los pasos para el uso efectivo de un condón masculino y describirán las ventajas y desventajas de su uso. Finalmente, los estudiantes demostrarán y practicarán el uso de la comunicación asertiva para mantener la abstinencia y el uso de anticonceptivos.

OBJETIVOS DEL DÍA DE HOY

- Definir prevención del embarazo.
- Explicar los beneficios para la salud, los riesgos y el porcentaje de eficacia de la anticoncepción.
- Examinar las influencias y cómo los comportamientos de riesgo afectan los comportamientos sexuales.
- Comunicarse de manera efectiva para mantener la abstinencia y el uso de anticonceptivos, incluidos los condones.

NOTAS DEL MAESTRO: CREAR UN ESPACIO SEGURO

- Tiempo estimado: 5 minutos
 - Activar los conocimientos previos/la participación
-
1. Empiece la lección estableciendo reglas básicas que conduzcan a un espacio “más seguro”
 2. Debido al carácter delicado de estos temas, recuérdelles a los estudiantes que eviten hablar de las experiencias de sus compañeros de clase.
 3. Deje que los estudiantes sugieran reglas o límites propios para que la clase esté atenta durante la discusión.

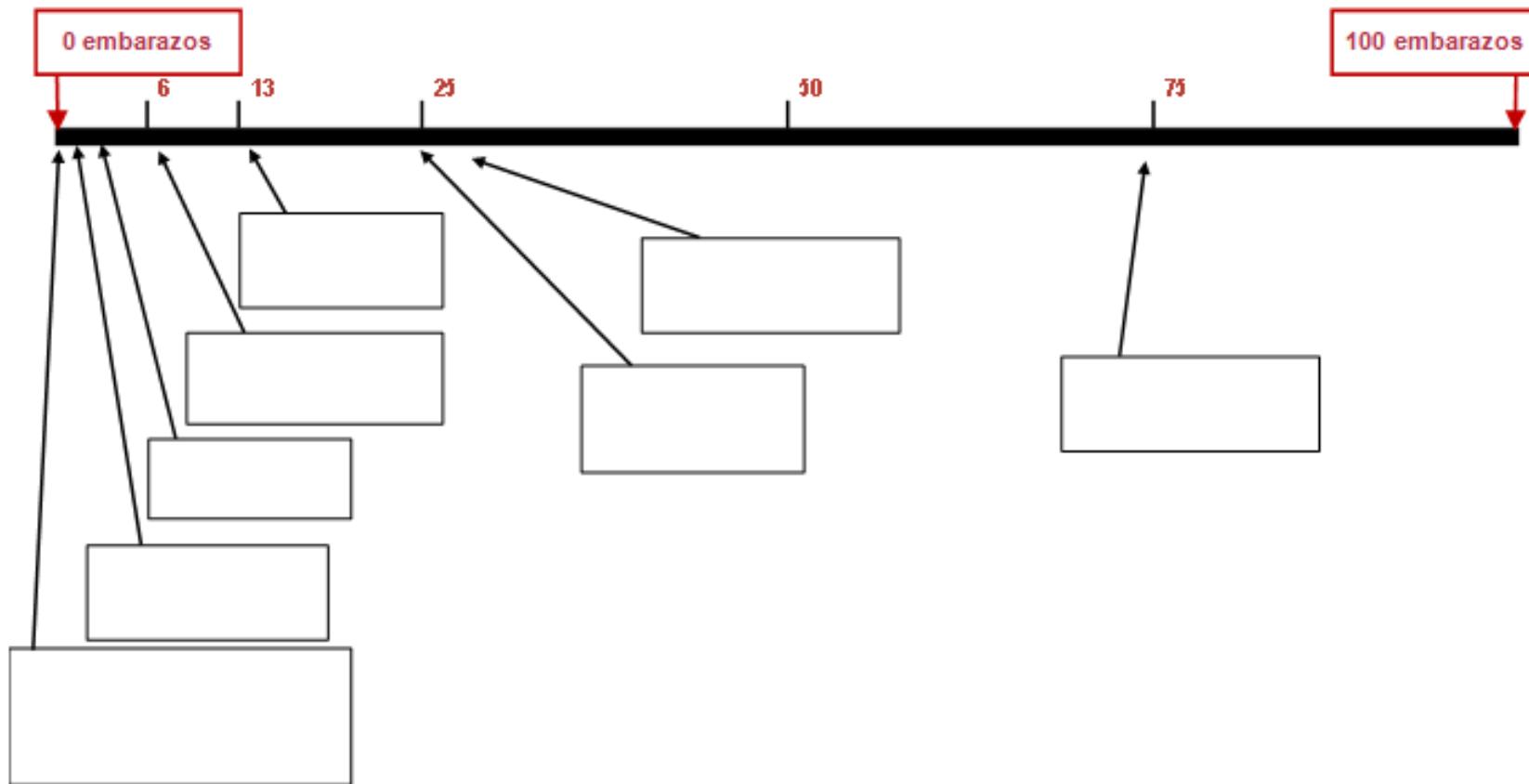
CREAR UN ESPACIO SEGURO

¿Cuáles son algunas de las reglas básicas que podemos acordar para hacer de este un espacio seguro para hablar de un tema delicado?

