



YO DECIDO MI FUTURO

YO DECIDO SOBRE MI CUERPO

YO DECIDO MI SEXUALIDAD

EVITO RIESGO

# NA NIKIHTOS





NA NIKIHTOS



NA  NIKIHTOS



TLÉN MOSTLA NICHÍWAS WAN IWAYA SEKINOH

Tsahtok techpowilistli  
© Secretaría de Gobernación  
Consejo Nacional de Población (CONAPO)  
Dr. Vértiz 852, Col. Narvarte  
C.P. 03020, Ciudad de México  
<http://www.gob.mx/conapo>  
    [gob.mx/conapo](http://gob.mx/conapo)



**Senkahketl:**

SG CONAPO  
Nancy Lombardini Vega  
Eréndira Garnica Calderón  
Cristina Hernández Bolaños  
Karla Berenice Hernández Torres

**Kisenkahki wan momokwitlawi ni amochtli:**

Maricela Márquez Villeda  
Blanca Estela Melín Campos  
Sergio Mariano Jiménez Franco

**Tlaixpantilli wan ixkopintli:**

María Lumbreras @la\_lumbreras

**Ixkopintli tlen mopalewiah:**

Pablo Leonardo Vega Rivas  
Samantha Giovanna López Cornejo

**Kikwepki tlahtolli:**

Irla Élica Vargas Del Ángel

Tlapalewih Fondeo para Niños de México A.C-ChildFund México.  
Tlapalewih Instituto Nacional de Lenguas Indígenas

**Achtowi mochihki:** agosto meetstli tlen 2022 xiwitl

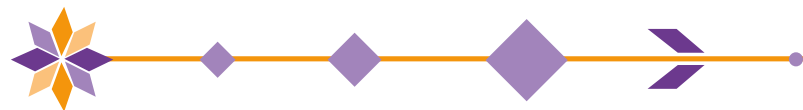
**Temakatok Organon. Moixkopinki ipan Mexiko**

Tlen kipiah ni amochtli wan yolmelawalistli tlen ni weli motekiwis san moneki nochipa moihtos kanke kisah.



## Kampa nesis tlen moihkwilohtok

IXPANTILISTLI .....	4
1. KENIHKATSA NIKITAH NOXINAXTLAKAYO .....	7
2. NA NIKIHTOS .....	13
3. SENTILISTLI WAN NAMIHTILISTLI .....	17
4. NA NIMITSMOMOKWITLAWIA, TA TECHMOMOKWITLAWIA.....	25
5. NA NITSAKWILTIA TLEN NECHMELAWAS .....	29



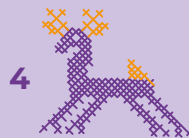
# IXPANTILISTLI



**N**i Gobierno de Mexico, ika Weyitekikalko Secretaria General del Consejo Nacional de Población (CONAPO), kitlanana tlachiwalistli ma amo tlanemiltiseh ichpokameh wan moixpoliwis ika siwapilmeh. Ni Tekikaytol *Estrategia Nacional para Prevenir el Embarazo en Adolescentes* (ENAPEA) eli se tekitl sansehko kinchiwah Secretaria General del CONAPO ika secretariado tecnico tlen Weyitekikalko Instituto Nacional de las Mujeres (INMUJERES). Tlatlahko tekikalmeh tekitiah Secretaría de Educación Pública (SEP) wan Subsecretaría de Educación Media Superior (SEMS), Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), Instituto Mexicano de la Juventud (IMJUVE), Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva (CNEGRS), Secretaria General del Sistema Nacional de Protección Integral de Niñas, Niños y Adolescentes (SIPINNA), Comisión para el Diálogo con los Pueblos Indígenas de México (CDPPIM), Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia (SNDIF), nohkia sekih tekikalmeh tlen gobierno, tlanawatiyanih, tlamachtiyanih wan tlen tekitiah ika Fondo de Poblacion de las Naciones Unidas (UNFPA), wan sekih tekikalmeh tlen amo tekitiah ika gobierno kinixpantiah Balance, Elige, Mexfam wan ChildFund Mexico.

