

Conceptos básicos del embarazo

Clases sobre derechos, respeto y responsabilidad: un plan de estudios para la enseñanza general básica
Alentamos la responsabilidad al respetar los derechos de las personas a tener una educación sexual abierta.

NORMAS NSES:

SH.8.CC.4: describir las pruebas de embarazo, los signos del embarazo y las opciones disponibles para el embarazo, incluidos la crianza, el aborto y la adopción.

SH.10.CC.4: nombrar los eventos importantes de cada trimestre del desarrollo fetal utilizando información médica precisa.

ORIENTADO A: 8.º grado

TIEMPO: 50 minutos

MATERIALES NECESARIOS:

- Computadora portátil
- Proyector LCD
- Pantalla
- Parlantes
- Folleto sobre las opciones disponibles para el embarazo, uno por estudiante
- Hoja de actividades de eventos destacados de cada trimestre de embarazo, una por estudiante
- Guía de respuestas de Eventos destacados de cada trimestre del embarazo, una por estudiante
- Afiche grande
- Marcadores
- Cinta adhesiva

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Al finalizar esta clase, los estudiantes podrán:

1. Describir cómo funcionan las pruebas de embarazo. [Conocimientos]
2. Nombrar al menos dos signos de embarazo. [Conocimientos]
3. Resumir las tres opciones legales disponibles para cualquier embarazo. [Conocimientos]
4. Recordar al menos un evento importante de cada trimestre del desarrollo fetal. [Conocimientos]

DESCRIPCIÓN DE LA CLASE:

Para brindar una enseñanza completa, es importante discutir medidas de prevención de embarazos no deseados y abarcar la información básica sobre embarazos. Esta clase abarca los signos tempranos de embarazo, explica cómo funcionan las pruebas de embarazo y explora las opciones disponibles para la persona embarazada. Al recibir una enseñanza completa sobre embarazos, nos aseguramos de que los estudiantes tengan una educación abierta.

PREPARACIÓN:

- Mira el video [«So You Think You're Pregnant»](#) (Así que crees que estás embarazada) de Amaze y prepáralo para la reproducción.
- Imprime copias del folleto sobre opciones disponibles para el embarazo para todos los estudiantes.
- Revisa las políticas del distrito escolar sobre la enseñanza de opciones para el embarazo, incluido el aborto, para asegurarte de abarcar todos los contenidos que correspondan.

PROCEDIMIENTO:

PASO 1:

Comienza la clase diciendo **«Hoy vamos a hablar del embarazo, cuáles son los signos tempranos, cómo funcionan las pruebas de embarazo y cuáles son las opciones disponibles para las personas embarazadas. Es importante comprender que, si una persona a quien conocen cree que ella o una persona que le importa está embarazada, puede ser útil acudir a un adulto de confianza que le ofrezca su apoyo. Comencemos.»**

(2 minutos)

Conceptos básicos del embarazo

*Clases sobre derechos, respeto y responsabilidad:
un plan de estudios para la enseñanza general básica*

PASO 2:

Diles «Como ya sabemos, los signos son señales de nuestro cuerpo que indican que algo cambió. Se suele conversar sobre los signos del embarazo con personas que han estado o están embarazadas y, por supuesto, podemos ver y oír sobre estos signos en los medios, pero hay muchos signos tempranos de embarazo. Una persona que está embarazada puede presentar todos, algunos o ninguno de los signos que veremos hoy».

«Los dividiré en dos grupos y participarán de una carrera de relevos silenciosa de signos de embarazo. Cada grupo tendrá un cartel asignado en el que escribirá la mayor cantidad posible de signos tempranos de embarazo. Cada grupo se quedará al fondo del aula y, cuando sea su turno, correrá hacia el cartel de su grupo con un marcador y escribirá un signo temprano de embarazo nuevo. Las reglas son no hablar y no repetir participantes. Gana el equipo que, luego de tres minutos, tenga más signos correctos».

NOTA PARA EL DOCENTE: Una alternativa a la carrera de relevos de signos de embarazo es proporcionarle un cartel a cada grupo e indicarles que se sienten en mesas separadas. En este caso, tendrán tres minutos para escribir la mayor cantidad posible de signos y ganará el grupo que escriba más signos correctos».

Pídeles que se detengan cuando hayan transcurrido los tres minutos. Usa la lista de signos a continuación para determinar qué equipo escribió más signos tempranos de embarazo correctos: ausencia del periodo, pechos inflamados, cansancio o fatiga, náuseas, vómitos, aumento de la frecuencia urinaria, espasmos leves, sensibilidad a los olores.

