

# Experiencias durante el periodo de gestación en la adolescencia

Alejandro Benavides Burbano

Estudiante de Enfermería de Práctica Preprofesional  
Universidad Mariana

## Resumen

**Objetivo:** Describir e interpretar las experiencias relacionadas con los sentimientos, pensamientos y actitudes frente a los distintos patrones encaminados en el embarazo en adolescentes. **Método:** Se trabajó con una gestante adolescente de 19 años de edad, a quien se le realizó entrevistas vía WhatsApp, con previo consentimiento de la misma. **Resultados:** El embarazo genera grandes cambios en la vida de las adolescentes, lo cual afecta negativamente varios patrones evaluados. **Conclusiones:** Todas las adolescentes necesitan ayuda, alguien que las escuche; por lo tanto, como personal de salud, se debe ser más empáticos a la hora de tratar con este tipo de pacientes, con trato humanizado a todas las gestantes.

*Palabras clave:* embarazo, adolescente, empatía, sentimientos, pensamientos.

## Introducción

Para este estudio, el término experiencias involucra varios elementos esenciales durante el periodo de la gestación, entre ellos: los sentimientos de la paciente durante esta etapa y su forma de adaptación al cambio que conduce el embarazo. Según Organización Mundial de la Salud (OMS, s.f.), la adolescencia es un periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, comprendida entre las edades de 10 y 19 años. En esta edad se presentan varios cambios fisiológicos naturales, los cuales son cruciales en el periodo de la adultez, por ello, se hace necesario el apoyo social y familiar para llevar un buen desarrollo. De igual manera, el embarazo en adolescentes se considera un problema en salud pública, puesto que conlleva ciertos cambios que pueden afectar de manera negativa la salud de la madre y del hijo; entre los problemas más recurrentes se encuentran: la muerte de la gestante o la realización de abortos inseguros.

Adicional a los efectos negativos que puede conducir un embarazo en la adolescencia, también existen efectos negativos en el marco social, evidenciados en problemas familiares, discriminación hacia la gestante, deserción de estudios, cambios en el proyecto de vida, matrimonio a temprana edad, reducción de ingresos, incluso pobreza.

Según un estudio de Florián realizado en Medellín, se encontró que la decisión de continuar el embarazo origina en la adolescente una serie de cambios internos y en su modo de vida, para hacer una transición rápida hacia el rol de adulta, con temor a ser rechazada por su familia y su novio y a perder actividades que realizaba, como el estudio. La incertidumbre estuvo ligada a la crítica de los demás, a enfrentar un futuro difícil y a la elección de una alternativa de aborto, que llega a desechar ante sus principios morales, religiosos y al temor a la pérdida de la vida. Para llegar a la decisión de continuar con el embarazo tuvo que superar la percepción de desamparo, desesperación y rechazo, lo cual logra a través de estrategias de apoyo, que consigue con tácticas de informar de su estado a través de intermediarios, negociar el futuro o buscar apoyo por fuera del hogar. (Prias-Vanegas y Miranda-Mellado, 2009, p. 96)

Según estadísticas de la OMS (s.f.), se estima que “unos 16 millones de muchachas de 15 a 19 años y aproximadamente 1 millón de niñas menores de 15 años dan a luz cada año” (párr. 1). A nivel nacional, no es alentador el pronóstico, puesto que también se habla de cifras altamente elevadas de embarazos en adolescentes: “desde el año 2008 hasta el 2013 han nacido cada año, en promedio, 159.656 niñas y niños de madres entre 10 y 19 años” (El Espectador, 2014,

párr. 4). Lo anterior se observa principalmente en departamentos como Cesar, Casanare, Guaviare, Huila y Magdalena, debido a las altas tasas de violencia en dichas regiones; lo cual desencadena en una serie de problemas en la adolescencia colombiana. La alarmante situación ha conducido a que entes territoriales idealicen formas o estrategias para evitar este tipo de embarazos a corta edad.

Por lo tanto, el objetivo de este artículo es estudiar más a fondo los distintos cambios que experimenta una mujer adolescente frente al cambio que produce la maternidad, además, cómo esto puede influir en su conducta a nivel familiar y social.