Keh motlachilihtok ika masewalmeh ipan Mexiko tlen sg CONAPO, nika tlaltokayotl ipan sesen tonalli panowa mil siwameh tlakonewiah wan yani ayahmo kikaxitiah 19 ixiwitl wan nohkia sesen xiwitl moamatlaliah tlakonewihtokeh diez mil pilsiwapilmeh tlen ayahmo kikaxitiah 14 ixiwitl. Tlah se siwapil tlanemiltia, amo kwalli pampa itlakayo axkana chikawak keh se siwatl, yani kichiwa ma amo momoyawas siwapil inemilis, kema siwapilmeh kinpiah tlatlahko 11 wan 20 xiwitl amo kinpiaseh ininkonewa.

Kema masewalmeh kinpiah tlatlahko 11 wan 20 xiwitl amo eli ma kinpiaseh ininkonewa, yani tonalpa eli ma kwalli motekiwis ma momachtiseh, kintlachiliseh kenihkatsa kiknekih ininohtli, kenihkatsa kiknekih innemilis, kenihkatsa moixnextiseh iwaya sekinoh masewalmeh. Yani tonalpa motekiwiskia ma mochiwas tlen kikneki kinesis iseltih noso iwaya sekinoh, kampa





kintlachiliseh ni tonalli wan tlen mostla panos, ma momachtiseh, kinyehyechiwaseh wan tekitiseh tlen inihwantih kinnekih.

Ni tonalpa eli kampa momachtiseh, kampa kintlachiliseh achi wehka asitih ipan tlamachtilo ya wan nohkia achi kwalli inintekitl kinpiaseh wan nohkia mokwalties innemilis, achtowi ni kinchiwaseh wan teipa kinpiaseh ininkonewa tlah ichpokatl nohkia tlah telpokatl.

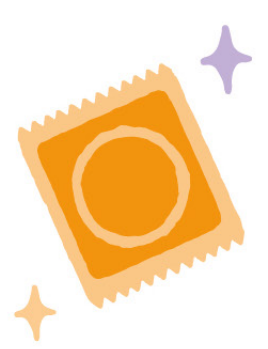
Axkwalli tlah kinpewaseh ininsenyelis tlah axkinkaxixtihtokeh sempoalli xiwitl, achi kwalli momachtiseh achi tilawak ohtli tlen tlamachtilo ya; moamatlaliseh palewilittekikayoh keh *Becas de Bienestar de Educación Básica* wan tlen *Educación Media Superior Benito Juárez*; achi panos secundaria, moamatlalis kampa educación superior, moyolmelawas ma kwalli kinwikaseh innemilis ika xinaxtlakayoh tlanankilistli.

¡Na nikihtowa! Tlen mostla nichiyas wan iwaya sekinoh, eli se tlamantli tlen kiolinia iyoltlanotsalistli tlen siwapilmeh wan ichpokameh, nohkia ika ipalewilis okichpilmeh wan telpokameh.

Ika tekitsitsih, kisah tlen ipanimah mochiwa ipan senyelistli wan altepetsitsih ininyolko, motlanotsa ma moyolnotsakah. Ika yolmelawalistli tlen tepalewiah ma achi kwalli itstokah iwaya sekinoh masewalmeh, ininsenyelis, ininwampox, innamik, ma kiampa kihtoseh ika xoxolka kenihkatsa kiknekih ininxinaxnemilis wan kema kinpiaseh ininkonewa.

Yani eli se weyitlamantli kampa moyolmelawa motepalewiah ichpokameh wan telpokameh, ma achi kwalli initstoseh ipan ni tonalli ipan innemilis wan nohkia, ma achi motetoniseh ika kwesolli welis kinpiaseh kema moweychiwa wan wewentsitsih mochiwa.





KENIHKATSA NIKITAH

# NOXINAXTLAKAYO







# I. KENIHKATSA NIKITAH NOXINAXTLAKAYO



*Ta, ¿tlakiya timachilia eli xinaxtlakayo?*

Nohkia keh tisiwatl noso titlakatl, ni xinaxtlakayo eli se itlapankah toixnecxayoh. Ni xinaxtlakayo eli tlen se masewalli moyolnohnotsa wan kimachilia ipan itlakayo, kenihkatsa kichiwa tlen kikneki iselti noso iwaya sekinoh. Ni xinaxtlakayo moixpantia ika yoltlanotsalistli, tlen moilwia, tlen kinekiskia, tlen kichiwa wan kampa mosentilia iwaya sekinoh, wan mokwalchihchihtok ika yolistli wan nehnemilistli.

