

2026-01-04

### "Espacios amigables" y educación, clave para prevenir embarazo en adolescentes

Autor: Mariluz Roldán

Género: Nota Informativa

<https://www.sumedico.com/familia/2026/1/4/espacios-amigables-educacion-clave-para-prevenir-embarazo-en-adolescentes-56954.html>

Empoderar a las mujeres, fundamental en una cultura donde su capacidad de decisión sobre su propio cuerpo aún enfrentan barreras de violencia y estigma, alerta experta

En México, la tasa de embarazo en adolescentes es alta, llegando a ser entre 10 y 15 veces superior en comparación con otros países. Ante esta realidad, los "espacios amigables" surgen como una herramienta fundamental diseñada por la Secretaría de Salud para que los jóvenes se acerquen a recibir orientación sobre anticoncepción y salud sexual de manera directa.

Sin embargo, la doctora. Rosario Cárdenas, académica de la Universidad Autónoma Metropolitana, señala que los "espacios amigables" no cuentan con la promoción suficiente. Un punto clave que los adolescentes y sus familias deben conocer es que la normativa ha cambiado para permitir que los jóvenes reciban asesoría sin la intervención obligatoria de sus padres, aunque el acompañamiento familiar siempre se considera ideal para el ejercicio pleno de su sexualidad.

Combatir la desinformación en la era digital

Uno de los mayores obstáculos actuales es la información errónea que circula en redes sociales. La doctora Cárdenas advierte que es mucho más difícil eliminar un rumor o desinformación que establecer información apropiada desde el principio. En este contexto, el papel de los profesores es vital:

De entrenadores a divulgadores: Los maestros deben transformarse en divulgadores de información científica, objetiva y sin matices amarillistas.

Superar los tabúes: Es necesario que los docentes se sientan cómodos y no intimidados por las preguntas de los alumnos, las cuales a veces están influenciadas por el acceso temprano a la pornografía.

Enfoque lúdico: Se recomienda el uso de talleres y dinámicas participativas desde la primaria hasta el bachillerato para normalizar la discusión sobre infecciones de transmisión sexual y anticoncepción.

Para lograr un cambio real en las estadísticas de embarazo adolescente, México requiere una transformación social profunda que aún no se ha consolidado debido a rezagos educativos y un sistema de salud fragmentado. La doctora Cárdenas destacó que el empoderamiento de las mujeres es una pieza ausente en este rompecabezas estructural; mientras persistan las desigualdades por razones de género, las mujeres seguirán en desventaja.

Un dato revelador compartido por la especialista es que, en muchas encuestas, las mujeres admiten no haber usado anticonceptivos en su primera relación sexual simplemente porque su pareja no quiso. Esto evidencia una cultura donde la participación social de la mujer y su capacidad de decisión sobre su propio cuerpo aún enfrentan barreras de violencia y estigma, a diferencia de los hombres, a quienes se les suele validar socialmente el tener múltiples parejas.