



# Factores determinantes para la prevención del embarazo no deseado en adolescentes: Soporte emocional y toma de decisiones

Determining factors for the prevention of unwanted pregnancy in adolescents: Emotional support and decision making

 <https://doi.org/10.47230/unesum-salud.v3.n2.2024.19-30>

**Recibido:** 01-06-2024

**Aceptado:** 27-10-2024

**Publicado:** 15-12-2024

Marieta del Jesús Azua Menéndez<sup>1\*</sup>

 <https://orcid.org/0000-0002-5601-6621>

Katherin Liseth Palacio Peñafiel<sup>2</sup>

 <https://orcid.org/0009-0000-1299-3327>

Naomy Damaris Palacios Espinoza<sup>3</sup>

 <https://orcid.org/0009-0004-4054-1861>

Martha Saida Quiroz Figueroa<sup>4</sup>

 <https://orcid.org/0000-0002-0959-0591>

1. Universidad Estatal del Sur de Manabí; Jipijapa, Ecuador.
2. Universidad Estatal del Sur de Manabí; Jipijapa, Ecuador.
3. Universidad Estatal del Sur de Manabí; Jipijapa, Ecuador.
4. Universidad Estatal del Sur de Manabí; Jipijapa, Ecuador.

**Volumen:** 3

**Número:** 2

**Año:** 2024

**Paginación:** 19-30

**URL:** <https://revistas.unesum.edu.ec/salud/index.php/revista/article/view/54>

**\*Correspondencia autor:** marieta.azua@unesum.edu.ec



## RESUMEN

Este artículo examina cómo la gestión de las emociones y la toma de decisiones responsable pueden influir en los esfuerzos de los jóvenes para prevenir embarazos no deseados. Las habilidades de inteligencia emocional se consideran una herramienta clave para gestionar las presiones sociales y culturales que influyen en el uso sexual y anticonceptivo. Utilizando una revisión interdisciplinaria que abarcó la psicología, la salud pública y la educación, se analizaron los programas educativos y tecnológicos diseñados para integrar la regulación de las emociones y la comunicación efectiva en las estrategias de prevención. Los hallazgos resaltan la complejidad de los factores involucrados, que van desde el acceso desigual a los recursos educativos hasta el impacto de las redes de apoyo emocional, especialmente durante la pandemia de COVID-19, que ha exacerbado las desigualdades preexistentes. Finalmente, el estudio propone un enfoque integrado que combina educación afectiva, acceso equitativo a los servicios de salud y estrategias digitales combinadas para abordar este problema de salud pública de manera sostenible.

**Palabras clave:** Gestación en adolescencia, Servicios de planificación familiar, Determinantes, Sociales De La Salud.

## ABSTRACT

This article examines how emotion management and responsible decision-making can influence young people's efforts to prevent unintended pregnancies. Emotional intelligence skills are considered a key tool for managing social and cultural pressures that impact sexual and contraceptive use. Using an interdisciplinary review encompassing psychology, public health, and education, educational and technological programs were analyzed to integrate emotional regulation and effective communication into prevention strategies. The findings highlight the complexity of the factors involved, ranging from unequal access to educational resources to the impact of emotional support networks, especially during the COVID-19 pandemic, which has exacerbated preexisting inequalities. Finally, the study proposes an integrated approach that combines affective education, equitable access to health services, and blended digital strategies to address this public health issue sustainably.

**Keywords:** Adolescent pregnancy, Family planning services, Social determinants of health.



Creative Commons Attribution 4.0  
International (CC BY 4.0)

## Introducción

El embarazo adolescente sigue siendo un problema de salud pública mundial que afecta significativamente la vida de los jóvenes, sus familias y las comunidades en las que viven. Este fenómeno tiene un impacto significativo en el ámbito social, educativo, económico y emocional, y no sólo dificulta el desarrollo personal y profesional de los jóvenes afectados, sino que también plantea desafíos a los sistemas de salud y a las políticas públicas orientadas a garantizar el bienestar de jóvenes. multitud. (1). Según datos recientes de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), en 2021 se registraron 146,617 nacimientos de madres de 15 a 19 años en los Estados Unidos, lo que representa una tasa de natalidad de 14.4 por cada 1,000 mujeres en este grupo de edad (2)

