



**UNIVERSIDAD DE JAÉN**  
Facultad de ciencias de la salud

# **PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD DIRIGIDO A LA PREVENCIÓN DE EMBARAZOS NO DESEADOS EN ADOLESCENTES**

**Alumna: Rocío Fernández Sánchez**

**Tutor:** Jesús de la Paz Jiménez  
**Depto.:** Enfermería Familiar y Comunitaria



**UNIVERSIDAD DE JAÉN**  
Facultad de ciencias de la salud

# **PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD DIRIGIDO A LA PREVENCIÓN DE EMBARAZOS NO DESEADOS EN ADOLESCENTES**

**Tutor:** Jesús de la Paz Jiménez  
**Depto.:** Enfermería Familiar y Comunitaria

**Alumno:** Rocío Fernández Sánchez  
**Firma:**



**TU** vida,  
Elige **TÚ** momento

## ÍNDICE

RESUMEN.....	7
ABSTRACT.....	8
1. INTRODUCCIÓN.....	9
2. ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN. DETERMINACIÓN DE LAS NECESIDADES EDUCATIVAS.....	10
2.1.Características de la población a la que va dirigida el programa.....	10
2.2.Complicaciones del embarazo no deseado en adolescentes.....	11
2.3.Factores de riesgo del embarazo no deseado en adolescentes.....	12
2.4.Determinación de las necesidades educativas.....	14
3. JUSTIFICACIÓN DE LA NECESIDAD DEL PROGRAMA.....	15
4. DEFINICIÓN DE OBJETIVOS.....	18
4.1.Objetivos generales.....	18
4.2.Objetivos específicos.....	18
4.2.1. De conocimientos.....	18
4.2.2. De actitudes.....	18
4.2.3. De comportamientos.....	19
5. CONTENIDOS EDUCATIVOS.....	19
6. ESTRATEGIAS DE CAPTACIÓN.....	20
6.1.Estrategias de intervención.....	21
7. ACTIVIDADES Y METODOLOGÍA EDUCATIVA.....	21
8. PREVISIÓN DE LOS RECURSOS NECESARIOS.....	22
8.1. Recursos humanos.....	22
8.2. Recursos materiales.....	23
8.3. Recursos financieros.....	23
9. DISEÑO DE LA EVALUACIÓN DEL PROGRAMA.....	25
9.1.Evaluación de la estructura y del proceso.....	25
9.2.Evaluación de los resultados.....	26

<b>10. ORGANIZACIÓN ACTIVIDADES/INTERVENCIONES.....</b>	<b>30</b>
<b>10.1. Dirigidas a los alumnos.....</b>	<b>30</b>
<i>10.1.1. Primera sesión: toma de contacto .....</i>	<i>30</i>
<i>10.1.2. Segunda sesión: Modos de expresar sexualidad.....</i>	<i>31</i>
<i>10.1.3. Tercera sesión: Una experiencia más.....</i>	<i>33</i>
<i>10.1.4. Cuarta sesión: Consecuencias y factores de riesgo del embarazo no deseado.....</i>	<i>35</i>
<i>10.1.5. Quinta sesión: ETS.....</i>	<i>37</i>
<i>10.1.6. Sexta sesión: Métodos anticonceptivos.....</i>	<i>38</i>
<b>10.2. Dirigidas a los profesores.....</b>	<b>40</b>
<i>10.2.1. Única sesión: Continuar aprendiendo.....</i>	<i>40</i>
<b>11. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>42</b>
<b>12. ANEXOS.....</b>	<b>46</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1:</b> Principales motivos por los que los adolescentes del IES Peña del Águila no han mantenido relaciones sexuales.....	10
<b>Tabla 2:</b> Opiniones de los adolescentes del IES Peña del Águila en cuanto al embarazo no deseado.....	11
<b>Tabla 3:</b> Factores que predisponen, facilitan y refuerzan la práctica sexual de riesgo (PRECEDE).....	14
<b>Tabla 4:</b> N° de partos que se producen en mujeres de 19 años y menos desde el año 2010 hasta el año 2015 en España.....	16
<b>Tabla 5:</b> Tasas por 1000 de IVE en mujeres menores de 19 años, desde el año 2010 hasta el año 2015 en España.....	16
<b>Tabla 6:</b> Fotocopias necesarias.....	24
<b>Tabla 7:</b> Evaluación de la estructura y del proceso.....	25
<b>Tabla 8:</b> Evaluación de los resultados.....	26

## RESUMEN

Actualmente, aunque el número de embarazos en adolescentes está disminuyendo, sigue siendo un número importante; entre un 60-90% de éstos se consideran embarazos no deseados. La mayoría de ellos se pueden evitar junto con las graves consecuencias e impacto que puede llevar asociado en los adolescentes y su entorno más cercano, que puede llegar a causar hasta la muerte de la adolescente. El programa de educación para la salud que hemos diseñado está destinado a reducir el número de embarazos no deseados que se producen, concretamente en el IES Peña del Águila, entre los adolescentes de 14 y 16 años, ya que consideramos que estas edades son ideales, pues los adolescentes o no han tenido, o están comenzando a mantener relaciones sexuales. Se ha considerado oportuno la actuación en el ámbito escolar, ya que es dónde se encuentran la mayoría de los alumnos. Para disminuir el número de embarazos no deseados lo primero que hay que hacer es actuar sobre los diferentes factores de riesgo que favorecen a que éste se produzca, como el inicio precoz de las relaciones sexuales y la ausencia de métodos anticonceptivos. Para ello, lo más importante es transmitir información necesaria para evitar su aparición entre los jóvenes. Se han organizado seis sesiones con el alumnado y una con el profesorado exclusivamente, que colaborará en el desarrollo del programa. La transmisión de conocimientos sobre métodos anticonceptivos, enfermedades de transmisión sexual, clarificación de valores, afectividad, sensibilización con este tema y trabajo con las habilidades y capacidades sociales son algunos de los aspectos que trataremos con diferentes tipos de estrategias como charla- coloquio, elección de la mejor alternativa, grupo de discusión y tormenta de ideas entre otras. Por lo que la implantación de este programa de educación para la salud nos puede ayudar y obtener grandes beneficios para los adolescentes.

**Palabras clave:** “embarazo no deseado”, “adolescentes”, “prevención”, “educación para la salud” y “atención primaria”.

## **ABSTRACT**

### **Health education program aimed at preventing unwanted pregnancy in teenagers**

Nowadays, despite the number of teenage pregnancies is decreasing, it is still a significant number; between 60-90% of these are considered unwanted pregnancies. Most of them can be avoided but this can produce serious consequences and impact in these adolescents and in their closest environment, which can end up causing the teenager's death. The health education program which we propose has the goal of reducing the number of unwanted pregnancies that occur, specifically in the IES Peña del Águila, among adolescents aged between 14 and 16, because we consider these age period as ideal, due to adolescents either have not had or are beginning to have some sexual experiences. We have noticed how appropriate the school environment, is owing to the fact that it is where most of the students are in contact with each other. In order to reduce the number of unwanted pregnancies, we believe that the first thing to do is to act on the different risk factors that favor this occurrence such as the early onset of sexual intercourse and the absence of contraceptive methods. For this purpose, the most important thing is to transmit the necessary information to avoid its appearance among young people. Six sessions have been organised with the students and another one with the teacher exclusively, who will collaborate in the development of this program. Transmission of knowledge about contraceptive methods, sexually transmitted diseases, clarification of values, affectivity, awareness with this theme and work with social skills and capacities are some of the aspects that we will deal with applying different types of strategies such as debates, discussion group and brainstorming activities among others. All is intended to the implementation of this health education program in order to help us and get great benefits for adolescents.

**Keywords:** “unwanted pregnancy”, “teenager”, “prevention”, “health education” and “primary care” .



## 1. INTRODUCCIÓN

Realizaremos una información detallada sobre las características del grupo sobre el cual vamos a intervenir, para que el desarrollo del programa sea más efectivo.

La OMS define la **adolescencia** como el “periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y 19 años”. Esta etapa es muy importante en el ser humano, pues se trata de una etapa de grandes cambios (biológicos, psicológicos y sociales) a través de los cuales se conformará la identidad personal<sup>1</sup>.

Los cambios que se producen en la adolescencia van acompañados del desarrollo psicosexual, en el cual se produce la madurez de los órganos sexuales, aparece el interés por la otra persona, aumenta el deseo sexual lo que provoca que sea esta etapa donde dan comienzo las primeras relaciones sexuales, que cada vez son de inicio más temprano. Se considera que la falta de experiencia como de información junto con la función psicológica del impulso sexual conlleva a que las conductas sexuales de riesgo aumenten, ocasionando tanto embarazos no deseados como enfermedades de transmisión sexual, que tendrán influencia en las etapas venideras del adolescente influyendo en su estilo de vida<sup>2,3</sup>.

Conocemos por **embarazo no deseado** a la concepción que, ni la pareja en su conjunto, ni individualmente alguno de los que la forman, desean conscientemente en el momento del acto sexual<sup>4</sup>.

Con los datos anteriores hemos considerado oportuno que nuestra población diana sean adolescentes entre 14 y 16 años de edad, ya que la edad de comienzo de las relaciones sexuales puede variar entre unos adolescentes y otros y es necesario intervenir antes del comienzo de éstas, para poder prevenir la aparición de embarazos no deseados.

## 2. ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN. DETERMINACIÓN DE LAS NECESIDADES EDUCATIVAS

### 2.1. Características de la población a la que va dirigido el programa

Concretamente nos vamos a centrar en los jóvenes que cursan 3º y 4º de E.S.O en el Instituto “Peña del Águila” de Mancha Real (Jaén). Aproximadamente hay 50 alumnos por curso, distribuidos en dos aulas de 20-25 alumnos/curso. Por lo que organizaremos las sesiones según las clases y en ocasiones por curso según veamos necesario. Intentaremos dar las sesiones en las instalaciones del instituto para mayor comodidad de los alumnos. Adaptaremos la metodología y materiales del programa al nivel de instrucción adecuado para que llegue a todos los jóvenes.

El perfil del municipio corresponde a un nivel socioeconómico medio según las estadísticas, por lo que consideraremos que los adolescentes sobre los que vamos a intervenir, presentan una estructura socioeconómica media-alta<sup>5</sup>.

Según los cuestionarios del anexo 1 que previamente hemos pasado, más de un 53% de los alumnos creen que la información de la que disponen sobre sexualidad es buena y más de un 27% regular. A más del 34% le gustaría recibir la información por parte del profesional sanitario, frente a casi un 22% que prefiere recibirla por los padres. Casi un 84% de los adolescentes no han mantenido aún relaciones sexuales, por los motivos que se recogen en la tabla 1

Tabla 1: Principales motivos por los que los adolescentes del IES Peña del Águila no han mantenido relaciones sexuales.

<b>Motivos por los que no han mantenido relaciones sexuales</b>	
No se les ha presentado ocasión	37.5%
Por razones ideológicas	12.5%
Por falta de pareja	12.5%

*Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados del cuestionario del anexo 1*

Además, según el cuestionario, más del 72.7% de los adolescentes que utilizaron un método anticonceptivo lo hicieron por miedo a un embarazo no deseado. Sus opiniones en cuanto al embarazo no deseado son variadas y se recogen en la tabla 2.

Tabla 2: Opiniones de los adolescentes del IES Peña del Águila en cuanto al embarazo no deseado.

<b>Opiniones acerca del embarazo no deseado</b>		
<b>Causas</b>	>33%	Falta de información
	28.5%	Tomar riesgos innecesarios
	<3%	Por deseo
<b>Prevención</b>	41.4%	Promover métodos anticonceptivos
	32%	Informar sobre sexualidad
<b>Consecuencias</b>	>37%	Abandono de los estudios
	12.5%	Rechazo de padres
	10%	Rechazo de hijos

*Fuente: Elaboración propia a partir de los resultados del cuestionario del anexo 1*

Un 80% de los adolescentes piensan que no están capacitados para cuidar de un hijo a su edad, y en cuanto a los temas de sexualidad, el embarazo no deseado junto con la falta de experiencia es uno de los principales temas que preocupa a nuestros jóvenes<sup>6</sup>.

## **2.2. Consecuencias del embarazo no deseado en adolescentes.**

El embarazo no deseado puede tener graves consecuencias que pueden afectar tanto a la madre como al bebé, ya que mientras más joven es la madre, aumenta la morbilidad y la mortalidad del recién nacido y según la OMS la segunda causa de muerte entre mujeres de 15 a 19 años son las complicaciones del embarazo y parto. Uno de los problemas más prevalentes para el bebé es el bajo peso al nacer y la prematuridad<sup>7,8</sup>.

