

# La vida es corta

Guía educativa



# La vida es corta

## Guía educativa

### Presentación

La presente Guía Educativa fue elaborada para el manejo del video La Vida es Corta, elaborado por Afluentes S.C. El video va dirigido a adolescentes y jóvenes de secundarias, preparatorias y de la comunidad en general, consta de tres capítulos: *Dame chance*, *Estuvo rico* y *Sí hay remedio*.

La guía es una ayuda para que los agentes educativos encargados del desarrollo de la actividad cuenten con las sugerencias de aprendizaje y los elementos de análisis que ayuden a los participantes a aclarar sus ideas, a mejorar las relaciones entre ellos, a ejercer sus derechos y a tomar mejores decisiones para su vida. Se sugiere que los jóvenes estén acompañados de un maestro(a), promotor(a) o personal de salud que pueda crear un espacio de discusión sobre los temas a tratar.

### Sinopsis del video

La Vida es Corta es una historia en la que se entrelazan las vidas de Mariana y Sergio, novios y estudiantes de una escuela secundaria de la ciudad de México. Celia y Mónica son dos de sus amigas que inician una relación amorosa y Katia, la mayor del grupo, logra recuperarse del consumo de drogas con el apoyo de Víctor, entrenador de fútbol, amigo y consejero. Este video educativo, se compone de tres capítulos de 18 minutos cada uno, que invita a reflexionar sobre la complejidad de la vida de los jóvenes de la ciudad sus ilusiones, deseos, retos, conflictos de orientación sexual y de pareja, primeros encuentros sexuales, abuso sexual, pornografía, consumo de drogas e interrupción legal del embarazo (ILE). Es una historia actual que trata de reflejar lo que piensan y quieren los jóvenes de hoy.



*La historia inicia con la conversación de tres amigas y compañeras de escuela, Katia de 17 años, Mónica 15 años y Mariana 14 años, quienes platican, bromean y comparten sus vidas. Katia comenta lo importante de ser amigas y sentirse acompañada para no estar triste, Mónica habla de cómo aun viviendo con su familia, se llega a sentir sola. Mariana aunque interviene en la conversación, ha estado muy atenta a los mensajes de su novio Sergio.*

*Sergio tiene 16 años, estudia y trabaja en un taller mecánico, es celoso y trata de controlar a Mariana por los mensajes al celular. Sergio le presume a Ricardo- su amigo- que él es “el príncipe azul” de Mariana y le ha propuesto que tengan relaciones sexuales. Ricardo le aconseja que se vaya con más cautela, que no presione a su novia y en todo caso “la cuide” y usen el condón.*

*Mariana y Sergio se encuentran fuera de la escuela, él le pide que vayan a su casa ya que sus papás van a regresar noche. Ella le dice que no y entre besos y caricias, le entrega “una carta de amor”.*

*Celia está enamorada de Mónica. Se encuentran en los baños escolares, como un espacio privado en el que se cortejan y expresan sus afectos. Mónica se muestra tímida, aunque sabe que se gustan tiene miedo a lo que piensen los demás.*

*Celia juega en un equipo de fútbol del que es entrenador Víctor, un joven carismático que ha invitado a los jóvenes de la comunidad a rescatar una cancha abandonada, que puede ser un espacio útil para ellos.*

*Katia es la mayor del grupo y ha tenido problemas por el consumo de drogas, volver a la escuela la ayuda a sentirse mejor. Katia y sus amigos son sorprendidos por el maestro Carlos viendo escenas pornográficas en el Ipod. Ella se asusta y le pide al maestro que no hable con el director. A cambio, el maestro la obliga a ver una película pornográfica, argumentando que está realizando un estudio con adolescentes para conocer su reacción ante estos mensajes.*

## Objetivos

---

- Conocer y reflexionar sobre las ideas y expectativas acerca del noviazgo en la juventud.
- Reconocer si un noviazgo heterosexual es tan válido y respetado como el formado por parejas del mismo sexo.
- Tomar conciencia de que el abuso sexual a menores y la exposición de pornografía son delitos que debe denunciarse.

