

## 7.º GRADO

# PREVENCIÓN DEL EMBARAZO

En esta lección, los estudiantes explorarán los diversos métodos utilizados para prevenir el embarazo. El maestro presentará recursos médicamente 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, recuérdelos 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

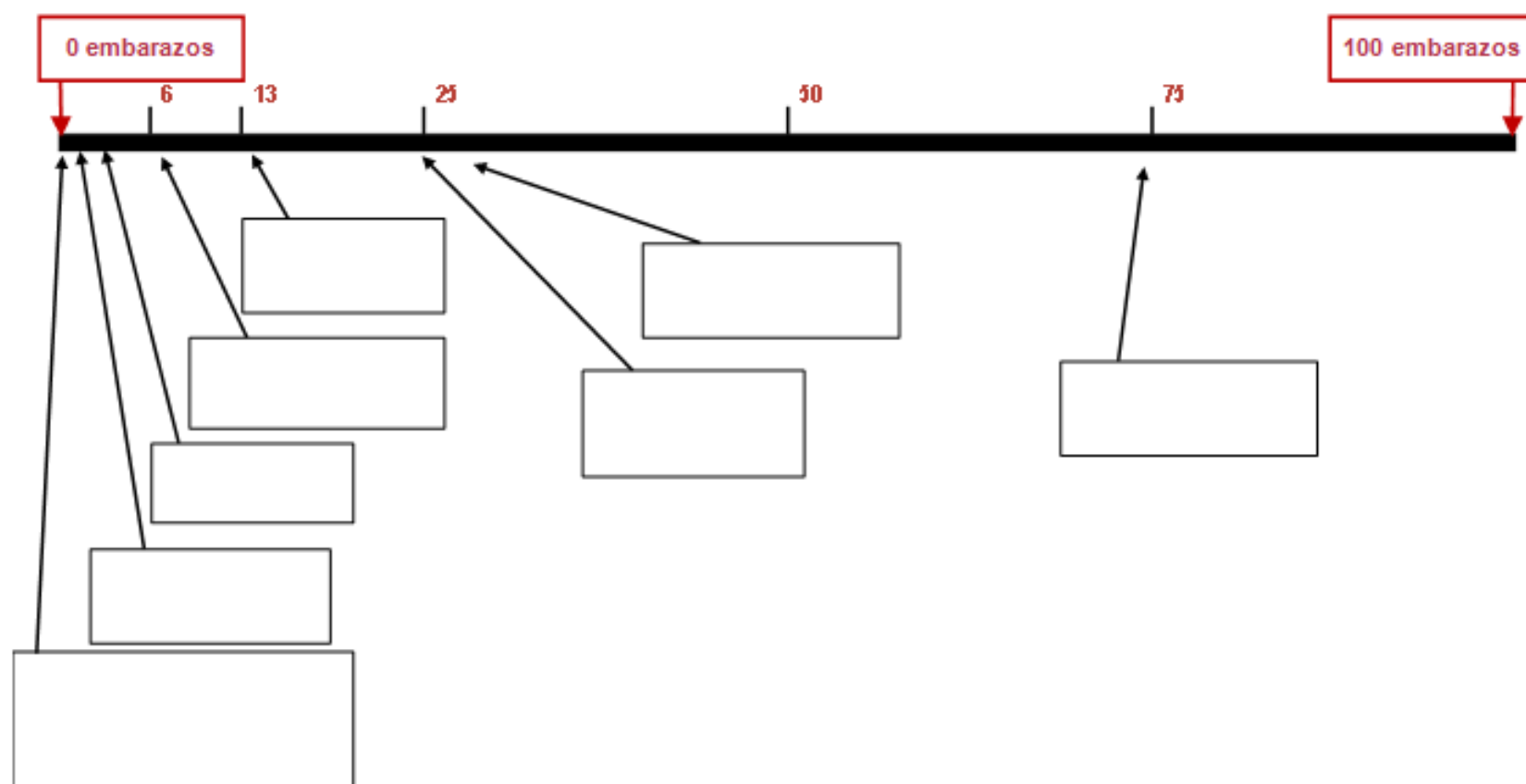
¿Cuáles son algunas de las reglas básicas que podemos acordar para hacer de este un espacio seguro para hablar de un tema delicado?