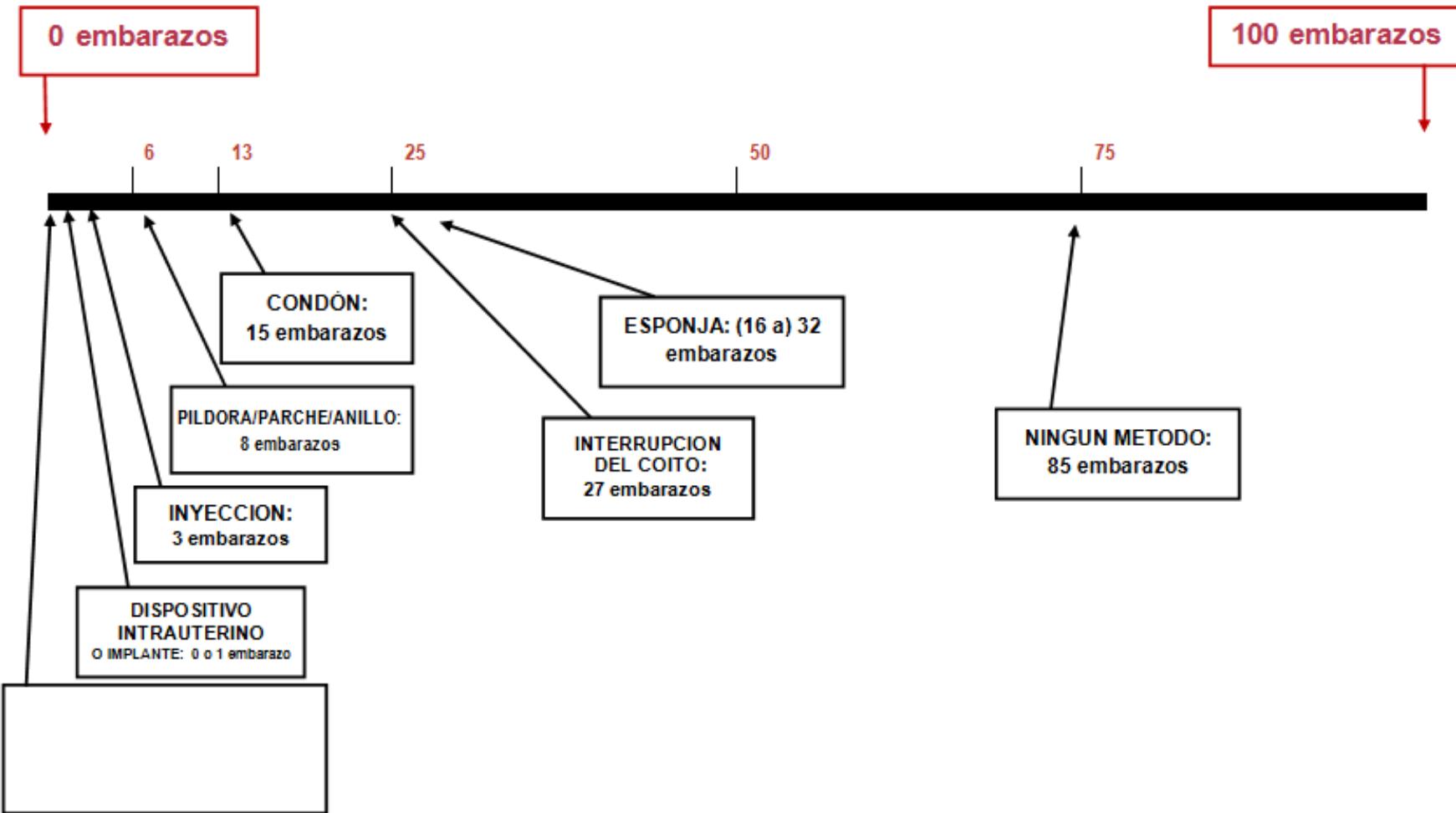
NOTAS DEL MAESTRO: DIVERSOS MÉTODOS DE PREVENCIÓN DEL EMBARAZO

- Tiempo estimado: 15 minutos
1. Los estudiantes deben completar la línea numérica a medida que el maestro explica la información para documentar el riesgo y la eficacia de los diversos métodos.

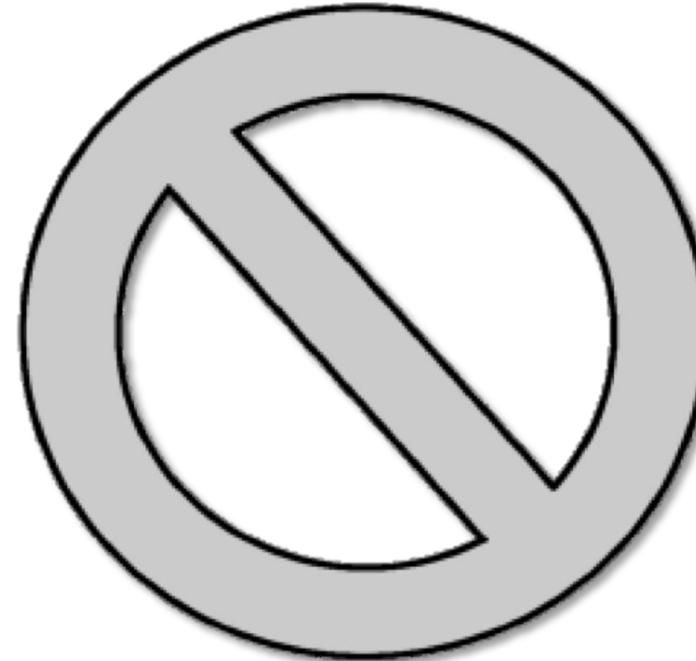
De 100 parejas que utilizan este método, ¿cuántas estarán EMBARAZADAS al final del primer año?



