



¿Quieres saber más?



EMBARAZOS NO DESEADOS



Hacé Click!
Para conocer sobre sexualidad

mYSU MUJER Y SALUD
EN URUGUAY

Embarazos no deseados

1 ¿CÓMO PUEDES QUEDAR EMBARAZADA?

Durante una relación sexual en la que se practique un coito vaginal (introducción del pene en la vagina) sin utilizar adecuadamente un método anticonceptivo.

Realizando el coito interrumpido o "coitus interruptus" (eyacular afuera de la vagina), ya que el líquido seminal (líquido que sale del pene durante la excitación y previo a la eyaculación) contiene espermatozoides.

Realizando prácticas de masturbación cerca de la abertura vaginal, ya que existe posibilidad de que el semen se introduzca en la vagina.

2 ¿CUÁNDO SE PUEDE PRODUCIR UN EMBARAZO?

CUALQUIER DÍA DEL MES en el que se mantenga una relación, AUNQUE SEA UNA SOLA RELACIÓN, con penetración sin utilizar un método anticonceptivo o utilizándolo de forma incorrecta.

En teoría, si una chica supiese exactamente cuando está ovulando (momento en que el óvulo puede ser fecundado por un espermatozoide), podría no tener relaciones sexuales esos días y evitar el embarazo. Pero eso es casi imposible.

Incluso durante la menstruación, una mujer puede estar ovulando. Por tanto, es importante que siempre, en todas las relaciones sexuales con penetración, independientemente del momento del mes, utilices algún método anticonceptivo.

¿CUÁL ES EL MEJOR MÉTODO ANTICONCEPTIVO?

No hay un método idóneo. Cada persona y cada pareja debe elegir el método anticonceptivo más adecuado en función de sus necesidades, preferencias, edad, etc. Al recurrir a cualquier método anticonceptivo debes asegurarte de su correcta utilización.

Excepto el preservativo, todos los demás MÉTODOS DEBEN SER UTILIZADOS BAJO SUPERVISIÓN PROFESIONAL.

ALGUNOS DE LOS ERRORES MÁS FRECUENTES EN EL USO DE MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

En cuanto al preservativo, no tener en cuenta las instrucciones de uso o no colocarlo desde el primer momento de la penetración.

En cuanto a la píldora anticonceptiva, si tomas la píldora y tienes algún olvido puede haber riesgo de embarazo. En ese caso debes usar preservativo.

Ante cualquier duda sobre si has utilizado inadecuadamente un método, nuevamente acude a los servicios especializados o a tu médico de cabecera.

3 ¿CÓMO SABER SI ESTOY EMBARAZADA?

Si no te viene la menstruación, o si te viene muy poco en comparación con lo acostumbrado, y piensas que existe la posibilidad de que estés embarazada, sal de dudas y hazte un test.

Test de embarazo: lo puedes hacer en el servicio de salud en el que te atiendes regularmente o comprando un test en la farmacia. Es aconsejable realizarlo al menos diez días después de la primera falta de la menstruación para que el resultado sea fiable.

Veámoslo con un ejemplo: la última menstruación la has tenido el 4 de agosto y tus ciclos son de 30 días. La siguiente menstruación tendría que venirte el día 3 de setiembre. Es a partir del 13 de setiembre cuando el test de embarazo es fiable.

AGOSTO

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

SETIEMBRE

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13>	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

4 ¿Y SI ME HE QUEDADO EMBARAZADA?

Si ya has confirmado el embarazo, tienes que decidir si quieres llevarlo a término o no.

Es importante que compartas este momento con personas que te entiendan y puedan ayudarte. Permíteles demostrarte su apoyo. Piensa en que personas como tus padres, tu pareja, tus hermanos o hermanas, las personas **amigas**, etc. pueden escucharte y ayudarte a buscar posibles soluciones.

Se trata de tu cuerpo, de tu vida y es **tu decisión**. Debes decidir basándote en tu situación y circunstancias personales.

Debes pedir ayuda cuanto antes y tomar una decisión. Aunque debe ser una decisión meditada, no dejes pasar mucho tiempo, tanto si decides seguir adelante con el embarazo como si decides interrumpirlo.

A. SI DECIDES SEGUIR ADELANTE CON EL EMBARAZO

La maternidad o paternidad es una elección. Pon todo lo que esté en tu mano para afrontar este importante cambio: realiza un buen seguimiento (debes acudir a tu centro de salud para que desde el principio realices un adecuado control), haz preparación al parto, educación maternal, busca información acerca del cuidado del recién nacido, etc.

B. SI DECIDES INTERRUMPIRLO

Aunque no debes tomar decisiones precipitadas, es necesario que lo decidas pronto, ya que se debe realizar antes de las 12 semanas de gestación.

La Interrupción Voluntaria del Embarazo (IVE) no debe realizarse jamás con métodos no médicos, ni con ejercicios violentos, ni ingestión de medicamentos sin control, etc. Además de no ser seguros, pueden poner en peligro tu vida. Tampoco deben practicarse en centros que no estén homologados para su realización. Si eres menor de edad, debes consultar al médico ginecólogo y, si el ginecólogo tratante o el equipo multidisciplinario consideran que la menor puede prestar un consentimiento válido, sólo podrán notificar a los padres o representantes legales si la menor los libera formalmente del deber de guardar secreto profesional. En caso contrario, necesitarás el consentimiento de tus padres.

Es importante que te informes todo lo posible acerca de la **IVE**: en qué consiste, cuáles son los procedimientos que debes cumplir, cuáles son las obligaciones de los servicios de salud, etc.

Lee el folleto de la IVE para obtener más información.