## Temas que se abordan en esta historia

---

- Noviazgo
- Lesbianismo
- Abuso sexual
- Pornografía
- Recuperación de espacios públicos

## Sugerencias de actividad de aprendizaje

---

*Se harán preguntas que serán respondidas a través de una lluvia de ideas. El facilitador(a) anotará en el pizarrón o rotafolio las respuestas de los participantes.*

1. ¿Qué papel juega el noviazgo en la adolescencia?
2. ¿Qué reglas o acuerdos se dan en el noviazgo?
3. ¿Qué piensan del noviazgo entre personas del mismo sexo?
4. ¿Por qué razones una pareja lesbiana u homosexual puede ser discriminada?
5. ¿Por qué razones los jóvenes ven pornografía?
6. ¿Qué hace que el abuso sexual de menores no se denuncie?
7. ¿Qué debe hacer un maestro(a) para prevenir el abuso sexual?

*Se piden voluntarios para que emitan una conclusión final sobre cada uno de los temas, el facilitador(a) complementará con los elementos brindados en el apartado siguiente.*

## Segunda opción didáctica

---

*En esta actividad las preguntas se pueden modificar ubicando la acción directamente en los personajes.*

## Elementos para el análisis de los temas

---

\* El noviazgo es una relación que se da entre dos personas que se gustan, quieren estar juntas, platicar, compartir sentimientos, caricias, deseos. Permite expresar emociones y sentimientos como amor, ternura, erotismo, celos y coraje. Implica también compromisos, unos más obvios que otros: llamarse por teléfono, tener exclusividad, compartir el tiempo libre, ser solidarios y llegar a acuerdos.

Durante el noviazgo la pareja puede o no tener relaciones sexuales. Lo más importante es que hablen de sus expectativas acerca de la sexualidad y acuerden el momento y condiciones de este encuentro y medidas para prevenir un embarazo e infecciones de transmisión sexual.

\* Las relaciones de noviazgo pueden ser heterosexuales u homosexuales. Se trata de elecciones libres, voluntarias y en las que existe acuerdo entre la pareja.

\* La orientación sexual se refiere a la atracción erótico-afectiva hacia otra persona. Cuando la relación se da entre personas de distinto sexo se habla de heterosexualidad, cuando se da entre personas del mismo, es una orientación homosexual, en este caso entre dos mujeres, que se conoce con el nombre de lesbianismo. Cuando la atracción es hacia los dos sexos, se trata de bisexualidad.

\* La pornografía se refiere a toda forma de material sexual explícito en cualquier medio de comunicación (fotografías, anuncios, impresos de cualquier clase, videos, cine, televisión, Internet), con el propósito de despertar la excitación sexual y producir, al igual que muchos anuncios publicitarios, necesidades que no existen. Se presenta de manera irreal, fuera del contexto en que se da todo acto sexual, promueve la cosificación del cuerpo, la deshumanización del ser humano, la discriminación hacia las mujeres y la separación del deseo y los vínculos afectivos entre las personas, todo lo cual produce una distorsión de la sexualidad. En la actualidad es una verdadera industria de la cual se obtienen

ganancias millonarias, está vinculada cada vez en mayor medida con el crimen organizado y la trata de personas, la violencia, el secuestro y la explotación sexual. Niños, niñas y adolescentes son considerados objeto de intercambio o mera mercancía. En el caso de menores, es un delito utilizarlos en cualquier acto para pornografía y exponer ante ellos cualquier material pornográfico.

En el caso de los jóvenes el interés por la pornografía se acentúa porque justamente están en el despertar de sus sensaciones sexuales y no tienen experiencia ni información sobre un tema que les interesa sobremanera.

Es importante que desde la escuela se fomenten los valores y derechos humanos como la dignidad e integridad de la persona y se promueva la cultura de la denuncia ante cualquier práctica que denigre la naturaleza humana y que esté castigada por la ley.

\* El abuso sexual es una forma de violencia que se manifiesta cuando una persona de mayor edad realiza cualquier acto relacionado con lo sexual con un(a) menor. Proviene de personas que tienen poder sobre otras que están en situación de dependencia, obediencia o mayor fragilidad.

El abuso sexual abarca una amplia gama de comportamientos que pueden o no involucrar contactos físicos. Los primeros pueden ser tocamiento de genitales y otras partes del cuerpo de la víctima o rozamiento de los genitales del victimario en cualquier parte del cuerpo de la víctima, hasta penetración por vía vaginal, anal u oral, o introducción de cualquier objeto en las dos primeras vías. Los segundos, pueden ser desde hablar de temas sexuales directamente, por teléfono o a través de Internet, mostrar material sexual explícito o pornografía, hasta exhibicionismo y voyeurismo.