De 100 parejas que utilizan este método, ¿cuántas estarán EMBARAZADAS al final del primer año?

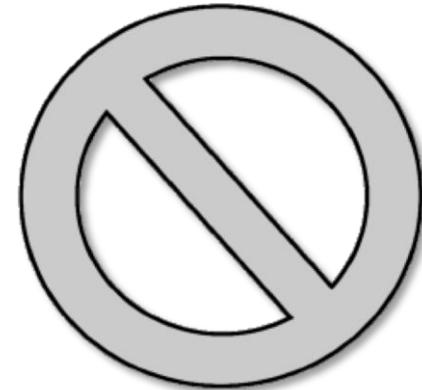


BIG
DECISIONS



ABSTINENCIA

ABSTINENCIA



¿Qué es?

- ➔ **No tener sexo**

¿Cómo funciona?

- ➔ **No entra esperma en la vagina**

Ventajas

- ➔ **Gratis**
- ➔ **100% efectiva**
(si se usa de manera constante y correcta)

Desventajas

- ➔ **¿Alguna?**

BIG DECISIONS

ABSTINENCIA

SI se usa DE MANERA CONSTANTE Y CORRECTA

CERO / 100

0 de 100 parejas EMBARAZADAS en el primer año



*Sexo sin usar
NINGÚN MÉTODO*
("cruzando los dedos")

Tener sexo sin usar NINGÚN MÉTODO



¿Qué es?

- Tener sexo y simplemente esperar que no se produzca un embarazo

¿Cómo funciona?

- ¡No funciona!

Ventajas

- Está bien si ya estás preparada/o para ser madre o padre

Desventajas

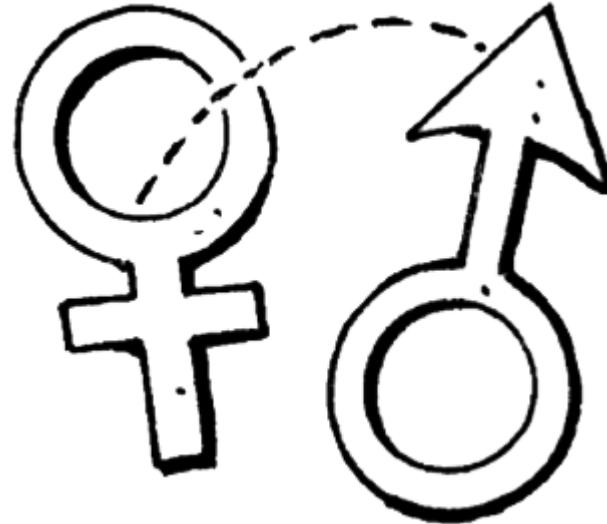
- No controlas la situación
- Es posible que se provoque un embarazo antes de que estés preparada/o
- No tienes protección contra STD

BIG
DECISIONS

Tener SEXO sin usar
NINGÚN MÉTODO
“cruzando los dedos”



85 / 100

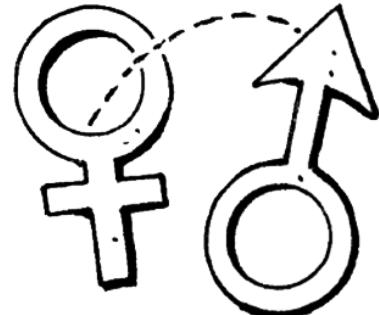


INTERRUPCIÓN DEL COITO ("salirse antes")

INTERRUPCIÓN DEL COITO

¿Qué es?

- El hombre retira el pene antes de “llegar”



¿Cómo funciona?

- No entra esperma en la vagina

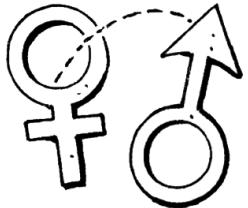
Ventajas

- **Gratis**

Desventajas

- No es tan eficaz como otros métodos
- Requiere mucho autocontrol por parte del hombre
- No tienes protección contra STD

BIG
DECISIONS



INTERRUPCIÓN DEL COITO ("salirse antes")

27 / 100

27 de 100 parejas EMBARAZADAS en el primer año

BIG
DECISIONS



ESPONJA

ESPONJA



¿Qué es?

- ➔ **Esponja blanda con espermicida**
- ➔ **Se coloca en la vagina antes de mantener la relación sexual**
 - ➔ Permanece por lo menos 6 horas después de la relación

¿Cómo funciona?