Luego de determinar cuál es el grupo ganador, revisa su lista con toda la clase y agrega los signos de embarazo de la lista anterior que falten para que esté completa. Diles algo como «Una persona que está embarazada puede experimentar o no cualquiera de estos signos. Es normal y los embarazos varían de una persona a otra. Que una persona no presente ninguno de estos signos no significa que no esté embarazada, y que una persona presente cualquiera de estos signos no significa que esté embarazada. ¿Cuál es la forma de determinar si una persona realmente está embarazada o no?».

Estás impulsando a los estudiantes a que digan que con una prueba de embarazo. Diles «Sí, las pruebas de embarazo son una gran forma de saber si una persona está embarazada o no. Hablemos de cómo funcionan las pruebas de embarazo».

(15 minutos)

PASO 3:

Diles algo como «Las pruebas de embarazo se pueden hacer en casa y se encuentran en supermercados, farmacias y otros negocios. Las pruebas de embarazo buscan una hormona específica que produce el cuerpo de las personas embarazadas llamada hCG o gonadotropina coriónica humana. Esta hormona está presente en la orina y la sangre de las personas, y lleva algunas semanas que aparezca en el cuerpo de una persona para que una prueba de embarazo casera la detecte. Por lo tanto, no se obtiene el resultado correcto de una prueba de embarazo si se la hace un día después de tener sexo sin protección. En general, las pruebas de embarazo

Conceptos básicos del embarazo

Clases sobre derechos, respeto y responsabilidad:
un plan de estudios para la enseñanza general básica

detectan esta hormona cerca del momento en el que hay una ausencia del periodo. Las pruebas de embarazo caseras tienen instrucciones específicas para hacerlas y obtener el resultado más preciso; entonces, hay que seguir las instrucciones cuidadosamente. En general, los niveles más altos de hCG se encuentran en la primera orina del día al despertarse. Por lo tanto, si la persona está en las primeras semanas del embarazo y se hace la prueba al despertarse, obtendrá el resultado más preciso. Las pruebas de embarazo caseras suelen tener un 99 % de precisión. Si se obtiene un resultado positivo, se debe hacer un seguimiento con un médico que confirme el embarazo con una prueba de orina adicional y un análisis de sangre. Veamos un [video breve de Amaze](#) sobre este tema». Luego de mirar el video, pregúntales a los estudiantes qué preguntas tienen sobre los signos y las pruebas de embarazo».

(15 minutos)

PASO 4:

Diles «En el video que acabamos de ver, daban tres opciones para una persona que se entera que está embarazada. ¿Alguien nos recuerda cuáles eran esas opciones?».

Mientras los estudiantes dan sus respuestas, intenta que den estas tres opciones: crianza, adopción y aborto. Escribe las tres palabras en la pizarra. Pregúntales «¿Quién debe decidir qué opción es la mejor?». Motiva a los estudiantes a responder que la persona que está embarazada es quien debe decidir qué hacer con su cuerpo.

Diles «Observemos en más detalle estas tres opciones e identifiquemos qué habría que tener en cuenta con cada una. Por ejemplo, en la opción del aborto, la persona tiene que evaluar si el aborto está disponible en su zona o si tiene que viajar a otro lugar.

Elijan a un compañero de trabajo para hacer la siguiente actividad. Les repartiré una hoja de actividades llamada «Opciones para el embarazo» que deberán completar. Hoy voy a pedirles que solo se enfoquen en los hechos y esperen para incluir opiniones personales. ¿Tienen alguna pregunta?».

Reparte la hoja de actividades y dales diez minutos para hacer la actividad.

Una vez que hayan terminado la tarea, pide voluntarios que compartan los hechos relacionados con las tres opciones para el embarazo.

NOTA PARA EL DOCENTE: *Es posible que los estudiantes te pregunten sobre el derecho o la capacidad de la otra persona que aportó su ADN al embarazo a decidir sobre el embarazo. Aliéntalos a volver a la oración que habla de que la persona embarazada es quien decide porque se trata de su cuerpo. La otra persona no toma la decisión porque el embarazo no sucede en su útero. Es fundamental reforzar esta idea.*

Además, es posible que los estudiantes den su opinión personal en lugar de compartir hechos. Es importante que respondas distinguiendo claramente hechos de opiniones. Por ejemplo «Gracias por compartir tu opinión, pero los hechos son...». Sigue recordándoles que pueden compartir sus creencias y opiniones personales en casa con sus cuidadores y

Conceptos básicos del embarazo

*Clases sobre derechos, respeto y responsabilidad:
un plan de estudios para la enseñanza general básica*

su familia, pero que la escuela es un lugar para ver contenido, por lo que solo se enfocarán en los hechos.