## NOTAS DEL MAESTRO: DIVERSOS MÉTODOS DE PREVENCIÓN DEL EMBARAZO

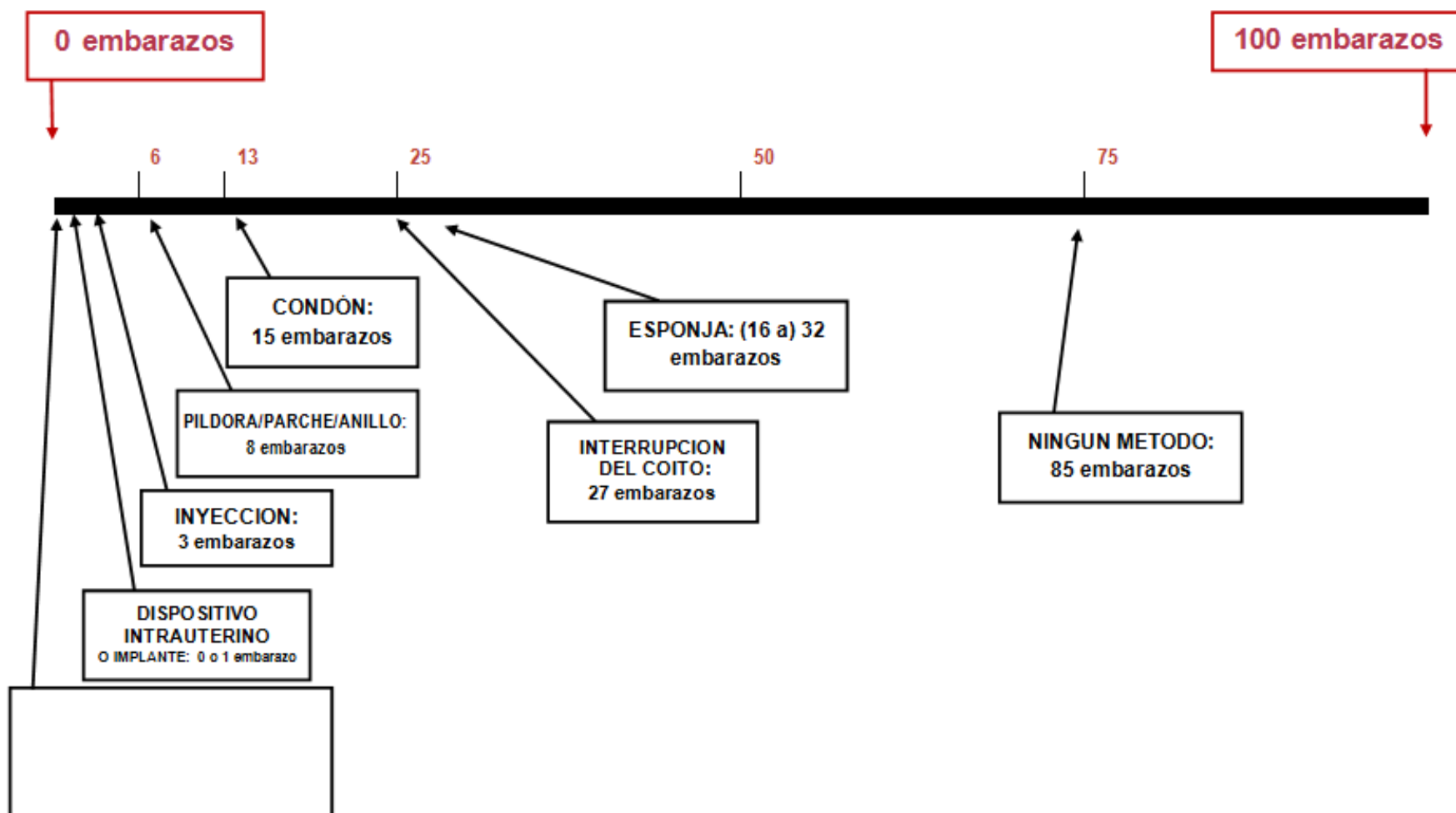
- Tiempo estimado: 15 minutos
1. Los estudiantes deben completar la línea numérica a medida que el maestro explica la información para documentar el riesgo y la eficacia de los diversos métodos.