- ➔ **Mata los espermatozoides, impide la entrada de los espermatozoides al útero**

Ventajas

- ➔ **No se necesita receta médica**

Desventajas

- ➔ **No es tan eficaz como otros métodos**
- ➔ **Menos eficaz para las mujeres que han tenido hijos**
- ➔ **No tienes protección contra STD**

ESPONJA



16 / 100

16 a 32 parejas de 100 parejas EMBARAZADAS en el primer año

BIG
DECISIONS



CONDÓN

CONDÓN

¿Qué es?

- ➔ **Cubierta de látex**
- ➔ **Cubre el pene durante el contacto con tu pareja**



¿Cómo funciona?

- ➔ **Barrera: no entra esperma en la vagina**

Ventajas

- ➔ **Reduce el riesgo del VIH y otras enfermedades de transmisión sexual**
- ➔ **No se necesita receta médica**

Desventajas

- ➔ **Se puede resbalar o romper (1 a 3 veces de cada 100)**
- ➔ **Debe emplearse correctamente, ¡CADA vez!**

CONDÓN

Otras cosas que se deben saber

¿De qué tipo?

- ➔ Los de LÁTEX (goma) son los más efectivos
- ➔ Los condones “de piel” NO previenen las STD
- ➔ Los condones de poliuretano pueden ser usados por las personas alérgicas al látex

Condón femenino

- ➔ Hecho de poliuretano
- ➔ Se usa en la vagina
- ➔ Más caro, pero no tan eficaz



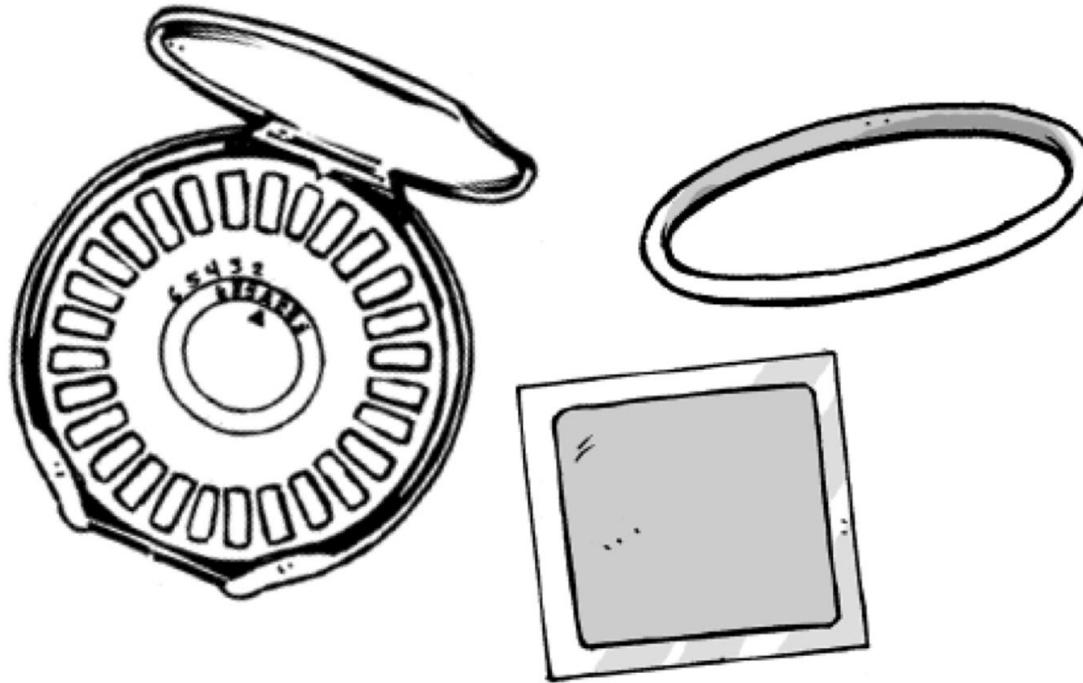
CONDÓN



15 / 100

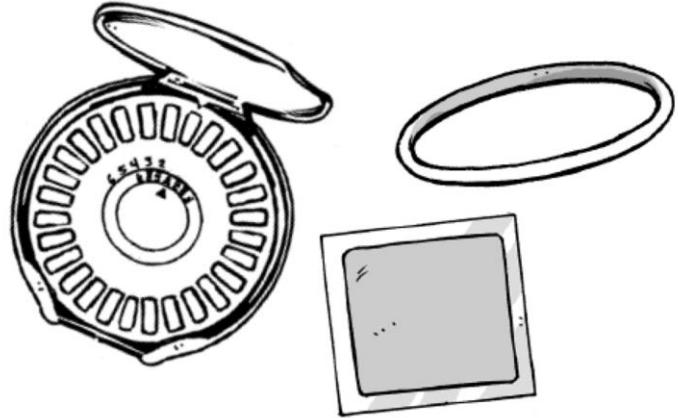
15 de 100 parejas EMBARAZADAS en el primer año

BIG
DECISIONS



PÍLDORA, PARCHE,
ANILLO

PÍLDORAS, PARCHES y ANILLOS



¿Qué son?

- ➔ **2 hormonas: estrógeno y progestina**
- ➔ **La PÍLDORA se toma una vez al día**
- ➔ **El PARCHE se utiliza sobre la piel durante 1 semana**
- ➔ **El ANILLO se usa en la vagina durante 3 semanas**

¿Cómo funciona?