La adolescencia es un período crítico del desarrollo humano general, caracterizado por dramáticos cambios emocionales, cognitivos y sociales. Durante este período, los adolescentes enfrentan desafíos importantes relacionados con la regulación de las emociones y la toma de decisiones, factores que pueden afectar significativamente su salud sexual y reproductiva. En este contexto, la gestión de las emociones se convierte en una habilidad esencial para promover un comportamiento sexual responsable, promover la resistencia a la presión social, la evaluación de riesgos y el conocimiento de los límites personales.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el embarazo adolescente es el embarazo de una mujer menor de 20 años, generalmente durante la adolescencia, entre los 10 y los 19 años. Esto puede deberse a una variedad de factores, incluida la falta de educación integral sobre salud sexual y reproductiva, las desigualdades sociales, económicas y culturales y los limitados métodos anticonceptivos eficaces. El embarazo en esta etapa de la vida plantea desafíos importantes porque en muchos

casos las jóvenes aún no están completamente desarrolladas física, emocional o socialmente (3).

El embarazo adolescente está influenciado por factores biológicos, como la menarquia precoz, que aumenta el riesgo de que las adolescentes se expongan a la actividad sexual a una edad más temprana. Las adolescentes que pasan por esta etapa de desarrollo de forma temprana tienen más probabilidades de quedar embarazadas, especialmente si no reciben educación o supervisión adecuadas. Además, los cuerpos de las adolescentes no están preparados para el embarazo, lo que aumenta el riesgo de complicaciones como preeclampsia, parto prematuro y bebés con bajo peso al nacer.

La pobreza es uno de los principales factores que conducen al embarazo adolescente. Las adolescentes que viven en entornos económicamente vulnerables a menudo carecen de acceso a recursos educativos, servicios de atención médica y métodos anticonceptivos, lo que las pone en mayor riesgo. Además, la falta de educación o el abandono escolar prematuro reducen las oportunidades de desarrollo personal y limitan el acceso de las personas a la información y las habilidades necesarias para prevenir embarazos no deseados, reforzando así el círculo vicioso de la pobreza y la exclusión.

La falta de educación sexual integral y el acceso limitado a los servicios de salud reproductiva son factores importantes en el embarazo adolescente. Debido a la falta de programas educativos efectivos, muchas niñas carecen de conocimientos básicos sobre salud sexual y reproductiva. Las barreras económicas, culturales y geográficas también limitan el acceso a métodos anticonceptivos seguros y eficaces, lo que hace que los adolescentes sean más vulnerables a embarazos no deseados.

En el contexto actual, la tecnología y el entorno digital han tenido un impacto significativo en el comportamiento sexual de los jóvenes. La exposición a contenidos en las

redes sociales y otras plataformas digitales puede influir en las opiniones de las personas sobre las normas sexuales y fomentar comportamientos de riesgo. Pero el acceso desigual a las plataformas educativas digitales también limita la capacidad de muchas adolescentes de obtener información sanitaria confiable, especialmente en comunidades marginadas donde la brecha digital es más pronunciada (4)

El embarazo en la adolescencia está influenciado por varios factores que incrementan la probabilidad de embarazo en la adolescencia, afectando tanto a nivel individual como al entorno social y familiar. Estos riesgos están vinculados a aspectos biológicos, psicológicos, sociales, económicos y culturales que interactúan de manera compleja, creando vulnerabilidades que pueden abordarse con intervenciones adecuadas. Uno de los principales factores de riesgo es biológico, como la pubertad precoz. Las adolescentes que experimentan la menstruación a una edad más temprana tienen mayor riesgo de sufrir un embarazo no planificado, especialmente si no reciben educación o supervisión adecuadas. Además, su desarrollo físico incompleto aumenta la probabilidad de sufrir complicaciones durante el embarazo, como preeclampsia, parto prematuro o bajo peso al nacer.

En cuanto a los factores psicológicos, la baja autoestima es un factor importante porque puede llevar a los adolescentes a entablar relaciones riesgosas o a no establecer límites claros. Esta etapa del desarrollo se caracteriza por la impulsividad y la dificultad para evaluar las consecuencias de las propias decisiones, lo que también puede aumentar el riesgo de embarazo no deseado. Muchas niñas carecen de las habilidades de comunicación necesarias para expresar su deseo o discutir el uso de métodos anticonceptivos, lo que aumenta su vulnerabilidad. Desde una perspectiva social, el impacto ambiental es crucial. La presión social puede fomentar la actividad sexual temprana y el descuido de la anticoncep-

ción. Una familia rota o la falta de personas que brinden apoyo, como padres o tutores, pueden dejar a los adolescentes sin orientación ni apoyo emocional. Además, en algunas sociedades, las normas culturales que consideran normales el matrimonio precoz o la maternidad adolescente perpetúan este problema (5)

Los factores económicos también tienen un impacto significativo. Las niñas que viven en la pobreza carecen de acceso a recursos educativos y servicios de salud reproductiva, lo que las hace más vulnerables a embarazos no planificados. La falta de oportunidades educativas, como el abandono escolar, no sólo limita sus oportunidades de desarrollo personal, sino que también las expone a un mayor riesgo de embarazo precoz.