### **Materiales y Métodos**

El estudio se lo realizó de manera descriptiva con abordaje cualitativo. De esta manera, se tuvo en cuenta elementos esenciales que se ven afectados durante el embarazo en la adolescencia, entre ellos el patrón social, familiar, los sentimientos de la paciente y las ideas que tenía con respecto a su embarazo. El estudio se realizó a partir de la experiencia de una sola paciente; por tanto, el método para escoger a dicha persona fue mediante el programa del curso de la preparación para la maternidad y paternidad en el Hospital Clarita Santos de Sandoná, Nariño, con previa autorización de la adolescente, a través del consentimiento informado, y también de las docentes que supervisaron el seguimiento del caso. Así, para escoger a la gestante, se tuvo en cuenta los siguientes criterios: estar en una edad entre 10 y 19 años de edad, estar en periodo de gestación y querer participar en la investigación.

En primera instancia, se hizo contacto con la embarazada en una cita de control, se le dio a conocer los propósitos del estudio y la forma cómo se recolectaría la información, ya que, por la actual pandemia por covid-19, se limita las intervenciones de forma presencial por parte del estudiante hacia la materna; además, se le garantizó anonimato en dicho estudio, así como respeto a su intimidad y confidencialidad en los datos que se suministrarán.

Como segunda instancia, se acordó con la gestante la forma cómo se realizarían las entrevistas. Con el propósito de tener un contacto directo con la gestante, se utilizó la aplicación “WhatsApp”. La finalidad fue convocar al menos 5 sesiones, durante las cuales ella comentara experiencias propias, dependiendo de la pregunta que, a medida de la conversación, se iría formulando y de los elementos esenciales mencionados

en un inicio. Las llamadas fueron acordadas en un horario que la gestante pudiera contestar; también se pactó que las llamadas se realizarían en lugares cerrados, esto con el fin de generar confianza y seguridad, y así evitar respuestas forzadas que no correspondan con sus emociones.

La información de cada una de las entrevistas, las cuales duraban aproximadamente entre 40 y 60 minutos, se la iba registrando en un Word, para posteriormente poder analizar cada una de las respuestas. Cabe mencionar que en dichas entrevistas no se contó con un cuestionario previo, puesto que no se trataba de una comparación entre varias personas, por lo cual, se trató que las sesiones fueran de manera natural, sin que la materna se sintiera forzada a responder preguntas ya formuladas.

El análisis de las respuestas se lo realizó al final del periodo de seguimiento de caso. El análisis sirvió para corroborar la veracidad y confiabilidad de las respuestas. Finalmente, se contactó a la gestante para comentarle como fue todo el proceso del estudio. El artículo también fue entregado a la materna para que verificara la información y contenido, dándole así la oportunidad de corregir y validarlo, al final contó con su aprobación.

### **Resultados**

“La experiencia del embarazo en una adolescente llega a ser tan impactante que genera desequilibrio en su personalidad, debido a que es algo que llega de improviso a truncar el desarrollo normal de su vida cotidiana” (Prias-Vanegas y Miranda-Mellado, 2009, p. 97); por lo anterior, se hace necesaria la intervención y especificación de los factores más afectados por esta etapa. Por lo tanto, el seguimiento de caso de la adolescente embarazada, seleccionada para este estudio, suministró los siguientes datos:

#### **Patrón social**

La paciente se dio cuenta que, en la sociedad, el hecho de estar en embarazo es una causa para que la juzguen o rechacen; aún más cuando es su segundo hijo, y además, es de diferente padre. En este caso, tanto el padre como la madre son menores de edad. Por lo anterior, surgieron varias discusiones al respecto, de lo cual, la madre manifestó:

No me avergüenza tener mi hijo, solo me da miedo, me da tristeza ver que las personas solo se llevan fijando en lo que hago o dejo de hacer, no tendría por qué afectarlos a ellos, si la que está embarazada soy

yo, siempre sucede lo mismo, así fue en mi primer embarazo, me imagino lo que piensan ahora por ser el segundo. (Comunicación personal)

Este comentario hace referencia a la importancia del patrón social en la gestante, pues, de manera indirecta, el pensamiento y opinión de las demás personas la afecta negativamente y la hace sentir mal y culpable por su segundo embarazo.