El empleo de la persuasión, presión, chantaje, amenaza, manipulación o engaño son las principales técnicas que utilizan los victimarios, quienes generalmente están ante la víctima en una posición de protección, resguardo y respeto y la escuela es uno de los espacios en que estos actúan. De ahí que los maestros(as) deben informar a sus alumnos que esto es un delito que debe denunciarse, venga de quien venga.

## Conclusiones

---

1. En el noviazgo debe llegarse a acuerdos sobre diversos puntos, siendo esencial el de cómo protegerse para prevenir un embarazo y una infección de transmisión sexual.
2. Toda persona, independientemente de su orientación sexual, merece igualmente dignidad y respeto.
3. Una educación sexual integral (conocimientos, habilidades y actitudes) que responda a los intereses de los adolescentes puede contrarrestar los efectos nocivos de la pornografía.
4. El conocimiento de los derechos es una ayuda invaluable para ejercerlos, exigirlos y defenderse de abusos de poder.

## Para saber más consulta:

---

<b>Afluentes</b>	<a href="http://www.afluentes.org">www.afluentes.org</a>
<b>Planificanet</b>	<a href="http://www.planificanet.gob.mx/">www. planificanet.gob.mx/</a>
<b>Mexfam</b>	<a href="http://www.gentejoven.org.mx">www.gentejoven.org.mx</a> 54 87 00 30
<b>Diversinet</b>	<a href="mailto:diversinet@avedemexico.org.mx">diversinet@avedemexico.org.mx</a> 35 47 01 00 01 800 821 2297



*La historia inicia cuando Sergio le reclama a Mariana que no tiene interés por verlo. Ella le explica que tuvo que ayudar en los quehaceres de la casa, intenta abrazarlo y él la rechaza. Mariana le pide perdón y le dice que vayan a limpiar la cancha de fútbol. Sergio ignora a Mariana, se coloca los audífonos y empieza a mover la cabeza al ritmo de la música.*

*Celia corteja a Mónica y cada vez es más expresiva en sus afectos, la toma de la mano e intenta besarla, por su parte Mónica se muestra reservada y un tanto confundida de lo que siente.*

*Mariana y Ricardo se encuentran con Sergio, quien celoso les reclama que vienen juntos. Sergio agresivo les insinúa que si “ya andan”. Ricardo defiende a Mariana y le dice a Sergio que así no se trata a una mujer, ella se va y ellos intercambian palabras, Ricardo le dice que en ese plan hasta lo desconoce.*

*Mariana y Sergio continúan su noviazgo se ven en casa de él. En una ocasión Mariana, contenta porque él guarda una carta que le escribió, se muestra más confiada y acepta tener relaciones sexuales. Al despedirse de Sergio, le pide que la acompañe, él se niega diciendo que está cansado. En el camino Mariana se encuentra con Mónica, le cuenta lo sucedido y bromea diciendo que los moretones del cuello son “las marcas de la pasión”. Mónica le dice que tenga cuidado con los actos violentos de Sergio.*

*Katia se encuentra muy afectada por la situación con el maestro Carlos, quien la obliga a ver películas pornográficas en el salón de clases con la excusa de que se trata de un trabajo para no reprobarla. Esta situación la hace volver a consumir drogas, cada vez está más afectada y es influenciada por Luís, para que siga consumiendo. Al darse cuenta Víctor de la situación de Katia, le ofrece ayuda y la invita a acudir al Centro de Integración Juvenil donde la apoyarán para salir de esto, él le cuenta que pasó por una situación parecida y ahora está rehabilitado. Katia con la ayuda de la maestra Gloria recibe asesoría para denunciar al maestro por abuso sexual.*

## Objetivos

---

- Reconocer y analizar las implicaciones de los noviazgos violentos que ponen en riesgo la integridad de las y los jóvenes.
- Reflexionar acerca de las causas y riesgos en el consumo de drogas y las implicaciones en la salud de los y las jóvenes.

