

Siempre Seguros y Seguras

Volumen 1, nº 1

Septiembre de 2009

CONTENIDO:

La Prevención	2
Síntomas	2
Consejos	3
Visión	4
Misión	4



Día Internacional de la Prevención del Embarazo en Adolescentes

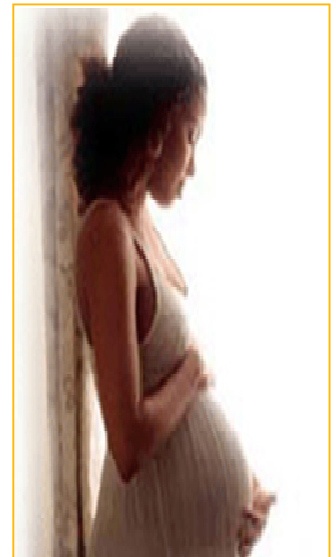
El 26 de Septiembre se celebra, a nivel mundial, el Día Internacional de la Prevención del Embarazo en Adolescentes.

Este día es de suma importancia ya que 35% de las jóvenes quedan embarazadas al menos una vez antes de los 20 años. Este dato lo aportó un estudio realizado en Estados Unidos en el año 2003.

El problema de los embarazos en la adolescencia no es algo nuevo. Al contrario, mientras más años pasan más aumenta el número de bebés que nacen de madres adolescentes. Es por esto que la prevención y la educación de los jóvenes es algo clave.

decir, es necesario que sepas algunas cosas. Justamente, para eso es este boletín. Quédate con nosotros y aprende sobre sexualidad de una manera divertida, fresca y sencilla.

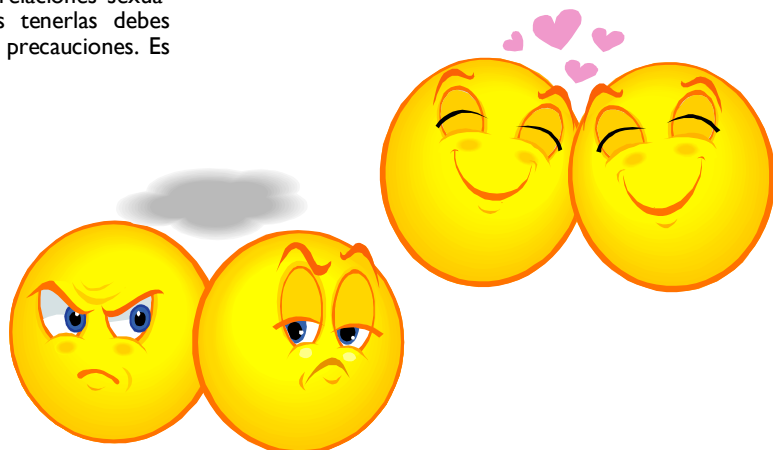
Los y las protagonistas de este boletín son ustedes y necesitamos que sean parte de este medio. En las siguientes páginas podrán encontrar información sobre cómo prevenir embarazos no deseados, todo sobre nuestra línea telefónica de ayuda, nuestras actividades y muchas más sorpresas.



Puntos de interés especial:

- Visita nuestro nuevo blog: copprende.blogspot.com
- Se nuestro amigo o amiga en Facebook y Twitter
- ¿Quieres ser parte de nuestros videos en YouTube? Escríbenos a:
- copprende@gmail.com
- info@plenasexualidad.com

Si tu eres un joven o una joven y has tenido relaciones sexuales o planeas tenerlas debes tomar ciertas precauciones. Es



La Prevención es La Solución

Debido a que ningún método anticonceptivo es completamente efectivo, la abstinencia (el no tener relaciones sexuales) es la única forma segura de prevenir el embarazo. Una adolescente sexualmente activa, que no use anticonceptivos, tiene un 90% de probabilidades de quedar embarazada en un año. Otra alternativa muy segura de protección es la doble protección, es decir, el uso correcto del preservativo y la anticoncepción regular (píldoras anticonceptivas).

