



ACADEMIA MEXICANA DE PEDIATRÍA A. C.

ÓRGANO ASESOR DE LA SECRETARÍA DE SALUD

MESA DIRECTIVA 2019-2021

Recomendaciones para la población adolescente

en el confinamiento por CoViD-19

Las medidas de confinamiento para contener la propagación del CoViD-19, han ocasionado una serie de problemas a la población en general, incluyendo al grupo de 10 a 19 años de edad, tanto en los ámbitos personal, familiar, escolar, económico y de salud, este último incluye no solo el riesgo de infección si no las consecuencias en otras esferas de la salud, específicamente en relación con **salud reproductiva y violencia de género**.

Antecedentes

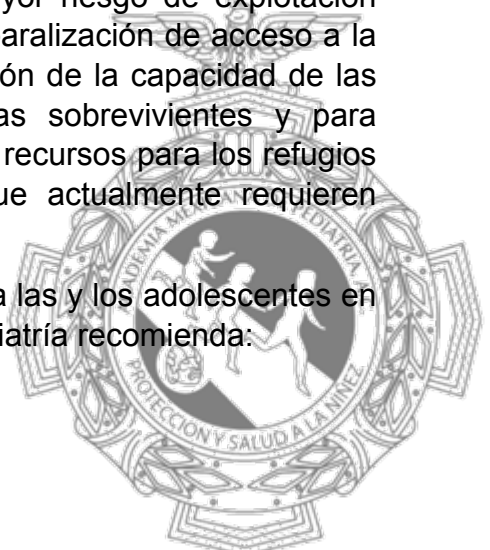
En el país una de cada 20 niñas ha estado unida (319,000 a 329,000 niñas) y el 81 por ciento de las uniones actuales son informales. La mayoría de las niñas unidas de 12 a 17 años, ya sea en uniones formales o informales, son por lo menos seis años más jóvenes que su pareja y en algunos casos hasta 10 años más ⁽¹⁾. La ocurrencia de uniones en este grupo constituye una clara violación a sus derechos fundamentales, evidenciada por el hecho de que 5 de cada 10 informan ser víctimas de algún tipo de violencia dentro de la unión ⁽²⁾.

Se calcula que la pandemia ocasiona la disminución del 10% del uso de anticonceptivos, se perderá el 10% de servicios esenciales para las mujeres embarazadas y el recién nacido y cambiarán 10% de abortos seguros a inseguros ⁽³⁾

La cuarta parte de las adolescentes sexualmente activas (20.5%) no cubre sus necesidades de anticoncepción ⁽⁴⁾ por lo que se espera un incremento de 60 000 mujeres adolescentes que no harán uso de métodos anticonceptivos por la pandemia y por lo tanto se presentarán aproximadamente 6 000 nuevos embarazos en menores de 19 años.

De acuerdo con la Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH) 2016, 43.9% de las mujeres ha experimentado violencia por parte de su actual o última pareja ⁽⁵⁾. El confinamiento actual ha ocasionado: incremento de violencia contra las mujeres, niñas, niños y adolescentes en el ámbito doméstico, mayor violencia contra ellos en internet, mayor riesgo de explotación sexual, obstáculos para acceder a servicios esenciales, paralización de acceso a la justicia para las y los sobrevivientes de violencia, limitación de la capacidad de las organizaciones de la sociedad civil para apoyar a las sobrevivientes y para proporcionar servicios de emergencia a víctimas, falta de recursos para los refugios con el objetivo de hacer frente a las necesidades que actualmente requieren mujeres y niñas víctimas de violencia ⁽⁶⁾.

Recomendaciones: Con el fin de prevenir y acompañar a las y los adolescentes en la problemática enunciada, la Academia Mexicana de Pediatría recomienda:





ACADEMIA MEXICANA DE PEDIATRÍA A. C.

ÓRGANO ASESOR DE LA SECRETARÍA DE SALUD

MESA DIRECTIVA 2019-2021

1. Horarios:

Establecer para los miembros de la familia horarios de actividades: hora para levantarse y acostarse, hora de escuela y trabajo en casa, hora de ejercicio, hora íntima (solo para mí) y horas compartidas: alimentos, juegos, películas, series televisivas, distribución de trabajo de casa, momento de información actualizada y de *diálogo familiar del día*.

2. Comunicación:

Intrafamiliar: Es el momento ideal para conversar todo aquello que no has comunicado a tus padres y familiares, *hacer "intercambio de ideas"* mirando a los ojos será una gran experiencia, guardando sana distancia. Es conveniente que las redes sociales de los menores de 14 años sean supervisadas por un adulto, para prevenir actos de violencia de género en redes tales como cibersexo, sexting, fishing entre otros.

Medios de información: Manejar un canal de información confiable y actualizada sobre CoViD-19 entre los integrantes al interior de la familia, evitando la saturación de información sobre la enfermedad. En caso de duda consultar otras dos fuentes confiables. *"Este ejercicio es recomendable se realice con la participación de todos los miembros de la familia"*. Hay que combatir las noticias falsas y la desinformación.