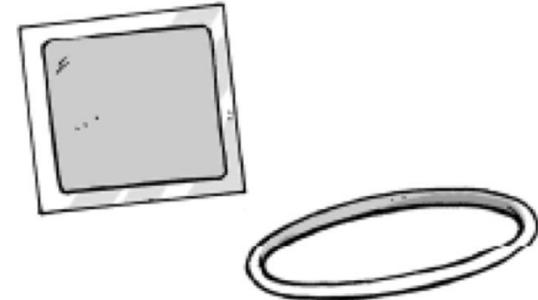
- ➔ **Las hormonas en el torrente sanguíneo “desactivan” los ovarios**
- ➔ **No se libera el óvulo del ovario**

PÍLDORAS, PARCHES, ANILLOS

Otras cosas que se deben saber

Ventajas

- ➔ **Muy eficaces**
- ➔ **Es raro que haya efectos secundarios**
- ➔ **Reduce el riesgo de 2 cánceres, anemia**
- ➔ **Ayuda con los calambres y el acné**



Desventajas

- ➔ **No tienes protección contra STD**
- ➔ **Se necesita receta médica**
- ➔ **Algunas mujeres presentan efectos secundarios**
- ➔ **Usualmente NO hay aumento de peso**



**BIG
DECISIONS** ↑



PÍLDORA, PARCHE
o ANILLO



8 / 100

8 de 100 parejas EMBARAZADAS en el primer año

BIG
DECISIONS



INYECCION

INYECCIÓN



¿Qué es?

- ➔ Una inyección que se administra cada 3 meses
- ➔ Una dosis importante de la hormona progestina

¿Cómo funciona?

- ➔ La hormona en el torrente sanguíneo “desactiva” los ovarios
- ➔ No se libera el óvulo del ovario

INYECCIÓN: Otras cosas que se deben saber

Ventajas

- ➔ **Muy eficaces**
- ➔ **Una inyección dura 3 meses**



Desventajas

- ➔ **No tienes protección contra STD**
- ➔ **Se necesita receta médica**
- ➔ **Algunas mujeres presentan efectos secundarios**
- ➔ **Sangrado irregular, aumento de peso**



INYECIÓN



3 / 100

3 de 100 parejas EMBARAZADAS en el primer año



IMPLANTE

IMPLANTE



¿Qué es?

- ➔ Varilla de plástico flexible (del tamaño de un cerillo)
- ➔ Se coloca debajo de la piel del brazo de la mujer
- ➔ Libera la hormona progestina en un período de 3 años
- ➔ Se puede retirar antes, si se desea

¿Cómo funciona?

- ➔ La hormona en el torrente sanguíneo impide que el ovario libere un óvulo

IMPLANTE

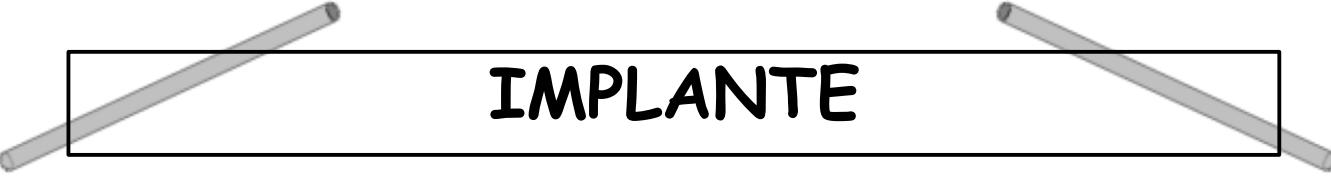


Ventajas

- ➔ **Extremadamente eficaz**

Desventajas

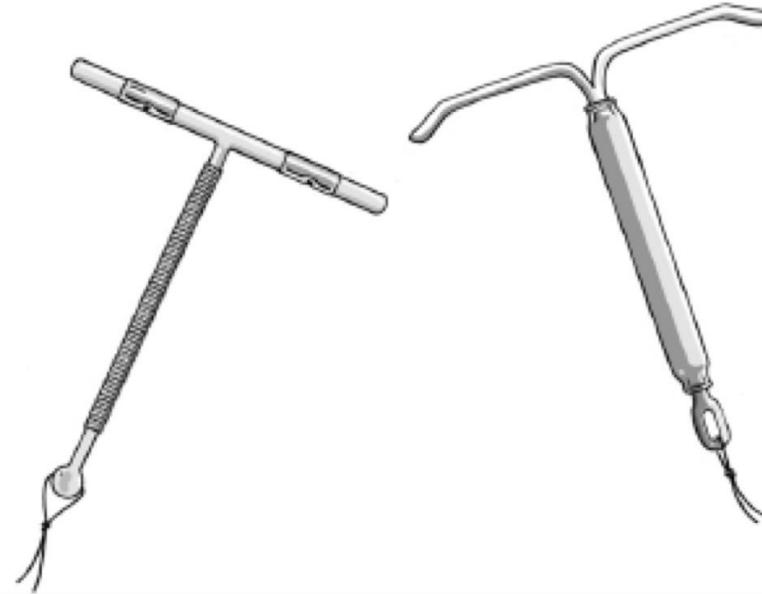
- ➔ **Requiere receta médica y una cirugía menor**
- ➔ **No tienes protección contra STD**
- ➔ **Es común que haya sangrado irregular**



IMPLANTE

0-1 / 100

0 o 1 parejas de 100 parejas EMBARAZADAS en el primer año



DISPOSITIVO INTRAUTERINO (DIU)

DIU

¿Qué es?