Ipan sekih altepetsitsih axiwikal motlachilia ni xinaxtlakayo ika siwameh wan ika tlakameh. Ipan miakih tonalli moixmatih tlen tlakameh inkinekih ika ixinaxtlakayo yese amo moixmatih tlen siwameh inkinekih yani moixpoliwiah; tlen moihtowa ika tlakayo eli tlakameh ininkamanal, nesiskiah keh siwameh axtleno inkinekih noso kihtoseh tlen inintlakayo.

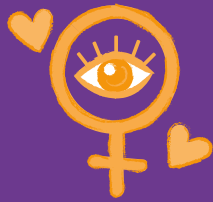
Yani, siwameh wan tlakameh nochi tiome kwalli tikihtoseh tlen tiknekih; kema, ahkiya iwaya wan kenihkatsa moixnextis, tlah amo nesis noso kena mochiwas. Yani eli se xoxolka tekitsitsi.

*Nika moixnextia sekih tlamantli tlen ipanimah mochiwa wan kampa moyokatlaliah siwameh.*



Inihwantih kinmachtiah ma amo inkihtokah tlen kimachiliah, ma kinpewaseh se xinaxpantilistli wan ma nochipa kinnekiseh mopantiseh iwaya se siwatl wan nohkia ma moixnextiseh nochi kinmatih tlen ni kamanalli ma innihwantih kinmachtiseh innnamik. Nohkia, mochia ma san kinpaktikah siwameh, axkwalli kinseliah tlah kipaktia iwikal wan axkiwelitah miakih xinaxtlakayo onka.





Ipan xinaxpantlistli siwameh moneki ma axtleno kinchiwaka wan ma axkinmatikah tlen nompona panos, ma axkinextikah tlen kiknekih wan nochipa kintlatskiliah ika tlasohtli wan tlanemiltlistli. Inihwantih san kinpaktiseh telpokameh, axonkas kampa kinpaktiseh iwikal wan axkiwelitah miakih xinaxtlakayo onka.

Ni Weyitlanawatilamatl Constitución Mexicana kiixmati wan kihtowa ma motlepanita tlen sesen masewalli kikneki ika itlakayo wan ika ixinaxnemilis. Axonka ahkiya mitstetsopas, mitstewilis, noso mitstlanawatis iyolnotsalistli noso tlaneltokilistli kenihkatsa moneki tichiwas moxinaxnemilis.



Xinaxtlakayo onka miak wan yani eli kema se masewalli mitspaktia welis se tlakatl noso se siwatl, nohkia welis mowikal. Yani moixpantiah ipan tonemilis itonal. Nochi weli kwalli tikihtoseh ika xoxolka, ika tlanankilistli wan ika yolmelawalistli ipan totlakayoh, toxinaxtlakayoh wan kema tiknekih tipiaseh tokonewa, tlen weli tikpias moxiwitl, tisiwatl noso titlakatl, tlah timasewaltsitsi noso amo, tlah timonamihtihok noso timosiwahtihok, tlah seyok xinaxtlakayoh tiwelitah noso axkwalli tikpiah motlakayoh.

Ni moxinaxtlakayoh tlah kwalli tikselia kwaltitok pampa ni weyi eli ma nochipa san kwalli tiitstos moseltih wan nohkia iwaya sekinoh, eli se masewaltechpowilistli tlen motetonia ika xoxolka wan kampa kwalli tiitstoseh wan nochi towikal, nohkia ma tikihtokah tlen tiknekih ika toxinaxnemilis wan ma axonkas kenke techtlateweseh.



Ihpokameh wan telpokameh inintechpowilistli ika ininxinaxtlakayo yani:

- Techpowilistli ika xoxolka moihtos, ika yolmelawalistli tlen notlakayo wan noxinaxtlakayoh.
- Techpowilistli niyekanas wan nimoyolpakis ika noxinaxnemilis.
- Techpowilistli ma niixnextis nitlasohtla sekinoh kampa onkas masewalmeh.