Por otro lado, la madre adolescente presenta un aumento del riesgo de padecer hipertensión arterial y anemia, debido a la nutrición presente en dichas edades, además hay retraso en el crecimiento uterino, más infecciones del tracto urinario y más riesgo de

complicaciones en el parto como hemorragias, en relación con gestantes de edades más avanzadas<sup>9,10,11</sup>.

Las consecuencias sociales y económicas que puede generar un embarazo no deseado en adolescentes pueden lograr que se retrase la atención médica, por lo que los problemas relacionados con la salud pueden agravarse. Otra de las consecuencias asociadas es el aborto, ya que un 35% de las mujeres jóvenes que se quedan embarazadas deciden abortar porque son conscientes de problemas venideros como la interrupción de los estudios, empeoramiento del estado de salud, como deterioro del estado de la pareja y unos 3 millones de mujeres de 15 a 19 años se someten a abortos peligrosos<sup>10,12</sup>.

Aunque con el paso de los años han disminuido las interrupciones voluntarias del embarazo, las cifras son preocupantes, ya que en el año 2015 hubo 9,35 por mil mujeres menores de 19 años que realizaron una IVE, lo que corresponde un total de 10.012 IVE<sup>13</sup>. Esto conlleva un riesgo asociado, ya que la mayoría de las veces se realizan en avanzadas semanas de gestación, por lo que puede haber más complicaciones, incluso llegar a la muerte<sup>14</sup>.

Es frecuente que se produzca matrimonio apresurado y/o que puede ser impuesto por los padres, lo que puede empeorar la situación ya que normalmente no salen bien acabando en separación o divorcio. Por otro lado el matrimonio implica aceptación social, por lo que es frecuente que se produzcan otros embarazos tras este<sup>14,15</sup>.

En la mayoría de las madres adolescentes se produce abandono escolar o fracaso, disminuyen las aspiraciones futuras en la relación con lo académico además de problemas económicos que supondrán complicaciones tanto para los padre como para el bebé además de la dependencia de los padres, debido a la falta de madurez en esta edad<sup>11,14,15</sup>.

### **2.3. Factores de riesgo de embarazo no deseado en adolescentes.**

Los adolescentes tienden a adoptar diversas conductas de riesgo que pueden influir en la aparición de un embarazo no deseado, las más destacadas son: **el inicio precoz de las relaciones sexuales y la ausencia de métodos anticonceptivos en la práctica sexual.**

Hay diferencias según las distintas fuentes para afirmar una edad media de inicio de relaciones sexuales, pero todas coinciden en que de manera general se está adelantando la edad en la cual se mantienen relaciones sexuales con penetración. El 25.2% de las mujeres mantienen su primera relación sexual antes de los 16 años, mientras que en caso de los hombres es de un 42.2% según la Encuesta Nacional de Salud Sexual en 2009<sup>6</sup>.

Se relaciona el inicio precoz de relaciones sexuales con la menarquía, que cada vez se produce antes, lo que condiciona dicha edad. Además del nivel socioeconómico, ya que en mientras más bajo es, se ha descrito más precocidad en el inicio de las relaciones sexuales, y diversos factores como un antecedente de figura familiar de embarazo adolescente, fracaso escolar, consumo de alcohol que provoca un comportamiento sexual desinhibido y peligroso entre otros. Por lo que podemos decir, que interfieren más las características socioeconómicas que las propias e individuales del adolescente<sup>11,14,15</sup>.

Otro de los principales factores de riesgo en el embarazo no deseado es la no utilización de anticoncepción. Además, aunque el preservativo es el método más usado, la marcha atrás se sigue utilizando en el 8.1% de los casos para prevenir embarazos<sup>6</sup>.

En muchas de las ocasiones, la falta de recursos económicos y la cultura interfiere en el uso de un método anticonceptivo a otro, de ahí la prevalencia del uso del método del ritmo o la marcha atrás todavía existente frente a otros métodos<sup>16</sup>.

Hay que decir que también influye en el uso del método anticonceptivo la persona con la que se mantienen las relaciones sexual y el tipo de relación que existe entre ambos así como la autoestima, ya que en muchas ocasiones un contexto de “relación romántica” hace que la chica ceda la responsabilidad de sexualidad a la pareja por miedo, que normalmente no quiere utilizar preservativo por la falta de sensibilidad que causa, o por la creencia de que este hecho es por falta de confianza<sup>17,18</sup>.

La mayoría de las primeras relaciones sexuales suelen ser sin planificación, y si añadimos la falta de madurez psicológica en cuanto a la asunción de riesgos y otros factores, las consecuencias son que casi un 40% de hombres y mujeres no utilizaran ninguna medida de protección en su primera relación sexual y un 25% de ellos no lo consideraban necesario<sup>6,14</sup>.

Otra de las principales causas es la falta de información, ya que en muchas de las ocasiones puede ser errónea o nula, y en muchas ocasiones se provoca una mala utilización de

los métodos anticonceptivos. Los padres no suelen asumir dicha responsabilidad, o si lo hacen suelen transmitir miedo, en vez de información para tener relaciones sexuales con protección efectiva. La mayoría de la información se obtiene de los amigos y de los medios de comunicación, por lo que suele ser incompleta y con numerosos errores<sup>4,6,14,17,18</sup>.

Por otra parte, en el sistema educativo se ofrece poca información que no puede ser captada por todos los jóvenes ya que hay parte que abandonan los estudios. De hecho un 12.3% de las mujeres y 10.5% de hombres aseguran no haber recibido ningún tipo de información sobre sexualidad<sup>6,14,17,18</sup>.

## 2.4. Determinación de las necesidades educativas

Para determinar las necesidades del grupo al que vamos a dirigir el programa de educación para la salud vamos a utilizar el modelo PRECEDE con el cual vamos a identificar los factores que predisponen, facilitan y refuerzan la conducta<sup>19</sup>.

En este caso, el problema de salud que queremos abordar es el embarazo no deseado en adolescentes, y como podemos observar en la tabla 3, la conducta más importante que ocasiona el problema es la práctica sexual de riesgo.

Tabla 3: Factores que predisponen, facilitan y refuerzan la práctica sexual de riesgo (PRECEDE)

<b>PRÁCTICA SEXUAL DE RIESGO</b>	<b>ASPECTOS POSITIVOS (en contra de la práctica sexual de riesgo)</b>	<b>ASPECTOS NEGATIVOS (a favor de la práctica sexual de riesgo)</b>
<b>FACTORES PREDISPONENTES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Información previa sobre métodos de anticoncepción y sexualidad adecuada</li> <li>-Ser consciente de las consecuencias que conlleva</li> <li>-Ser prevenido/a</li> <li>-Interés por obtener información correcta</li> <li>-Saber identificar información errónea</li> <li>-Ser responsable y prudente</li> <li>-Campañas que promueven las relaciones sexuales seguras</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Información previa sobre métodos de anticoncepción y sexualidad nula o inadecuada</li> <li>-Falta de percepción del riesgo que suponen las relaciones sexuales sin protección</li> <li>-Creencia de que con la práctica sexual de riesgo se disfruta más.</li> <li>-Falta de confianza y autoestima.</li> <li>-Relaciones sexuales esporádicas frecuentes</li> </ul>

<p style="text-align: center;"><b>FACTORES FACILITADORES</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Habilidad para decir “no” a una práctica sexual de riesgo (asertividad)</li> <li>-Fácil disponibilidad de métodos anticonceptivos</li> <li>-Entorno adecuado compatible con práctica sexual segura</li> <li>-Hablar con la pareja sobre relaciones sexuales</li> <li>-Mantener relaciones sexuales con la pareja habitual</li> <li>-Fácil acceso a información sobre sexualidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Dejarse llevar por la presión de la pareja</li> <li>-Falta de recursos para obtener métodos anticonceptivos</li> <li>-Disponer de un entorno en el cual sean frecuentes las prácticas sexuales de riesgo</li> <li>-Mantener relaciones sexuales esporádicas</li> <li>-Consumo de alcohol y/o otras drogas</li> <li>-Difícil acceso a la información sobre sexualidad</li> <li>-Falta de habilidades personales para ser asertivo</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>FACTORES REFORZANTES</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Seguridad y tranquilidad de no tener embarazo y de no contagiarse de enfermedades de transmisión sexual.</li> <li>-Aceptación por parte de la sociedad de práctica sexual segura</li> <li>-Experiencia previa desagradable</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Más placer en relaciones sexuales de riesgo</li> <li>-Entorno en el cual sean frecuentes prácticas sexuales sin seguridad que predispone a ello.</li> <li>-Mantenimiento de información errónea</li> </ul>

*Fuente: Elaboración propia a partir de los datos anteriores*

### **3. JUSTIFICACIÓN DE LA NECESIDAD DEL PROGRAMA**

En España, en el año 2015 se produjeron más de 8000 embarazos que terminaron en parto en mujeres de 19 años y menos. De los embarazos que se producen en adolescentes, aproximadamente entre un 60-90% no son deseados. Aunque esto puede variar dependiendo del contexto sociocultural que nos encontremos<sup>4,20</sup>.

Es más frecuente el embarazo en adolescentes en las zonas rurales y sobre todo en contexto pobres, ya que en lugares en los que hay mucha pobreza una de cada tres mujeres menores de 18 años tiene un hijo, mientras que a nivel mundial es una de cada cinco, por lo que son cifras que siguen siendo elevadas, incluso en países desarrollados<sup>21</sup>.

Como podemos ver en la Tabla 4 el número de partos que se producen a lo largo de los años en mujeres con 19 años y menos va disminuyendo considerablemente, aunque si consideramos que la mayoría son embarazos no deseados como hemos mencionado anteriormente, las cifras siguen siendo preocupantes, ya que pueden evitarse, y el 11% de los nacimientos que se producen en el mundo son de mujeres menores de 19 años<sup>7,20</sup>.

Lo mismo pasa con las IVE, reflejadas en la Tabla 5, que aunque disminuyen con los años, las cifras son altas<sup>13</sup>.

Tabla 4: N° de partos que se producen en mujeres de 19 años y menos desde el año 2010 hasta el año 2015 en España

<b>Año</b>	<b>2015</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>	<b>2012</b>	<b>2011</b>	<b>2010</b>
<b>N° Partos 19 años y menos</b>	8294	8612	8942	9697	10387	11714

*Fuente: Elaboración propia a partir de los datos del INE*

Tabla 5: Tasas por 1000 de IVE en mujeres menores de 19 años, desde el año 2010 hasta el año 2015 en España

<b>Año</b>	<b>2015</b>	<b>2014</b>	<b>2013</b>	<b>2012</b>	<b>2011</b>	<b>2010</b>
<b>IVE 19 años y menos</b>	9,38	9,92	12,23	13,02	13,68	12,71

*Fuente: Elaboración propia a partir de los datos del INE*

Estas cifras de embarazos en adolescentes tienen grandes repercusiones tanto en los padres, como para el niño y las familias. También supone un coste económico elevado, ya que para el sistema sanitario supone las IVE, el seguimiento tanto de la madre como del niño, la asistencia psicológica, así como las posibles complicaciones que pueden desencadenarse<sup>22</sup>.

Para el país también supone un coste, que además del sanitario incluye otros aspectos, ya que normalmente se produce un abandono de los estudios lo que dificulta un posible trabajo en el futuro y los ingresos que éste conllevaría<sup>7</sup>.

Los adolescentes en general disponen de menos información en lo que se refiere a los métodos anticonceptivos y sexualidad, así como tasas bajas de uso del sistema sanitario y



planificación familiar, de ahí la existencia actual de elevadas tasas de embarazos no deseados, que pueden ser prevenidos con la colaboración de padres, profesional sanitario y profesores<sup>22,23</sup>.

Además de la escasa información, en muchas de las ocasiones esta resulta ser errónea, lo que puede generar problemas añadidos como el pensar que no puede surgir un embarazo en la primera relación sexual. En muchas ocasiones cuando tienen información no saben cómo gestionarla. Pueden conocer los métodos anticonceptivos, pero si no saben usarlos, la información no es completa o no es lo suficientemente útil<sup>18</sup>.

Más del 48% de los jóvenes consideran que la información aportada por el centro de estudios es poco frecuente, y más del 11% afirma que es nula, lo que confirma la necesidad por parte de los jóvenes de ser informados, ya que en muchas ocasiones se informan a través de amigos o medios de comunicación, porque en la familia la información que obtienen es escasa en más del 48% de los casos o nula en más del 30% de los adolescentes, llevando a conclusiones erróneas<sup>24</sup>.

