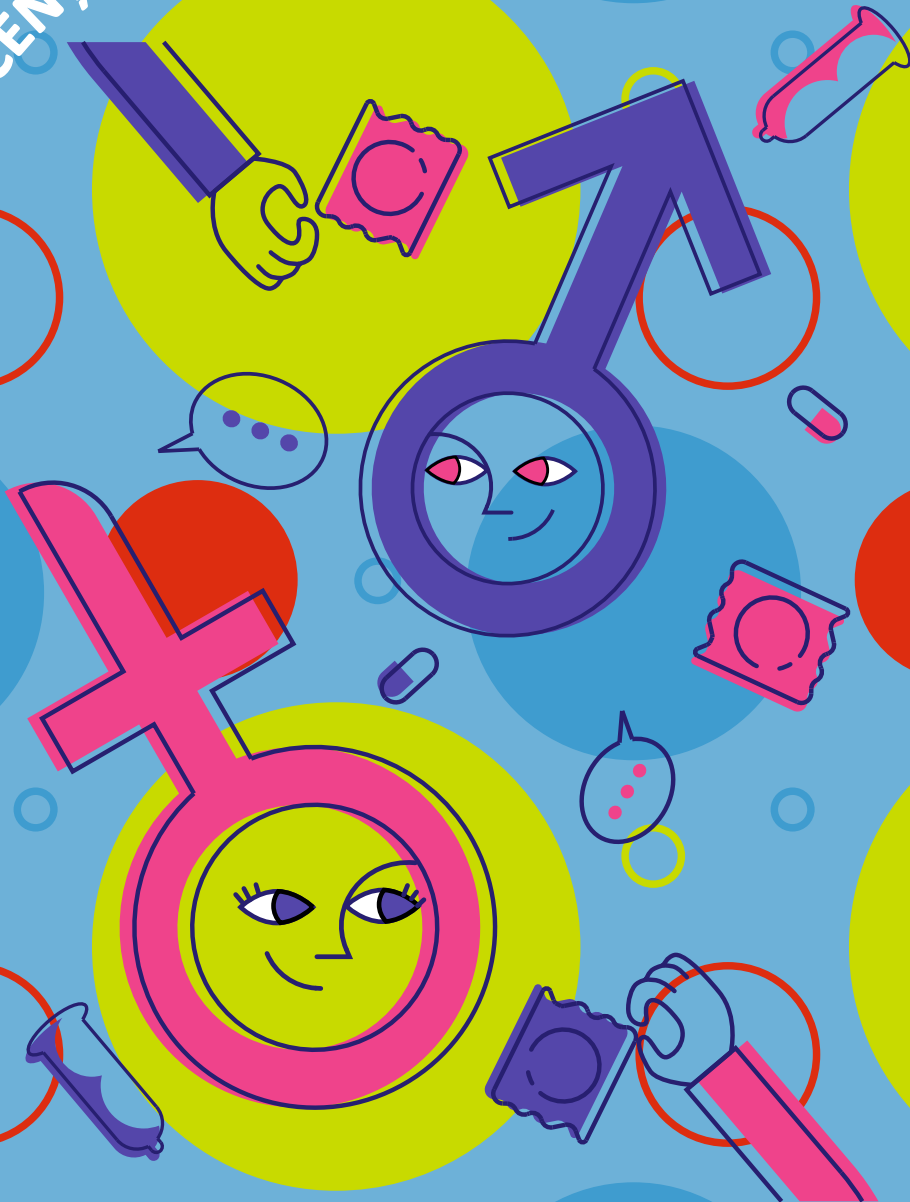




# SEXUALITATEA ȘI SARCINA ÎN ADOLESCENȚĂ, ÎNTRE MIT ȘI REALITATE





Adolescenții se maturizează sexual la pubertate, când devin capabili să provoace o sarcină (băieții) sau să rămână însărcinate (fetele). Acest proces este asociat cu maturizarea continuă a creierului și dezvoltarea psiho-sexuală.