Es por esto que es muy importante que te cuides a la hora de tener relaciones sexuales. No te dejes llevar por el momento e infórmate sobre las opciones que tienes para poder disfrutar de una sexualidad segura, sana y responsable.

Si tu eres un o una adolescente, debes saber que hay varios factores que pueden hacer que tengas más probabilidades de tener un hijo o hija en la adolescencia. Por ejemplo:

- Iniciar a temprana edad las relaciones sexuales desprotegidas.
- Falta de acceso a métodos anticonceptivos seguros y eficaces.
- Falta de acceso a información adecuada, oportuna y libre de prejuicios.
- Falta de acceso a servicios de salud.
- Consumo de alcohol y/o drogas.



Síntomas del EMBARAZO

Es importante poder reconocer los síntomas que pueden presentarse en el cuerpo cuando una mujer esta embarazada.

Los síntomas más comunes son:

- Falta de período menstrual
- Agotamiento o Cansancio
- El tamaño de los senos au-

menta

- Dolor en el área abdominal
- Náuseas y Vómitos
- Mareos y/o Desmayos

Si crees que estas embarazada, hazte una prueba o test de embarazo o recurre a un médico de confianza para que te guíe.

Llámanos al 1-800-PREVEN (773836)

Copprende pone a tu disposición su línea telefónica gratuita, anónima y confidencial.

Nuestra línea funciona las 24 horas del día, los 365 días del año y esta dirigida a o todas las personas, con énfasis a la población joven y adolescente. No importa cuantos años tengas, eres completamente aceptado y entendido en Copprende.

Por medio de nuestra línea telefónica puedes obtener toda la información

referente a:

1. Atención Prenatal
2. Salud Sexual y Derechos
3. Salud Reproductiva y Derechos
4. Medicina Preventiva
5. Infecciones de Transmisión Sexual y VIH/SIDA
6. Métodos Anticonceptivos
7. Anticoncepción de Emergencia



Consejos para los padres y madres

Los Padres y Madres tienen un rol muy importante a la hora de educar a sus hijos e hijas sobre sexualidad. Sin embargo, sabemos que es un tema complejo y que a muchos padres y madres no se les ha enseñado cómo manejar este tema con sus hijos o hijas adolescentes.

Por lo tanto, hemos decidido darles algunos consejos que les ayudarán a prevenir embarazos no deseados y fortalecerán la comunicación que tienen con sus hijos e hijas.

- Comience a hablar de sexualidad desde temprana edad y con frecuencia.
- Supervise las actividades de su hijo o hija, sin dejar de entender que ya no son niños o niñas, sino jóvenes que necesitan cierta independencia.
- Este al tanto de lo que sus hijos o hijas leen, ven y escuchan.
- Ayude a sus hijos o hijas a fijar metas y a explorar opciones para el futuro
- Tenga en cuenta que su labor como padre o madre nunca termina.



*El Embarazo No Deseado se puede PREVENIR.
Infórmate en: www.plenasexualidad.com*



Dirección: Av. Colón E612 y la Rábida, Edificio Ave María, Piso 10, Oficina 10 B. Quito - Ecuador

Teléfono: (0593) 02 2903442 y (0593) 02 290-07831

E-mail: copprende@gmail.com
info@plenasexualidad.com

1-800-PREVEN

¡TOMA EL CONTROL DE TU VIDA!

NUESTRA VISIÓN

Copprende tiene como misión, fomentar una cultura preventiva en la población ecuatoriana, contribuyendo al ejercicio de una sexualidad responsable, sana y libre de riesgos, mediante diversas modalidades educativas.

NUESTRA MISIÓN

Ser una organización reconocida por su impacto en generar comportamientos preventivos para mejorar la salud sexual y reproductiva de la población ecuatoriana.