



## EMBARAZO EN ADOLESCENTES

## Los Hechos

Convertirse en un padre crea y requiere una transformación del estilo de vida de uno. Deben hacerse ajustes físicos, mentales, emocionales, financieros y sociales. Estas modificaciones no solo impactan a los padres sino que también afectan al nuevo niño, quien entra al mundo totalmente dependiente de los padres para su propia satisfacción de necesidades vitales. Todas estas alteraciones de estilo de vida se equilibran con los beneficios invaluable de tener un niño y de evolucionar a partir de una pareja a una familia completa. Las demandas y responsabilidades paternas, sin embargo, son aún mayores cuando los mismos padres son aún adolescentes.

### Qué Cambios?

**Relaciones-**

- Antes de comenzar una familia, los padres de un adolescente deben considerar bien el resultado de su relación personal. Traer una nueva vida a su relación requiere mucho pensamiento, planificación y anticipación de sus consecuencias. El proceso nunca debería ser apresurado.

**Residencia-**

- Mas gente requiere mas espacio vital. Los costos de vivienda son altos y pueden no estar disponibles para adolescentes que tienen ingresos menores. Los adolescentes pueden encontrar difícil (si no imposible) adquirir vivienda adecuada y apropiada.

**Conocimiento de Educación Paterna-**

- Los adolescentes están aún en el proceso de madurar ellos mismos. Durante un tiempo cuando ellos se están convirtiendo en adultos, los adolescentes con un niño necesitan comenzar a aprender acerca de cómo convertirse en padres efectivos y cuidar una vida distinta que la propia...la vida de un bebé.

**La Forma Como Reacciona la Gente-**

- Cuando los amigos, la familia y las personas queridas de los adolescentes aprenden sobre el embarazo, ellos responderán con un amplio rango de emociones. Ellos pueden reaccionar con enojo, tristeza, gozo o confusión. Cualesquiera que fueren las reacciones que reciban, los padres adolescentes necesitan poner un esfuerzo extra para comunicarse con aquellos cuyo entendimiento y apoyo ellos necesitarán a través del embarazo y después de él.

**Finanzas-**

- La mayoría de los adolescentes están inconscientes de (o están en el proceso de aprender) las habilidades necesarias para manejar efectivamente el dinero. El presupuesto, el evitar el endeudamiento, el uso sensato del crédito y el ahorro de dinero se convierten en necesidades en el estilo de vida de los padres adolescentes. Debido a su ingreso más bajo, el desarrollo de sus habilidades de administración financiera puede ser especialmente difícil.



## EMBARAZO EN ADOLESCENTES

## Los Hechos

Convertirse en un padre crea y requiere una transformación del estilo de vida de uno. Deben hacerse ajustes físicos, mentales, emocionales, financieros y sociales. Estas modificaciones no solo impactan a los padres sino que también afectan al nuevo niño, quien entra al mundo totalmente dependiente de los padres para su propia satisfacción de necesidades vitales. Todas estas alteraciones de estilo de vida se equilibran con los beneficios invaluable de tener un niño y de evolucionar a partir de una pareja a una familia completa. Las demandas y responsabilidades paternas, sin embargo, son aún mayores cuando los mismos padres son aún adolescentes.

### Qué Cambios?

**Relaciones-**

- Antes de comenzar una familia, los padres de un adolescente deben considerar bien el resultado de su relación personal. Traer una nueva vida a su relación requiere mucho pensamiento, planificación y anticipación de sus consecuencias. El proceso nunca debería ser apresurado.

**Residencia-**

- Mas gente requiere mas espacio vital. Los costos de vivienda son altos y pueden no estar disponibles para adolescentes que tienen ingresos menores. Los adolescentes pueden encontrar difícil (si no imposible) adquirir vivienda adecuada y apropiada.

**Conocimiento de Educación Paterna-**

- Los adolescentes están aún en el proceso de madurar ellos mismos. Durante un tiempo cuando ellos se están convirtiendo en adultos, los adolescentes con un niño necesitan comenzar a aprender acerca de cómo convertirse en padres efectivos y cuidar una vida distinta que la propia...la vida de un bebé.

**La Forma Como Reacciona la Gente-**

- Cuando los amigos, la familia y las personas queridas de los adolescentes aprenden sobre el embarazo, ellos responderán con un amplio rango de emociones. Ellos pueden reaccionar con enojo, tristeza, gozo o confusión. Cualesquiera que fueren las reacciones que reciban, los padres adolescentes necesitan poner un esfuerzo extra para comunicarse con aquellos cuyo entendimiento y apoyo ellos necesitarán a través del embarazo y después de él.

**Finanzas-**

- La mayoría de los adolescentes están inconscientes de (o están en el proceso de aprender) las habilidades necesarias para manejar efectivamente el dinero. El presupuesto, el evitar el endeudamiento, el uso sensato del crédito y el ahorro de dinero se convierten en necesidades en el estilo de vida de los padres adolescentes. Debido a su ingreso más bajo, el desarrollo de sus habilidades de administración financiera puede ser especialmente difícil.

## Educación / Empleo-

• Algunos adolescentes pueden decidir continuar su educación. Algunos pueden entrar a la fuerza laboral. Algunos pueden intentar ambas cosas. Cualquiera que fuese su decisión, los padres de adolescentes necesitan pensar primero acerca del cuidado y la salud del bebé, y hacer las escogencias que funcionarán mejor en su situación individual.

Con el fin de prepararse adecuadamente para un niño, los cambios anteriores en el estilo de vida no son los únicos cambios que deberán ocurrir.

### Las madres adolescentes necesitan:

• Buscar cuidado prenatal en un período temprano de su embarazo, porque los embarazos adolescentes son usualmente mas problemáticos.