- Techpowilistli nikihtos iwaya ahkiya nikneki nimowikas noso nichiwas noxinaxnemilis pampa nechpaktiah.
- Techpowilistli ma kintlepanitakah noyolmelawalis wan tlen san na nokamanal.
- Techpowilistli nichiwas nonemilis wan axonkas tlakiya techtlanawis ipan notlanamikilis wan noxinaxtlakayoh.
- Techpowilistli ika xoxolka wan ika yolmelawalistli nikihtos tlah nikneki nikpias nokonewa.
- Techpowilistli ma nochi towikal.
- Techpowilistli ma amo nechyokatlalikah.
- Techpowilistli nikpias yolmelawalistli tlen namah, tlen melawak, tlen ika temachtli, tlen ika ixmachtili wan amo ika teotlahtolli ipan xinaxtlakayo kitlatskiliseh.
- Techpowilistli ma nochi techmachtikah ika xinaxtlakayo ikamanal.
- Techpowilistli ma techtlachilikah kampa chikawalistli tekikalko wan nohkia tlah nikneki nipias nokonewa.
- Techpowilistli nimoixnextis ika xinaxtlakayo tlen na niwelitah.
- Techpowilistli nitekitis ika masewaltekikayotl tlen xinaxtlakayo ikamanal.



*Xipehpeni se xinaxtechpowilistli tlen mitspaktiskia tiolinis iniwaya ichpokameh wan telpokameh tlen moaltepetsitsi wan xichiwa se ixkopintli kampa nesis tlen moihtowa ipan ni kaltsahkayotl.*



## ¿Kenihkatsa ipan tochah wan ipan toaltepetsitsi weli timokamawiseh tlen ni xinaxtlakayo?

Ni xinaxtlakayo ipanimah tikpia ipan nochi tonemilis wan tlawel chikawak momachilia. Yeka achi owih mokakis tlen ni ipan tochah, ipan tlamachtiloya wan ipan toaltepetsitsi.

Yese, moixnextihtok kema timoyolmelawa wan timomachtiah tlen ni achi kwalli tiitstokeh ipan toxinaxnemilis: kikwaltiah totlanamikilis, kioliniah ma achi kwalli tiitstokah iniwaya sekinoh ma achi towikal timopatiitakah tlah tonamik noso san towampox; kiwehkawiliah tonalli ma timoxinaxpantiliseh wan kichiwa ma kema panos ni timotlepanitaseh, tiwelitaseh wan nohkia ma titekiwikah pahtli tlen kitsakwiltiah konemeh.



Tikpia motechpowilis ika yolmelawalistli tlen namah, tlen melawak, ika tlaixmatili wan kampa axonka teotlahtol ika xinaxtlakayo kiampa ta tikihtos ika xoxolka tlen tikneki ipan monemilis.



Keh nesi ipan Weyitlanawatilamatl Constitucion, yolmelawalistli tlen namah eli tlen motetoniah ika tlaixmatiltehtemolistli tlen mohmostla moyekana ipan ni taltipaktli; keh motokachtiah laico tlamachtilistli eli kema amo onka teotlahtolli tlen nesis ika tlamachtilistli, san motlepanita nochi tlaneltokilistli wan axkitlalia sanse.

Tlawelmoneki ma timoyolemalawakah tlen xinaxtlakayo, ma timokamawikah wan ma timosenkawakah ma nochipa tiwelitaseh kiampa axtechtewiliseh wan amo titlanemiltseh tlah axkiampa tiknekih. Nohkia weyieli titemoltiseh kampa techpalewiseh, tikamawiseh wan titlatelhwiseh kema techxinaxtekokoliah ika miakih inintlachiyalis.

Tlah axtleno tikihtowa wan nohkia axtleno tikmatih welis siwapilmeh, okichpilmeh, ichpokameh wan telpokameh kinmelawaseh miak tlamantli tlen axkwalli, keh tlawewilistli, tekokolistli, xinaxtekokolistli, nimah monamihtiseh noso kintsopaseh ma kiampa kinchiwakah, noso ma kinpiaseh ininkonewa wan axmonamihtiseh iniseltih initstoseh, tlanemiltiseh wan axkiknekih noso nohkia momawaseh se xinaxkokolistli.