Recursos del facilitador para las actividades 6.4  
Protección contra el embarazo

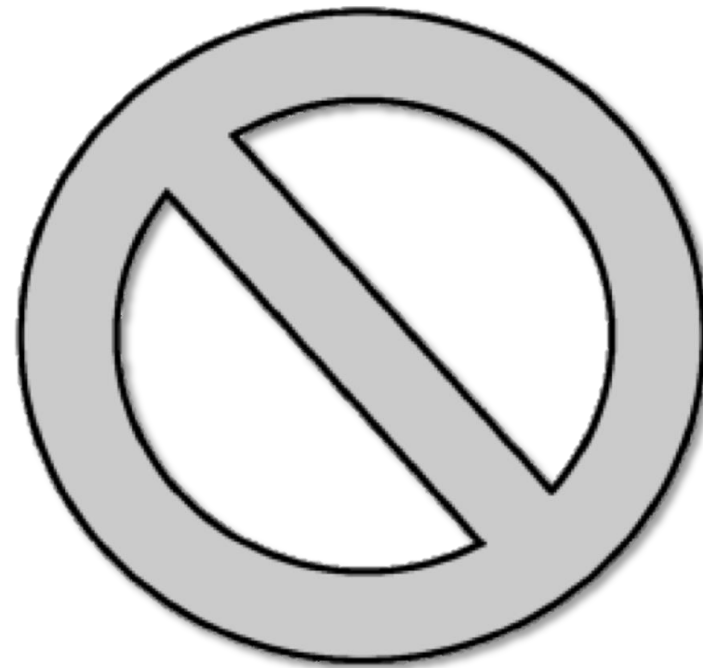
De 100 parejas que utilizan este método, ¿cuántas estarán  
**EMBARAZADAS** al final del primer año?



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



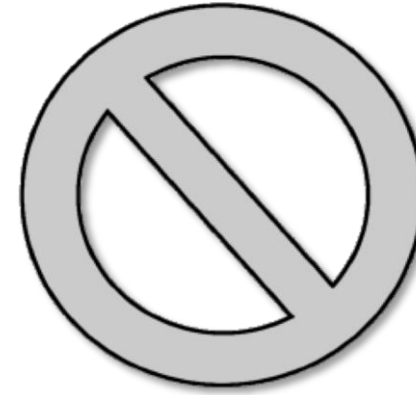
BIG  
DECISIONS



**ABSTINENCIA**



# ABSTINENCIA



¿Qué es?

→ **No tener sexo**

¿Cómo funciona?

→ **No entra esperma en la vagina**

**Ventajas**

→ **Gratuita**

→ **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**

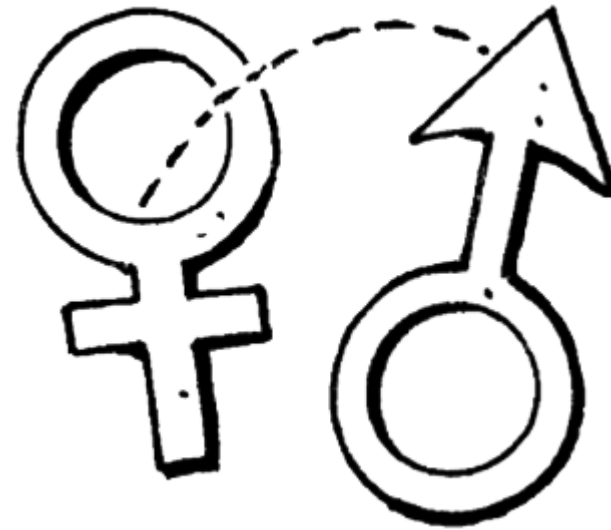
- ➔ No controlas la situación
- ➔ Es posible que se provoque un embarazo antes de que estés preparada/o
- ➔ No tienes protección contra STD