Otro de los comentarios que se puede destacar es el siguiente:

La verdad no me importa lo que diga la gente, en un inicio si me importaba cuando tuve a mi primera hija, ahora ya no, cada quien en su cuento, dicen por ahí, pero me imagino a las vecinas y las que dijeron ser mis amigas por ahí hablando cualquier cosa sobre mí, pero créeme que no me afecta. La sociedad para mi es lo menos importante, lo repetí diciendo en mi primer embarazo y este no va a ser la excepción. (Comunicación personal)

El sentimiento de exclusión de las personas cercanas también hace que se afecte de forma negativa el proceso del embarazo y la salud mental de la paciente, a pesar de que en esta etapa, la gestante debe sentir más apoyo y acompañamiento. En este contexto, se puede evidenciar que la paciente repite palabras de no importancia, pero no puede ocultar el sentimiento de tristeza hacia el mismo.

Muchos de los comentarios no escritos en este artículo relatan la forma de adaptación en la sociedad, siendo apenas una adolescente. La etapa de aceptación en su lugar de colegio la relata así: “mi mejor amiga fue la primera en saber, ella me dijo que abortara, que a esa edad nunca iba a poder continuar y que se me dañarían mis planes, además de que fue tan solo una aventura” (comunicación personal); este relato refleja la influencia de la sociedad en la toma de decisiones por parte de las adolescentes. Tal vez, ella lo pensó o al menos lo tuvo en cuenta, sin embargo, su embarazo llegó a término.

En otro contexto, la joven relata: “mis padres siempre me apoyaron en mis dos embarazos, dijeron que siguiera estudiando, pero yo quería descansar mejor, no tenía ánimos de andar por el colegio, mientras todos me miraban como bicho raro” (comunicación personal). En este relato se hace evidente la deserción escolar, que es común en la mayoría de pacientes o gestantes. El patrón social afecta de manera positiva o negativa dependiendo del caso, sobre todo cuando se trata de embarazos en adolescentes.

## Patrón familiar

El patrón familiar cumple una gran labor en el proceso de gestación; sin embargo, puede afectar de manera positiva o negativa la vida de las gestantes adolescentes. La experiencia de la gestante con respecto a su primer y segundo embarazo, se describe a continuación: “en mi primer embarazo me daba miedo decirles, más cuando ellos estaban bien mal, creo que se iban a divorciar, ahora se imaginará la presión que sentía de decirles eso, iba a ser una bomba que acabaría con todos” (comunicación personal).

Del anterior relato cabe destacar la importancia de la familia. En este caso, la paciente sentía temor de acabar con el matrimonio de sus padres por su embarazo; no obstante, se resalta la madurez que adquirió en ese momento, puesto que pensó no solo pensó en su bienestar, sino que también, en su núcleo familiar,

Yo no quería acabar con mi familia, no iba a ser la causante de eso, yo sabía que si lo decía de una buena manera ellos lo aceptarían. Lo que no sabía cómo decirles es que no iba a tener papá, que solo fue un romance, porque en ese momento no conocía ningún hombre, o al menos ellos no me conocían novios. (Comunicación personal)

## Patrón sentimental

La gestante, en sus dos embarazos, enfrentó momentos de incertidumbre, pues no sabía lo que implicaría tener un hijo a tan corta edad, de lo cual manifestó:

Cuando me entere del embarazo, no lo podía creer, desde ese momento comencé a pensar en cómo iba a tenerlo, no quería que se me dañe el cuerpo, no sabía cómo lo iba a amamantar, tenía hasta miedo que se me cayeran los senos, mi prima tiene una hija y la miraba a ella y no podía creer que en un par de meses tendría que hacer lo mismo que ella, y no solo hacer, sino que también debía vivir lo que ella vivió. (Comunicación personal)

Se evidencia que el sentimiento de incertidumbre va más allá de lo que está cursando, la gestante pensaba en todo lo que se iba a venir. Este tipo de sentimientos causan estrés y tensión; todo lo desconocido que estaba por experimentar era algo que le causaba miedo.

