

## SEXUALIDAD Y CONDUCTAS DE RIESGO EN LA ADOLESCENCIA:

La sexualidad forma parte de la salud integral y de la personalidad de todo ser humano. Para nuestro pleno desarrollo físico y emocional, todos necesitamos la satisfacción de necesidades básicas como el deseo de contacto, de intimidad, de expresión emocional, de placer y de amor.

En el campo del riesgo sexual, una conducta sexual de riesgo sería la exposición del individuo a una situación que pueda ocasionar daños a su salud o a la salud de otra persona.

Adolescentes y adultos jóvenes participan frecuentemente en comportamientos sexuales riesgosos:

- Relaciones sexuales sin protección.
- sexo con parejas casuales, promiscuidad.
- iniciación sexual temprana.



Esto trae varios factores consigo como lo son embarazos no planeados, Infecciones de Transmisión Sexual, suicidios, abortos, afectaciones académicas y laborales.

### MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS:

- **CONDÓN MASCULINO:** Es una funda de látex que se coloca sobre el pene erecto antes de la relación sexual. Este método te protege de un embarazo y además de infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH/ SIDA.
- **CONDÓN FEMENINO:** Es una funda transparente, blanda y resistente de látex, nitrilo o poliuretano, con dos anillos de plástico (uno en cada extremo) y contiene lubricante. El anillo del extremo cerrado se usa para facilitar la inserción y mantener el condón adherido al cuello uterino, el del extremo abierto es más ancho y permanece fuera de la vagina cubriéndola.
- **PASTILLAS ANTICONCEPTIVAS:** son tabletas que ayudan a evitar temporalmente un embarazo.
- **PARCHE ANTICONCEPTIVO:** Es un pequeño cuadrado de plástico flexible que va adherido día y noche en el cuerpo para evitar un embarazo. Libera hormonas similares a las que produce la mujer.
- **INYECCIONES ANTICONCEPTIVAS:** están compuestas por hormonas similares a las que produce el cuerpo de la mujer. Inhiben la ovulación impidiendo que ocurra un embarazo.
- **DISPOSITIVO INTRAUTERINO:** el (DIU) es un pequeño aparatito de plástico en forma de "T" cubierta de alambre de cobre que se coloca en el útero de la mujer para evitar el embarazo.
- **PASTILLA DE ANTICONCEPCIÓN DE EMERGENCIA:** Son pastillas anticonceptivas para prevenir embarazos no deseados después de haber tenido relaciones sexuales no planeadas y no protegidas. Existen dos tipos de presentaciones: de una y de dos pastillas.
- **IMPLANTE SUB DÉRMICO:** Es una varilla flexible que se coloca bajo la piel. Contiene hormonas similares a las que produce el cuerpo de la mujer, inhibiendo la ovulación y cambiando las características del moco cervical.
- **MÉTODOS PERMANENTES:** Son métodos definitivos de planificación familiar disponibles para la mujer o para el hombre que ya no desean tener más hijas o hijos. Una vez realizadas las cirugías, tienen efectividad toda la vida.



## LAS DROGAS EN LA ADOLESCENCIA:

Los adolescentes que experimentan con las drogas ponen en riesgo su seguridad y su salud.

Varios factores pueden contribuir al uso y abuso de drogas entre los adolescentes, el consumo por primera vez ocurre a menudo en entornos sociales donde hay sustancias de fácil acceso, como alcohol y cigarrillos.

### LOS FACTORES DE RIESGO COMUNES DEL ABUSO DE DROGAS EN LOS ADOLESCENTES INCLUYEN:

- Antecedentes familiares de abuso de sustancias
- Una afección mental o de comportamiento, como depresión, ansiedad o trastorno por déficit de atención/hiperactividad (TDAH)
- Comportamiento impulsivo o riesgoso
- Antecedente de eventos traumáticos, como haber tenido un accidente automovilístico o haber sido víctima de abuso
- Baja autoestima o sentimientos de rechazo social

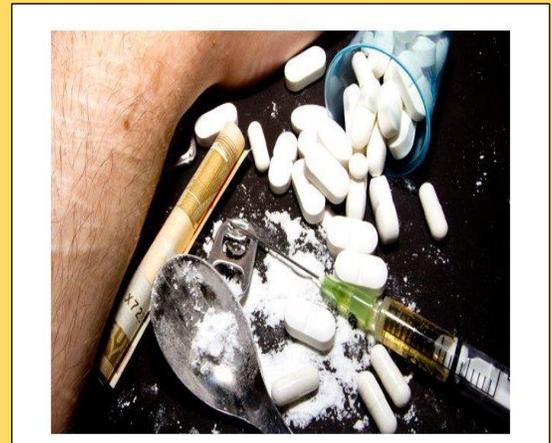
### CONSECUENCIAS:

- Drogodependencia.
- Falta de criterio.
- Actividad sexual.
- Trastornos de salud mental.
- Conducción en estado de ebriedad.
- Cambios en el rendimiento escolar.

### PREVENCIÓN:

Puede ayudar a evitar que sus hijos consuman drogas al tener:

- Buena comunicación con su hijo.
- Alentarlos para el desarrollo de confianza y un fuerte sentido de sí mismos. También ayuda a los padres a promover la cooperación y reducir conflictos.
- Enseñar a sus hijos habilidades para resolver problemas.
- Establecer límites: Enseña a los niños el autocontrol y la responsabilidad, proporciona límites seguros y les demuestra que usted se preocupa de ellos.
- Supervisar: Ayuda a los padres a reconocer problemas, promover la seguridad y mantenerse involucrados con sus hijos.
- Conocer a los amigos de sus hijos.



### BIBLIOGRAFÍA:

<https://www.gob.mx/salud/cnegsr/acciones-y-programas/fichas-informativas-metodos-anticonceptivos>

<https://medlineplus.gov/spanish/drugsandyoungpeople.html>

<https://www.mayoclinic.org/es-es/healthy-lifestyle/tween-and-teen-health/in-depth/teen-drug-abuse/art-20045921>

