
Estoy embarazada, ¿qué puedo hacer?

Algunas chicas se enfrentan a un embarazo no planificado como consecuencia de un mal uso de los [métodos contraceptivos](#), por un error, o por tratarse de una relación no prevista y no usar un método de contracepción a tiempo.

¿Cómo sé que estoy embarazada? ¿Qué hago si el test es positivo? ¿Dónde puedo pedir ayuda o consejo? ¿Qué dice la ley?

[Infórmate en nuestro artículo completo.](#) Un resumen en nuestra infografía (pincha en la imagen para verla mejor).

Te aconsejamos que siempre busques apoyo familiar e información de un profesional. Es importante que no sea un asunto que guardes para ti sola.

ESTOY EMBARAZADA, ¿QUÉ PUEDO HACER?



Como se que estoy embarazada

Si tienes un retraso en la regla de 7 ó 10 días, debes hacer un test de embarazo

¿Qué hago si el test es positivo?

Manten la calma y habla con tu pareja. Busca apoyo en personas de tu confianza (tus padres, tus amigas, tus hermanos), no te lo guardes para tí sola.



¿Donde puedo pedir ayuda o consejo?

En tu centro de salud, los profesionales sanitarios (medico de familia, pediatra, enfermera) están para apoyarte y abordar la situacion con tu familia.

Marco legal de la Interrupcion voluntaria del embarazo

El aborto en España es legal pero las menores de 18 años necesitan el consentimiento de sus representantes legales para poder hacerlo



¿Cuando se puede interrumpir legalmente un embarazo?

Hasta las 14 semanas de embarazo, todas las mujeres mayores de 18 años pueden elegir interrumpir voluntariamente su embarazo (las menores con consentimiento paterno), sea cual sea la causa.

Informacion

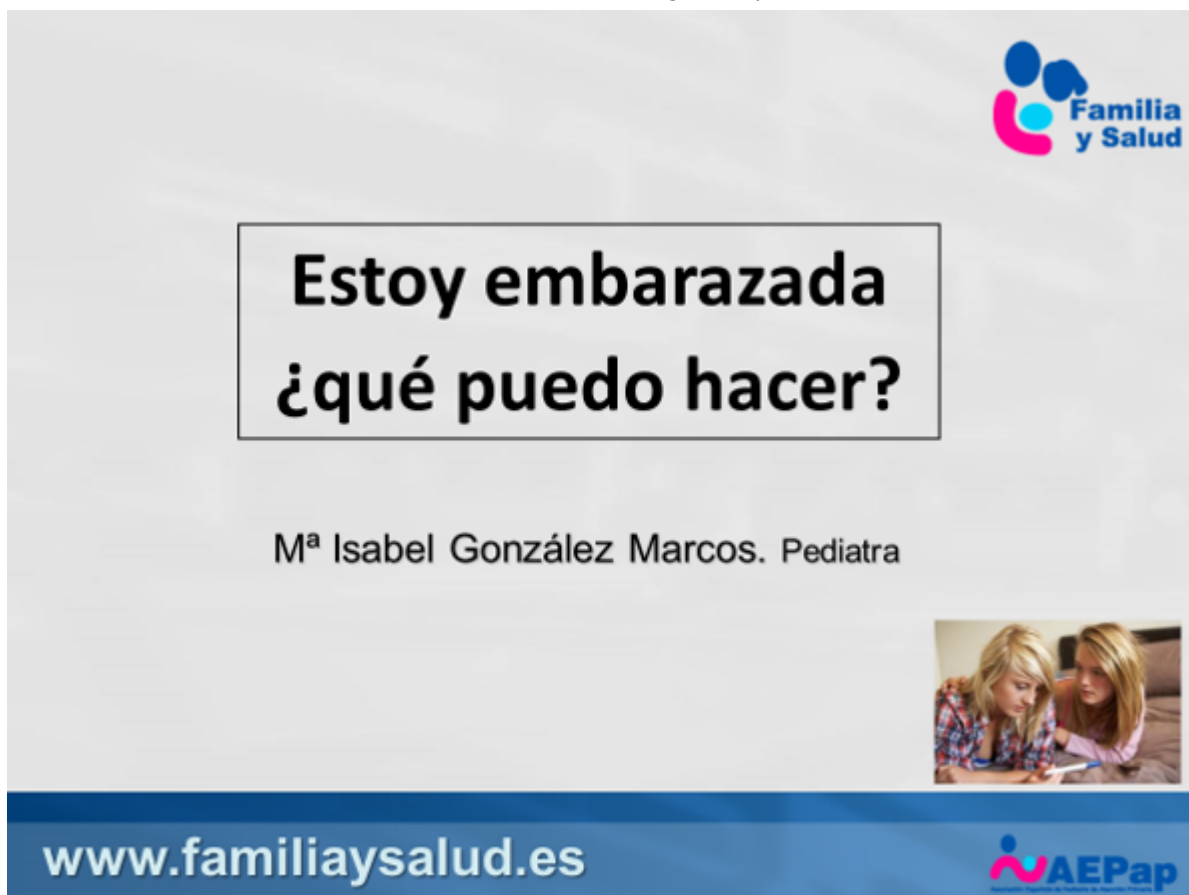
- La mujer debe estar informada de sus derechos las prestaciones y las ayudas públicas de apoyo a la maternidad.
- Que haya transcurrido un plazo, como mínimo de tres días, desde la información a la realización de la intervención.



Teléfonos de interés:

- **Línea Sex Joven:** Ámbito Estatal ([Federación de Planificación Familiar de España](#)): 608 10 23 13. Sábados y Domingos de 10.00-22.00 h. Coste de llamada a móvil.
- [Sex-Inform](#) (*Fundación Sexpol*): Consultorio online gratuito sobre sexualidad y temas afines.
- Web centro joven : <http://centrojuven.org/index.php?ir=info14>

Descárgate la presentación con los PUNTOS CLAVE:



Fecha de publicación: 25-11-2011

Última fecha de actualización: 21-06-2018

Autor/es:

- [Mª Isabel González Marcos](#). Pediatra. Centro de Salud "Cerro del Aire". Majadahonda (Madrid)