Debido a ello, es necesario la implantación de más programas de educación para la salud destinados a informar sobre sexualidad, para así poder prevenir el embarazo no deseado que tantas complicaciones puede generar en los adolescentes, otros riesgos, así como ofrecer la oportunidad de que puedan disfrutar de una sexualidad sana y con los menores riesgos posibles<sup>11,22</sup>.

Por otro lado, la implantación de un programa de educación para la salud dirigido a la prevención de embarazos no deseados en adolescentes puede llegar a ser muy efectivo en relación al coste beneficio y por tanto rentable. Los beneficios de llevar a cabo el programa en relación con los gastos que supone hacen viable su ejecución, sobre todo a largo plazo<sup>25</sup>.

Para que un programa sea más efectivo deberá estar enfocado a varios factores en su conjunto, ya que por separado la eficacia de dichos programas es menor, como el desarrollo de habilidades, anticoncepción y educación. De esta manera se ha demostrado que aplicación de programas de educación para la salud han disminuido el número de embarazos no deseados en adolescentes<sup>26</sup>.

Por todos estos motivos proponemos el siguiente programa dirigido a la prevención de embarazos no deseados, ya que como profesionales sanitarios y de la intención primaria de

salud consideramos que dicha intervención es positiva en este grupo de población susceptible a embarazos no deseados.

## **4. OBJETIVOS**

### **4.1. Objetivos generales**

- ❖ Prevenir embarazos no deseados entre los adolescentes del IES “Peña del Águila” de Mancha Real al finalizar el año curso académico 2017-2018.

### **4.2. Objetivos específicos**

#### ***4.2.1. De conocimientos***

- ❖ Al menos un 70% de los alumnos podrá identificar al menos 3 mitos en lo que respecta al embarazo no deseado en adolescentes.
- ❖ La mayor parte de los adolescentes podrá identificar, conocer y comprender las diferentes opciones de una sexualidad saludable en la adolescencia
- ❖ El 90% de los participantes identificará lo que es el embarazo no deseado, así como sus principales factores de riesgo y consecuencias que pueda generar a corto y largo plazo.
- ❖ Más del 90% de los participantes reconocerá los diferentes métodos anticonceptivos, explicará su correcto funcionamiento, así como las ventajas y desventajas que presenta cada uno de ellos.
- ❖ El 80% de los alumnos identificará las principales enfermedades de transmisión sexual, así como la forma de prevenirlas.

#### ***4.2.2. De actitudes***

- ❖ El 90% de los participantes mostrará interés en el aprendizaje de los diferentes contenidos que son abordados en el programa, al menos, durante el desarrollo del mismo.

- ❖ Un 50% de los participantes apoyará la iniciativa del programa e intentará transmitir los diferentes conocimientos aprendidos durante la evolución del mismo a compañeros, familiares, amigos e iguales.
- ❖ Un 80% de los alumnos mostrará una disposición favorable y actitud crítica ante el uso de protección en las relaciones sexuales para evitar el posible embarazo no deseado.

#### *4.2.3. De comportamientos*

- ❖ Un 50% de los participantes retrasará la edad en la cual mantenga las primeras relaciones sexuales completas hasta edades de mayor madurez psico-emocional.
- ❖ Al menos, un 70% de los alumnos, en el caso de decidir mantener relaciones sexuales, utilizará el preservativo por su doble poder preventivo.

Para el desarrollo del programa contaremos con la participación de profesores del centro, que al finalizar el programa intentaremos que la mayoría de ellos puedan seguir reforzando a sus alumnos lo aprendido durante el desarrollo del mismo. Por lo que el **objetivo dirigido a los profesores** es la integración por parte del profesorado de los contenidos tratados a lo largo del programa en sus asignaturas.

## **5. CONTENIDOS EDUCATIVOS**

A lo largo del desarrollo del programa, trataremos los siguientes contenidos, tanto con los alumnos, como con el profesorado:

- ❖ Mitos y verdades acerca de la sexualidad, relacionadas con el tema del embarazo no deseado.
- ❖ Afectividad y diferentes formas de expresar la sexualidad
- ❖ Conceptos básicos: sexo, género, sexualidad, erotismo, relación sexual, heterosexual, homosexual y bisexual.
- ❖ Escucha activa de las experiencias de embarazo no deseado de adolescentes

- ❖ ¿Qué es el embarazo no deseado? Consecuencias y factores de riesgo
- ❖ Métodos anticonceptivos: ¿cuáles hay?, ¿cómo funcionan?, ¿cuál es la ventaja e inconveniente de cada uno de ellos?
- ❖ Enfermedades de transmisión sexual: ¿cuáles son las principales?, ¿cómo se transmiten?, ¿cómo podemos prevenir su aparición?

## 6. ESTRATEGIAS DE CAPTACIÓN

En primer lugar, para poder llevar a cabo nuestro programa nos pondremos en contacto con el Equipo de Forma Joven y nos coordinaremos con ellos, para que con su colaboración podamos formar nuestro propio equipo junto con otros profesionales que también colaborarán activamente en dicho programa. Posteriormente nos reuniremos con el director del instituto para que nos autorice al desarrollo del mismo. Una vez obtenida la autorización por parte de la dirección, nos reuniremos con la orientadora del centro, para pedir su colaboración y ajustar las posibles fechas durante las cuales llevaremos a cabo nuestro programa, que será dentro del calendario escolar para poder conseguir una mayor participación del alumnado, con su consecuente éxito. Una vez garantizado el desarrollo del programa procederemos a informar a los profesores en una breve reunión informativa en la cual explicaremos los contenidos del programa y pediremos su colaboración para garantizar su correcta elaboración.

Para la captación de los adolescentes vamos a poner carteles sobre el programa (anexo 2) en sus correspondientes aulas, además del tablón informativo del instituto. Por otro lado también entregaremos una carta informativa a los padres (anexo 3), donde informaremos sobre el programa que se llevará a cabo durante el curso escolar.

Realizaremos también un folleto informativo (anexo 4) en el cual se refleje un breve resumen de los temas a tratar durante el desarrollo del programa, que entregaremos a los alumnos para que puedan compartir con sus padres.

## 6.1. Estrategias de intervención

Para llevar a cabo nuestro programa llevaremos a cabo sesiones grupales y como el tema a tratar es la sexualidad y en ocasiones puede ser difícil de abordar en un grupo, hemos decidido organizar sesiones individuales a demanda por el alumnado para consultar diferentes dudas y aclarar lo que ellos requieran saber. Para mejor organización hemos decidido que la solicitud de las sesiones individuales sea vía e-mail, que se facilitará al alumnado, para acordar un momento oportuno.

Para reunirnos con los profesores utilizaremos la sala de profesores y para hacerlo con los alumnos utilizaremos sus clases, el salón de actos del instituto o la biblioteca, ya que también es amplia y la han puesto a nuestra disposición.

Como el programa será impartido a 2 cursos diferentes, se ha decidido llevarlo a cabo por clase, contando con alrededor de 50 alumnos por curso. Se llevarán a cabo 6 sesiones, una de ella dirigida al profesorado y el resto al alumnado de forma grupal, más las sesiones individuales a demanda.

## 7. ACTIVIDADES Y METODOLOGÍA EDUCATIVA

La metodología que vamos a utilizar a lo largo de las **sesiones individuales** principalmente será la escucha activa, información con discusión y ayuda para decidir. En el caso de las **sesiones grupales** utilizaremos diferentes como:

- ❖ Charla- coloquio
- ❖ Elección de la mejor alternativa
- ❖ Tormenta de ideas
- ❖ Grupo de discusión
- ❖ Demostración
- ❖ Técnica de consenso centrada en el paciente
- ❖ Vídeo-fórum

En cuanto a los medios/materiales que utilizaremos se encuentran:

- ❖ Folletos
- ❖ Presentación PowerPoint
- ❖ Fichas
- ❖ Vídeos
- ❖ Diccionarios de la biblioteca del Instituto
- ❖ Portátiles
- ❖ Diferentes métodos anticonceptivos.
- ❖ Cartulinas
- ❖ Rotuladores y lápices de colores

## 8. PREVISIÓN DE LOS RECURSOS NECESARIOS

### 8.1. Recursos humanos

Como recursos humanos, principalmente vamos a contar con la función de la **enfermera** de atención primaria y el Equipo de **Forma Joven**, que serán los encargados de llevar a cabo las sesiones, tanto grupales como individuales, así como de preparar el material que será utilizado en cada una de las sesiones y de su coordinación. Contaremos también con la ayuda de otros miembros del equipo de salud, concretamente con un **médico** del Centro de Salud de Mancha Real, que colaborará activamente en el programa ayudando en la organización de las sesiones así como en los contenidos a tratar.

También vamos a necesitar ayuda por parte del **profesorado** que nos acompañe en el desarrollo de las sesiones, que será al que le toque impartir su asignatura en el horario en el cual se imparta el programa, además del **orientador/a** del centro. Nos ayudarán en la coordinación, y a mantener el orden, además de ayudarnos a evaluar las sesiones, en cuanto a la participación y comportamiento del alumnado. A la vez, también recibirán una sesión para que colaboren a mantener los contenidos del programa con los alumnos.

Contaremos con la colaboración de **dos adolescentes del programa Forma Joven** de Mancha Real en la sesión 3, que compartirán sus experiencias, una de ellas embarazada y otra que ha sido madre hace pocos meses. Se encargarán de transmitir sus experiencias, además de dar sus opiniones en lo que se refiere al embarazo no deseado en adolescentes, dar consejos, así como resolver las posibles dudas de los participantes del grupo que les presenten.

## **8.2. Recursos materiales**

Principalmente, vamos a necesitar un ordenador con acceso a internet y un proyector que nos servirán de apoyo en algunas de las sesiones, además del sistema de audio, para escuchar vídeos. Generalmente, vamos a utilizar el aula de cada grupo, ya que todas las aulas están dotadas con los materiales necesarios y es la forma más cómoda para los participantes del programa. Cuando se requiera más espacio, utilizaremos el salón de actos, ya que está preparado para albergar a un número elevado de alumnos o en el caso de que no se pueda, de la biblioteca, que también está equipada con los recursos necesarios.

Necesitaremos también fotocopias de las fichas que utilizaremos, correspondientes a cada sesión, además de la impresión de los carteles y folletos que repartiremos. Para la sesión 2 necesitaremos diccionarios de la biblioteca del instituto, para la sesión 5 contaremos con diferentes métodos anticonceptivos (preservativo, diafragma, anticonceptivos hormonales varios, espermicidas, DIU...) y para la sexta sesión necesitaremos 7 cartulinas de diferentes colores y rotuladores y/o lápices de colores además de otra merienda saludable que ofreceremos como incentivo.

## **8.3. Recursos financieros**

La enfermera, el médico, el orientador y el profesorado presente en cada una de las sesiones, lo harán dentro de su jornada laboral, por lo que no requieren compensación económica aparte de su salario mensual. En el caso de las adolescentes del programa Forma Joven que van a colaborar con nosotros, no reciben compensación económica, sino que lo

hacen como voluntariado, para ayudar a los adolescentes a ser conscientes de la situación actual.

En cuanto a los materiales necesarios, los portátiles, proyector y diccionarios utilizaremos los del Instituto, ya que cuentan con portátiles suficientes. También se hará cargo de las cartulinas, lápices y rotuladores de colores, pues cuentan con este material en el aula de plástica. La asociación de padres y madres (AMPA) se ha ofrecido voluntaria para subvencionar las dos meriendas saludables que se ofrecerá como recompensa a los alumnos.

Los métodos anticonceptivos que usaremos como muestra corren a cargo del Distrito Sanitario, pues cuentan con ellos a modo de ejemplo en las consultas de planificación familiar, por lo que disponemos de ellos sin coste alguno.

Las fotocopias también correrán a cargo del IES Peña del Águila, en la tabla 6, se recoge el número necesario de fotocopias por curso y el anexo al que corresponden para que los encargados de realizarlas sepan cuantas son, que tendrán un costo para el IES de 0.02€/ fotocopia, un total de 17,7€.

