

Embarazo no deseado

En Colombia, el embarazo no deseado sigue siendo una realidad que afecta a miles de personas cada año, especialmente a adolescentes y mujeres jóvenes. Esto ocurre incluso cuando existe mayor acceso a información sobre sexualidad y métodos anticonceptivos. Hablar del tema sin juicios y con datos claros es clave para proteger la salud sexual y reproductiva y tomar decisiones informadas.

¿Qué es un embarazo no deseado?

Un **embarazo no deseado** es aquel que ocurre sin haber sido planeado o en un momento de la vida en el que la persona no desea o no puede asumir una gestación. Puede afectar proyectos personales como los estudios, el trabajo, la estabilidad emocional o económica, y generar impactos importantes en la salud física y mental. En Colombia, el embarazo adolescente continúa siendo un desafío de salud pública, con consecuencias que van más allá del ámbito médico.

Impacto de un embarazo no deseado

Un embarazo no planificado **puede generar distintas consecuencias**, especialmente cuando no hay redes de apoyo:

- **Físicas:** Mayor riesgo de complicaciones en embarazos a edades tempranas.
- **Emocionales:** Ansiedad, miedo, tristeza, culpa o depresión.
- **Educativas y sociales:** Deserción escolar, limitación de oportunidades laborales y estigmatización.
- **Económicas:** Dificultades para sostener los gastos relacionados con la maternidad o crianza.

¿Por qué ocurre el embarazo no deseado?

Aunque existe información disponible, hay múltiples factores que influyen:

- Relaciones sexuales sin uso de métodos **anticonceptivos**.
- Uso incorrecto o intermitente de anticonceptivos.
- Creencias falsas (como pensar que no pasa nada la primera vez).
- Dificultades para acceder a servicios de salud sexual.
- Vergüenza o miedo para comprar o solicitar anticonceptivos.
- Violencia sexual o relaciones no consentidas.
- Falta de educación sexual integral, etc.

¿Qué hacer ante un embarazo no deseado?

Si estás atravesando esta situación, lo más importante es **no enfrentarla sola**.

- **Busca apoyo** en alguien de confianza.
- Acude a servicios de salud para **recibir información** clara y sin juicios.
- Infórmate sobre tus derechos y opciones legales en Colombia.

Tomar decisiones con información y acompañamiento reduce riesgos y protege tu bienestar. Cada persona tiene derecho a decidir según su situación, valores y proyecto de vida. Las opciones son:

- Continuar el embarazo y ejercer la maternidad.
- Dar el bebé en adopción, un proceso legal acompañado por el Estado.
- La Interrupción Voluntaria del Embarazo (IVE), un derecho en Colombia.

Prevención de un embarazo no planeado

La mejor forma de evitar un embarazo no deseado es el uso correcto y constante de métodos anticonceptivos en todas las relaciones sexuales con penetración.

Tener una buena educación sexual permite conocer los distintos métodos anticonceptivos, elegir el más adecuado según cada persona, saber qué hacer ante un fallo anticonceptivo y/o prevenir **infecciones de transmisión sexual** (ITS).

Métodos anticonceptivos disponibles

- **Métodos de barrera:** Como el **condón** masculino o femenino que previenen embarazos protegen contra ITS y deben usarse desde el inicio de la relación sexual.
- **Métodos hormonales:** Pastillas, implante, inyección y/o el **DIU** hormonal. Son muy eficaces para prevenir embarazos, pero no protegen contra ITS.
- **Métodos definitivos:** **Vasectomía** y ligadura de trompas. Indicados para personas que no desean hijos en el futuro o no quieren tenerlos.
- **Anticoncepción de emergencia:** La pastilla del día después o el DIU. Solo debe usarse en situaciones excepcionales y no reemplaza un método regular.

Preguntas frecuentes sobre un embarazo no deseado

¿Cómo puedo saber si estoy embarazada?

Para tener una confirmación segura, es recomendable realizar una prueba de embarazo, ya sea en orina o en sangre, la cual puedes hacer en cualquiera de las **clínicas IVE** que anunciamos en nuestra web.

¿Cómo afecta emocionalmente un embarazo no deseado?

Un **embarazo no deseado** puede generar una variedad de emociones, como miedo, ansiedad, confusión, tristeza o incluso alivio. Estas reacciones son normales y pueden cambiar con el tiempo. Contar con apoyo emocional, ya sea de personas cercanas o de profesionales de la salud, puede ser clave para procesar lo que se siente y tomar decisiones informadas con mayor tranquilidad.

¿Qué métodos existen para interrumpir un embarazo?

- **Método con medicamentos:** Consiste en el uso de fármacos indicados y supervisados por personal de salud, para finalizar un embarazo de forma segura en las primeras semanas de embarazo.
- **Método instrumental o quirúrgico:** Es un procedimiento legal y seguro cuando se realiza en centros de aborto autorizados y con personal capacitado. Consiste en una intervención médica de corta duración, indicada según la edad gestacional y las condiciones de salud de la persona.

Autor y colaboradores



Eva Sánchez
Autor

Asesora en educación sexual y salud integral de la mujer, comunicadora social y periodista con más de 10 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 5 Marzo 2026 Actualización: 10 Marzo 2026



Delia Sánchez
Colaborador

Comunicadora social y periodista con más de 15 años de experiencia en periodismo y webs médicas especializadas. Una de mis especialidades es escribir contenido médico de alto valor para nuestros lectores.

Creación: 5 Marzo 2026 Actualización: 10 Marzo 2026