Otro factor de riesgo importante es la falta de educación sexual integral. Debido a la falta de programas educativos adecuados, muchas niñas carecen de información básica sobre la salud sexual y reproductiva. Además, los conceptos erróneos y los malentendidos sobre los métodos anticonceptivos dificultan su uso correcto y constante, lo que aumenta la probabilidad de embarazo. El acceso limitado a los servicios de salud también es un factor decisivo. Las adolescentes que viven en comunidades rurales o marginadas enfrentan barreras geográficas, económicas y culturales para acceder a métodos anticonceptivos y atención médica adecuada. El estigma asociado con la búsqueda de información sobre salud sexual puede impedir que las mujeres jóvenes busquen ayuda, manteniéndolas vulnerables (6)

Los riesgos también aumentan por la influencia de la tecnología y los medios de comunicación. La exposición a contenido sexual inapropiado en las redes sociales puede influir en el comportamiento sexual de riesgo. Sin embargo, la brecha digital limita el acceso de muchas niñas a información confiable sobre salud sexual, particularmente en co-

comunidades marginadas. Por último, factores ambientales y situacionales como el abuso físico, emocional o sexual también plantean riesgos importantes. Las adolescentes que viven violencia en el hogar o en su entorno tienen más probabilidades de tener un embarazo no planificado. Además, la falta de apoyo emocional de la familia o la comunidad puede dificultar que las mujeres jóvenes tomen decisiones informadas y responsables sobre su sexualidad (7)

El embarazo adolescente puede causar muchas complicaciones de salud tanto para la madre como para el bebé. Físicamente, los adolescentes pueden tener mayor riesgo de sufrir preeclampsia, una afección caracterizada por presión arterial alta y daño a los órganos que puede poner en peligro la vida tanto de la madre como del feto. Además, las niñas tienen más probabilidades de sufrir un parto prematuro, lo que puede provocar un nacimiento prematuro y complicaciones relacionadas con los órganos inmaduros del bebé, como problemas respiratorios y retrasos en el desarrollo (8)

Otra complicación común es la anemia, ya que las niñas tienen una mayor necesidad de hierro durante el embarazo debido al crecimiento y al desarrollo físico. Esto provoca una disminución en los niveles de hemoglobina, lo que afecta el suministro de oxígeno tanto a la madre como al bebé. También pueden desarrollar una infección del tracto urinario, que puede complicarse si no se trata. Desde el punto de vista emocional y social, el embarazo adolescente puede provocar estrés psicológico por falta de apoyo social, interrupción de la educación y adaptación prematura al nuevo rol de madre.

Esto puede afectar la salud mental de la madre y su capacidad para cuidar de ella y de su bebé. Además, muchas niñas carecen de los recursos financieros o educativos necesarios para brindar cuidados adecuados a sus bebés, lo que puede generar inseguridad económica y social. Por último, las mujeres embarazadas tienen menos proba-

bilidades de recibir atención prenatal adecuada, lo que aumenta el riesgo de complicaciones durante el embarazo y el parto. La falta de educación sobre los cuidados necesarios durante el embarazo y la falta de supervisión médica adecuada pueden ser factores que contribuyen al aumento de la morbilidad y la mortalidad materna e infantil en este grupo (9).

Prevenir el embarazo adolescente es un desafío multifacético que requiere un enfoque integral que combine educación, servicios de salud y apoyo social. A continuación, se presentan algunas estrategias importantes para prevenir el embarazo adolescente:

**Educación sexual integral:** Es fundamental brindar a los adolescentes una educación sexual que cubra no sólo los aspectos biológicos del embarazo, sino también temas como las relaciones, el consentimiento, el uso de anticonceptivos y las consecuencias emocionales y sociales del embarazo adolescente.

**Acceso a la anticoncepción:** para prevenir embarazos no deseados, es importante proporcionar a los jóvenes un método anticonceptivo conveniente y gratuito.