Tabla 6: Fotocopias necesarias

<b>Anexo</b>	<b>Nº Páginas</b>	<b>Nº Copias</b>	<b>Precio(€)</b>
Anexo 2	1	5	0,1
Anexo 3	1	50	1
Anexo 4	2	50	2
Anexo 6	1	50	1
Anexo 7	1	50 x 6	6
Anexo 9	1	3 x 10	0,6
Anexo 11	1	50	1
Anexo 12	2	50	2
Folleto	4	50	4
<b>TOTAL</b>	<b>1210</b>	<b>TOTAL</b>	<b>17,7 €</b>

*Fuente: Elaboración propia*



## 9. DISEÑO DE LA EVALUACIÓN DEL PROGRAMA

### 9.1. Evaluación de la estructura y del proceso

A continuación, pasaremos a definir como se llevará a cabo la evaluación de la estructura de nuestro programa, que como en la tabla 7 se indica, evaluaremos concretamente, los recursos humanos (capacidad de comunicación y metodología) y los recursos materiales (adecuación de los contenidos y material empleado, como de las instalaciones). También se evaluará el proceso, en el que nos centraremos en la adecuación de las actividades y en la eficacia de las estrategias llevadas a cabo.

Tabla 7: Evaluación de la estructura y del proceso

<b>EVALUACIÓN DE LA ESTRUCTURA</b>			
<b>Recursos humanos</b>			
<b>Elemento que se va a evaluar</b>	<b>Indicadores</b>	<b>¿Cuándo y quién valora?</b>	<b>¿Cómo valora? Pregunta y escala</b>
Capacidad de comunicación	% de personas satisfechas con la capacidad de comunicación	Al final de cada sesión, profesores y alumnos	Pregunta: ¿Consideras adecuada la capacidad de comunicación? Escala: Dicotómica (Sí/No)
Adecuación de la metodología utilizada	Media de puntuación que se le otorga a la metodología empleada	Al final de cada sesión, profesores y alumnos	Pregunta: ¿Considera adecuados los métodos utilizados en esta sesión? Escala: 1 al 5 (1=nada; 5=mucho)
<b>Recursos materiales</b>			
Adecuación del contenido y del material empleado	Media de puntuación que se le otorga a la adecuación del contenido y del material empleado	Al final de cada sesión, alumnos	Pregunta: ¿Consideras adecuados los contenidos y el material empleado en esta sesión? Escala: 1 al 5 (1=nada; 5=mucho)

Adecuación de las instalaciones	% de personas satisfechas con las instalaciones	Al final de cada sesión, profesores y alumnos	Pregunta: ¿Te parece adecuado el lugar en el cuál se ha llevado a cabo la sesión? Escala: Dicotómica (Sí/No)
<b>EVALUACIÓN DEL PROCESO</b>			
Adecuación de las actividades llevadas a cabo	% de personas satisfechas con las actividades llevadas a cabo	Al final de cada sesión, profesores y alumnos	Pregunta: ¿Se te ha hecho largo el desarrollo de esta sesión? Escala: 1 al 5 (1=nada; 5=mucho) Pregunta: ¿Las actividades llevadas a cabo en esta sesión te han parecido las adecuadas? Escala: Dicotómica (Sí/No)
Eficacia de las diferentes estrategias llevadas a cabo	Media de puntuación de motivación/participación del alumnado	Al final de cada sesión, el profesorado	Pregunta: ¿Observa motivación por parte del alumnado? / ¿Cómo ha visto el nivel de participación por parte del alumnado en esta sesión? Escala: 1 al 5 (1=nada; 5=mucho)

*Fuente: Elaboración propia*

## 9.2. Evaluación de los resultados

En la evaluación de los resultados, como vemos en la tabla 8, vamos a ver el impacto del programa sobre cada uno de los objetivos que hemos establecido.

Tabla 8: Evaluación de los resultados

<b>OBJETIVOS GENERALES</b>			
<b>Elemento que se va a evaluar</b>	<b>Indicadores</b>	<b>¿Cuándo y quién valora?</b>	<b>¿Cómo valora? Pregunta y escala</b>

<p>Prevenir embarazos no deseados entre los adolescentes del IES “Peña del Águila” de Mancha Real al finalizar el año curso académico 2017-2018.</p>	<p>Prevalencia de embarazos no deseados en al IES Peña del Águila</p>	<p>Equipo de salud, al finalizar el curso en julio de 2018</p>	<p>El equipo de salud lo valorará mediante la historia digital de salud y los datos que lleguen al sistema.</p>
<p><b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS: DE CONOCIMIENTOS</b></p>			
<p>Al menos un 70% de los alumnos podrá identificar al menos 3 mitos en lo que respecta al embarazo no deseado en adolescentes.</p>	<p>% De alumnos que identifica 3 o más mitos en los que respecta a embarazo no deseado</p>	<p>Personal encargado de llevar a cabo la primera sesión, al finalizar esta</p>	<p>Se valora mediante el cuestionario del anexo 6 Pregunta: Indica si los siguientes mitos son verdaderos o falsos Escala: Dicotómica (V/F)</p>
<p>La mayor parte de los adolescentes podrá identificar, conocer y comprender las diferentes opciones de una sexualidad saludable en la adolescencia</p>	<p>Alumnos capaces de relacionar sexualidad con otras cosas, sin que sea el acto sexual</p>	<p>Personal encargado de llevar a cabo la segunda sesión, al finalizar esta</p>	<p>Se valorará a través de las contestaciones obtenidas por los alumnos en la primera parte de la sesión. Pregunta: Di cuales de las siguientes, son formas de expresar la sexualidad (anexo 8)</p>
<p>El 90% de los participantes identificará lo que es el embarazo no deseado, así como sus principales factores de riesgo y consecuencias que pueda generar a corto y largo plazo.</p>	<p>% de alumnos que sabe lo que es el embarazo no deseado, sus consecuencias y factores de riesgo</p>	<p>Equipo encargado de llevar el programa y profesorado, al finalizar la cuarta sesión</p>	<p>Se valorará a través de la ficha del anexo 11. Pregunta: ¿Qué es el embarazo no deseado? Completa la lista, con las consecuencias del embarazo no deseado que hemos hablado en la sesión nº4 Y mediante evaluación del profesorado (anexo 9) Pregunta: ¿Cree que se han alcanzado los objetivos propuestos en esta sesión? Escala: 1 al 5(1=nada; 5=mucho)</p>

<p>Más del 90% de los participantes reconocerá los diferentes métodos anticonceptivos, explicará su correcto funcionamiento, así como las ventajas y desventajas que presenta cada uno de ellos.</p>	<p>% de alumnos que reconoce los métodos anticonceptivos y explica sus principales características</p>	<p>Personal encargado de llevar el programa y profesorado, al finalizar la 5ª sesión</p>	<p>Se valorará a través de la calidad de las exposiciones y de los esquemas que entreguen al finalizar la sesión nº5 Y mediante evaluación del profesorado (anexo 9) Pregunta: ¿Cree que se han alcanzado los objetivos propuestos en esta sesión? Escala: 1 al 5(1=nada; 5=mucho)</p>
<p>El 80% de los alumnos identificará las principales enfermedades de transmisión sexual, así como la forma de prevenirlas.</p>	<p>% de alumnos que reconoce las principales ETS y formas de prevenirlas</p>	<p>Personal encargado de llevar el programa y profesorado al finalizar la 6ª sesión</p>	<p>Se valorará a través de la calidad de los murales que entreguen al finalizar la sesión nº6 Y mediante evaluación del profesorado (anexo 9) ¿Cree que se han alcanzado los objetivos propuestos en esta sesión? Escala: 1 al 5(1=nada; 5=mucho)</p>
<p><b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS: DE ACTITUDES</b></p>			
<p>El 90% de los participantes mostrará interés en el aprendizaje de los diferentes contenidos que son abordados en el programa, al menos, durante el desarrollo del mismo.</p>	<p>% de alumnos que muestran interés en el contenido abordado por el programa</p>	<p>Al final de las sesiones, el alumnado y los profesores junto con la enfermera</p>	<p>Se valorará mediante el cuestionario de valoración de los alumnos y profesores Pregunta:¿ Estás interesado en los contenidos que son tratados?/ ¿Ves a los alumnos interesados con los contenidos? Escala: 1 al 5(1=nada; 5=mucho) Además de la observación directa de la enfermera a lo largo del desarrollo del programa</p>
<p>Un 50% de los participantes apoyará la iniciativa del programa e intentará transmitir los diferentes conocimientos aprendidos durante la evolución del mismo a compañeros, familiares, amigos e iguales.</p>	<p>% de alumnos que transmitirán lo aprendido a lo largo del desarrollo del programa</p>	<p>Al final de las sesiones, el alumnado</p>	<p>Se valorará mediante el cuestionario de valoración de los alumnos (Anexo 7) Pregunta: ¿Trasmitirás los contenidos aprendidos a otras personas? Escala: Dicotómica (Sí/No)</p>

<p>Un 80% de los alumnos mostrará una disposición favorable y actitud crítica ante el uso de protección en las relaciones sexuales para evitar el posible embarazo no deseado.</p>	<p>% de alumnos a favor del uso de métodos anticonceptivos en las relaciones sexuales</p>	<p>Al final de la sesión nº5, el alumnado</p>	<p>Se valorará mediante pregunta directa al alumnado durante el desarrollo de la 5ª sesión Pregunta: ¿Estás a favor del uso de anticonceptivos en las relaciones sexuales? ¿Los recomendarías? Escala: Dicotómica (Sí/No)</p>
<p>Integración por parte del profesorado de los contenidos tratados a lo largo del programa en sus asignaturas.</p>	<p>Integración de los contenidos del programa en las asignaturas</p>	<p>Al finalizar el curso, el equipo encargado del programa y los profesores</p>	<p>Se valorará mediante la información que llegue al equipo a lo largo del curso académico 2017-2018, sobre las diferentes actividades que realicen los profesores con los alumnos en sus asignaturas con los contenidos del programa</p>
<p><b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS: DE COMPORTAMIENTOS</b></p>			
<p>Un 50% de los participantes retrasará la edad en la cual mantenga las primeras relaciones sexuales completas, hasta edades de mayor madurez psico-emocional.</p>	<p>% de los alumnos que decide retrasar sus primeras relaciones sexuales completas</p>	<p>Al finalizar la segunda sesión, el equipo encargado del programa</p>	<p>Se valorará mediante la información que llegue al equipo de los participantes dispuestos a retrasar sus primeras relaciones sexuales hasta no obtener la madurez que se requiere</p>
<p>Al menos, un 70% de los alumnos, en el caso de decidir mantener relaciones sexuales, utilizará el preservativo por su doble poder preventivo</p>	<p>% de alumnos que saben elegir correctamente entre un método u otro en las diferentes situaciones que se le puedan presentar</p>	<p>Al finalizar la sesión nº 6, el equipo del programa con las respuestas de los alumnos</p>	<p>Se valorará mediante las respuestas obtenidas en el anexo nº12 que se entregará durante la 6ª sesión. Pregunta: Elige 1 ó 2 métodos anticonceptivos que creas adecuados para cada situación y explica por qué brevemente. Escala: Correcta relación de las situaciones con los diferentes métodos anticonceptivos</p>

*Fuente: Elaboración propia*

## 10. ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES/INTERVENCIONES

### 10.1. Dirigidas a los alumnos

#### 10.1.1. *Primera sesión: toma de contacto*

**Fecha:** 9/10/2017

**Duración:** 60 minutos

**Profesional encargado de llevarla a cabo:** Enfermera y asesoría de Forma Joven

**Objetivo al que contribuye esta sesión:**

- ❖ Al menos un 70% de los alumnos podrá identificar al menos 3 mitos en lo que respecta al embarazo no deseado en adolescentes.

**Tipo de estrategia:** Grupal

**Lugar:** Clase (20-25 alumnos)

**Metodología y actividades:**

En primer lugar realizaremos una presentación de las personas encargadas de llevar a cabo el programa y del programa en sí, mencionando cuántas sesiones se van a ofrecer y en qué consiste cada una de ellas descrito de forma muy breve también se dirán las normas generales que se van a llevar a cabo a lo largo del programa. Además facilitaremos un correo electrónico, para las posibles dudas así como pondremos de manifiesto la posibilidad de sesiones individuales para resolver dudas, también se facilitará el contacto del programa de Forma Joven, ya que también colaborarán en el desarrollo de las sesiones. (10 minutos)

Se realizará una tormenta de ideas con los alumnos, anotando en la pizarra las respuestas ante la siguiente pregunta “¿Qué es lo primero que se ocurre cuando te dicen embarazo en la adolescencia?”. Posteriormente, realizaremos un breve debate, para hacer una síntesis de todas las ideas. (15 minutos)

Realizaremos un breve descanso de 5 minutos.