3. Medidas de protección:

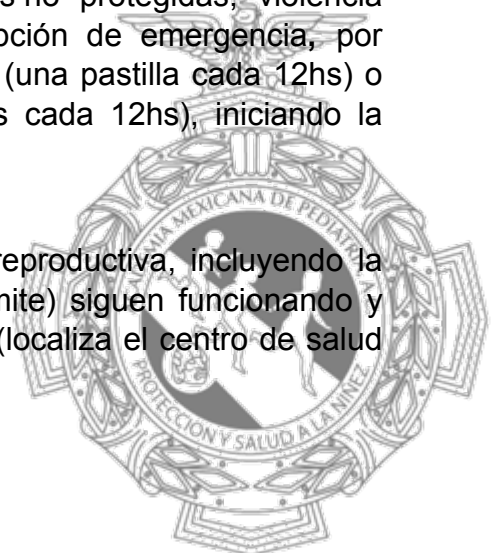
Reforzar las medidas de protección que serán permanentes: la sana distancia (incluye saludo y abrazo a distancia, evitar saludo de besos y manos), el lavado de manos frecuente, uso de cubre boca en todas las personas con cualquier infección respiratoria (dentro y fuera de casa), uso de cubre boca en sitios de concentración (transporte, oficina, etc.), el estornudo de etiqueta y estar al tanto de las medidas que las instituciones de salud, educativas y laborales emitan al regreso a clases, al trabajo y a las actividades cotidianas.

4. Relaciones sexuales:

Puedes tener relaciones sexuales *"consensuadas"*, siempre y cuando tu pareja viva contigo, no haya tenido contacto con personas del exterior y no tenga síntomas de infección respiratoria, báñate, sigue las medidas de higiene que conoces y usa preservativo. En caso de relaciones no protegidas, violencia sexual o accidente anticonceptivo usa la anticoncepción de emergencia, por ejemplo: Postinor 2, postday, vika, glanique, cerciorat (una pastilla cada 12hs) o eugynon 50, nordiol, ovral o neogynon (dos pastillas cada 12hs), iniciando la toma lo más cerca posible de la hora del coito.

5. Salud reproductiva:

Es necesario que sepas que los servicios de salud reproductiva, incluyendo la interrupción legal del embarazo (donde la ley lo permite) siguen funcionando y accesibles, debes hacer uso de ellos si los necesitas (localiza el centro de salud más cercano a tu casa).





ACADEMIA MEXICANA DE PEDIATRÍA A. C.

ÓRGANO ASESOR DE LA SECRETARÍA DE SALUD

MESA DIRECTIVA 2019-2021

6. Amigo designado:

Designa a un amigo en el que confíes para que tenga a la mano teléfonos y direcciones electrónicas o domicilios, de servicios de urgencias y de atención a la violencia de género, para que en caso que tu no puedas comunicarte, él lo haga, estos pueden ser una opción: **(01 800 Háblalo (425256), victimatel 55755461, Grupo de Información en Reproducción Elegida A.C. (GIRE) 5556586684, Católicas por el Derecho a Decidir 55545748, locatel 55565811 y 911).**

7. Consejero:

Como estrategia complementaria, cerca de ti hay un “*adulto resiliente*” (familiar o no) que también te puede ayudar a enfrentar una situación de crisis (violencia familiar, violencia sexual, violencia de género) ya sea de forma presencial o a través de teléfono y redes sociales. Piensa quién puede ser y solicítale que te auxilie en esos momentos. También puede ser ayuda profesional de un experto en el tema, quien esté en disposición de ayudarte a distancia con recomendaciones saludables.

8. Toma de Conciencia:

La pandemia y sus consecuencias serán prolongadas, es indispensable que tomes en tus manos tu salud, autocuidado y protección, especialmente para prevenir relaciones sexuales no consensuadas, embarazos no deseados y violencia intrafamiliar.

La Academia Mexicana de Pediatría puede auxiliarte y dar consejería.

Sección de adolescentes: Acad. Francisco Fernández Paredes, Acad. Irma Gabriela Bastarrachea Sosa, Acad. Guillermina Mejía Soto, Acad. Ana Rosas Sumano, Acad. María Erendida Sequeiros Loranca.

1. Rivero Estela, Palma José Luis: Informe sobre uniones tempranas en México. Investigación en salud y demografía, s.c., Ciudad de México, 2017
2. FLACSO-Guatemala: Uniones tempranas, embarazos y vulneración de derechos en las adolescentes. Resumen ejecutivo. Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales y Fondo de Población de las Naciones Unidas. 2015
3. <https://www.guttmacher.org/article/2020/04/crisis-horizon-devastating-losses-global-reproductive-health-are-possible-due-covid>
4. Villalobos A, de Castro F, Rojas R, Allen B. Anticoncepción en adolescentes mexicanos de escuelas del nivel medio superior: uso y necesidades insatisfechas. Salud Publica Mex 2017;59:566-576.
5. Encuesta Nacional sobre la Dinámica de las Relaciones en los Hogares (ENDIREH) 2016, INEGI, agosto 18, 2017.
6. https://www2.unwomen.org/-/media/field%20office%20mexico/documentos/publicaciones/2020/abril%202020/covid19_violenciamujeresninas_generala_bril2020.pdf?la=es&vs=2457

