

# ¿Qué es la abstinencia?



Pensar en las relaciones sexuales y sentir curiosidad es normal. Pero no tienes que actuar sobre tu curiosidad. Ahora muchos jóvenes escogen la abstinencia. Lee este folleto y verás por qué.

### Cortesía de

OPA  
Office of  
Population Affairs  
Clearinghouse

P.O. Box 30686, Bethesda, MD 20824-0686

Phone: 1-866-640-7827

Fax: 1-866-592-3299

E-mail: [info@opaclearinghouse.org](mailto:info@opaclearinghouse.org)

Web site: [www.opaclearinghouse.org](http://www.opaclearinghouse.org)

Redactado por Carol Rawleigh.  
Diseñado por Eva Bernstein. Ilustrado por Amber Raboy.  
Con un agradecimiento especial a nuestros colegas que hicieron la revisión.

©2001 Journeyworks Publishing. All rights reserved.  
Please do not duplicate. Printed on recycled paper.

Title #5244 ISBN 1-56885-244-4

For ordering information contact:

JOURNEYWORKS PUBLISHING  
P.O. Box 8466 • Santa Cruz • CA 95061  
Telephone: 800 • 775 • 1998

## Buenas formas de decir "no" al sexo:

- ✓ Puedes decir: "Ni en sueños. No quiero tener relaciones sexuales".
- ✓ Aun si te gusta mucho la persona, puedes decir no. Di: "De veras me gustas, pero no estoy lista para tener relaciones sexuales".



Si tienes preguntas sobre las relaciones sexuales y la abstinencia, habla con uno de tus padres, o con un adulto de confianza. Hablar puede ayudarte a decir "no" a las relaciones sexuales.