## Temas que se abordan en esta historia

---

- Violencia en el noviazgo
- Consumo de drogas
- Abuso sexual

## Sugerencias de actividad de aprendizaje

---

*El facilitador(a) orienta las actividades de aprendizaje a partir de las siguientes pautas:*

**1. Se introduce el tema con la siguiente pregunta:**

¿Qué situaciones de violencia identifican en el noviazgo de Mariana y Sergio?

*Las respuestas que dé el grupo se anotan en el pizarrón o rotafolio.*

**2. Se abre el debate pidiendo a algunos voluntarios que expresen sus razones acerca de si se trata o no de un noviazgo violento.**

**3. Se formulan las siguientes preguntas:**

- ¿Qué tipos de conductas violentas se pueden encontrar en las y los jóvenes?
- ¿A qué creen que se deba que existan situaciones de violencia en el noviazgo?
- ¿Qué conductas por sutiles que parezcan son violentas?
- ¿Qué relación hay entre la violencia y el consumo de drogas?
- ¿Qué situaciones influyen para que Katia consuma drogas?
- ¿Qué papel juega Víctor con respecto a Katia y el consumo de drogas?

**4. Una vez respondidas las preguntas y complementadas por el facilitador(a), se procede a elaborar las conclusiones del tema.**

## Segunda opción didáctica

---

*Se elaboran cinco o más oraciones relativas al contenido de los temas, se distribuyen a todo el grupo y se pide que contesten si están de acuerdo o en desacuerdo y por qué. Cuando hayan respondido se pide que todos los que tienen la misma frase se reúnan, discutan y lleguen a una conclusión. Cada equipo presenta al grupo sus conclusiones.*

## Elementos para el análisis de los temas

---

- \* Las acciones violentas entre Sergio y Mariana se expresan en el control que ejerce él a través del uso de la fuerza, la manipulación y la indiferencia.
- \* La violencia se expresa de diferentes maneras, la más evidente es la física, como golpes, empujones o puntapiés. Estas acciones empiezan en el noviazgo como juegos: empujones, jalones, golpecitos, pellizcos, pisotones, pero son actos de violencia y es muy importante identificarlos.
- \* La violencia psicológica sucede a través de amenazas, insultos, abandono, intimidación. La violencia y el abuso sexual dentro del noviazgo es una práctica común aunque menos visible que la violencia que ocurre en el núcleo familiar.
- \* La situación de Katia con el maestro Carlos, se trata de abuso sexual como una forma de maltrato, ella es menor de edad y es obligada a ver material pornográfico sin su consentimiento, lo que vulnera su integridad.
- \* La violencia no es “natural” en las personas, nadie nace violento, esto se aprende y depende de la historia de cada persona, las relaciones familiares, las reglas de género, que muchas veces relacionan la agresión y la violencia física como expresión de la identidad masculina. Los medios electrónicos han influido significativamente en la violencia de nuestra cultura, especialmente la televisión, particularmente lo que nos muestran las noticias de lo que ocurre en el país y en el mundo entero.
- \* Las drogas son sustancias que provocan intensas reacciones en el organismo, aunque se tomen en cantidades o dosis muy pequeñas. Estas reacciones o efectos, hacen que las drogas actúen unas veces como medicinas y otras como venenos o tóxicos que dañan al organismo.

\* Existen drogas naturales y drogas sintéticas. Las naturales se obtienen de flores, hojas, frutos y raíces de algunas plantas. Las drogas sintéticas son las que se sintetizan, es decir, se producen en laboratorio con procesos químicos, a partir de las drogas naturales. Existen distintas drogas: marihuana, cocaína y derivados (piedra), anfetaminas como el éxtasis, el opio y derivados (heroína), o el tabaco y el alcohol.

El alcohol es una droga depresora que se obtiene de los jugos fermentados de frutas, cereales y plantas. Es la droga más consumida en el mundo. Los accidentes por abuso de alcohol son la principal causa de muerte de jóvenes en México. La ley prohíbe que las personas menores a los dieciocho años compren alcohol.

\* Las drogas alteran el funcionamiento del cerebro y del sistema nervioso y por lo tanto la mente, el comportamiento y la sensibilidad. Algunas personas recurren a ellas porque buscan relajación y calma. Otras porque creen que así podrán divertirse en una fiesta o que podrán olvidar sus problemas y preocupaciones. Otras consumen porque quieren sentirse bien con los demás y consigo mismas.