**Promover la planificación familiar:** Promover una cultura de planificación familiar y educar a los jóvenes sobre la importancia de retrasar el embarazo hasta que estén preparados emocional y financieramente puede reducir significativamente el embarazo en la adolescencia.

**Fortalecer el apoyo familiar y comunitario:** las familias y las comunidades desempeñan un papel crucial en la prevención del embarazo adolescente. El apoyo emocional y la comunicación abierta entre padres e hijos sobre problemas sexuales son factores de protección importantes.

**Prevención de la violencia de género y la agresión sexual:** La violencia y la agresión sexual entre jóvenes son factores de riesgo importantes de embarazos no deseados. Implementar programas de prevención de

la violencia de género, promover el respeto en las relaciones y garantizar la protección de los derechos de los jóvenes son pasos esenciales para prevenir embarazos forzados o no deseados.

**Acceso a servicios de salud mental y apoyo emocional:** Los adolescentes que atraviesan dificultades emocionales, familiares o sociales corren un mayor riesgo de sufrir un embarazo no deseado (10).

El embarazo adolescente es un problema de salud pública multifacético influenciado por factores sociales, culturales y emocionales que afectan desproporcionadamente a los jóvenes. Este fenómeno no sólo obstaculiza el desarrollo personal y profesional de los jóvenes afectados, sino que también supone una pesada carga para los sistemas de salud y la sociedad en su conjunto. Las madres adolescentes a menudo enfrentan tasas más altas de abandono escolar, desempleo y dependencia económica, y tienen más probabilidades de perpetuar el ciclo intergeneracional de pobreza. Además, el embarazo precoz puede tener consecuencias físicas y emocionales, incluido un mayor riesgo de complicaciones en el parto y un desarrollo limitado de las habilidades parentales (11).

### **Definición de manejo emocional**

La gestión de las emociones, o regulación de las emociones, es la capacidad de un individuo para reconocer, comprender y gestionar sus propias emociones y las de los demás. Este proceso es esencial para un desarrollo saludable e incluye habilidades como identificar emociones, manejar el estrés y adaptarse a diferentes entornos. Para los adolescentes, gestionar las emociones se vuelve aún más difícil porque los dramáticos cambios neurobiológicos característicos de esta etapa afectan a las áreas del cerebro responsables de la autorregulación.

La incapacidad de gestionar las emociones puede llevar a comportamientos impulsivos y a decisiones mal pensadas, especialmen-

te en cuestiones como el sexo. Por ejemplo, la dificultad para resistir la presión de los compañeros o hacer valer los propios deseos y límites puede conducir a comportamientos riesgosos que aumentan la probabilidad de un embarazo no planificado (12).

### **Desarrollo emocional en la adolescencia**

La adolescencia es un período de transición único, caracterizado por cambios biológicos, psicológicos y sociales rápidos y profundos. El desarrollo emocional es crucial en esta etapa, ya que los adolescentes tienden a experimentar emociones más fuertes que los adultos mientras aprenden a gestionarlas. Estos cambios están estrechamente relacionados con las regiones del cerebro que controlan la toma de decisiones, como la corteza prefrontal, que continúa madurando hasta la edad adulta temprana (13).

La inmadurez de estos sistemas hace que los adolescentes sean más sensibles a las influencias externas, como la presión de los compañeros y las normas culturales, que pueden reforzar el comportamiento impulsivo. Los jóvenes a menudo carecen de las habilidades para evaluar los riesgos asociados con las decisiones sexuales, lo que los expone a embarazos no deseados y a infecciones de transmisión sexual (ITS) (14).

### **Toma de decisiones responsables y sexualidad adolescente**

La capacidad de tomar decisiones sexuales responsables está influenciada por una serie de factores interrelacionados, que incluyen:

**Presión de grupo:** necesidad de ser aceptado y pertenecer a un grupo de referencia, lo que puede llevar a los jóvenes a adoptar conductas de riesgo para ajustarse a las expectativas del grupo.

**Cultura y normas sociales:** en muchas culturas, los tabúes sobre la sexualidad y los roles de género limitan la capacidad de los jóvenes para obtener información precisa y tomar decisiones informadas.

**Conocimiento sobre salud sexual y reproductiva:** la falta de educación sexual integral y de recursos confiables aumenta la probabilidad de tener relaciones sexuales sin protección.

**Acceso a la atención sanitaria:** Las barreras económicas, geográficas o culturales pueden dificultar el acceso de los jóvenes a la anti-concepción y a otros servicios necesarios.