*Ipan ni kaltsahkayotl xiihkwiloh KENA noso AMO, tlah ipan mosenyelis motlepanitah ma nochi mokamawikah, ma nochi mowelitakah keh iwikal.*

	KENA/ AMO
Timotlakakiliah wan timotlepanitah tlen tikihtowah, maskeh axiwikal.	
Siwameh wan tlakameh tikpiah iwikal totechpowilis.	
Mooliniah ma sankwalli timomoyawakah nochi siwameh wan tlakameh. Amo onka tewilistli, tlatetsopalli wan tlatewilistli ika siwameh, siwapilmeh wan okichpilmeh.	
Nochi titekitiah ipan tekitsitsih tlen tochah.	
Nochi timomokwitlawiah siwapilmeh wan okichpilmeh, masewalmeh tlen mokokowa, katli axkwalli kinpiah inintlakayoh wan nohkia tlen wewentsitsih.	
Nochi timomokwitlawiah tomin wan nohkia tikahokwiah.	
Titekitiah ma nochi kwalli tiitstokah ipan altepetsitsih.	
Nochi siwameh wan tlakameh, nochi masewalmeh timoyolpaktiliah ika tokawil kema santiitstokeh wan axtlano tikchiwa.	



*¿Tlakiya weli tichiwas ma mokwalties wikalistli ipan mochah?*

---



---



---



---



---

Tlawelipatih ma timokamawikah tochah tlen xinaxtlakayoh ikamanal wan tikwaltieseh wikalistli. Axmoneki tikihtos nochi tlen mitsmelawa; Tlah titlahtlanis monanah, motatah, noso sekinoh mosenyelis wan nohkia masewalmeh tlen timachiliah mitstlasohtla weli se ohtli tipantis palewilistli wan timonechikos.





NANIKIHTOS



## 2. NA NIKIHTOS

Ipan xinaxnemilis, kema tiwelitah eli senkawalistli ika xoxolka, sanpampa ipan moyoloh tikpiah kiampa ome noso sekinoh masewalmeh kinchiwa xinaxpantilstli. Tlah mowelitah noso motlahtlaniah ma kintlepanitakah motechpowilis wan nohkia tlen sekinoh masewalmeh mochiwa temachtli moyawalko.



### Ni welitalistli eli:

- Ika xoxolka tikihtos, axkana mitstetsopaseh, mitsnawatiseh wan nohkia axonkas tlailistli noso seyok tlamantli tlen kinenpolowa totlakayoh, ma kiampa timoxinaxpantilis (keh mitsalaxowa, mitsokonia, mitsmanelowa, wan mochiwas xinaxpantilstli).
- Ta tikihtos kanke tikawilis ma asis wan nohkia ttlepanitas kampa sekinoh masewalmeh mitskawiliseh ma tiasih.
- Xitehemo tlakiya welis panos tlah timoxinaxpantiliah.
- Tlah amo tikneki titlaneltokilis tlen mochiwa kwalli tikihtos amo ipan tlen weli kawil, yani, kwalli timokwepas.
- Ipan tlen weli tlamantli, tlah elis monamik nochipa noso seyok tlen iwaya axnochipa tiitstok.



*Xiixtomah tlakiya timachilia eli welitalistli, weli tichiwas ixkopintli noso titekiwis tlahtolli.*

---

---

---

---

---



Nochi tlamantli tlen xinaxtlakayo tlen amo tiwelitah mitstetsopa mitsxinaxtekokoliah. Axonka welitalistli ipan xinaxtlakayo kema pano ni:

