

**LIC. MARIELOS HERNÁNDEZ N.***Psicóloga*

El tema de los embarazos no deseados no se limita solo al sector de adolescentes, esta es una realidad que muchas veces toca la puerta de mujeres de edades mayores detonando en muchos casos culpa, burla de otros e incluso depresiones.

Las causas de los embarazos no deseados pueden ser muy variadas, desde accidentes con los métodos anticonceptivos utilizados, hasta relaciones sexuales forzadas, relaciones sexuales esporádicas donde los participantes no evaden el riesgo de embarazo, transmisión de enfermedades, entre otras

consecuencias.

En algunos casos mujeres adolescentes o adultas jóvenes son presionadas para iniciar su vida sexual, sin tomar las previsiones del caso. Impeorando de una forma llamativa el "a mi no me pasará eso de quedar embarazada".

Se ha caído en la irrealidad de la búsqueda de placer sin respetar límites que nos protegen de afrontar situaciones que pueden tener graves consecuencias físicas y emocionales.

La pareja que vive un embarazo no deseado, puede tener graves dificultades para lograr nuevamente una convivencia armónica. La búsqueda de un culpable, el reclamo constante, la angustia, pueden llevar a separaciones

sumamente dolorosas.

La mejor opción siempre será poder planificar adecuadamente lo que deseamos en nuestras vidas. Tener en cuenta los riesgos, acudir a preservar nuestra integridad son valores muy importantes para transmitir a niños y adolescentes. Sin embargo, ante la inminente llegada de un ser vivo, por más sorpresiva que sea la noticia, requiere mucho seguimiento y compañía.

Los cambios corporales que vive la madre, la forma en que reacciona la pareja, el apoyo que brinda o no la familia, son factores a ser valorados. Las depresiones post parto pueden hacer su aparición frente al antecedente de ser un embarazo no deseado, donde

las circunstancias tal vez no eran las mejores por conflictos de pareja, situación económica, laboral, entre otras.

Sin embargo, los seres humanos somos muy hábiles para adaptarnos a situaciones que otrora pensaríamos imposibles de afrontar. Así que si su realidad es esta, busque las alternativas que hagan menos difícil el camino

a transitar. Busque apoyo e intente vislumbrar elementos positivos dentro de lo que no estaba en su mapa de posibilidades. Siempre hay alguien que nos apoya en momentos difíciles, no afronte a solas su circunstancia.

Consultorio Privado de Psicología. Citas al tel. 368-9634. San José Centro, Edificio Cristal.