- “T” de plástico con cobre o progestina
- Un proveedor médico lo coloca en el útero



¿Cómo funciona?

- Evita la fecundación del óvulo por el esperma

Ventajas

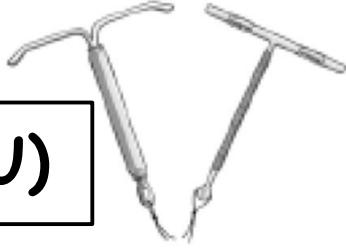
- Extremadamente eficaz
- Funciona durante 5 o 10 años



Desventajas

- Requiere un procedimiento en consultorio
- No tienes protección contra STD

BIG
DECISIONS

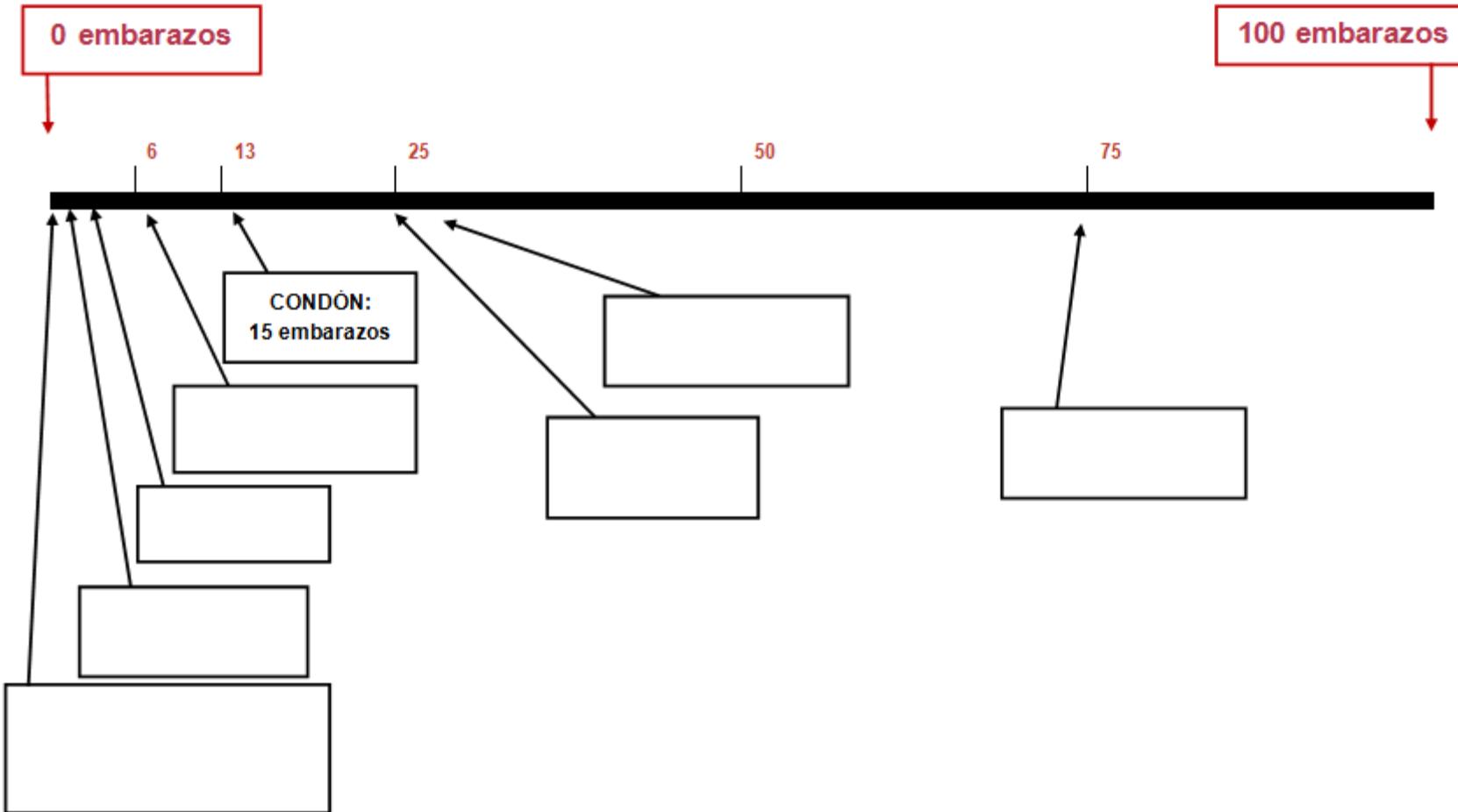


DISPOSITIVO INTRAUTERINO (DIU)

0-1 / 100

0 o 1 parejas de 100 parejas EMBARAZADAS en el primer año

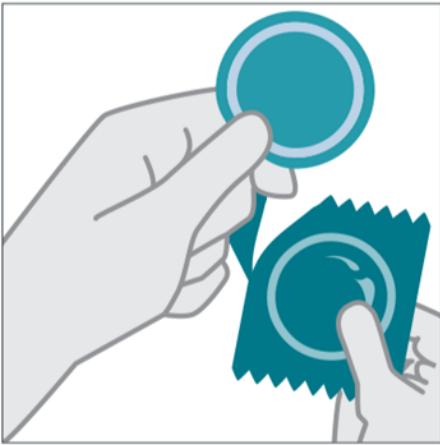
De 100 parejas que utilizan este método, ¿cuántas estarán EMBARAZADAS al final del primer año?