\* El consumo de drogas está asociado, tanto a la necesidad de probar cosas nuevas, la curiosidad, sentirse bien, ser aceptados por el grupo, como a problemas familiares, sentimiento de soledad y la poca o nula aceptación del grupo. El problema se agrava por la inducción al consumo que hacen los vendedores manipulando y utilizando todos los recursos de persuasión y aprovechándose de la vulnerabilidad de la persona cuando está en momentos de crisis, angustia o depresión.

\* La adicción es el impulso o las ganas descontroladas de buscar y consumir una droga, la persona cree necesitar la droga para sentirse bien, aunque en realidad se sentiría mejor sin ella. La dependencia sucede cuando el organismo se ha acostumbrado al consumo de alguna droga.

## Conclusiones

---

1. La violencia, en cualquiera de sus formas, es inaceptable porque daña la integridad física y moral de las personas.
2. Es importante que en una relación de noviazgo haya respeto, negociación y acuerdos, aprender a aceptar las diferencias y a tener responsabilidades compartidas.
3. El respeto al cuerpo es un principio que fortalece el amor y la solidaridad, nadie tiene derecho a maltratarlo ni a tocarlo sin el consentimiento de la persona.
4. Evitar situaciones de estigma y discriminación hacia las personas consumidoras de drogas, merecen respeto y ser tratadas con dignidad.
5. Es importante identificar aquellos comportamientos en los jóvenes que reflejen una situación de consumo de drogas y canalizarlos a instituciones o grupos especializados.

## Para saber más consulta:

---

**Unidades de Atención  
y Prevención de la  
Violencia Familiar en el DF**

[http://www.df.gob.mx/wb/gdf/  
red\\_de\\_unidades\\_de\\_atencion\\_y\\_  
prevencion\\_de\\_la\\_vio](http://www.df.gob.mx/wb/gdf/red_de_unidades_de_atencion_y_prevencion_de_la_vio)

**Centros de Integración Juvenil**

[www.cij.gob.mx](http://www.cij.gob.mx)  
52 12 12 12

**Consejo Nacional  
Contra las Adicciones**

[www.conadic.salud.gob.mx/](http://www.conadic.salud.gob.mx/)



*Este capítulo inicia cuando Mariana sale de la farmacia de comprar una prueba de embarazo, se encuentra con Katia que viene del Ministerio Público del careo por la denuncia por abuso sexual al maestro Carlos. Katia le dice a Mariana que ojalá no esté embarazada, que tener un hijo no es una decisión fácil, aunque también hay opciones como la interrupción legal del embarazo (ILE) que ya está funcionando en la ciudad de México. Víctor llega por Katia para acompañarla a su sesión de apoyo al Centro de Integración Juvenil y le sugiere a Mariana que se informe de la anticoncepción de emergencia.*

*Mariana llama a Afluentes y le explican qué es la anticoncepción de emergencia y la importancia de que tome una decisión informada y si decide interrumpir el embarazo, puede acudir a los Módulos de Atención Ciudadana de cualquier Hospital del Gobierno del Distrito Federal.*

*Ella habla con Sergio y le cuenta lo sucedido, él le reclama que no se cuidó. Está confundido, en un momento hasta se ilusiona con el hijo, pero rápidamente se da cuenta que Mariana no quiere tenerlo y es lo mejor. Ella habla con su mamá quien se angustia y la cuestiona por no tomar medidas, si ya en la escuela le habían explicado el uso del condón; le preocupa la idea de que su hija sea madre tan joven. Sergio le dice a la mamá de Mariana que no se va desentender del problema.*

*Mariana con el apoyo de su mamá decide acudir al hospital para solicitar orientación de la ILE. La trabajadora social le explica las opciones que existen y le dice que en caso de que opte por ella, regrese de nuevo al Hospital. Mariana decide interrumpir su embarazo y va acompañada de su mamá.*

*Mónica llega la café Internet a buscar a Celia y le dice que lo ha pensado mejor y se ha dado cuenta que también ella está enamorada, ambas lo festejan y se toman de la mano. La historia finaliza cuando se inaugura la cancha remodelada con el lema “Este espacio es nuestro”, todos felices aplauden y saben que muchos jóvenes podrán disfrutar de este lugar.*

## Objetivo

---

- Comprender las implicaciones del embarazo en la adolescencia y la importancia de contar con servicios de salud seguros y accesibles para la interrupción legal del embarazo (ILE) en la ciudad de México.