Me daba miedo el hecho de pensar que como mujer debía tener hijos, y eso fue antes del embarazo,



imagínate ahora que ya lo estaba, no se me pasaba por la mente como lo tendría, ya tenía dolor con solo pensarlo. Había leído bastante en mi celular que esos dolores eran mortales, no podía creerlo, el miedo prácticamente se apoderaba de mí, más en las noches, no podía dormir y me ponía a pensar en eso, hubo una noche que la pase en vela, no dejaba de pensar, la verdad me atormentaba pensar en eso. (Comunicación personal)

La experiencia mental traumática por la que pasó la adolescente es entendible, puesto que es una nueva experiencia y como tal causa temor, angustia e incertidumbre; pensar en lo desconocido, como afectaría su vida diaria, acompañado del miedo de aceptar esa realidad para el resto de su vida. En otras palabras, tenía que asimilar su nueva realidad.

Sentía tristeza, escuchaba a niños llorar y me daba pena creer que yo les hice eso a mis padres, que ahora ellos iban a tener que ayudarme a criar un niño, más un segundo hijo de nuevo con otro padre irresponsable, fue una situación difícil, no quiero ni recordarla. (Comunicación personal)

Lo que para muchas madres es una experiencia satisfactoria, única en las mujeres, para otras, esta etapa puede convertirse en un tormento para el resto de sus días. El apoyo de las distintas personas que las rodean se convierte en un detonante de inseguridad para ellas, ya que pueden llegar a sentir que no son valoradas en la sociedad: “tenía miedo en ese tiempo de que por estar embarazada me iban a decir que debía ser empleada” (comunicación personal).

### **Pensamientos o ideas**

Este factor es el desencadenante de muchas de las decisiones que toman las gestantes acerca de su embarazo, tal como lo manifestó la adolescente:

Solo una vez, en mi primer embarazo, pensé en abortar, después de lo que me dijo mi mejor amiga, pero después recordé lo que me decía mi abuela, ella es supercreyente. Recuerdo que una vez me contó una historia de una familiar que había abortado, toda la vida tuvo que sufrir por volver a tener un hijo, no sé, creo que mi Dios la castigo por haber asesinado a alguien de su propia sangre, parece gracioso, pero siempre pensaba en ella cuando pensé en lo del aborto. (Comunicación personal)

Este tipo de pensamientos son recurrentes en la mayoría de gestantes, ante esto, es necesario el apoyo de psicología en esta población, con el fin de guiar las decisiones que vayan a tomar las adolescentes.

Nunca pensé en ir al hospital, me daba miedo que llamen a mi mamá a contarle que estoy embarazada, siempre creí que a los veintitrés quedaría embarazada y eso sí es que estaba casada, así que una de las ideas que tuve fue tenerlo y darlo en adopción, no me gusta recordar que esa idea se pasó por mi cabeza, ahora que veo a mis hijos tan pequeños y no sé, tan delicados e inocentes, me juzgo a mí misma sobre lo que pensé, no podría vivir sin ellos y aunque yo sé que en este momento de mi vida están por encima de mis sueños y que por lo mismo ya me quedare aquí en casa, no dejo de creer que son una bendición para mí, son mis angelitos, los amo. (Comunicación personal)

Es increíble el sentimiento de una madre, como puede cambiar la forma de pensar y sus hijos convertirse en las personas más especiales para ella. Este sentimiento que despierta en la madre es algo para resaltar, más aun, después de pasar por pensamientos de adopción y aborto; llegar a la aceptación de su vida y de sus hijos es algo que no se puede explicar con palabras.