Este absolut firesc ca adolescenții să-și pună multe întrebări referitoare la aceste schimbări foarte intense din propriul corp și propria personalitate, să-și exploreze propria sexualitate, să încerce multe lucruri pentru prima oară. Cel mai important este să o facă într-un mod sigur.

Sarcina în adolescență, atât dorită cât și nedorită, constituie unul dintre cele mai mari riscuri pentru viața și sănătatea tinerei mămici, cât și a copilășului ei. Cu cât vârsta tinerei mămici este mai mică, cu atât aceste riscuri sunt mai mari.



ȘTIAȚI CĂ O FATĂ SAU UN BĂIAT AR PUTEA DEJA DEVENI PĂRINȚI LA O VÂRSTĂ CÂND NU TOATE PROCESUL DE DEZVOLTARE DIN ORGANISMUL LOR SUNT TERMINATE? O FATĂ, DE OBICEI, DUPĂ CE SURVINE PRIMA MENSTRUATIE, UNEORI CHIAR ȘI CU CEVA TIMP ÎNAINTE... (ÎN MEDIE LA 12-13 ANI), IAR UN BĂIAT - LA VÂRSTA CÂND APAR PRIMELE ERECȚII SPONTANE ȘI VISE UMEDE (ÎN MEDIE LA 13-14 ANI)!

!!! Anual  
în Republica Moldova  
devin mame în jur de

50

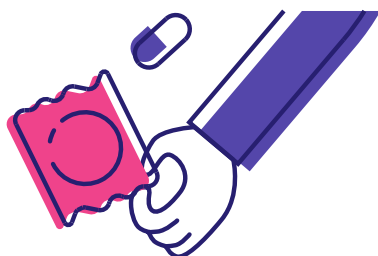


de adolescente  
cu vârsta de până la



15 ani

Este important ca fiecare fată sau băiat să aleagă conștient în ce mod trece prin maturizarea sexuală – într-un mod sigur sau în unul riscant!



# Cum ar putea adolescenții să se bucure în siguranță de maturizarea sexuală?

- Cred că dragostea este o parte firească și importantă a vieții omului ce se bazează pe relații armonioase. Pentru aceasta, învață să oferi și să ceară grijă, afectivitate și să comunice asertiv și fără violență cu apropiații.
- Decid să începă relațiile sexuale doar atunci când sunt pregătiți moral, psihologic și fizic să o facă (vezi boxa). Nu o vor face doar pentru că altcineva își dorește acest lucru. Cunosc că vârsta legală a acordului pentru sex în Republica Moldova este de 16 ani!
- Cunosc că sărutul, mângâierile și atingerea sau stimularea organelor genitale nu prezintă riscul unei sarcini nedorite sau infectării cu o infecție sexual transmisibilă.
- Înțeleg că în relațiile de dragoste sănătoase, partenerii se simt în siguranță, își respectă părerile, trăirile, discută și iau decizii împreună, inclusiv despre prevenirea sarcinii, și nu fac nimic împotriva voinței celuilalt.
- Cunosc care sunt formele abuzului sexual, cum poate fi prevenit, a cui este responsabilitatea și ce se poate face dacă s-a întâmplat (vezi boxa).
- O fată sau un băiat adolescent, ca să prevină o sarcină nedorită, poate alege să se abțină sau să amâne începutul contactelor sexuale până se simte real pregătit/ă pentru aceasta sau poate să utilizeze metode de contracepție moderne.
- Când vor decide să aibă un contact sexual, vor folosi întotdeauna un prezervativ de la începutul și până la sfârșitul contactului și/sau alte metode moderne de protecție cât timp nu vor dori să devină părinți.