BIG  
DECISIONS 

Tener SEXO sin usar  
NINGÚN MÉTODO  
"cruzando los dedos"

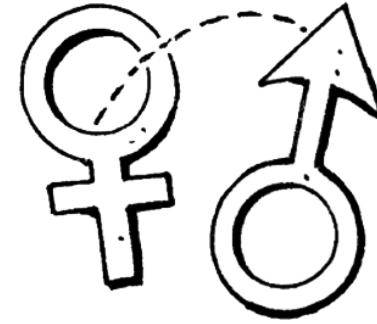


**85 / 100**



# INTERRUPCIÓN DEL COITO ("salirse antes")

# INTERRUPCIÓN DEL COITO



¿Qué es?

- El hombre retira el pene antes de “llegar”

¿Cómo funciona?

- No entra espermatozoides en la vagina

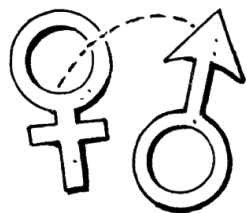
**Ventajas**

- Gratuita

**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**





**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

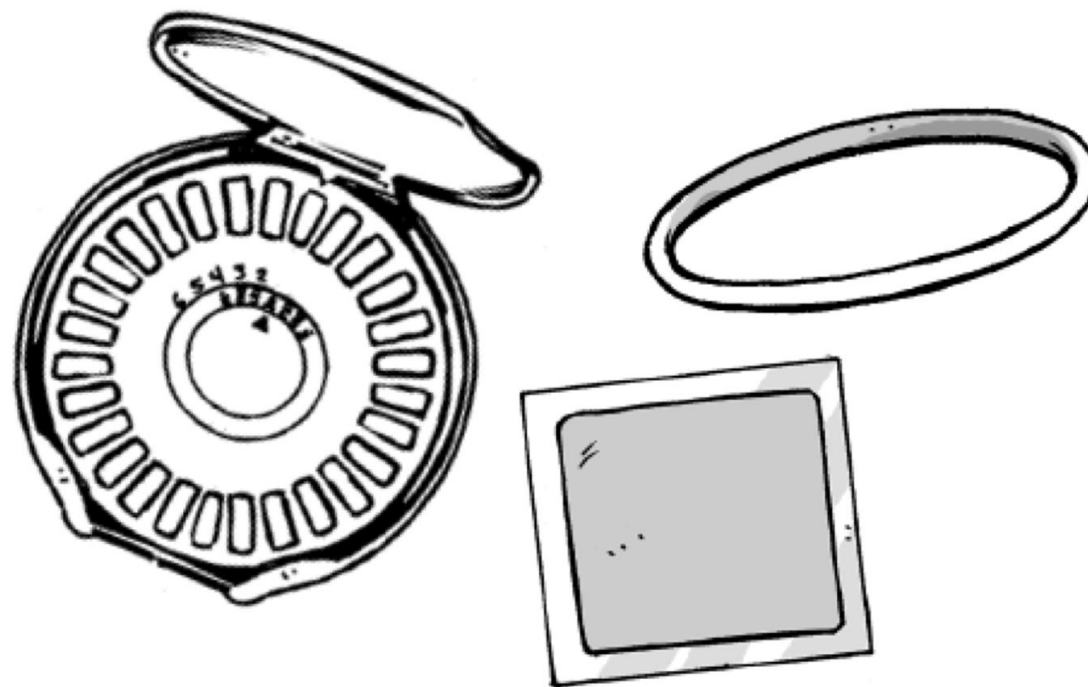


## CONDÓN



**15 / 100**

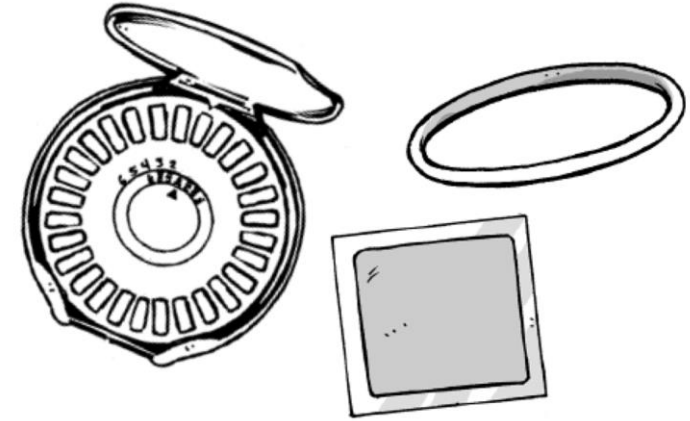
15 de 100 parejas EMBARAZADAS en el primer año