Se pondrá en el proyector una presentación (anexo 5), en la cual aparecen una serie de afirmaciones y los alumnos debatirán con orden si están de acuerdo o no con las afirmaciones. Posteriormente los profesionales darán la respuesta correcta con la argumentación correspondiente<sup>27</sup>. (20 minutos)

Tras finalizar la presentación daremos una ficha a los alumnos (anexo 6) en la cual aparecen las afirmaciones que hemos comentado, para que nos vuelvan a transmitir si están de acuerdo o no y de esta forma comprobar si los argumentos aportados por los profesionales han sido efectivos. También daremos otra ficha para que evalúen la sesión (anexo 7). (10 minutos)

**Materiales educativos utilizados:**

Utilizaremos un proyector y ordenador con acceso a internet.

25 copias de la ficha del anexo 6

25 copias de la evaluación (anexo 7)

**Sistema de evaluación utilizado:** Para la evaluación de esta sesión repartiremos una hoja de evaluación (anexo 7) para que los alumnos puedan valorarla. Además valoraremos lo aprendido con la ficha del anexo 6.

*10.1.2. Segunda sesión: Modos de expresar sexualidad*

**Fecha:** 16 /10/2017

**Duración:** 60 minutos

**Profesional encargado de llevarla a cabo:** Enfermera

**Objetivo al que contribuye esta sesión:**

- ❖ La mayor parte de los adolescentes podrá identificar, conocer y comprender las diferentes opciones de una sexualidad saludable en la adolescencia
- ❖ El 90% de los participantes mostrará interés en el aprendizaje de los diferentes contenidos que son abordados en el programa, al menos, durante el desarrollo del mismo.

- ❖ Un 50% de los participantes retrasará la edad en la cual mantenga las primeras relaciones sexuales completas hasta edades de mayor madurez psico-emocional.

**Tipo de estrategia:** Grupal

**Lugar:** Clase (20-25 alumnos)

**Metodología y actividades:**

A primera hora de la sesión hablaremos de las diferentes formas de expresar la sexualidad. Para ello utilizaremos una presentación power point (anexo 8) en el que los alumnos tendrán que decir de varias situaciones que les presentaremos, si corresponden a formas de expresar la sexualidad o no, ya que en la mayoría de las ocasiones se relaciona sexualidad con el acto sexual en sí. Haremos un breve debate sobre el tema explicando brevemente las diferentes formas que hay de expresar la sexualidad<sup>28</sup>. (5 min).

Tras el breve debate, se realizarán 10 grupos con aproximadamente las mismas personas en cada uno de ellos. Les pondremos una serie de palabras en la presentación del anexo 8, que tendrán que definir en cada uno de los grupos con sus propias palabras, pudiéndose ayudar de un diccionario. Daremos 10-15 minutos para que elaboren las definiciones y luego las comentaremos en conjunto, para ver las diferentes posibilidades y escoger las más acertadas. Para motivación del grupo, se ofrecerá al grupo ganador una recompensa (merienda saludable para el recreo). (20 min)

Realizaremos un breve descanso de 5 minutos.

Continuaremos con la presentación de power point realizada para esta sesión (anexo 8), en la cual se realizará una pregunta (¿Cuál es el momento ideal para perder la virginidad?) para que tenga lugar un breve debate, anotando las principales conclusiones en la pizarra y posterior explicación de que el momento lo tiene que elegir uno mismo, sin tener en cuenta las influencias de terceros, contando con la madurez psico-emocional necesaria. Además haremos referencia a las presiones que pueden generarse en una relación de pareja y haremos un recuento de las personas dispuestas a retrasar sus relaciones sexuales hasta no alcanzar la madurez necesaria para ello. (5 min).



Vídeo de cortometraje que habla sobre una chica que cede a la presión de su novio de enviarle una foto desnuda, y las consecuencias que este hecho le genera<sup>29</sup>. (5 min)

Comentario en conjunto del vídeo en el que se manifiesten las diferentes opiniones de los adolescentes. (5 min).

Tras finalizar la clase, daremos a los alumnos la ficha del anexo 7 para que puedan evaluar la sesión. También se les dará otra ficha a los profesores, para que manifiesten como observadores, lo que han podido percibir a lo largo de la sesión haciendo referencia a la participación del alumnado (anexo 9). Antes de irnos, pediremos que con los mismos grupos que se han formado piensen y desarrollen una o más preguntas que les gustaría hacerle a una adolescente embarazada o que ya ha tenido hijos, para que las tengan preparadas para la siguiente sesión.

#### **Materiales educativos utilizados:**

Utilizaremos un ordenador con proyector que tenga acceso a internet

10 diccionarios de la biblioteca del Instituto

25 copias del anexo 7

2-3 copias del anexo 9

Papel y bolígrafo

Merienda saludable para el equipo ganador

#### **Sistema de evaluación utilizado:**

Para evaluar esta sesión, se repartirá a los alumnos la hoja de evaluación (anexo 7) y a los profesores otra, para que puedan valorar como observadores si ha sido eficaz la sesión y la participación del alumnado (anexo 9), también observaremos a lo largo de la sesión si son capaces de identificar las diferentes formas de expresar la sexualidad

#### *10.1.3. Tercera sesión: Una experiencia más*

**Fecha:** 23/10/2017

**Duración:** 40 minutos

**Profesional encargado de llevarla a cabo:** Enfermera con la colaboración de dos adolescentes del programa Forma Joven

**Objetivo al que contribuye esta sesión:**

- ❖ Un 50% de los participantes apoyará la iniciativa del programa e intentará transmitir los diferentes conocimientos aprendidos durante la evolución del mismo a compañeros, familiares, amigos e iguales.

**Tipo de estrategia:** Grupal

**Lugar:** Salón de actos (50 alumnos)

**Metodología y actividades:**

Para introducir esta sesión, en primer lugar explicaremos a los alumnos que vendrán dos adolescentes colaboradoras con Forma Joven, una de ellas que ha sido madre hace pocos meses y otra que está embarazada, y pediremos el máximo respeto para ellas, pues la situación que viven actualmente es complicada. (5 min).

Tras la breve introducción daremos paso a las dos adolescentes que van a colaborar en nuestro programa, pediremos que cuenten sus historias y sus situaciones, para poder ponernos en situación. (15 min).

Después de conocer brevemente a ambas adolescentes, pasaremos a la ronda de preguntas, en la cual contaremos con la participación activa del alumnado, y si lo requiere, el profesorado también podrá hacer preguntas, siempre guardando el turno de palabra y respetando a las colaboradoras. (15 min).

Para finalizar esta sesión comentaremos brevemente con los alumnos si les ha parecido enriquecedora la experiencia y repartiremos las hojas de evaluación como en otras sesiones. (5 min).

**Materiales educativos utilizados:**

Preguntas elaboradas por los alumnos previamente

50 copias del anexo 7

2-3 copias del anexo 9

**Sistema de evaluación utilizado:**

Para evaluar esta sesión, se repartirá a los alumnos la hoja de evaluación (anexo 7) y a los profesores otra, para que puedan valorar como observadores si ha sido eficaz la sesión y la participación del alumnado (anexo 9). Además el profesional encargado de llevar la sesión, junto con las colaboradoras, podrán evaluar la participación del alumnado y el comportamiento de estos durante el desarrollo de la sesión.

*10.1.4. Cuarta sesión: Consecuencias y factores de riesgo del embarazo no deseado*

**Fecha:** 30/10/17

**Duración:** 50 minutos

**Profesional encargado de llevarla a cabo:** Enfermera con colaboración de profesionales de Forma Joven

**Objetivo al que contribuye esta sesión:**

- ❖ El 90% de los participantes identificará lo que es el embarazo no deseado, así como sus principales factores de riesgo y consecuencias que pueda generar a corto y largo plazo.

**Tipo de estrategia:** Grupal

**Lugar:** Clase (20-25 alumnos)

**Metodología y actividades:**

Comenzaremos la sesión comentando lo que les pareció a los alumnos las experiencias de ambas adolescentes, para comenzar a introducir el tema y ver la percepción que estos tuvieron, para valorar si fue algo positivo y enriquecedor. (5 min).

Como en las sesiones anteriores, nos ayudaremos de una presentación power point (anexo 10), en la cual vamos a introducir con la definición de embarazo no deseado, que los propios alumnos van a saber deducir, por los contenidos tratados en las sesiones anteriores. (5 min)

Continuaremos con el planteamiento de un juego, para poder establecer las consecuencias que puede tener un embarazo no deseado. Para ello, vamos a dividir la clase en 6 grandes grupos, 2 de ellos harán un listado con las consecuencias a corto plazo de un embarazo no deseado, otros 2 grupos de las consecuencias a medio plazo, y por último los otros 2 grupos restantes harán las consecuencias a largo plazo. (10 min).

Haremos una puesta en común, un listado que cada alumno hará individualmente con las diferentes consecuencias (anexo 11), tras un debate entre los grupos, comentándolas y ofreciendo opiniones y diversas, justificando cada una de las consecuencias que los alumnos definen, para valorar si son ciertas o no. (10 min).

Realizaremos un breve descanso de 5 min

Posteriormente, con la ayuda de la presentación power point hablaremos de los factores de riesgo que pueden generar un embarazo no deseado. (7 min)

Para finalizar la sesión, pediremos que hagan grupos y se dividan los diferentes tipos de métodos anticonceptivos (de barrera, naturales, hormonales, intrauterinos y quirúrgicos) para que en la sesión nº 5 hagan una breve exposición sobre estos aproximadamente entre 5 y 10 min cada grupo. Repartiremos las hojas de evaluación de la sesión para los alumnos y para el profesorado. (8 min).

### **Materiales educativos utilizados:**

Utilizaremos un ordenador con proyector que tenga acceso a internet

25 copias del anexo 7

25 copias del anexo 11

2-3 copias del anexo 9

Papel y bolígrafo

**Sistema de evaluación utilizado:**

Para evaluar esta sesión, se repartirá a los alumnos la hoja de evaluación (anexo 7) y a los profesores otra, para que puedan valorar como observadores si ha sido eficaz la sesión y la participación del alumnado (anexo 9). Además para valorar si los alumnos se han enterado de las consecuencias del embarazo no deseado, nos valdremos de la ficha del anexo 11 que han rellenado individualmente a lo largo de la sesión.

*10.1.5. Quinta sesión: Métodos anticonceptivos*

**Fecha:** 6/11/2017

**Duración:** 50 minutos

**Profesional encargado de llevarla a cabo:** Enfermera junto con la colaboración de los alumnos

**Objetivo al que contribuye esta sesión:**

- ❖ Más del 90% de los participantes reconocerá los diferentes métodos anticonceptivos, explicará su correcto funcionamiento, así como las ventajas y desventajas que presenta cada uno de ellos.
- ❖ Un 80% de los alumnos mostrará una disposición favorable y actitud crítica ante el uso de protección en las relaciones sexuales para evitar el posible embarazo no deseado.

**Tipo de estrategia:** Grupal

**Lugar:** Clase (20-25 alumnos)

**Metodología y actividades:**

Para el desarrollo de esta sesión contaremos con la participación de los alumnos, que por grupos, van a explicar los diferentes métodos anticonceptivos que existen, clasificándolos en métodos anticonceptivos naturales, de barrera, hormonales, intrauterinos y quirúrgicos. Tras la explicación de cada grupo, se intervendrá si es necesario para resaltar aspectos claves o corregir si hubiera error.

También enseñaremos a los alumnos algunos de los métodos anticonceptivos para que puedan familiarizarse con ellos y asentar los conocimientos aprendidos. Aprovecharemos el momento para hablar sobre Planificación Familiar para que puedan obtener más información sobre métodos anticonceptivos o todo lo relacionado en materia de sexualidad cuando lo requieran.

Pediremos que a lo largo de la sesión, hagan un breve esquema sobre los diferentes métodos anticonceptivos. Repartiremos las hojas de evaluación a los alumnos y al profesorado. (50 min).

**Materiales educativos utilizados:**

Utilizaremos un ordenador con proyector que tenga acceso a internet

25 copias del anexo 7

2-3 copias del anexo 9

Papel y bolígrafo

Diferentes métodos anticonceptivos (preservativo, diafragma, anticonceptivos hormonales varios, espermicidas, DIU...)

**Sistema de evaluación utilizado:**

Para evaluar esta sesión, se repartirá a los alumnos la hoja de evaluación (anexo 7) y a los profesores otra, para que puedan valorar como observadores si ha sido eficaz la sesión y la participación del alumnado (anexo 9). Además para valorar la atención que los alumnos prestan a la sesión, así como la adquisición de conocimientos en cuanto a métodos anticonceptivos, entregarán un esquema que han desarrollado individualmente a lo largo del desarrollo de la sesión.