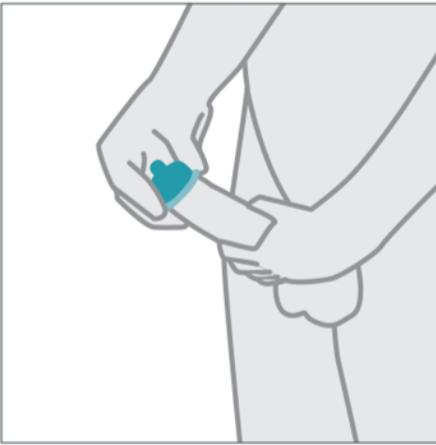
NOTAS DEL MAESTRO: CÓMO USAR EL CONDÓN

- Tiempo estimado: 10 minutos
1. No se debe realizar ninguna demostración o actividad práctica para esta actividad.
 2. Proporcione a la clase conjuntos de tarjetas recortadas para permitir que los estudiantes determinen la secuencia apropiada. Posteriormente, revele el orden correcto.

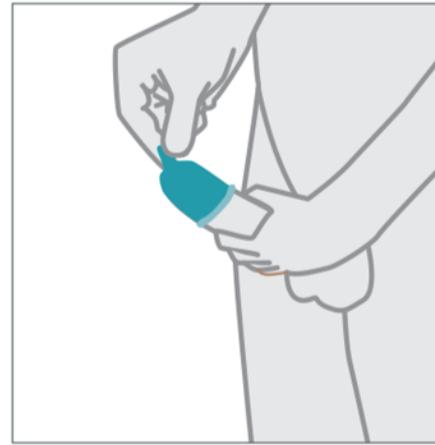
— Cómo ponerse y quitarse el condón masculino —



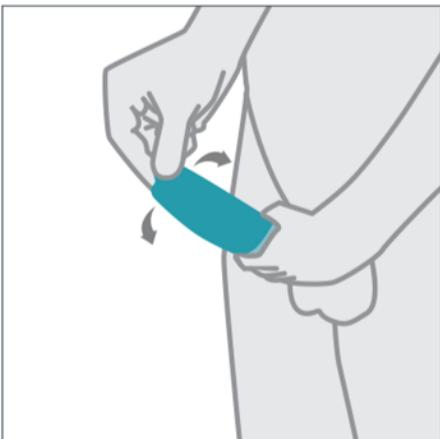
Abre con cuidado y retira el condón del envoltorio.



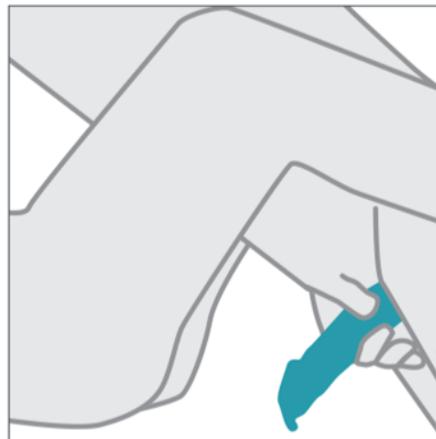
Coloca el condón en la cabeza del pene erecto y firme. Si no estás circuncidado, retrae el prepucio primero.



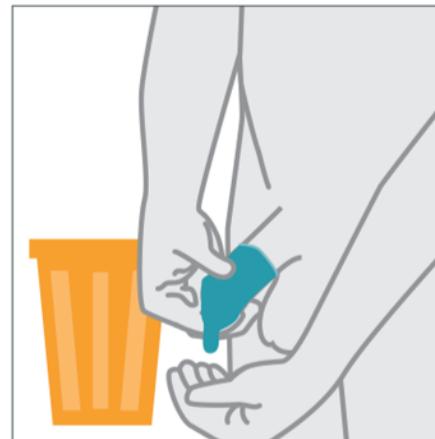
Saca el aire de la punta del condón.



Desenrolla el condón a lo largo del pene.



Después del sexo, pero antes de retirarlo, sostén el condón de la base. Luego, sácalo, mientras sostienes el condón en su lugar.



Retira cuidadosamente el condón y tíralo a la basura.