PÍLDORA, PARCHE,  
ANILLO



# PÍLDORAS, PARCHES y ANILLOS



## ¿Qué son?

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

## ¿Cómo funciona?

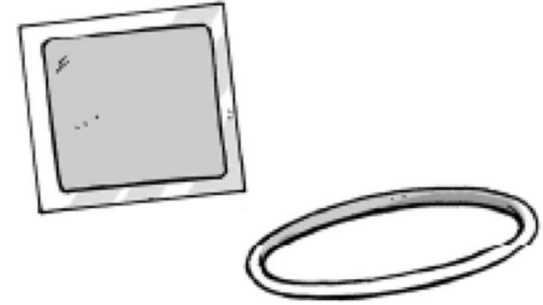
- **Las hormonas en el torrente sanguíneo “desactivan” los ovarios**
- **No se libera el óvulo del ovario**

# 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** 

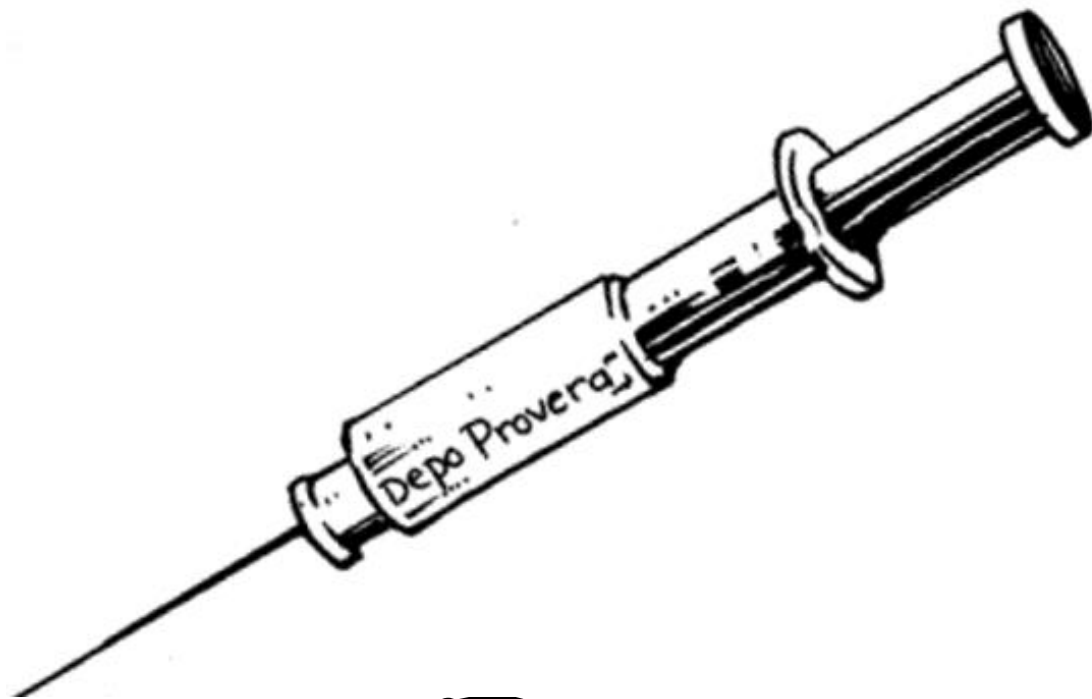


PÍLDORA, PARCHE  
o ANILLO



**8 / 100**

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**





## INYECCIÓN



**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

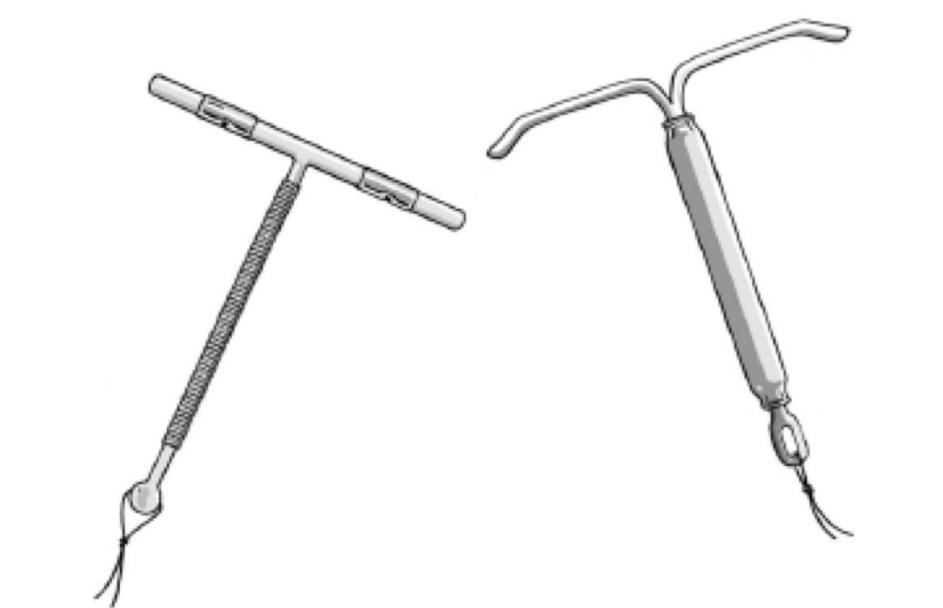
- ➔ **Requiere receta médica y una cirugía menor**
- ➔ **No tienes protección contra STD**
- ➔ **Es común que haya sangrado irregular**



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 espermatozoide

## Ventajas

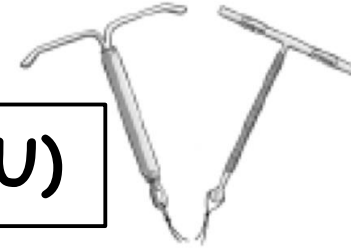
- ➔ Extremadamente eficaz
- ➔ Funciona durante 5 o 10 años