- Cunoșc că orice contact sexual fără prezervativ sau alte forme de contracepție aduce riscul unei sarcini nedorite sau al unei infecții sexual transmisibile, inclusiv HIV. Dacă sunt luate măsuri imediate după actul sexual neprotejat (în termen de 72 de ore), o posibilă sarcină sau infecția cu HIV pot fi prevenite. Majoritatea infecțiilor cu transmitere sexuală pot fi tratate cu medicamente simple. Cu cât mai devreme se adresează la medic, cu atât mai rapid și ușor se tratează!

- Cunoșc că orice metodă de contracepție modernă este mai bună decât un avort și adolescenții care au relații sexuale pot alege orice metodă de contracepție modernă, preferând metodele prioritare, cum ar fi prezervativul, metoda dublă (prezervativul în comun cu alte metode – pastile, plasture etc.), contracepția de urgență (luată în intervalul de 72 ore după contactul neprotejat), contracepția cu efect îndelungat reversibil (sterilet, injecții contraceptive etc.).

- Informațiile despre metodele de contracepție le obțin sau le verifică din surse de încredere.

- Dacă a survenit o sarcină, dorită sau nu, se adresează cât mai curând posibil la un medic (poate fi de la un Centru de Sănătate Prietenos Tinerilor/ Youth Clinic sau chiar și medicul de familie) pentru a decide în siguranță soluția cea mai potrivită pentru această sarcină. Uneori în luarea acestor decizii este necesară implicarea părinților sau a altor adulți responsabili.

- Dacă o adolescentă însărcinată a decis să păstreze sarcina, ea va urma toate sfaturile medicului pe parcursul sarcinii și după naștere ca să diminueze riscurile pentru viața și sănătatea sa și a copilășului său.

- Mamele adolescente (la fel ca și toate mămicile) urmăresc să alăpteze copilășul un timp cât mai îndelungat (de la 1 până la 2 ani în medie) și știu că alăptatul le poate proteja de o altă sarcină numai în primele 6 luni după naștere și doar dacă intervalul între alăptări este de până la 3 ore, iar menstruațiile nu au reapărut. În toate celelalte cazuri sunt necesare metode suplimentare de prevenire a sarcinii nedorite.

- Merg la un Centru de Sănătate Prietenos Tinerilor/ Youth Clinic pentru a se informa mai mult despre propriul organism și dezvoltarea în adolescență, sexualitate, prevenirea sarcinii, asistență în cazul sarcinii, al infecțiilor și altor probleme, precum și pentru obținerea prezervativelor și a altor contraceptive.



# ATENȚIE!

## Informații importante despre abuzul sexual, care pot spori siguranța fetelor și băieților:

- **Și fetele, și băieții pot suferi din cauza abuzului sexual**, totuși riscul este mai mare la fete. În 9 din 10 cazuri abuzatorul este o persoană cunoscută, poate fi și un adult, chiar și o rudă.
- Uneori abuzul sexual nu este unul vădit, adică un contact sexual propriu-zis în mod forțat, dar poate fi mai voalat, cum ar fi: expunerea la atingeri, mângâierile corpului, ale zonelor intime, săruturile sau impunerea să-l atingă pe celălalt în zonele intime atunci când unul dintre parteneri nu se simte pregătit, nu o dorește. Expunerea unei persoane nepregătite, fără dorința ei clară, la imagini cu caracter pornografic, la scenele contactelor sexuale în viața reală sunt, de asemenea, forme de abuz sexual.
- Dacă o fată sau un băiat în comunicarea/relația cu altă persoană se simte extrem de jenat/ă, speriat/ă, simte frică, vinovăție, sau un disconfort foarte mare și simte că face ceea ce nu și-ar dori cu corpul său, sau invers - nu poate face ceea ce și-ar dori (de exemplu, să părăsească locul), ar putea fi vorba de un abuz. În acest caz fata/băiatul e bine să aibă încredere în ceea ce simte și să ceară ajutor de la un adult care îl cunoaște bine și cu care se simte în siguranță sau la un Centru de Sănătate Prietenos Tinerilor/ Youth Clinic.
- Tot o formă de abuz este și dacă într-o relație un partener insistă să aibă contacte sexuale, când celălalt nu se simte încă pregătit și-l amenință că își găsește un alt partener dacă nu este de acord („dacă nu vrei, înseamnă că nu mă iubești și am să-mi găsesc altul/alta”); dacă un partener insistă ca relația, întâlnirile să fie în secret și îl amenință pe celălalt să nu spună nimănui; dacă un partener nu dorește să se protejeze de sarcină și infecții când celălalt dorește aceasta și i-o cere; plasarea în mediul on-line public a pozelor intime ale partenerului/rei fără acordul acestuia/eia; și dacă partenerul îi cere fetei dovezi că ea este virgină.