Ahora vivo feliz, tengo mi hija y estoy esperando que nazca mi otro bebe, no quiero que las personas, que si por casualidad llegan a leer lo que tú me estas preguntando, piensen que es algo fácil, no, por el contrario, es algo difícil, una etapa complicada y que si corres con suerte podrás cumplir la meta, solo le digo a las demás jóvenes como yo que se cuiden, existen tantas cosas que yo nunca pensé en ese momento, imagínense ya con dos experiencias iguales, ahora solo quiero compartir con mis hijos, no espero nada más, mis planes quedaran quietos por ellos, ellos son mi vida. (Comunicación personal)

### **Discusión**

La adolescencia es una etapa de cambios en todo sentido, los jóvenes viven sin preocupaciones, no les importa nada, son personas relajadas, por ello, llegar a un embarazo en esta etapa es algo complejo, ya que hace que sus vidas den un giro completo; sin embargo, con la ayuda y aceptación de cada una de las personas que influyen en la vida de las gestantes, puede que ese camino sea menos traumático para ellas; de no ser así, se puede convertir en un calvario, por ello se miran tantas complicaciones en la vida de las gestantes no apoyadas, abortos clandestinos o realizados lugares

ilegales e insalubres, tema que no es ajeno a la realidad del país.

Por otra parte, es necesario entender que cada persona o adolescente piensa de forma independiente y distinta, por tal motivo, para el personal de salud, es complicado atender cada caso en particular; no obstante, esto no debe ser excusa para no comprender la situación de cada gestante, no importa como haya sido concebido. La estigmatización social comienza desde la misma línea de amigos, seres queridos y cercanos, que pueden hacer de su embarazo algo bueno o malo; no todas las personas tienen la suerte de encontrar personas que apoyen su embarazo, y esto es algo que afecta negativamente a la mayoría de gestantes.

La adolescencia es una etapa de grandes sueños, de pensamientos positivos. Las adolescentes creen que lo pueden lograr todo, están llenas de energía para emprender cosas nuevas y no ven obstáculos para alcanzar sus metas. Sin embargo, al enfrentar un embarazo, también surgen en la joven ideas o pensamientos negativos, como la negación, evasión, incertidumbre e ideas agresivas para el bebé que espera, ideas muy consistentes con los sentimientos de displacer experimentados.

El estado emocional de las adolescentes es variable e inestable, dado que están en proceso de cambio y de transición para pasar de ser niñas a ser adultas; de depender de sus padres a exigir y tener más control y dominio de sí mismas; es una etapa de grandes sueños, temores y expectativas para el futuro. Si a esta etapa de turbulencia emocional se agrega una situación nueva y amenazante, como es el embarazo, para el cual no estaban preparadas, que la lanza de un momento a otro al rol de adultas, sin tener tiempo para adaptarse, las jóvenes se tornan vulnerables y altamente sensibles a los estímulos externos. (Prias-Vanegas y Miranda-Mellado, 2009, p. 103)

### Conclusiones

La adolescente del caso experimentó su embarazo como algo traumático, con sentimientos de miedo, tristeza, angustia, incertidumbre, entre otros; sentimientos que disminuyen cuando se cuenta con personas que brindan su apoyo. También es importante los espacios para que ellas puedan sentirse cómodas y hablar de sus emociones, donde puedan sentirse relajadas, escuchadas, pero nunca juzgadas.

Las embarazadas adolescentes necesitan apoyo, comprensión y ayuda, ya que son personas inseguras, con pensamientos débiles. Por lo anterior, el personal de salud debe idear estrategias, en las cuales predomine la empatía y el humanismo, dirigidas a las pacientes. Aquí cabe resaltar el ejercicio de enfermería, el cuidado humanizado en estos casos y que puede ejercerse desde cualquier área y en cualquier ámbito.

El personal de salud debe reflexionar sobre los servicios brindados a cada una de las gestantes, y autoevaluarse y pensar un poco más en que detrás de una simple adolescente irresponsable embarazada hay una historia de vida, que solo ella puede entender.

### Referencias

- Alarmanes cifras de embarazo adolescente en Colombia. (2014, 22 de septiembre). *El Espectador*. <https://www.elespectador.com/salud/alarmanes-cifras-de-embarazo-adolescente-en-colombia-article-518121/>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (s.f.). El embarazo en la adolescencia. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-pregnancy>
- Prias-Vanegas, H. y Miranda-Mellado, C. (2009). Experiencias de adolescentes embarazadas en control prenatal. *Aquichan*, 9(1), 93-105.