## Desventajas

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



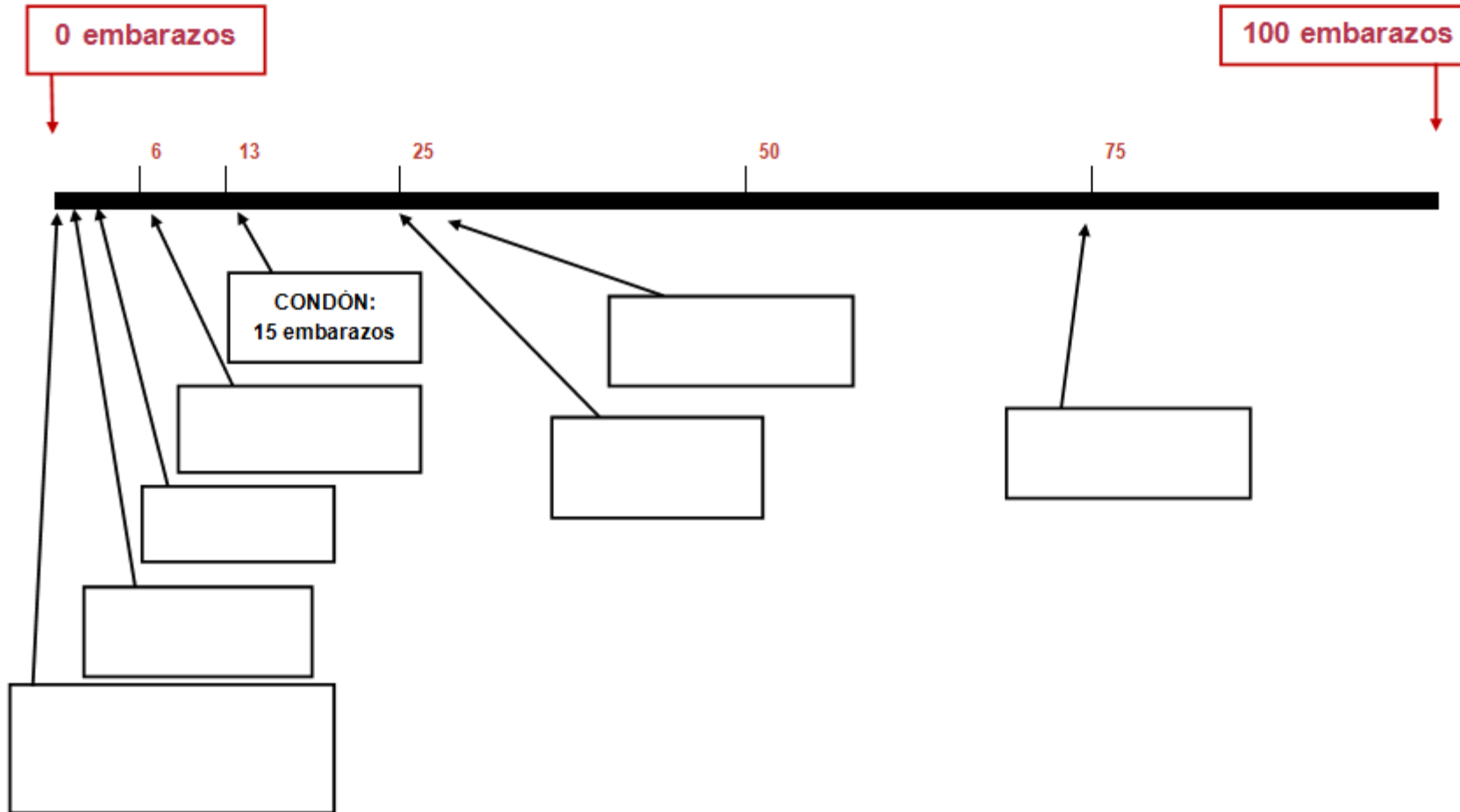
## DISPOSITIVO INTRAUTERINO (DIU)



**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.



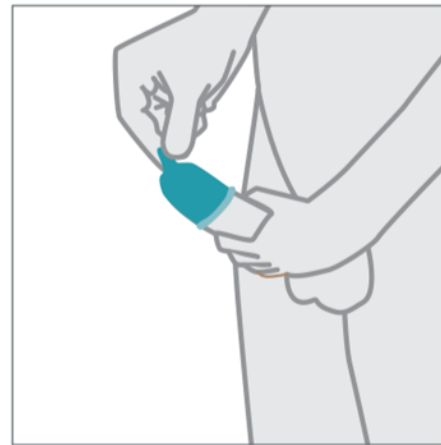