- Nici o persoană NU se poate asigura în totalitate că nu va nimeri într-o situație/relație de abuz, indiferent ce măsuri de protecție ar lua!  
Și **ÎNTOTDEAUNA** toată **vina** și responsabilitatea **este doar a abuzatorului**, indiferent ce a spus, ce haine a purtat, cum s-a comportat persoana agresată! **Persoana abuzată NU ESTE VINOVATĂ!!!**

- Pentru a reduce riscurile legate de abuz, fetele și băieții trebuie să recunoască clar formele de abuz enumerate mai sus și să fie siguri că **au dreptul să spună NU** și să nu accepte ca cineva să-i trateze în mod abuziv.

- Este normal să spună posibilului abuzator, în orice etapă a comunicării:

**„NU sunt pregătit/ă să merg mai departe, nu vreau să mă atingi aici, să te ating, să fiu aici”**. Dacă celălalt nu dorește să audă și să se oprească, trebuie să părăsească cât mai curând posibil locul, să fugă și să ceară ajutor.

- Evitarea companiei oamenilor cu care nu se simt în siguranță sau a prezenței în locuri riscante (unde se face abuz de alcool, zone criminogene, de conflicte militare etc.) scad riscul de a fi supus sexului forțat și poate proteja în mare măsură tânărul/tânăra. Însă evitarea unor astfel de situații nu înlătură complet riscul de abuz, din păcate.

- Dacă totuși s-a întâmplat un viol, **este important să ceară ajutor medical** cât mai curând, dacă este posibil chiar **în primele 72 de ore**, când este mai ușor de luat măsuri de prevenire a unei sarcini nedorite, a infecției cu HIV și a altor infecții. Cu cât se apelează mai rapid pentru ajutor, cu atât mai puține consecințe poate lăsa abuzul asupra vieții și sănătății ulterioare!

Toate Centrele de Sănătate Prietenoase Tinerilor/ Youth Clinic au toate cele necesare pentru a acorda astfel de ajutor. Apelează la Centrul cel mai apropiat sau, dacă nu știi cum să procedezi, sună la 112 sau la YK Support Line 080080022.



# Ce i-ar face pe adolescenți să sufere în calea spre maturizarea sexuală?

- ✓ Nu a avut adulți apropiați (părinți, profesori, specialiști) care să le vorbească la începutul pubertății (9-12 ani), fără sperietori, despre schimbările din corp care vor urma, cum se dezvoltă firesc sexualitatea umană și cum pot evita diferite riscuri.
- ✓ Îi lasă pe alții să decidă despre corpul său, viața lor.
- ✓ Nu cunosc că contactul sexual cu o persoană mai mică de 16 ani, sau consimțământul pentru sex obținut prin manipulare/înșelăciune, poate fi pedepsit de lege.
- ✓ Cred că, chiar dacă au relații sexuale și nu folosesc contraceptive moderne, sarcina nu li se va întâmpla anume lor ci altora.
- ✓ Cred miturilor care nu au nimic cu realitatea:



- **„O fată virgină nu poate rămâne însărcinată la primul contact sexual”** – în realitate poate rămâne însărcinată la fel de des ca și fetele cu experiență sexuală.
- **„Sarcina survine numai când fata are orgasm”** – survenirea sarcinii nu depinde dacă este sau nu orgasmul.
- **„Masturbarea face rău sănătății adolescenților”** – masturbarea nu face rău sănătății adolescenților, ajută la cunoașterea propriilor reacții sexuale și este o alternativă bună relațiilor sexuale ocazionale.