## Temas que se abordan en esta historia

---

- Embarazo adolescente
- Anticoncepción de emergencia
- Interrupción legal del embarazo
- Rescate de espacios públicos

## Sugerencias de actividad de aprendizaje

---

*El facilitador(a) pedirá al grupo que se divida en equipos y cada uno trabajará los siguientes temas:*

1. ¿Qué sugieren ustedes que deba hacerse para que otras parejas como Mariana y Sergio platicuen sobre cómo protegerse de un embarazo y de una infección de transmisión sexual?
2. ¿Por qué es importante buscar orientación lo más rápido posible si se tuvieron relaciones sexuales sin protección?
3. ¿Cuáles serían las consecuencias de un embarazo no planeado en jóvenes como ustedes? ¿Habría diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a las vivencias y consecuencias?
4. ¿Cómo prepararse o qué debe hacerse para evitar situaciones como un embarazo no planeado?
5. ¿Qué beneficios consideran que brinda una ley como la ILE? ¿Qué pasaba antes de que se aprobara esta ley?
6. ¿Por qué es importante conocer los derechos acerca de tener o no tener hijos? ¿Podrían mencionar algunos?

*Una vez que cada equipo haya presentado al grupo los resultados de su discusión, el facilitador(a) coordinará la elaboración de tres o cuatro conclusiones. Para complementar los resultados el facilitador(a) podrá apoyarse en los elementos de análisis que se presentan.*

## **Segunda opción didáctica**

---

Otra actividad posible es pedir a los participantes que hagan un ejercicio de reflexión en el que imaginen cómo o en qué cambiarían sus vidas si en este momento se convirtieran en padres y madres.

## **Elementos para el análisis de los temas**

---

- \* La decisión de cuándo iniciar relaciones sexuales es algo muy personal y respetable. Nunca debe ser una imposición sino un acto libre, responsable, informado. Hay que hablar con la pareja y acordar cómo protegerse de un embarazo y de una infección de transmisión sexual. En este caso, habían hablado de tener relaciones, pero no de cómo protegerse.
- \* El embarazo en la adolescencia por lo regular se da en condiciones adversas porque difícilmente se tiene la madurez para ser madre antes de los 20 años, lo que lleva a modificar o truncar proyectos de vida: dejar la escuela, buscar trabajo en condiciones cada vez más difíciles, uniones forzadas o que la pareja viva bajo la protección familiar. Esta situación llega a menoscabar la dinámica de pareja y la relación con su hijo y muchas veces a afectar su porvenir.
- \* Si se sospecha de un embarazo, es preciso buscar orientación y apoyo lo más pronto posible, la anticoncepción de emergencia es una alternativa. La orientación que le dieron a Mariana le aclaró que este método es efectivo si se toma en las primeras 120 horas después de la relación sexual no protegida, si ya estuviera embarazada no funciona porque no es abortivo. Se llama de emergencia porque no debe usarse como método regular.
- \* La orientación que Mariana recibe en el Módulo de Atención Ciudadana del Hospital del Gobierno del Distrito Federal, le permitió tomar una decisión informada a partir de tres opciones: tener a su hijo y asumir la responsabilidad, darlo en adopción o interrumpir legalmente el embarazo.

La decisión de interrumpir el embarazo es difícil para cualquier mujer, por ello es necesario meditarla con profundidad y obtener la mayor información posible.

\* En las distintas entidades del país la ley permite la ILE dependiendo de causas y situaciones específicas. Por violación toda mujer tiene derecho a abortar en todo el país. El Distrito Federal es el único territorio de la República Mexicana donde se accede a la ILE ante la sola decisión de la mujer, misma que debe ser libre, autorizada con consentimiento informado y realizarse antes de las 12 semanas de gestación. Puede realizarse de manera segura y gratuita en los Hospitales del Gobierno del Distrito Federal y también pueden ofrecerlo con seguridad en las clínicas privadas autorizadas. Si la mujer es menor de edad debe ir acompañada de su mamá, papá o tutor quien dará su consentimiento.