**Habilidades de comunicación y negociación:** La dificultad para expresar deseos o resistir la presión puede aumentar el riesgo de embarazo no deseado (15).

### **El rol del manejo emocional en la toma de decisiones sexuales**

Un manejo emocional efectivo puede contribuir significativamente a la toma de decisiones responsables en el ámbito sexual. Los adolescentes con mejores habilidades de regulación emocional son más propensos a:

Resistir la presión de grupo y digan no a las actividades innecesarias.

Comunicar sus deseos y límites de manera efectiva para promover un consenso saludable en su relación.

Evaluar las consecuencias a largo plazo de sus decisiones sexuales y empoderarlos para que elijan comportamientos más seguros.

Buscar activamente información y recursos sobre salud sexual y reproductiva (16)

### **Metodología**

Se llevó a cabo una revisión narrativa basada en datos secundarios. Este diseño permite integrar hallazgos relevantes de diferentes disciplinas, como psicología, salud pública y educación, para explorar la relación entre el manejo emocional y la prevención del embarazo adolescente. Esta revisión bibliográfica se sustenta en los fundamentos teóricos que validan el proyecto de vinculación Estrategia educativa para la prevención de embarazos en adolescentes en una Universidad Pública.

La selección de literatura y programas se realizó siguiendo los siguientes criterios:

**Años de publicación:** Se priorizaron estudios publicados en los últimos cinco años (2019-2024) para garantizar información actualizada.

**Idioma:** Se incluyeron artículos en español e inglés.

**Relevancia temática:** Se consideraron únicamente investigaciones relacionadas con el manejo emocional, la toma de decisiones en adolescentes y la prevención del embarazo.

**Acceso a tecnología:** Incluyeron estudios que evaluaron el impacto de herramientas digitales, como plataformas educativas y telemedicina.

La búsqueda de información se realizó en bases de datos académicas reconocidas, incluyendo: PubMed, Scopus, Google Scholar, informes de organismos internacionales como la OMS y el CDC.

Se utilizó un enfoque cualitativo para analizar la literatura. Este análisis se estructuró en:

**Identificación de factores clave:** manejo emocional, redes de apoyo, acceso a información y educación.

**Evaluación de intervenciones:** Programas escolares, herramientas digitales y estrategias comunitarias.

**Contextualización de resultados:** Se analizaron las implicaciones en diferentes escenarios sociales, económicos y culturales.

Se incorporaron conocimientos de distintas disciplinas para un enfoque más amplio:

**Psicología:** Para analizar el impacto del manejo emocional en la toma de decisiones.

**Salud pública:** Para examinar las desigualdades en el acceso a servicios de salud reproductiva.

**Tecnología:** Para explorar el papel de las herramientas digitales en la educación sexual y emocional.

### Limitaciones del estudio

Se reconocen las siguientes limitaciones:

Disponibilidad limitada de estudios en algunos contextos culturales.

Dificultades para obtener datos específicos sobre comunidades rurales o marginadas.

Posible sesgo en la selección de literatura debido al idioma o acceso a fuentes.

### Resultados

**Tabla 1.** Factores que influyen en la toma de decisiones sexuales en adolescentes

Factores	Descripción
Presión de los padres	Influencia de amigos y compañeros en las decisiones sexuales.
Normas culturales y sociales	Expectativas y creencias de la comunidad sobre la sexualidad.
Conocimiento sobre salud sexual	Grado de información que tienen los adolescentes sobre métodos anticonceptivos.
Acceso a servicios de salud	Disponibilidad de recursos médicos y educativos relacionados con la sexualidad.
Habilidades de comunicación	Capacidad para expresar deseos y límites en relaciones sexuales.

Es un reto complicado prevenir el embarazo no planeado en adolescentes, que abarca una variedad de factores interconectados, que incluyen elementos sociales, educativos, económicos y emocionales. La adolescencia es una fase crucial de crecimiento donde las elecciones pueden generar consecuencias importantes a corto y largo plazo. Por lo tanto, asegurar que los jóvenes dispongan del conocimiento y el respaldo requeridos es crucial para evitar embarazos no planeados y fomentar su bienestar integral.

