

# Obtenga Ayuda Ahorita

## Ayuda en línea para el embarazo

**PregnancyHelpOnline.com**

Aprenda sobre el embarazo, sus opciones, y la asistencia disponible para usted.

Email: [help@pregnancyhelponline.com](mailto:help@pregnancyhelponline.com)

## Centro de Adopción Lifetime

**LifetimeAdoption.com**

Centro de Adopción a nivel nacional proporcionando servicios gratuitos, los gastos pagados, ropa de maternidad, asistencia de vivienda, becas universitarias y más para las mujeres que están considerando la adopción.

**Ayuda disponible las 24 horas:**

**1-800-9-ADOPT-4**

## ¿16 y embarazada?

**16andPregnant.com**

Usted no está sola. Muchas adolescentes han estado en su misma situación. Usted tiene opciones. Esto no es el final. Lea historias de otras chicas que han estado en su mismo lugar.

## Servicios de adopción para niños Hispánicos

**HispanicAdoptionServices.com**

Hay familias de todas las razas que están ansiosamente esperando adoptar. Puede ver estas familias en línea.

## Smart Phone App Gratis

**MyAdoptionApp.com**

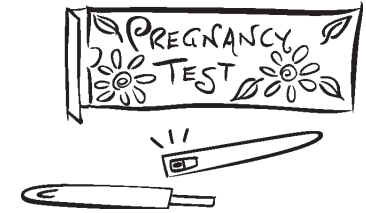
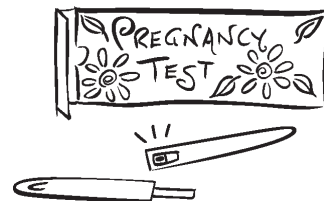
Reciba los últimos recursos para mujeres que enfrentan un embarazo no planificado y obtenga acceso a uso de libros gratuitos en línea!

# Como Decirle a Sus Padres

Hay momentos en que sus padres pueden ser las personas más difíciles del mundo con quien hablar. Puede ser aún más difícil si el tema de la conversación es algo que los va a molestar.

Lo importante de recordar es que si usted es joven y está embarazada, sus padres pueden ser las personas que están en la mejor posición para ayudarla a manejar su problema y tomar decisiones responsables para seguir adelante.

**Si usted decide incluir a sus padres, ellos también pueden llamar al 1-800-923-6784** para hablar con un profesional que comprenda por lo que están pasando ahorita y pueda ofrecerles asistencia.



# ¿Como Decirle a Mis Padres Que Estoy Embarazada?

Chatea en Vivo en línea a Cualquier Momento:

**PregnancyHelpOnline.com**

Ayuda las 24 Horas: 1-800-923-6784



Escanee aquí para un acceso fácil a más información en línea



## ¿Como Les Doy La Noticia?

Escoja un momento en que usted tendrá completa privacidad con sus padres, al igual que su atención. Dígalos que tiene que hablar con ellos acerca de un asunto serio y pídale que no la interrumpen hasta que haya terminado.

Chatea En Vivo En Línea:  
PregnancyHelpOnline.com  
24 Horas al Día

Sea completamente honesta con sus padres desde el principio. Dígalos exactamente cuál es su problema y pídale su ayuda. Sus padres la aman y después del shock inicial y el dolor, ellos van a querer estar allí para apoyarla en este momento difícil.



**Inicie la conversación** con la madurez que se necesita a partir de hoy. Usted está en una situación difícil y afrontar la situación de una manera adulta

hará las cosas un poco más fáciles. Evite discutir si puede; recuerde que sus padres estarán algo molestos por esta situación, pero en este momento en su vida, es probable que ellos serán los mejores amigos que pueda tener.

Después de que se les haya pasado su reacción de sorpresa, hable con sus padres acerca de cómo va a manejar su situación. Si usted ha decidido mantener a su bebé y sus padres están de acuerdo que siga viviendo en su casa, ¿cuáles serán las nuevas reglas? **¿De qué manera la van a apoyar y que es lo que tendrá que hacer o proveer usted?**

## ¿Que Voy Hacer Con Un Bebé?

Cuando una madre joven decide vivir en casa para criar a su bebé, es muy importante que su familia, incluyendo los abuelos, estén enterados que la responsabilidad y el cuidado del bebé es de la madre. Las cosas podrían prestarse a confusión o incluso podrían ser frustrantes si no se imponen límites en la relación. Tiene que saber que la van a ayudar, pero no encargarse de todo.

Si usted está pensando en la adopción abierta, pídale a sus padres todo su apoyo en esta decisión. Después de pensar en la situación, lo más probable es que sean un gran apoyo en cualquier decisión que usted decida tomar.



Recuerde, sus padres podrían estar molestos por esta noticia. Todos los padres quieren que sus hijos tengan éxito y sean felices, y tener un hijo a una edad temprana puede hacer que el logro de sus sueños sea más difícil. Sea paciente mientras ellos procesan todo. Habrá una mezcla de emociones, pero ellos la aman y quieren lo mejor para usted y su bebé. Usted probablemente encontrará que sus padres van a querer apoyarla a través de este momento difícil.

**Déle a sus padres algún tiempo para que puedan absorber todo esto.**

Tenga en cuenta que sus padres ni siquiera sabían que usted era sexualmente activa. En este momento ellos apenas están procesando el hecho de que su hija ha estado teniendo sexo y está embarazada. Sea paciente con sus preguntas y sus reacciones.



## ¿Qué Pasa Si Ellos Me Corren?

Es muy probable que su primera reacción reflejará ira y shock, pero con el tiempo, llegarán a comprender que esto es algo en que la necesitan apoyar y ayudar, esto es algo que no se puede cambiar. Recuerde que les tiene que dar tiempo y espacio para llegar a esa realización.

Si usted está interesada en aprender más acerca de cómo se pueden alcanzar sus sueños sin dejar de tomar la mejor decisión para su hijo, considere la adopción. Usted puede perseguir su futuro, incluso ir a la universidad con una beca educativa, y obtener la ayuda que necesita para poder empezar de nuevo!

Para más información visite:  
[LifetimeFoundation.org](http://LifetimeFoundation.org)

**Aprenda más llamando a la línea de Ayuda Para el Embarazo, abierto las 24 horas todos los días:**  
**1-800-923-6784**



Chatea En Vivo En Línea:  
[PregnancyHelpOnline.com](http://PregnancyHelpOnline.com)