Una vez que la mujer se practique la ILE es necesario asistir a la cita de seguimiento para confirmar su estado de salud y recibir la orientación del método anticonceptivo más adecuado para evitar otro embarazo no deseado. Es importante tener presente que la mejor opción es invariablemente prevenir.

\* El derecho a elegir voluntaria y libremente la maternidad, es decir, tener el número de hijos que se desea, en el momento que se desea, o no tenerlos, así como recibir información al respecto para tomar la mejor decisión, son derechos constitucionales que nos protegen y la interrupción del embarazo antes de las 12 semanas de gestación se fundamenta en el Código Penal y la Ley de Salud para el Distrito Federal.

\* Un análisis más detallado del embarazo implica un enfoque de género, es decir, establecer las diferencias por sexo. La primera reacción de Sergio, por ejemplo, cuando le reclama a Mariana que por qué no se cuidó, muestra cómo todavía existe la creencia de que la responsabilidad del embarazo recae en la mujer, olvidando que un hijo es responsabilidad de la pareja. Otra importante diferencia es que siendo el cuerpo de la mujer donde se desarrolla el embarazo, es ella y no el hombre quien está expuesta a problemas de salud.

## Conclusiones

---

1. Las y los adolescentes tienen derecho a recibir una educación sexual científica, laica e integral y tomar medidas para el cuidado de la salud sexual.
2. Toda mujer tiene derecho a elegir de manera libre, responsable e informada sobre los hijos que desea tener.
3. Acceder a la interrupción legal del embarazo en el Distrito Federal es un ejercicio de libertad de conciencia y una opción para las mujeres sin importar su edad, situación económica o creencia religiosa.

## Para saber más consulta:

---

**Secretaría de Salud del DF**

57 40 80 17  
51 32 09 00 ext. 1575

**Instituto de las Mujeres de la Ciudad de México**

[http://www.inmujeres.df.gob.mx/int\\_embarazo/que\\_hacer/index.html](http://www.inmujeres.df.gob.mx/int_embarazo/que_hacer/index.html)

**Grupo de Información en Reproducción Elegida**

[www.gire.org.mx](http://www.gire.org.mx)

**Fundación Mexicana para la Planeación Familiar**

<http://www.mexfam.org.mx>

**Católicas por el Derecho a Decidir**

<http://www.catolicasporelderechoadecidir.org>

**Ipas México**

<http://ipas.org/Spanish/Countries/Mexico.aspx>



Guía educativa: María Isabel Argentina Morgan Mallo  
Giotto 58, Mixcoac, Delegación Benito Juárez, C.P. 03910  
México, D.F.

México, julio 2009.

**La Vida es Corta** es una historia en la que se entrelazan las vidas de Mariana y Sergio, novios y estudiantes de una escuela secundaria de la ciudad de México. Celia y Mónica son dos de sus amigas que inician una relación amorosa y Katia, la mayor del grupo, logra recuperarse del consumo de drogas con el apoyo de Víctor, entrenador de fútbol, amigo y consejero.

Este video educativo, se compone de tres capítulos de 18 minutos cada uno, que invita a reflexionar sobre la complejidad de la vida de los jóvenes de la ciudad sus ilusiones, deseos, retos, conflictos de orientación sexual y de pareja, primeros encuentros sexuales, abuso sexual, pornografía, consumo de drogas e interrupción legal del embarazo (ILE). Es una historia actual que trata de reflejar lo que piensan y quieren los jóvenes de hoy.

Idioma: español  
Subtítulos: inglés  
Duración: 54 minutos  
País: México  
Color  
Formato: NTSC

ISBN: 978-607-95310-3



**Dirección:**

Leopoldo Best Guzmán

**Fotografía:**

Jorge Suárez

**Sonido:**

Luis Schoeder

**Productora Ejecutiva:**

Gabriela Rodríguez

**Música:**

Liquits

Cortesía: Surco-Universal



Se agradece la ayuda financiera de The John D. and Catherine T. MacArthur Foundation



SEMUJERES | GPEA

Guía educativa: María Isabel Argentina Morgan Mallol  
Giotto 58, Mixcoac, Delegación Benito Juárez, C.P. 03910  
México, D.F.

México, julio 2009.