Forma correcta de usar el condón masculino

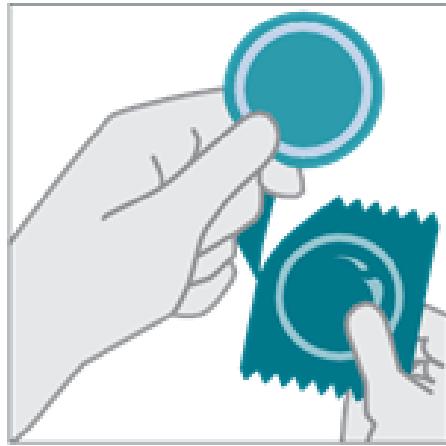
Qué hacer y qué no hacer

- **Sí** usa condón cada vez que tengas relaciones sexuales.
- **Sí** ponte un condón antes de mantener una relación sexual.
- **Sí** lee el texto del envoltorio y revisa la fecha de caducidad.
- **Sí** asegúrate de que no esté rasgado o tenga defectos.
- **Sí** guarda los condones en un lugar frío y seco.
- **Sí** usa condones de látex o poliuretano.
- **Sí** usa lubricantes a base de agua o a base de silicona para evitar que se rompan.
- **NO** guardes los condones en la billetera, ya que el calor y la fricción pueden dañarlos.
- **NO** uses nonoxinol-9 (un espermicida), ya que puede provocar irritación.
- **NO** uses productos a base de aceite como aceite para bebé, loción, vaselina o aceite de cocina porque harán que el condón se rompa.
- **NO** uses más de un condón a la vez.
- **NO** vuelvas a usar el mismo condón.

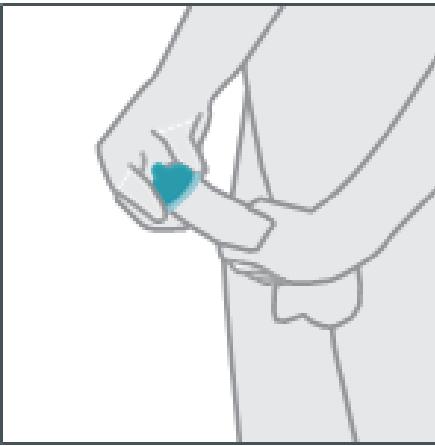
LÍNEA DE TIEMPO

Cómo ponerse y quitarse el condón masculino

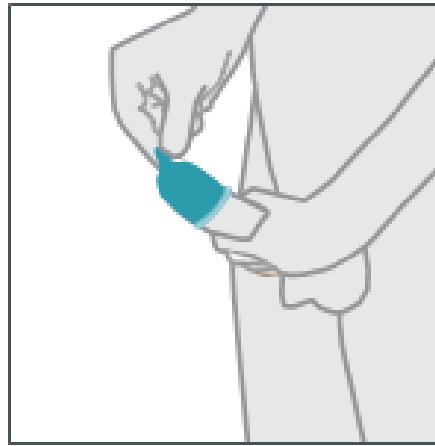
Cómo ponerse y quitarse el condón masculino



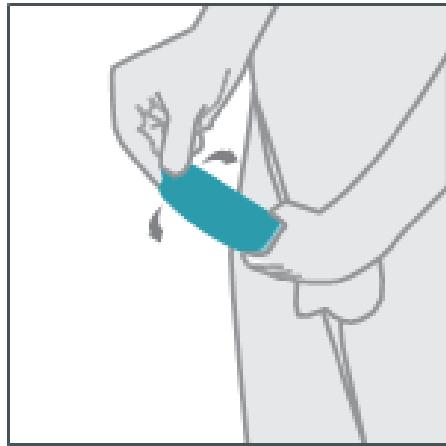
Abre con cuidado y retira el condón del envoltorio.



Coloca el condón en la cabeza del pene erecto y firme. Si no estás circuncidado, retrae el prepucio primero.



Saca el aire de la punta del condón.



Desenrolla el condón a lo largo del pene.



Retira cuidadosamente el condón y tíralo a la basura.

NOTAS DEL MAESTRO: DISCUSIÓN DE LAS HABILIDADES DE RECHAZO

- Tiempo estimado: 10 minutos
1. Discuta cómo rechazar comportamientos no deseados.

HABILIDADES DE RECHAZO



Las habilidades de rechazo son estrategias para evitar hacer cosas que se sientan presionados a hacer.

No tengan miedo
de decir NO...

Si ustedes no se defienden,
¿quién lo hará?

RECHAZO VERBAL

- Identifiquen claramente el problema.
- Manifiesten sus pensamientos y sentimientos.
- Digan lo que les gustaría que pasara en su lugar.
- Expliquen los resultados si se hace el cambio de planes.
- Expliquen los resultados si no se hace el cambio de planes.





RECHAZO NO VERBAL

- Hagan que lo que digan coincida con su lenguaje corporal.
- Si su cita los sigue presionando, dejen de salir con esa persona.

¿QUÉ TIPO DE LENGUAJE CORPORAL
ENVIARÍA EL MENSAJE “NO”?

Piensen - Trabajen en pareja - Compartan

PIENSEN - TRABAJEN EN PAREJA - COMPARTAN

Enumeren tres formas
en que pueden
mantener su decisión de
reducir las conductas
sexuales de riesgo.



RECURSOS/FUENTES

- Todas las imágenes y actividades que no se mencionan a continuación provienen de lecciones existentes sobre salud y sexualidad o creadas por especialistas del AISD.
- [Cómo usar el condón masculino.](#)
- Imagen: [Señal de alto](#)
- Imagen: [Sin símbolo](#)
- Imagen: [Hablando al oído](#)
- Imagen: [Hombre con los brazos cruzados](#)