Uno de los elementos cruciales es la disponibilidad de información exacta y fiable acerca de la salud sexual y reproductiva. La presencia de programas de educación que traten

asuntos como la utilización de métodos anticonceptivos, las relaciones sanas y la organización familiar puede capacitar a los jóvenes para tomar decisiones basadas en evidencia. Sin embargo, este acceso continúa siendo inequitativo, especialmente en comunidades de escasos recursos o en contextos donde los tabúes culturales obstaculizan el debate libre sobre sexualidad. La pandemia de COVID-19 intensificó estas disparidades, cortando servicios fundamentales y restringiendo las posibilidades de educación en persona. En este escenario, las plataformas de tecnología se han presentado como instrumentos esenciales para mantener la educación y el apoyo emocional.

**Tabla 2.** Beneficios del manejo emocional en la toma de decisiones sexuales

Habilidades	Beneficios
Regulación emocional	Mejora la capacidad para resistir presiones sociales.
Comunicación efectiva	Facilita el diálogo sobre deseos y límites.
Evaluación de consecuencias	Permite considerar efectos a largo plazo de las decisiones.
Búsqueda de información	Aumenta la probabilidad de buscar recursos sobre salud sexual.

La asistencia emocional juega un rol esencial en la habilidad de los adolescentes para afrontar desafíos y tomar decisiones conscientes. Tener fuertes redes de respaldo, ya sean familiares o comunitarias, puede tener

un impacto positivo en sus decisiones vinculadas a la salud sexual. Padres, tutores y educadores desempeñan un papel crucial al ofrecer un ambiente seguro y de confianza donde los jóvenes puedan exponer

sus inquietudes y recibir guía. Además, las acciones tecnológicas, como aplicaciones para móviles y plataformas digitales, han demostrado ser eficaces para proporcionar

orientación a medida, fortalecer actitudes positivas y promover regulaciones vinculadas al sexo seguro.

**Tabla 3.** Estrategias efectivas para prevenir el embarazo adolescente

<b>Estrategias</b>	<b>Descripción</b>
Programas educativos	Instrucción sobre métodos anticonceptivos y relaciones sanas.
Uso de tecnología	Aplicaciones móviles y plataformas digitales para educación sexual.
Fomento del pensamiento crítico	Desarrollo de habilidades para tomar decisiones informadas.
Redes de apoyo emocional	Importancia del respaldo familiar y comunitario en la toma de decisiones.

La mejora de las capacidades para tomar decisiones es otro elemento crucial en la prevención del embarazo no planeado. Los programas de educación que fomentan el razonamiento crítico, la comunicación asertiva y la solución de problemas han evidenciado su efectividad para fortalecer a los jóvenes. Estas acciones, en particular cuando se combinan con instrumentos digitales, no solo incrementan el saber teórico sobre salud sexual, sino que también fomentan habilidades prácticas para gestionar circunstancias complicadas. Por ejemplo, la habilidad para pactar el uso de métodos anticonceptivos o para aplacar la actividad sexual hasta que se sientan listos son competencias fundamentales que pueden evitar embarazos no planeados.

Durante la pandemia, la telemedicina y las acciones digitales se establecieron como herramientas fundamentales para asegurar la continuidad de los servicios sanitarios y el apoyo emocional. Estas herramientas facilitaron el cuidado de adolescentes en circunstancias de aislamiento social, brindando datos, visitas médicas y educación sexual a distancia. No obstante, también surgieron retos, tales como inconvenientes de privacidad y disparidades en el acceso a la tecnología. Esto resalta la relevancia de poner en marcha modelos híbridos que fu-

sionen el acceso a las herramientas digitales con el cuidado en persona para cubrir las variadas necesidades de los jóvenes.

### **Discusión**

Los resultados del artículo resaltan la complejidad y la diversidad de dimensiones en la prevención del embarazo no planeado en adolescentes. La adolescencia es un periodo del crecimiento humano que se distingue por intensas transformaciones emocionales, psicológicas y sociales. En este periodo, la habilidad de los jóvenes para manejar sus emociones y tomar decisiones conscientes tiene un rol vital en la prevención de riesgos vinculados a la sexualidad, como la gestación adolescente.

Un punto sobresaliente en el análisis es el efecto beneficioso de la gestión emocional en la toma de decisiones conscientes. Los jóvenes con capacidades desarrolladas de regulación emocional presentan una mayor habilidad para soportar presiones sociales, valorar riesgos a largo plazo y comunicarse eficazmente acerca de sus límites y necesidades en cuanto a la sexualidad. Esto subraya la relevancia de incluir métodos fundamentados en inteligencia emocional en los programas de educación. No solo deben centrarse en difundir información acerca de la salud sexual y reproductiva, sino también

en potenciar habilidades emocionales, tales como la gestión del estrés, la autoestima y la empatía.