- **„Dacă fata urinează după sex, se spală sperma și nu rămâne însărcinată”** – uretra și vaginul la femei sunt 2 canale diferite. Urina nu se elimină prin vagin ca să poată spăla sperma. Chiar dacă ar pătrunde în vagin, urina nu are efect contraceptiv.
- **„Nu rămân însărcinată dacă fac sex în picioare, sau într-o cadă cu apă (rece sau fierbinte), sau sar în sus după sex”** – spermatozoizii se mișcă foarte rapid în toate direcțiile, indiferent unde are loc sexul, în apă sau pe uscat, și pătrund în uter din orice poziție, chiar dacă o parte din conținutul lichid al spermei se elimină din vagin.
- **„Dacă fata face dușuri vaginale cu apă sau diferite alte soluții, nu rămâne însărcinată”** – spermatozoizii se mișcă extrem de rapid și în câteva minute după ejaculare sunt deja în uter și nu pot fi spălați de acolo cu niciun duș vaginal (care ar mai putea provoca și probleme de sănătate, distrugând microflora vaginului).
- **„Sarcina nu apare după sexul în timpul menstruației”** – se întâmplă destul de des ca sarcina să vină și după sexul în timpul menstruației.
- **„Adolescentele nu au voie să utilizeze contraceptive că nu vor putea fi mame apoi”** – contraceptivele hormonale nu provoacă infertilitate, chiar dimpotrivă, în unele cazuri se utilizează în schemele de tratament pentru infertilitate.
- **„Adolescentele nu trebuie să folosească pastile contraceptive, că au să se îngrășe după ele, le va crește mai mult păr pe corp”** – pastilele contraceptive contemporane corect alese pot chiar să ajute la slăbit, la tratamentul pilozității excesive.
- **„Contraceptivele provoacă cancer și nu trebuie utilizate”** – potențialul de protecție al pastilelor contraceptive față de cancerul de uter și ovare este cu mult mai mare decât riscul de a spori manifestarea mai rapidă a cancerului de glande mamare la femeile care au predispunere pentru acesta;

- **„Prezervativul reduce din plăcerea sexuală și nu trebuie folosit”** – prezervativul o ajută pe fată să se simtă mai în siguranță și respectiv să primească mai mare plăcere de la contact, iar băieții pentru care plăcerea partenerei contează, vor trăi și ei plăcerea din plin.
- **„Dacă o adolescentă a rămas însărcinată, unica ei soluție este să nască, nici într-un caz nu trebuie să facă avort”** – adolescentele, pe de o parte, la fel ca și femeile de alte vârste, au dreptul să aleagă: să păstreze sarcina sau să o întrerupă în mod sigur dacă permite termenul sarcinii. Pe de altă parte, date științifice au demonstrat clar că riscul adolescentelor de a muri la naștere este de 10-20 de ori mai mare (cu cât vârsta viitoarei mămici este mai mică, cu atât acest risc este mai mare) decât riscul de a deceda în urma unui avort efectuat în siguranță. De aceea, este necesar în fiecare caz de evaluat împreună cu medicul aceste riscuri și opinia adolescentei și de decis care poate fi soluția optimă;
- **„Fata care solicită partenerului să utilizeze prezervativ este ușuratică și a mai avut mulți parteneri până la el”** – solicită utilizarea prezervativului fata responsabilă, încrezută în sine;
- **„Cel mai bun pentru sănătate din metodele de prevenire a sarcinii este raportul sexual întrerupt” (sau „coitus interruptus”, când bărbatul ejaculează în afara organelor sexuale feminine)** – acesta poate provoca probleme de prostată la bărbați, disfuncții sexuale la femei și are rata de eșec cea mai mare din metodele de protecție.