- Sueño suficiente para ambos y para su bebé
- Ejercicio, de acuerdo a las recomendaciones de su médico con el fin de mantener su energía su forma estado físico y su salud.
- Comer saludable, alimentos nutritivos
- Evitar hábitos peligrosos (es decir, fumar, consumir bebidas alcohólicas, etc.). Tales hábitos pueden resultar en defectos de nacimiento y daño a la salud del bebé.

### Los padres adolescentes necesitan:

- Acompañar a su esposo(a)/compañero(a)/amiga y apoyarla emocionalmente.
- Participar activamente en todas las responsabilidades paternas, incluyendo: nacimiento; alimentación nocturna; cambio y baño; juego /unión con el bebé; tomar decisiones paternas; y todos los cambios / ajustes (incluidos atrás) asociados con el nacimiento y crianza de un bebé.

### Qué se necesita

Un bebé requiere atención física, emocional, y algunas veces médica para satisfacer adecuadamente sus necesidades.

### Necesidades Físicas-

- Alimento, vestido, protección, ambiente seguro, ejercicio, contacto físico y reposo (sueño).

### Necesidades Emocionales-

- Amor, entendimiento exacto, apoyo, comunicación, estímulo y padres relajados.

### Necesidades Médicas-

- Chequeos, inmunización, tratamiento de heridas y enfermedad.

En 1999, de acuerdo al Nacional Campaign to Prevent Teen Pregnancy, más de 7,000 niñas adolescentes en Colorado cuyas edades estaban en el rango de 15-19 años...*se embarazaron y dieron a luz*. Hoy, más adolescentes están conscientes de cómo evitar el embarazo. Claramente, la educación de los adolescentes con respecto a la abstinencia y a la anticoncepción es efectiva en la prevención del embarazo adolescente. Si, no obstante, usted es un padre adolescente o sabe de alguien que lo es, permítale saber que *hay* ayuda disponible para ellos. Las agencias de servicio social, las clínicas de planificación familiar, los departamentos de salud y los programas de educación paterna para adolescentes dentro de una comunidad asistirá

Producido por:

**PARTNERS IN PARENTING (PIP) (800) 457-2736**  
Colorado Family Education, Resources & Training  
Colorado State University Cooperative Extension  
Financiado por Alcohol & Drug Abuse Division y CSAP  
[www.coopext.colostate.edu/CFERT](http://www.coopext.colostate.edu/CFERT)

La información para esta Ayuda PIP ha sido recolectada de una variedad de recursos de investigación

## Educación / Empleo-

• Algunos adolescentes pueden decidir continuar su educación. Algunos pueden entrar a la fuerza laboral. Algunos pueden intentar ambas cosas. Cualquiera que fuese su decisión, los padres de adolescentes necesitan pensar primero acerca del cuidado y la salud del bebé, y hacer las escogencias que funcionarán mejor en su situación individual.

Con el fin de prepararse adecuadamente para un niño, los cambios anteriores en el estilo de vida no son los únicos cambios que deberán ocurrir.

### Las madres adolescentes necesitan:

• Buscar cuidado prenatal en un período temprano de su embarazo, porque los embarazos adolescentes son usualmente mas problemáticos.

- Sueño suficiente para ambos y para su bebé
- Ejercicio, de acuerdo a las recomendaciones de su médico con el fin de mantener su energía su forma estado físico y su salud.
- Comer saludable, alimentos nutritivos
- Evitar hábitos peligrosos (es decir, fumar, consumir bebidas alcohólicas, etc.). Tales hábitos pueden resultar en defectos de nacimiento y daño a la salud del bebé.

### Los padres adolescentes necesitan:

- Acompañar a su esposo(a)/compañero(a)/amiga y apoyarla emocionalmente.
- Participar activamente en todas las responsabilidades paternas, incluyendo: nacimiento; alimentación nocturna; cambio y baño; juego /unión con el bebé; tomar decisiones paternas; y todos los cambios / ajustes (incluidos atrás) asociados con el nacimiento y crianza de un bebé.

### Qué se necesita

Un bebé requiere atención física, emocional, y algunas veces médica para satisfacer adecuadamente sus necesidades.

### Necesidades Físicas-

- Alimento, vestido, protección, ambiente seguro, ejercicio, contacto físico y reposo (sueño).

### Necesidades Emocionales-

- Amor, entendimiento exacto, apoyo, comunicación, estímulo y padres relajados.

### Necesidades Médicas-

- Chequeos, inmunización, tratamiento de heridas y enfermedad.

En 1999, de acuerdo al Nacional Campaign to Prevent Teen Pregnancy, más de 7,000 niñas adolescentes en Colorado cuyas edades estaban en el rango de 15-19 años...*se embarazaron y dieron a luz*. Hoy, más adolescentes están conscientes de cómo evitar el embarazo. Claramente, la educación de los adolescentes con respecto a la abstinencia y a la anticoncepción es efectiva en la prevención del embarazo adolescente. Si, no obstante, usted es un padre adolescente o sabe de alguien que lo es, permítale saber que *hay* ayuda disponible para ellos. Las agencias de servicio social, las clínicas de planificación familiar, los departamentos de salud y los programas de educación paterna para adolescentes dentro de una comunidad asistirá

Producido por:

**PARTNERS IN PARENTING (PIP) (800) 457-2736**  
Colorado Family Education, Resources & Training  
Colorado State University Cooperative Extension  
Financiado por Alcohol & Drug Abuse Division y CSAP  
[www.coopext.colostate.edu/CFERT](http://www.coopext.colostate.edu/CFERT)

La información para esta Ayuda PIP ha sido recolectada de una variedad de recursos de investigación