*10.1.6. Sexta sesión: Anticoncepción y ETS*

**Fecha:** 13/11/2017

**Duración:** 60 minutos

**Profesional encargado de llevarla a cabo:** Enfermera y médico

### **Objetivo al que contribuye esta sesión:**

- ❖ El 80% de los alumnos identificará las principales enfermedades de transmisión sexual, así como la forma de prevenirlas.
- ❖ Al menos, un 70% de los alumnos, en el caso de decidir mantener relaciones sexuales, utilizará el preservativo por su doble poder preventivo

**Tipo de estrategia:** Grupal

**Lugar:** Clase (20-25 alumnos)

### **Metodología y actividades:**

Para comenzar esta sesión retomaremos el tema de los métodos anticonceptivos tratados en la sesión anterior. Repartiremos unas fichas con diferentes situaciones (anexo 12), los alumnos tendrán que elegir el método anticonceptivo que creen que es el más adecuado. Para ello se hará un juego, en el cual se expone la situación y se cogen dos personas con opiniones diferentes para que hagan un breve debate sobre esa situación. Después se debatirán las diferentes situaciones propuestas con el resto de la clase. (15 min).

Pediremos a los alumnos que se dividan en 7 grupos, para que cada grupo haga un mural en una cartulina de cada una de las ETS principales: VIH, sífilis, gonorrea, clamidia, herpes genital, tricomoniasis y virus del papiloma humano. Tendrán que reflejar, lo que es, síntomas, vías de trasmisión y forma de prevenirla. Para facilitar la búsqueda de información dejaremos dos portátiles a cada grupo y facilitaremos las cartulinas y colores, así como resolver las posibles dudas que surjan a lo largo de la sesión. Motivaremos a los alumnos ofreciendo un premio al mejor cartel y colocaremos los murales en las clases del instituto, para que los alumnos puedan recordar, además los profesionales encargados de llevar la sesión irán pasando por los grupos explicando cada una de las enfermedades de trasmisión sexual. ( 40 min).

Repartiremos las hojas de evaluación para el alumnado y el profesorado que acudan a la sesión. Además repartiremos un folleto a cada alumno sobre el embarazo no deseado a modo de recordatorio <sup>30</sup>. (5 min).

**Materiales educativos utilizados:**

25 copias del anexo 12

25 copias del anexo 7

2-3 copias del anexo 9

25 copias del folleto de embarazo no deseado

14 ordenadores portátiles del instituto

7 cartulinas de diferentes colores

Rotuladores y lápices de varios colores

Merienda saludable para el mejor grupo

**Sistema de evaluación utilizado:**

Para evaluar esta sesión, se repartirá a los alumnos la hoja de evaluación (anexo 7) y a los profesores otra, para que puedan valorar como observadores si ha sido eficaz la sesión y la participación del alumnado (anexo 9). Valoraremos además los diferentes murales elaborados por parte del alumnado.

## **10.2. Dirigidas a los profesores**

### *10.2.1. Única sesión: Continuar aprendiendo*

**Fecha:** 20/11/2017

**Duración:** 40 minutos

**Profesional encargado de llevarla a cabo:** Enfermera junto personal de Forma Joven

**Objetivo al que contribuye esta sesión:**

- ❖ Integración por parte del profesorado de los contenidos tratados a lo largo del programa en sus asignaturas.



**Tipo de estrategia:** Grupal

**Lugar:** Sala de profesores

**Metodología y actividades:**

En primer lugar agradeceremos a todo el profesorado por la colaboración en las distintas sesiones. Posteriormente hablaremos sobre la importancia de mantener y ampliar los contenidos tratados a lo largo del programa, para ello pediremos una vez más su participación en cada una de las asignaturas, para reforzar lo aprendido.

Pediremos la integración de contenidos acerca de salud sexual y prevención de embarazo no deseado en cada una de las diferentes áreas. Para ello, los mismos profesores con ayuda de la enfermera y profesionales de Forma Joven encargados de llevar a cabo la sesión, propondrán diferentes actividades para integrar en la programación de cada una de las asignaturas.

También se hablará de la importancia de transmisión de lo aprendido a nuevos alumnos que se reciban en próximos años en el centro.

Facilitaremos un correo electrónico, para que cada uno de los profesores que integren contenidos del programa nos expliquen de qué forma lo han llevado a cabo y las conclusiones a las que han llegado, además de indicar si les ha parecido útil. También podrán pedirnos materiales o ayuda para llevar a cabo las actividades. (40 min)

**Materiales educativos utilizados:**

Papel y bolígrafo

**Sistema de evaluación utilizado:**

Para evaluar esta sesión nos guiaremos de los e-mails que nos vayan enviado los diferentes profesores a lo largo del curso académico, para comprobar que han integrado contenidos sobre salud sexual y prevención del embarazo no deseado.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. OMS [Internet]. Salud de la madre, el recién nacido, del niño y del adolescente. 2016 [consultado el 29 de diciembre de 2016]. Disponible en:  
[http://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/es/](http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/)
2. Arandojo Morales M.I., Orbañanos Peiro L., Morales Bonilla J.A., García Cuesta J. Actitudes y conocimientos en materia de sexualidad de los adolescentes de la zona sur de Madrid. Educare21 [Internet]. 2013 [consultado el 29 de diciembre de 2016]; 11(10). Disponible en:  
<http://www.enfermeria21.com/revistas/educare/articulo/621244/>
3. Delgado M., Zamora López F., Barrios L., Cámara N. Pautas anticonceptivas y maternidad adolescente en España. Fundación Española de Contracepción. Madrid: Consejo Superior de Investigaciones Científicas; 2011.
4. Colomer Revuelta J. Prevención del embarazo no deseado y de las infecciones de transmisión sexual en adolescentes. PrevInfad/ PAPPS [Internet]. 2013 [consultado el 3 de enero de 2017]. Disponible en: <http://www.aepap.org/previnfad/endits.htm>
5. Instituto de estadística y cartografía de Andalucía [Internet]. Sevilla: Junta de Andalucía; 2013 [actualizado el 25 de julio de 2016; consultado el 2 de enero de 2017]. Disponible en:  
<http://www.juntadeandalucia.es/institutodeestadisticaycartografia/sima/htm/sm23058.htm>
6. Ministerio de sanidad, servicios sociales e igualdad. Salud sexual y reproductiva. Resultados de la Encuesta Nacional de Salud Sexual 2009. Madrid: Ministerio de Sanidad, servicios sociales e igualdad; 2009. [Consultado el 3 de enero de 2017]. Disponible en:  
<http://www.msssi.gob.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/encuestaSSIntro.htm>
7. OMS [Internet]. El embarazo en la adolescencia. 2014 [consultado el 18 de enero de 2017]. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs364/es/>
8. Medline plus [Internet]. Bethesda (MD): Biblioteca Nacional de Medicina (EE.UU.). [Actualizado el 2 de diciembre de 2016; consultado el 3 de enero de 2017]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/teenagepregnancy.html>

9. Fernández LS., Carro Puig E., Osés Ferrera D., Pérez Piñero J. Caracterización del recién nacido en una muestra de gestantes adolescentes. *Revista Cubana de Obstetricia y Ginecología* [Internet]. 2004 [consultado el 9 de enero de 2017]; 30(2). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-600X2004000200003&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-600X2004000200003&lng=es&nrm=iso&tlng=es).
10. Fernández LS., Carro Puig E., Osés Ferrera D., Pérez Piñero J. Caracterización de la gestante adolescentes. *Revista Cubana de Obstetricia y Ginecología* [Internet]. 2004 [consultado el 9 de enero de 2017]; 30(2). Disponible en: [http://www.bvs.sld.cu/revistas/gin/vol30\\_2\\_04/gin02204.htm](http://www.bvs.sld.cu/revistas/gin/vol30_2_04/gin02204.htm)
11. León P., Minassian M., Borgoño R., Bustamante F. Embarazo adolescente. *Revista pediatría adolescente* [Internet]. 2008 [consultado el 9 de enero de 2017]; 5(1): 42-51. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0138-600X2004000200003&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-600X2004000200003&lng=es&nrm=iso&tlng=es).
12. Dudley S. Las mujeres adolescentes, el aborto y la ley. *National Abortion Federation* [Internet]. 2000 [consultado el 3 de enero de 2017]. Disponible en: <https://prochoice.org/about-naf/naf-international/en-espanol/>
13. Ministerio de sanidad, servicios sociales e igualdad [Internet]. Datos estadísticos. Interrupción Voluntaria del Embarazo. Madrid: Ministerio de Sanidad, servicios sociales e igualdad; 2016. [Consultado el 4 de enero de 2017]. Disponible en: [http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/embarazo/tablas\\_figuras.htm#Tabla6](http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/embarazo/tablas_figuras.htm#Tabla6)
14. Lete Lasa I., Pablo Lozano J.L., Martínez Arévalo C., Parrilla Paricio J.J. Embarazo en la adolescencia. Grupo de trabajo sobre Salud Reproductiva en la adolescencia. *Manual de Salud Reproductiva en la adolescencia. Aspectos básicos y clínicos*. 1ª ed. Madrid: Sociedad Española de Contracepción; 2001.p 817-835.
15. Ulanowicz M.G., Parra K.E., Wendler G.E., Tisiana Monzón L. Riesgos en el embarazo adolescente. *Revista de Posgrado de la VIa Cátedra de Medicina* [Internet]. 2006 [consultado el 9 de enero de 2017]; 153: 13-17. Disponible en: [http://med.unne.edu.ar/revista/revista153/4\\_153.pdf](http://med.unne.edu.ar/revista/revista153/4_153.pdf)

16. Hernández Molina LM. Prácticas culturales de los adolescentes para prevenir el embarazo no deseado. *Av.enferm* [Internet]. 2007;25(1):92-100. Disponible en: <http://www.revistas.unal.edu.co/index.php/avenferm/article/view/35904>
17. Álvarez Nieto C., Pastor Moreno G., Linares Abad M., Serrano Martos J., Rodríguez Olalla L. Motivaciones para el embarazo adolescente. *Gac Sanit* [Internet]. 2012 [consultado el 9 de enero de 2017]; 26( 6 ): 487-503. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0213-91112012000600002&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0213-91112012000600002&lng=es).
18. Baeza W B., Póo F A.M., Vásquez P.O., Muñoz N.S., Vallejos V.C. Identificación de factores de riesgo y factores protectores del embarazo en adolescentes de la novena región. *Rev. chil. obstet. ginecol.* [Internet]. 2007 [consultado el 9 de enero de 2017]; 72(2): 76-81. Disponible en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-75262007000200002&lng=es](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75262007000200002&lng=es).
19. Frías Osuna A., Ordoñez Urbano C., Palomino Moral P.A. El trabajo fin de grado basado en un programa de educación para la salud. En: del Pino Casado R. coordinador. *Manual para la elaboración y defensa del trabajo fin de grado en ciencias de la salud.* 1ª ed.España: Elsevier; 2015. 113-134.
20. *Movimiento natural de la población.* 2015. Instituto Nacional de Estadística. Disponible en: <http://www.ine.es/jaxi/Datos.htm?path=/t20/e301/nacim/a2015/10/&file=01001.px>
21. OMS [Internet]. Prevenir el embarazo precoz y los resultados reproductivos adversos en adolescentes en vías de desarrollo: las evidencias. 2012 [consultado el 19 de enero de 2017]. Disponible en: [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/78253/1/WHO\\_FWC\\_MCA\\_12\\_02\\_spa.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/78253/1/WHO_FWC_MCA_12_02_spa.pdf)
22. Michón Cano M., Oliva Díaz M.A., Domínguez Pérez S. Intervención enfermera ante los embarazos no deseados. *Enfermería global* [Internet]. 2008 [consultado el 18 de enero de 2017]; 7 (1): 1-9. Disponible en: <http://revistas.um.es/eglobal/article/view/852/852>
23. Craig A.D., Dehlendorf C., Borrero S., Harper C.C., Rocca C.H. Exploring Young adults' contraceptive knowledge and attitudes: Disparities by race/ethnicity and age.

