

FACTS ABOUT TEENAGE PREGNANCIES



REALIDADES DE LOS EMBARAZOS EN LAS ADOLESCENTES

*Written by Dr. Steve Moreno
School Psychologist*

THE PROBLEMS OF TEENAGE PREGNANCIES

Pregnancy remains the leading cause of dropping out of school among female students. When females drop out of high school they are increasing their chance of living in poverty for the rest of their lives.

Teenage mothers have greater health risks than other mothers. Pregnancy and child delivery are serious health hazards for physically immature adolescents.

The children of teen mothers are 3 times as likely to die within the first year. Low birth weight and other health risks are twice as high, and the children have a much higher chance of having other physical problems. Pregnancy related problems make it very difficult for young mothers to complete their high school education.



Those unwed teenagers who keep their babies tend to have less self-respect, and be very meek. They are less interested in the neighborhood and community, and are more socially withdrawn.



"YOU CAN AVOID PROBLEMS FOR YOURSELF BY NOT GETTING PREGNANT IN HIGH SCHOOL"

PROBLEMAS QUE ACARREAN LOS EMBARAZOS EN LAS ADOLESCENTES

El embarazo sigue siendo la causa principal por la que las jovencitas dejan la escuela preparatoria; y aquéllas que lo hacen están aumentando las probabilidades de vivir en la pobreza el resto de sus vidas.

Las madres adolescentes corren mayores riesgos de salud que otras madres.

El embarazo y el parto presentan graves peligros de salud para las adolescentes que no han madurado físicamente. Sus criaturas corren tres veces más el riesgo de morir durante el primer año de vida. También corren dos veces más el riesgo de pesar menos de lo normal, o de sufrir otros riesgos de salud, o de presentar problemas físicos. Asimismo, los problemas derivados de la maternidad impiden que las adolescentes terminen sus estudios.

Por otra parte, las madres solteras que se quedan con sus hijos tienden a tenerse menos respeto y a ser muy sumisas.

Se interesan menos por lo que pasa en el vecindario o en la comunidad, y son más introvertidas.



"ENVITATE MUCHOS PROBLEMAS NO EMBARAZANDOTE EN LA ESCUELA PREPARATORIA."

Copyright, © Moreno Educ. Co. 2000,
No Reproductions Allowed

**LEARN TO BE YOUR OWN BEST FRIEND
BY DEVELOPING YOUR SELF-ESTEEM**

**SELF-ESTEEM IS HOW YOU FEEL ABOUT
YOURSELF.**

When you have high self-esteem, you:

1. Believe in yourself. (Self-confidence)
2. Accept yourself, your strengths and your weaknesses.
3. Respect yourself and others.
4. Like yourself and others.
5. Trust yourself.
6. Make your own decisions-because you know what's right for you.

**GIVE YOUR SELF-ESTEEM A
BOOST! EXAMINE YOUR VALUES.
LEARN WHAT IS IMPORTANT TO
YOU.** Values that are important to you may be self-respect, honesty, your family, your future, etc. The values you believe in, and act on, can make a big difference in your life.

MAKE TIME FOR YOURSELF.

Every day, spend some time reflecting on your thoughts and feelings. Pursue activities you can enjoy by yourself (painting, reading, writing, playing or listening to music, the radio, etc.).

TAKE PRIDE IN YOURSELF.

Praise yourself for your accomplishments, big or small. Develop your abilities to their fullest-and take pride in them.

**"BUILDING YOUR SELF ESTEEM WILL
HELP YOU GAIN CONFIDENCE IN
YOURSELF AND HELP YOU AVOID
BECOMING PREGNANT IN HIGH SCHOOL"**

**APRENDE A SER TU MEJOR AMIGA Y
TEN AMOR PROPIO**

**EL AMOR PROPIO DETERMINA COMO TE
SIENTES CONTIGO MISMA Y TE AYUDA A:**

1. Creer en ti misma, a tener seguridad.
2. Aceptarte a ti misma, con tus capacidades y deficiencias.
3. Respetarte a ti misma y a los demás.
4. Quererte a ti misma y a los demás.
5. Confiar en ti misma.
6. Tomar tus propias decisiones porque sabes qué es lo mejor para ti.

ESTIMULA TU AUTOESTIMA.

Examina tus valores y conoce que es lo más importante para ti. Por ejemplo: el respeto por ti misma, la honradez, la familia, el futuro, etc. Los valores en que crees y por los que te guías pueden determinar tu futuro.

APARTA TIEMPO PARA TI MISMA.

Dedica unos minutos a diario para reflexionar en tus sentimientos e ideas. Disfruta actividades a solas: pintar, leer, escribir, tocar un instrumento, escuchar música, radio, etc.

ENORGULLÉCETE DE TI MISMA.

Elogia tus logros, por pequeños o grandes que sean. Desarrolla al máximo tus habilidades y enorgullécete de ellas.

**"ESTIMULAR TU AUTOESTIMA TE
AYUDARA A TENER MAYOR SEGURIDAD
EN TI MISMA Y A EVITAR UN EMBARAZO
EN LA PREPARATORIA."**