# Cómo ponerse y quitarse el condón masculino



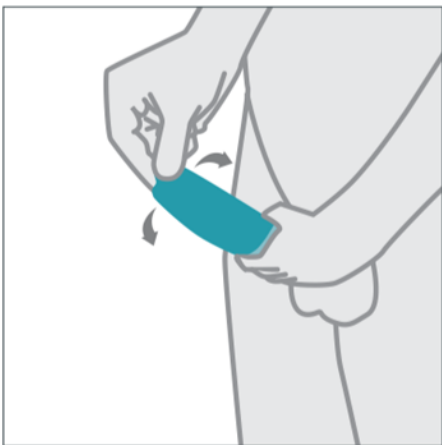
Abre con cuidado y retira el condón del envoltorio.



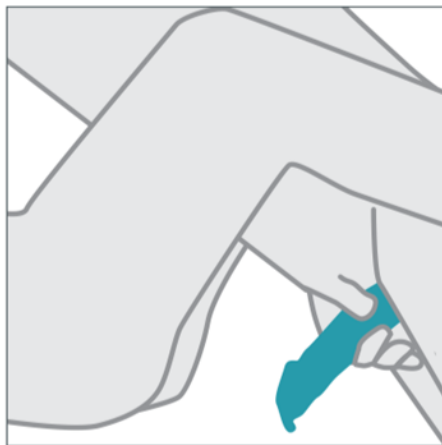
Coloca el condón en la cabeza del pene erecto y firme. Si no estás circuncidado, retrae el prepucio primero.