- Women's Health Issues [Internet]. 2014 [consultado el 18 de enero de 2017]; 24(3): 281-289. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4119871/>
24. INJUVE [Internet]. Sondeo Jóvenes y Diversidad Sexual. 2010 [consultado el 19 de enero de 2017]. Disponible en: <http://www.injuve.es/observatorio/salud-y-sexualidad/jovenes-y-diversidad-sexual>
25. Rosenthal M.S., Ross J.S., Bilodeau R., Richter R.S., Palley J.E., Bradley E.H. Economic Evaluation of a Comprehensive Teenage Pregnancy Prevention Program: Pilot Program. American Journal of Preventive Medicine [Internet]. 2009 [consultado el 19 de enero de 2017];37 (6): 280-287. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3020976/>
26. Oringanje C., Meremikwu M.M., Eko H., Esu E., Meremikwu A., Ehiri J.E. Intervenciones para la prevención de embarazos no deseados en adolescentes. Biblioteca Cochrane Plus [Internet]. 2016 [consultado el 19 de enero de 2017]; 4. Disponible en: <http://www.biblioteca-cochrane.com/BCPGetDocument.asp?DocumentID=CD005215>
27. Esteban P. Los adolescentes, su sexualidad y sus mitos. Vanguardia [Internet]. 2009 [consultado el 27 de marzo de 2017]. Disponible en: <http://www.vanguardia.com/historico/41199-los-adolescentes-su-sexualidad-y-sus-mitos>
28. Luque Cuesta M.C., Prieto Martín R. Programa de educación afectivo sexual en la escuela. Universidad de Salamanca.2014.
29. Silva A. Cortometraje [Video File]. Subido el 7 de Septiembre de 20015 [consultado el 21 de Marzo de 2017] [5:14 min]. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=kDAuxjfdmR0>
30. Colectivo Harimaguada. Embarazso no deseados [folleto]. Disponible en: <http://www.harimaguada.org/portfolio-items/folletos-divulgativos-sobre-sexualidad/>

## 11. ANEXOS

### ANEXO 1: CUESTIONARIO DE VALORACIÓN SOBRE SEXUALIDAD EN ADOLESCENTES

Fuente: elaboración propia. Disponible en: <http://www.e-encuesta.com/answer?testId=QWVgxDulSFE=>

Proponemos el siguiente cuestionario, rellénalo con la máxima sinceridad posible. Sólo se contestará una de las respuestas marcando con una “X” la casilla correspondiente. Los datos serán protegidos y la identidad será anónima. GRACIAS por su colaboración.

**1. Sexo:**

Hombre.....

Mujer.....

**2. Edad:\_\_\_\_\_**

**3. Curso:**

1°ESO.....

2°ESO.....

3°ESO.....

4°ESO.....

**4. ¿Cómo cree que es la información de la que dispone acerca de la sexualidad?**

Muy buena...

Buena.....

Regular.....

Mala.....

Muy mala.....

**5. ¿Alguna vez has tenido relaciones sexuales?**

Sí.....

No.....

\*En caso AFIRMATIVO, contesta a las siguientes cuestiones.

**5.1. Indica la edad que tenías en tu primera relación sexual \_\_\_\_\_**

**5.2.¿Utilizaste algún método anticonceptivo?**

Sí.....

No.....

En caso de que SÍ utilizase algún método anticonceptivo, conteste a las siguientes cuestiones.

**5.2.1. ¿Qué método anticonceptivo utilizó?**

Preservativo masculino....

Preservativo femenino....

Marcha atrás.....

Pastillas anticonceptivas...

Píldora del día de después.

Otros. ¿Cuál? \_\_\_\_\_

**5.2.2. ¿Por qué motivo utilizó un método anticonceptivo?**

Por miedo a embarazo.....

Por miedo a enfermedad de transmisión sexual....

Otros. ¿Cuál? \_\_\_\_\_

En caso de que NO utilizase algún método anticonceptivo, conteste a las siguientes cuestiones.

**5.2.3. ¿Por qué motivo no utilizó ningún tipo de protección?**

No tenía ninguno.....

Resta placer.....

Estaba bajo los efectos del alcohol.....

Es difícil obtener métodos de protección....

Otros. ¿Cuál? \_\_\_\_\_

\*En caso NEGATIVO, contesta a las siguientes cuestiones.

**5.3. ¿Cuál es el motivo por el cual no ha tenido relaciones sexuales?**

Falta de pareja.....

Por miedo.....

No se ha presentado ocasión.....

Falta de confianza.....

Por razones ideológicas.....

Otros. ¿Cuál? \_\_\_\_\_

**6. ¿Cuáles piensas que son las causas del embarazo no deseado en la adolescencia?**

Por falta de información.....

Por deseo de embarazo.....

Por tomar riesgos innecesarios.....

Alcohol y drogas.....

Por el deseo de irse de casa.....

Abuso sexual.....

Malas relaciones familiares.....

Otros. ¿Cuál? \_\_\_\_\_

**7. ¿Cómo crees que pueden prevenirse los casos de embarazos no deseados en los adolescentes?**

Informando sobre sexualidad.....

Promoviendo métodos anticonceptivos.....

Mejorar la comunicación con padres.....

Evitar alcohol y drogas.....



Otros. ¿Cuál? \_\_\_\_\_

**8. ¿Qué repercusiones crees que puede generar en ti un embarazo no deseado?**

Rechazo por parte de tus padres.....

Rechazo por parte de tu pareja.....

Abandonar los estudios.....

Rechazo de amigos/as.....

**9. ¿Crees que podrías cuidar de un hijo a tu edad?**

Sí.....

No.....

**10. ¿Conoces algún caso en el que un adolescente haya tenido un hijo/a no deseado?**

Sí.....

No.....

\*En caso AFIRMATIVO indica el número de casos que conoces: \_\_\_\_\_

**11. ¿De quién te gustaría recibir información acerca de la sexualidad?**

Amigos.....

Padres.....

Hermanos mayores.....

Profesores.....

Profesional sanitario.....

Pareja.....

Otros. ¿Cuál? \_\_\_\_\_

## ANEXO 2: CARTEL DEL PROGRAMA

Fuente: elaboración propia



**PROGRAMA DE  
EDUCACIÓN PARA LA  
SALUD**

**Hablaremos sobre:**

- Cómo prevenir un embarazo no deseado en adolescentes
- Métodos anticonceptivos
- Sexualidad y afectividad

**PARTICIPA**

**TU vida,  
elige TU  
momento**



The poster features a light yellow background. At the top, a pink rectangular box with a green border contains the title 'PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD' in bold blue capital letters. Below this, the text 'Hablaremos sobre:' is written in red. A list of three topics follows: '-Cómo prevenir un embarazo no deseado en adolescentes', '-Métodos anticonceptivos', and '-Sexualidad y afectividad'. A large blue arrow with a black outline points to the right, containing the word 'PARTICIPA' in red capital letters. To the right of the arrow is a pink speech bubble with a green border containing the text 'TU vida, elige TU momento' in blue capital letters. In the bottom left corner, there is a cartoon illustration of a stork carrying a bundle and a young woman with brown hair looking at it.

### ANEXO 3: CARTA INFORMATIVA A LOS PADRES

Fuente: elaboración propia



#### Estimados padres y madres:

Nos dirigimos a ustedes desde el Instituto “Peña del Águila” de Mancha Real, para informar sobre un programa de educación para la salud que se llevará a cabo con el alumnado que actualmente esté cursando la E.S.O.

El programa está dirigido a la **PREVENCIÓN DE EMBARAZOS NO DESEADOS EN LOS ADOLESCENTES**, ya que es un tema de suma importancia y creemos conveniente informar a nuestros alumnos en materia de sexualidad, para así poder reducir el número de embarazos no deseados que se producen en los adolescentes.

El programa se desarrollará durante el calendario escolar y será impartido por una enfermera del centro de salud, un médico, y los profesionales de Forma Joven del municipio junto con la participación del profesorado del instituto bajo el lema: **“TU vida, elige TÚ momento”**.



Jaén, a 3 de Enero de 2017

Fdo: Dirección del Instituto

## ANEXO 4: FOLLETO INFORMATIVO DEL PROGRAMA

Fuente: elaboración propia

### ¿QUÉ PRETENDEMOS CON ESTE PROGRAMA?

Con el desarrollo de este programa pretendemos que lleguen los conocimientos deseados a los alumnos de la ESO para poder prevenir un embarazo no deseado, además de otros problemas que pueden surgir por el mero de hecho de mantener relaciones sexuales, como son las Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS)

IES PEÑA DELÁGUILA  
MANCHA REAL (JAÉN)  
CP: 23100  
C/ CARRETERA DE PEGALAJAR S/N

DIRIGIDO A TODOS LOS ALUMNOS DE LA E.S.O.

### Programa de Educación Para la Salud dirigido a la prevención de embarazo no deseado



*TU* vida,  
Elige *TU* momento



De los embarazos que se producen en adolescentes, aproximadamente entre un 60-90% no son deseados

Además vamos a realizar una sesión con los profesores del Instituto

Para asegurarnos de que los contenidos aprendidos no se pierdan con el tiempo y se sigan fortaleciendo y transmitiendo

### Sesiones que vamos a llevar a cabo durante el desarrollo del programa

#### **Sesión nº1: toma de contacto**

Haremos una primera toma de contacto e identificaremos algunos mitos en torno al embarazo no deseado

#### **Sesión nº2: Modos de expresar la sexualidad**

¿Sabías que la sexualidad no sólo es el acto sexual?

#### **Sesión nº3: Una experiencia más**

Contaremos con dos experiencias reales de embarazo adolescente

#### **Sesión nº4: Consecuencias y factores de riesgo del embarazo no deseado**

Te vas a sorprender

#### **Sesión nº5: Métodos anticonceptivos**

¿Conoces todos los métodos anticonceptivos que existen?

#### **Sesión nº6: Enfermedades de Transmisión Sexual**

Otra consecuencia de una práctica sexual llevada a cabo con riesgo

### Póngase en contacto con nosotros

IES PEÑA DEL ÁGUILA  
MANCHA REAL (JAÉN)  
CP:23100  
C/ CARRETERA DE PEGALAJAR S/N

[eligetumomento@hotmail.com](mailto:eligetumomento@hotmail.com)

## ANEXO 5: POWER POINT SESIÓN N°1 DIRIGIDA A LOS ALUMNOS

Fuente: Elaboración propia. Basado en: Esteban P. Los adolescentes, su sexualidad y sus mitos. Vanguardia [Internet]. 2009 [consultado el 27 de marzo de 2017].

Disponible en: <http://www.vanguardia.com/historico/41199-los-adolescentes-su-sexualidad-y-sus-mitos>

**PROGRAMA DE  
EDUCACIÓN PARA  
LA SALUD  
DIRIGIDO A LA  
PREVENCIÓN DE  
EMBARAZOS NO  
DESEADOS EN  
ADOLESCENTES**



*TU vida,  
Elige TÚ momento*

1

### PRIMERA SESIÓN

**E-mail:**

[eligetumomento@hotmail.com](mailto:eligetumomento@hotmail.com)

**Tutorías individuales:**

Recreos en sala de juntas  
Solicitar cita vía e-mail

2

## ¿QUÉ ES LO PRIMERO QUE SE OCURRE CUANDO TE DICEN EMBARAZO EN LA ADOLESCENCIA?



3

# ¿VERDAD O MENTIRA?

## SE PUEDE PRODUCIR UN EMBARAZO TRAS LA PRIMERA MENSTRUACIÓN

### VERDADERO

A partir del momento en el que se tiene la primera menstruación se puede quedar embarazada, ya que la mujer es fértil, tanto como en otro momento de su juventud, a pesar de que ésta se produzca con corta edad.

## HAY MENOS PROBABILIDAD DE QUEDAR EMBARAZADA TRAS LA PRIMERA RELACIÓN SEXUAL

### FALSO

A partir del momento en el que se tiene la primera menstruación, se puede producir un embarazo con la misma probabilidad en la primera, segunda y próximas relaciones sexuales mientras no se utilice ningún tipo de protección.

4

5

6

## UNA ADOLESCENTE ESTÁ PREPARADA PARA SER MADRE SI ES MADURA

### FALSO

La adolescencia es una etapa de transición entre la niñez y la etapa adulta con muchos cambios que provocan numerosas preocupaciones en el adolescente. Un embarazo en esta época supone interrumpir muchas de las cosas normales de los adolescentes, por lo que puede influir en la relación que debe de construirse con el hijo/a.

