

15. El cuidado de la salud sexual y reproductiva

■ Para empezar

La adolescencia es una etapa de cambios importantes, relaciones, emociones y experiencias nuevas. En el tema anterior aprendiste que ejercer una sexualidad responsable requiere información que te permita tomar decisiones en el marco de una vida saludable.

Cada quien determina personalmente el uso de métodos anticonceptivos; sólo tú sabes lo que quieres y lo que necesitas. A lo largo de este tema podrás contar con la información necesaria para ejercer tu sexualidad de manera responsable y, a su vez, cuidar al otro.

Actividad 1

¿Cómo proteger mi salud sexual y reproductiva?

1. En tu cuaderno, responde las siguientes preguntas:
 - a) ¿Conoces alguna(s) forma(s) de evitar un embarazo no deseado?, ¿cuál(es)?
 - b) ¿Cómo se puede evitar el contagio de enfermedades transmitidas durante la relación sexual?
 - c) ¿Qué implicaciones se pueden derivar de un embarazo no deseado o de contagiarse de una enfermedad sexual?
 2. Entre todo el grupo respondan la pregunta del título de esta actividad. Cópienla en una hoja aparte.
 3. Si tienes dudas del tema y no quieres hacerlo evidente ante el grupo, utiliza el buzón que tu maestro ha puesto en el salón. Deposita en él las preguntas o comentarios que te interesa sean discutidos en el grupo con la orientación del maestro.
- Guarda la respuesta de la pregunta 3 en tu carpeta de trabajos. La usarás más adelante.



■ Manos a la obra

Asegurarte y protegerte

En el tema anterior aprendiste que la salud sexual y la salud reproductiva son fundamentales para lograr una vida plena y cada persona es responsable de ellas. Ahora conocerás que la realización de prácticas **eróticas** y sexuales es una importante decisión que debes tomar libremente y con la información necesaria para evitar los embarazos no planeados y las ITS. Estas decisiones forman parte de tu proyecto de vida (figura 3.20).



Figura 3.20 Toma las riendas de tu vida.