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

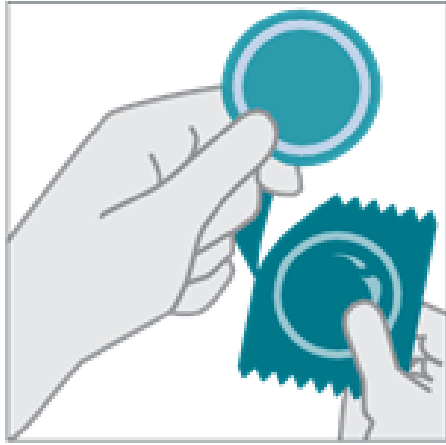
## Qué hacer y qué no hacer

- **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.

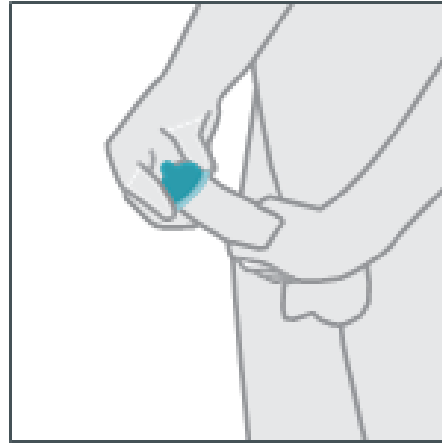
## LÍNEA DE TIEMPO

—— **Cómo ponerse y quitarse el condón masculino** ——

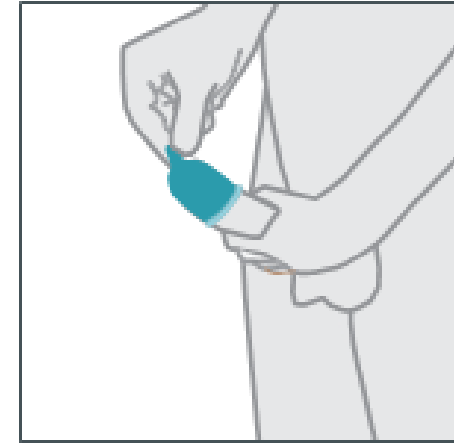
# Cómo ponerse y quitarse el condón masculino



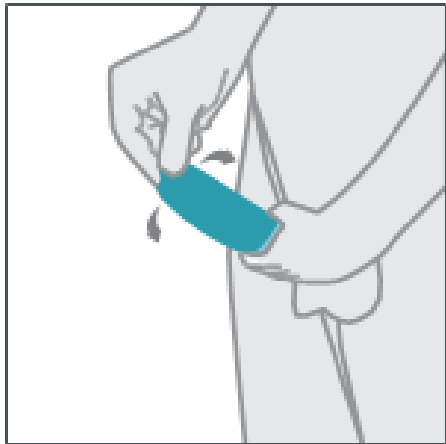
Abre con cuidado y retira el condón del envoltorio.



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

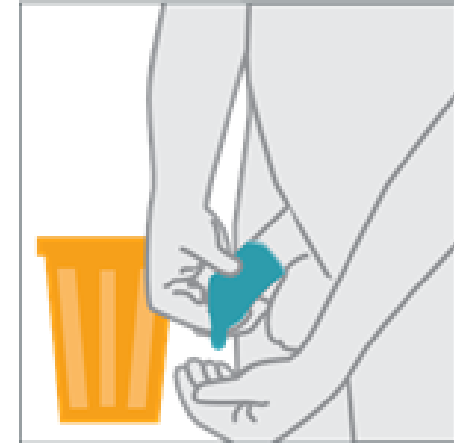


Saca el aire de la punta del condón.



Desenrolla el condón a lo largo del pene.

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.

## 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](#)