7

## UNA MUJER ADOLESCENTE TIENE MÁS RIESGOS DE PROBLEMAS DURANTE EL EMBARAZO QUE UNA ADULTA

### VERDADERO

Se considera un embarazo de alto riesgo al de las adolescentes, ya que el cuerpo no se encuentra totalmente desarrollado y se producen más partos prematuros y niños con bajo peso al nacer

8

## SE PUEDE EVITAR UN EMBARAZO SI SE “TERMINA” CON LA RELACIÓN SEXUAL

### FALSO

Durante el desarrollo de las relaciones sexuales el hombre genera el líquido pre-seminal que puede contener espermatozoides, por lo que puede producirse un embarazo al quedar fecundados

9



**DURANTE EL PERIODO DE  
MENSTRUACIÓN NO SE PUEDE  
PRODUCIR UN EMBARAZO  
HAY DÍAS EN LOS QUE UNA MUJER NO  
PUEDE QUEDAR EMBARAZADA**

**FALSO**

La fecundación se produce cuando hay ovulación. Se puede producir una ovulación en cualquier momento del ciclo menstrual, por lo que sí se puede producir un embarazo si no se utiliza protección.

10

**USAR DOBLE PRESERVATIVO  
PREVIENE MÁS UN EMBARAZO**

**FALSO**

Hay más probabilidad de que se rompan si se utilizan a la vez debido al roce que se producen entre ambos. Si se quiere utilizar un doble método anticonceptivo se puede utilizar un espermicida junto al preservativo.

11



## **ANEXO 6: ¿Verdad o mentira?**

Fuente: Elaboración propia

### **¿VERDAD O MENTIRA?**

Indica si los siguientes mitos son verdaderos (V) o falsos (F) según lo aprendido en la primera sesión del programa dirigido a la prevención de embarazos no deseados.

- Se puede quedar embarazada tras tener la primera menstruación
- Hay menos probabilidad de quedar embarazada en la primera relación sexual
- Una adolescente está preparada para ser madre si es madura
- Es mejor que si se tienen niños en la adolescencia los críe y se haga cargo otra persona
- Una mujer adolescente tiene más riesgos de problemas durante el embarazo que una adulta.
- Se puede evitar un embarazo si no se “termina” con la relación sexual
- Durante el periodo de menstruación se puede producir un embarazo
- Hay días en los que una mujer no puede quedar embarazada
- Las pastillas anticonceptivas pueden prevenir enfermedades de transmisión sexual porque evitan un embarazo
- Usar doble preservativo previene más un embarazo

## ANEXO 7: Evaluación de las sesiones

Fuente: Elaboración propia

### Valoración de la sesión por parte del alumnado

A continuación, te vamos a pedir que califiques la sesión. Intenta ser sincero/a.

¿Estás satisfecho/a con la capacidad de comunicación del personal ? Sí/No

¿Te parece adecuado el lugar en el que se ha llevado a cabo la sesión? Sí/ No

¿Las actividades propuestas en esta sesión te han parecido las adecuadas? Sí/ No

¿Trasmitirás los contenidos aprendidos a otras personas? Sí/No

Valora cada ítem del 1 al 5. De forma que 1=nada, 2=poco, 3=algo, 4=bastante y 5=mucho.

**Indica qué sesión acabas de realizar (ejemplo: quinta sesión):** \_\_\_\_\_

- |   |  |
|---|--|
| 1. ¿Consideras adecuados los contenidos de esta sesión y los materiales que se han utilizado? |  |
| 2. ¿Crees que has aprendido algo?   |  |
| 3. ¿Estás interesado en los contenidos que son tratados?                                      |  |
| 4. ¿Se ha utilizado un lenguaje articulado por parte del profesional?                         |  |
| 5. ¿Crees que el método con el cual se ha llevado a cabo la sesión ha sido el correcto?       |  |
| 6. ¿Se te ha hecho largo el desarrollo de esta sesión?  |  |

7. Explica brevemente qué cambiarías de dicha sesión, o haz tus sugerencias

--

## ANEXO 8: POWER POINT SESIÓN N°2 DIRIGIDA A LOS ALUMNOS

Fuente: Elaboración propia. Basado en: Luque Cuesta M.C., Prieto Martín R. Programa de educación afectivo sexual en la escuela. Universidad de Salamanca.2014.

**PROGRAMA DE  
EDUCACIÓN PARA  
LA SALUD  
DIRIGIDO A LA  
PREVENCIÓN DE  
EMBARAZOS NO  
DESEADOS EN  
ADOLESCENTES**



1

### SEGUNDA SESIÓN

**E-mail:**

[eligetumomento@hotmail.com](mailto:eligetumomento@hotmail.com)

**Tutorías individuales:**

Recreos en sala de juntas  
Solicitar cita vía e-mail

2

### DÍ CUALES DE LAS SIGUIENTES, SON FORMAS DE EXPRESAR LA SEXUALIDAD

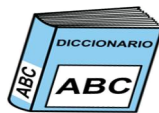
- Guiñar un ojo al chico que te gusta
- Acariciar la cara a tu bebé
- Tener relaciones sexuales
- Madre que vende flores
- Niña que pasea a su perro
- Mujer y hombre desnudos
- Niña y niño que se abrazan
- Niños que pasean juntos
- Padre que se baña con su bebé



3

#### DEFINE LOS SIGUIENTES TÉRMINOS

- Sexo
- Género
- Sexualidad
- Erotismo
- Relación sexual
- Sexismo
- Heterosexual
- Homosexual
- Bisexual



4



## ¿CUÁL ES EL MOMENTO IDEAL PARA PERDER LA VIRGINIDAD?

5

#### VIRGINIDAD: DECISIÓN PROPIA

- Cada vez se empiezan a mantener relaciones sexuales a más temprana edad
- Con frecuencia se ejercen presiones por parte de la sociedad para que se mantengan relaciones sexuales antes ( ejemplo: hablar de quien es o no es virgen en un grupo de amigos)
- Pero cada persona tiene aplicar su propio criterio y decidir, conociendo las consecuencias de sus actos

6

## VÍDEO

- o <https://www.youtube.com/watch?v=kDAuxjfdmR0>



7

¿QUÉ LE  
PREGUNTARÍAS A  
UNA ADOLESCENTE  
EMBARAZADA O QUE  
YA HA SIDO MADRE?



8



9

## ANEXO 9: EVALUACIÓN PROFESORADO

Fuente: Elaboración propia

### VALORACIÓN DE LA SESIÓN POR PARTE DEL PROFESORADO

A continuación vamos a pedirle que haga esta evaluación con el fin de mejorar el programa, se tarda poco en rellenarla y puede ser de gran ayuda. ¡GRACIAS!

Indique el **nº de sesión** que se va a valorar: \_\_\_\_\_

¿Consideras adecuada la capacidad de comunicación del profesional? Sí/ No

¿Te parece adecuado el lugar en el que se ha llevado a cabo la sesión? Sí/ No

Valora cada ítem del 1 al 5. De forma que 1=nada, 2=poco, 3=algo, 4=bastante y 5=mucho.

1. ¿Considera adecuados los contenidos y el material empleado en esta sesión? \_\_\_\_\_
2. ¿Considera adecuados los métodos utilizados en esta sesión? \_\_\_\_\_
3. ¿Cree que se han alcanzado los objetivos propuestos en esta sesión? \_\_\_\_\_
4. ¿Se ha utilizado un lenguaje articulado y comprensible por parte del profesional? \_\_\_\_\_
5. ¿Se le ha hecho largo el desarrollo de esta sesión? \_\_\_\_\_
6. ¿Cómo ha visto el nivel de participación por parte del alumnado en esta sesión? \_\_\_\_\_
7. ¿Observa motivación por parte del alumnado? \_\_\_\_\_
8. ¿Ves a los alumnos interesados con los contenidos? \_\_\_\_\_
9. Indique a continuación las cosas que cambiaría, o cualquier otra observación o sugerencia, que desee realizar.

## ANEXO 10: POWER POINT DE LA SESIÓN N°4 DIRIGIDA A LOS ALUMNOS

Fuente: elaboración propia. Basado en las bibliografías anteriores

### PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD DIRIGIDO A LA PREVENCIÓN DE EMBARAZOS NO DESEADOS EN ADOLESCENTES



*TU vida,  
Elige TÚ momento*

1

### CUARTA SESIÓN SESIÓN

**E-mail:**

[eligetumomento@hotmail.com](mailto:eligetumomento@hotmail.com)

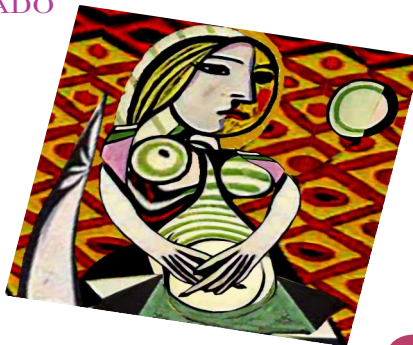
**Tutorías individuales:**

Recreos en sala de juntas  
Solicitar cita vía e-mail

2

### EMBARAZO NO DESEADO

- Conocemos por **embarazo no deseado** a la concepción que, ni la pareja en su conjunto ni individualmente alguno de los que la forman, desean conscientemente en el momento del acto sexual.



3



## CONSECUENCIAS DEL EMBARAZO NO DESEADO

A corto plazo	A medio plazo	A largo plazo

4

## FACTORES DE RIESGO DEL EMBARAZO NO DESEADO

- Inicio precoz de las relaciones sexuales: cada vez se inician antes las relaciones sexuales con penetración.
- La menarquía (primera menstruación) aparece antes
- Nivel socioeconómico bajo
- Antecedente de un familiar con embarazo precoz
- Fracaso escolar
- Consumo de alcohol y otras drogas: ya que provoca un comportamiento sexual desinhibido y peligroso

5

## FACTORES DE RIESGO DEL EMBARAZO NO DESEADO

- No utilización de métodos anticonceptivos: la marcha atrás se sigue utilizando en el 8.1% de los casos.
- Además la cultura y el nivel socioeconómico interfieren a la hora de usar un método anticonceptivo u otro, además de la falta de información que actualmente existe.
- Falta de madurez psicológica y en algunos casos de autoestima, lo que provoca que se ceda la responsabilidad a otra persona.

6

- Un 40% de hombres y mujeres no utilizaran ninguna medida de protección en su primera relación sexual y un 25% de ellos no lo consideraban necesario

7



**ANEXO 11: Consecuencias del embarazo no deseado**

Fuente: Elaboración propia

**CONSECUENCIAS DEL EMBARAZO NO DESEADO**

Nombre y apellidos: \_\_\_\_\_

Curso: \_\_\_\_\_

¿Qué es el embarazo no deseado?

Completa esta lista con las consecuencias del embarazo no deseado que hemos hablado en la sesión nº4

<b>Consecuencias a corto plazo</b>	
<b>Consecuencias a medio plazo</b>	
<b>Consecuencias a largo plazo</b>	

## **ANEXO 12: DIFERENTES SITUACIONES PARA ELEGIR EL MÉTODO ADECUADO**

Fuente: elaboración propia

Elige 1 ó 2 métodos anticonceptivos que creas adecuados para cada situación y explica por qué brevemente

- Marcos de 18 años y Ana de 16 años, llevan dos meses juntos, y quieren mantener relaciones sexuales, pero a Ana le da vergüenza y le dice a su novio que para mantener su primera relación sexual tiene que ser una noche que salga de fiesta y haya bebido, para estar más relajada.
  
- Mario de 34 años y su mujer Lucía de 30 años, llevan ya 4 años casados y tienen una hija de 1 año, están cansados de utilizar el preservativo, pues ellos comentan en la consulta de planificación familiar, que resta sensibilidad a sus relaciones sexuales. Además nos dicen que no quieren tener más hijos, aunque la economía de su casa mejore. ¿Qué método anticonceptivo recomendarías?
  
- En la situación anterior, en el caso de que Mario y Lucía quieran tener hijos en unos pocos años, ¿Qué método les recomendarías?

- Alicia de 22 años y su novio Pepe de 21 años, llevan ya 2 años juntos, tuvieron su primera relación sexual hace unos meses, pero Alicia descubrió que era alérgica al látex del preservativo que utilizaron. ¿Qué método le recomendarías?
  
- Nuria de 15 años, viene sola a la consulta de planificación familiar porque quiere saber sobre métodos anticonceptivos, no cuenta que con su novio Juan de 22 años ya ha mantenido relaciones sexuales en dos ocasiones y no se han cuidado, ella nos comenta que fue porque su novio dice que si ella lo quiere, que confíe en él, que el preservativo no hace falta y que no pasa nada. Ella está preocupada, porque le da miedo que en cualquier ocasión se quede embarazada. ¿Qué le aconsejarías?  
¿Qué método anticonceptivo le recomendarías?