Luego de oír a varios estudiantes, díles **«Aunque puedan verse tentados a compartir su opinión si una persona a quien conocen queda embarazada, es importante limitarse a actuar como persona de apoyo y dejar que la persona embarazada sea quien decida qué le parece mejor para ella y su cuerpo. La persona embarazada es quien debe tomar la decisión. Si alguien elige transitar un embarazo, hay algunos eventos esperables durante el embarazo que se dividen en tres trimestres. Quédense en parejas y les repartiré un folleto para identificar los eventos importantes de cada trimestre. ¿Tienen alguna pregunta?»**.

Repárteles la hoja de actividades «Eventos importantes de cada trimestre del embarazo» y dales alrededor de cinco minutos para hacer la actividad. Cuando terminen, corrijan el folleto con la guía de respuestas como referencia.

(20 minutos)

PASO 5:

Para finalizar la clase, díles **«El embarazo puede ser una experiencia abrumadora, ya sea planificado o no. Si una persona se entera de que está embarazada, siempre tiene tres opciones disponibles. Hablar con un adulto de confianza como el padre, la madre, el cuidador, el consejero escolar, un amigo de la familia, etc., que pueda ofrecer su apoyo durante este momento puede ser de gran ayuda. Además, tener amigos que la apoye puede tener un gran impacto en la vida de una persona durante un embarazo. Imaginen lo fuerte que puede ser el impacto de no tener el apoyo de amigos y seres queridos. Seamos las personas que nos gustaría tener cerca. Gracias por su trabajo, nos vemos la clase que viene»**.

(3 minutos)

EVALUACIÓN DE LOS OBJETIVOS DE APRENDIZAJE RECOMENDADA AL FINALIZAR LA CLASE:

El objetivo de aprendizaje 1 se alcanza en el paso 3. El objetivo de aprendizaje 2 se alcanza en el paso 2. El objetivo de aprendizaje 3 se alcanza en el paso 4 y la tarea.

TAREA OPCIONAL:

Busca la frase «Centro de crisis de embarazo», que hace referencia a centros que bloquean el acceso de las personas embarazadas a un aborto seguro. Identifica tres factores que distinguen a los centros de crisis de embarazo de los centros de salud.

Folleto de opciones para el embarazo

CRIANZA

La **CRIANZA** tiene lugar cuando una persona embarazada decide continuar con el embarazo hasta las 40 semanas, tener al niño y, luego, criarlo.

LA PERSONA DEBERÍA EVALUAR: *por ejemplo, los costos de criar a un niño.*

ABORTO

El **ABORTO** tiene lugar cuando una persona embarazada decide terminar el embarazo mediante un medicamento o procedimiento médico seguro para quitar el feto del útero.

LA PERSONA DEBERÍA EVALUAR: *por ejemplo, si el procedimiento médico está disponible en su zona.*

ADOPCIÓN

La **ADOPCIÓN** tiene lugar cuando una persona embarazada decide continuar con el embarazo hasta las 40 semanas, tener al niño y, luego, ubicarlo con una familia de su elección para que lo críe. Las adopciones pueden ser abiertas, cuando quien dio a luz al niño sigue en contacto con la familia adoptiva, o cerradas, cuando quien dio a luz al niño no sigue en contacto con la familia adoptiva.

LA PERSONA DEBERÍA EVALUAR: *por ejemplo, si quiere estar involucrada en la vida del niño y de qué manera.*

Eventos importantes de cada trimestre del embarazo

PRIMER TRIMESTRE	SEGUNDO TRIMESTRE	TERCER TRIMESTRE

El cigoto se desarrolla, se multiplica y se puede convertir en un embrión.	La persona embarazada puede notar movimientos del feto dentro del útero.	El embrión se desarrolla y se puede convertir en un feto.
Se crean los sistemas de órganos principales.	Crecimiento continuo del feto. Hasta el final del embarazo, puede aumentar alrededor de 450 g por semana.	El feto practica tragar e, incluso, respirar dentro del útero.
Para la semana 12, se puede ver si el embrión tiene vulva o pene con un ultrasonido.	El feto se prepara para la vida fuera del útero.	

Eventos importantes de cada trimestre del embarazo

(Guía de respuestas)

PRIMER TRIMESTRE	SEGUNDO TRIMESTRE	TERCER TRIMESTRE
<p>El cigoto se desarrolla, se multiplica y se puede convertir en un embrión.</p>	<p>El embrión se desarrolla y se puede convertir en un feto.</p>	<p>Crecimiento continuo del feto. Hasta el final del embarazo, puede aumentar alrededor de 450 g por semana.</p>
<p>Se crean los sistemas de órganos principales.</p>	<p>La persona embarazada puede notar movimientos del feto dentro del útero.</p>	<p>El feto se prepara para la vida fuera del útero.</p>
<p>Para la semana 12, se puede ver si el embrión tiene vulva o pene con un ultrasonido.</p>		<p>El feto practica tragar e, incluso, respirar dentro del útero.</p>