La disponibilidad de información y recursos fiables también emerge como un elemento crucial para tomar decisiones basadas en información. No obstante, aún existen obstáculos importantes, particularmente en comunidades en situación de desventaja donde los elementos culturales, sociales y económicos obstaculizan el acceso a servicios de salud y programas de educación. Este problema se agravó durante la pandemia de COVID-19, un periodo que limitó el acceso a la educación en persona y disminuyó la oferta de servicios de salud sexual para los jóvenes. En este escenario, los instrumentos digitales, tales como aplicaciones para móviles y plataformas de educación virtual, desempeñaron un rol crucial en la preservación de la educación y el respaldo emocional. A pesar de ser útiles en numerosas situaciones, estas herramientas se topan con retos vinculados a la privacidad de los datos y la ausencia de un acceso equitativo.

Otro aspecto crucial es la función del respaldo emocional brindado por las familias, los maestros y la comunidad. Tener fuertes redes de respaldo no solo ofrece un ambiente seguro donde los jóvenes pueden manifestar sus preocupaciones, sino que también promueve una cultura de diálogo abierto sobre asuntos de índole tabú, como la sexualidad. Esto no solo contribuye a disminuir las gestaciones no planeadas, sino que también capacita a los jóvenes para afrontar varios retos en su vida diaria.

Los programas de educación que incorporan pensamiento crítico, comunicación asertiva y capacidades para solucionar problemas han demostrado ser especialmente eficaces al fusionarse con tecnologías digitales. Estos programas no solo amplían el entendimiento teórico acerca de métodos anticonceptivos y salud sexual, sino que también fomentan competencias prácticas que los jóvenes requieren para manejar

circunstancias complicadas. Por ejemplo, competencias como acordar la utilización de métodos anticonceptivos o postergar la actividad sexual hasta que se sientan listos son fundamentales para prevenir embarazos no deseados.

En última instancia, el debate debe tratar las consecuencias políticas y sociales de los resultados. Es vital que las entidades de salud pública se esfuercen por disminuir las desigualdades en el acceso a servicios de salud sexual y reproductiva, particularmente en comunidades desfavorecidas. El establecimiento de políticas inclusivas que financien programas de educación integral y servicios sanitarios ajustados a las demandas de los jóvenes puede ayudar de manera significativa a atenuar este problema de salud pública. Adicionalmente, se requieren estudios futuros que investiguen las relaciones entre elementos emocionales, culturales y tecnológicos en la prevención del embarazo en la adolescencia, facilitando de esta manera la creación de intervenciones aún más efectivas.

## **Conclusiones**

Este estudio subraya la relevancia de tratar la prevención del embarazo en la adolescencia desde un enfoque holístico, teniendo en cuenta tanto los factores emocionales, educativos y sociales que afectan las elecciones de los jóvenes. El control emocional se destaca como un factor crucial, dado que una correcta regulación de las emociones facilita a los adolescentes el manejo de la presión social, la comunicación eficaz y la toma de decisiones conscientes respecto a su sexualidad. Por esta razón, es vital que las estrategias de prevención contemplen elementos que estimulen las capacidades emocionales y propicien un ambiente seguro para el aprendizaje.

Adicionalmente, el acceso a datos transparentes y a servicios de salud sexual y reproductiva representa un derecho esencial que todavía se topa con significativas desigualdades, particularmente en entornos de po-

breza o en comunidades con fuertes obstáculos culturales. Estas desigualdades se hicieron más notorias durante la pandemia de COVID-19, cuando las limitaciones restringieron el acceso a la educación en persona y a los servicios de salud, impactando especialmente a las comunidades más desprotegidas. En este contexto, las herramientas digitales evidenciaron ser un recurso valioso, aunque no libre de obstáculos, lo que resalta la importancia de modelos híbridos que fusionen lo más destacado de la tecnología con el respaldo presencial.

También es crucial la función del ambiente familiar y comunitario. Padres, educadores y líderes comunitarios juegan un papel vital al ofrecer ambientes de seguridad donde los jóvenes puedan manifestar sus preocupaciones y obtener guía. Es en estas áreas donde los jóvenes pueden cultivar las habilidades requeridas para definir límites, discutir la utilización de métodos anticonceptivos y asumir posturas conscientes respecto a su sexualidad.