Cred că protejarea de sarcină este numai responsabilitatea fetelor.



Dacă totuși a survenit o sarcină, ezită să se adreseze cât mai devreme pentru asistență medicală și o fac doar când sarcina nu mai poate fi ascunsă.

## Ce înseamnă să fii pregătit/ă pentru a începe relațiile sexuale?

Atunci când poți răspunde afirmativ la toate din următoarele întrebări:

Este această persoană potrivită, față de care ai sentimente adevărate?

Corespunde această decizie cu credințele tale morale?

Știi cum să te protejezi pe tine și pe partenera/ul ta/tău de o sarcină nedorită și o infecție cu transmitere sexuală și știi de unde poți obține cu ușurință prezervative și alte remedii contraceptive?



Este decizia ta, fără a fi impus/ă sau manipulat/ă?

Îți este corpul suficient de matur pentru a o face?

Și ultima: Ai atins vârsta de 16 ani, de la care, potrivit legii, este permis de a da acordul pentru relații sexuale (în caz contrar, partenerul adult care are relații sexuale cu un minor sub 16 ani, ar putea fi pedepsit de lege)?

# Reține!

Înainte de a lua o decizie cu privire la viața ta sexual-reproductivă (debutul vieții sexuale, cea mai indicată metodă de contracepție pentru tine, eventualele consecințe/ riscuri ale relațiilor sexuale neprotejate), cere informații de la profesioniști cu o pregătire specială în domeniu, așa cum ar fi cei din cadrul Centrelor de Sănătate Prietenoase Tinerilor (medici, psihologi etc.) din raionul tău, Cabinetele Sănătății Reprodusei sau Centrele Medicilor de Familie (ginecolog, medic dermato-venerolog).

În cazul în care te confrunți cu dificultăți (infecții sexual transmisibile, sarcină nedorită sau alte complicații), cere imediat ajutor de la o persoană de încredere sau un specialist.

Centrele de Sănătate Prietenoase Tinerilor/ Youth Clinic oferă consultații gratuite și confidențiale tuturor adolescenților cu vârsta cuprinsă între 10-24 de ani. Pentru detalii despre servicii și date de contact ale centrului din raionul tău, accesează [www.neovita.md](http://www.neovita.md) sau apelează la Telefonul de încredere pentru adolescenți: 0 800 800 22

Broșura „Sexualitatea și sarcina în adolescență, între mit și realitate” a fost elaborată în cadrul proiectului „Un model integrat pentru asigurarea accesului la servicii medicale și sociale pentru adolescente însărcinate și mame adolescente în zonele rurale dezavantajate”, finanțat de MSD și MSD for Mothers, implementat de Centrul de Informare și Documentare privind Drepturile Copilului (CIDDC), Asociația „Sănătate pentru Tineri” și Organizația Salvați Copiii România.

La elaborarea broșurii au contribuit: Parascovia-Topada Coroi, Galina Leșco, Vasile Coroi, Viorel Babii, Silvia Burcea.

Redactare: Tatiana Corcebaș-Onica

Machetare: Inesa Papucciu

Conținutul, opiniile și modul de expunere a informației, precum și prezentarea grafică nu reflectă neapărat punctul de vedere al finanțatorului.

Chișinău, 2022

© CIDDC

Centrul de Informare și Documentare privind Drepturile Copilului din Moldova (CIDDC)

Str. E. Coca 15, MD-2008, Chișinău, Republica Moldova

Tel.: +373 22 747813; 716598; 744600.

E-mail: [ciddc@yahoo.com](mailto:ciddc@yahoo.com)

[www.drepturilecopilului.md](http://www.drepturilecopilului.md)