Es necesario un enfoque multidimensional para prevenir el embarazo en la adolescencia que incluya el crecimiento emocional, el acceso equitativo a recursos educativos y la creación de redes de respaldo social. La incorporación de estas áreas no solo ayudará a disminuir las gestaciones no programadas, sino que también promoverá un crecimiento integral y sostenible para las futuras generaciones. Así, se subraya la importancia de políticas de inclusión y programas de educación que tomen en cuenta tanto las necesidades personales como las dinámicas sociales más extensas.

## **Bibliografía**

1. Lindberg ea. The Sexual and Reproductive Health of Adolescents and Young Adults During the COVID-19 Pandemic..
2. Barney aa. The COVID-19 Pandemic and Rapid Implementation of Adolescent and Young Adult Telemedicine: Challenges and Opportunities for Innovation. *Journal of Adolescent Health*. 2020; 67(2): p. 164-171.

3. Triviño Ibarra ECJV. Publisher. [Online]; 2019. Acceso 15 de 01de 2025. Disponible en: <https://doi.org/10.23857/DC.V5I2.1107?sid=semanticsscholar>.
4. Mónica Aburto ea. Pubmed. [Online]; 2020. Acceso 15 de 01de 2025. Disponible en: <https://doi.org/10.24875/gmm.m20000354>.
5. Abad Palacios MMJB. Semantic Scholar. [Online]; 2024. Acceso 16 de 01de 2025. Disponible en: <https://www.semanticscholar.org/paper/Factores-de-riesgo-que-pueden-ocurrir-en-el-desde-Palacios-Due%C3%B1as-Marcillo-Mero/00cd934ae109fac5aa53afaa324626d388ae7bd0>.
6. Elizabeth García MV. Resistas Utm. [Online]; 2024. Acceso 16 de 01de 2025. Disponible en: <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/psicologia/article/view/6444>.
7. Arguello Calza KJ. Semantic Scholar. [Online]; 2019. Acceso 16 de 01de 2025. Disponible en: <https://www.semanticscholar.org/paper/incidencia-y-factores-de-riesgo-del-embarazo-en-el-Caiza-Jazm%C3%ADn/ba5ee1b29bf-b86963ac68de3b765e589c16a227a>.
8. Maria José Armijos JSDG. Publisher. [Online]; 2024. Acceso 16 de 01de 2025. Disponible en: <https://doi.org/10.58722/nure.v21i132.2445?sid=semanticsscholar>.
9. Leidy Calderon DCDG. recimundo. [Online]; 2020. Acceso 17 de 01de 2025. Disponible en: <https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/861>.
10. Delgado R. Semantic Scholar. [Online]; 2019. Acceso 17 de 01de 2025. Disponible en: <https://www.semanticscholar.org/paper/La-importancia-de-la-participaci%C3%B3n-de-los-j%C3%B3venes-y-Su%C3%A1rez-Justina/c494d12ce7def9c7df0d3deef7329fa23182d3c7>.
11. Cecilia López LSEVSAV. Pubmed. [Online]; 2023. Acceso 13 de 01de 2025. Disponible en: <https://doi.org/10.21149/14795>.
12. Widman aa. Technology-Based Interventions to Reduce Sexually Transmitted Infections and Unintended Pregnancy Among Youth. *Journal of Adolescent Health*. 2019; 64(6)(697-708).
13. Karolin Krause ea. Pubmed. [Online]; 2021. Acceso 14 de 01de 2025. Disponible en: [https://doi.org/10.1016/s2215-0366\(20\)30356-4](https://doi.org/10.1016/s2215-0366(20)30356-4).

14. Cassandra Wannan ea. Pubmed. [Online]; 2024. Acceso 14 de 01de 2025. Disponible en: <https://doi.org/10.1093/schbul/sbae011>.
15. Osterman aa. Births: Final Data for 2021. National Vital Statistics Reports. 2023; 72(1)(1-53).
16. Sciences NAO. Promoting Positive Adolescent Health Behaviors and Outcomes: Thriving in the 21st Century. Washington, DC. The National Academies Press. 2020.

**Cómo citar:** Azua Menéndez , M. del J. ., Palacio Peñafiel, K. L. ., Palacios Espinoza, N. D., & Quiroz Figueroa, M. S. (2025). Factores determinantes para la prevención del embarazo no deseado en adolescentes: Soporte emocional y toma de decisiones. *Revista Investigación Y Educación En Salud*, 3(2), 19–30. <https://doi.org/10.47230/unesum-salud.v3.n2.2024.19-30>