- Masewalmeh moiwintihokeh noso kintolohtokeh tlamantli tlen kinenpolowa totlakayo noso kema axkwalli inintlalnamikilis noso kochtokeh. Amo weli mowelitas xinaxpantilistli kema axkwalli titlachihtos tlen panos.
- Eli se xinaxtekokolistli kema se masewalli eli achi pisiltsitsi: se siwapil noso okichpil tlen amo kikaxitiah 14 ixiwitl iixpah se ichpokatl noso telpokatl tlen kipiah 15 noso kiasih 18 ixiwitl; se ichpokatsi noso se telpokatsi, iixpah se masewalli achi weyi keh 18 ixiwitl. Weyi masewalmeh maskeh ayahmo chikawak, tlawelkiixpanowa wan yani motsakwiltiah ika teilpiloya, tlah moxinaxpantiliah ika masewalmeh achi pisiltsi keh 18 ixwitl.
- Tlah se masewalli kintetsopa noso kinkahkayawa, kintlahtoltewiah ma mokawas ma kinmaneloseh noso kinxinaxpantiliseh.
- Kema se masewalli axkiseliah kitekiwis se tlamantli ika momanawis condon noso kitsakwiltis konemeh ipan xinaxpantilistli, noso achtowi kihtok kena wan teipa amo kitekiwia, kitetsopa xoxolka tlen seyok masewalli wan kikawiliah ma welis tlanemiltis noso momawas ika xinaxkokolistli.
- Kema mochiwa se xinaxpantilistli wan axkikneki ika se inamik tlen axkiwelitak, teipa kema kinnawatihkeh ma monamihtih.



Amo titlachilis sankiaha. Ni welitalistli amo mosenkawa kema mowasaniah se amatl, nochipa ipan sesen tonalli moneki onkas kamawilistli wan yolmelawalistli kampa ika temachtli moitas nochi xinaxpantilistli mochiwas pampa mosenkahtok wan moseliah, kinwelitah ahkaya kinchiwa.







*Xikelnamiki se tlamantli kampa tichihki se tlamantli tlen amo tiknekiyaya, noso se kamanalli tlen seyok masewalli mitskamawihtok. Xiixtomah:*

---

---

---

*¿Kenihkatsa timomachili noso momachili ahkaya mitskamawihtok tlen kipanok?*

---

---

---

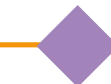
*¿Tlakiya mitschiwili noso kichiwili ma kichiwaskia tlen axkiknekiyaya?  
¿Tlakiya mitsmahmawiyaya noso kimahmawiyaya?*

---

---

---

Ni tlahtolli asertividad kihtosneki tipia xoxolkayotl, tiixmatih tlen mohneki mowaya, tlen tichiwas pampa itstok ipan moyoloh wan motlalnamikilis. Nochipa weli moihtos “AHMO” wan tikihtos tlen ta tiknekis ma mochiwas. Xitlahtlanih ma mitskakailikah: motlakayoh eli moaxkah wan san ta tikihtos tlakiya mochiwas iwaya.





SENTILISTLI  
WAN NAMIHTILISTLI



### 3. SENTILISTLI WAN NAMIHTILISTLI

¿Tinekiskia timonamihtis noso timosentisli iwaya seyok?

Kena  Amo

¿Ika ketski xiwitl?

- Achtowi 18 xiwitl
- Teipa 20 xiwitl
- Teipa 25 xiwitl



¿Tlakiya tinekiskia tichiwas achtowi tichiwas ni?

---

---

---

¿Kenihkatsa eliskia masewali tlen mitspaktiskia timosentisli, timonamihtis noso timosiwahtis?

---

---

¿Tlakiya moneki mochiwas achtowi timosentisli, timonamihtis noso timosiwahtis?

---

---

---

¿Kenke?

---

---

---



“Nikpiyaya 12 xiwitl kema nitlanki primaria tlamachtistli, tlen nompaxtleno, ayahmo nimomachtih pampa nikwesiwyaya. Teipa nikitski noaltepetsitsi, niyahki tepeko, wehkapa kampa Guerrero tlaltokahyotl, Teipanok, nikixmatki tlen namah noweweh, timosentilihkeh wan timosenkahkih timokwepaskia toaltepetsitsi ma kiampa tipewaskia tosenyelis. Na nipikyaya mahtlaktli wan nawi xiwitl. Ipan nompaxtonalli timosentilihkeh nimantsi nitlanemilti wan ika 15 kaxtoli xiwitl nipichkih nokoneh. Nimonamihtih pampa kiampa ninehki, axkana ahkaya nechtsopako, namah nipikpia eyi nokonewa. Nimoyolpaki iniwaya eyi nokonewa, axnimatih tlah seyoh nikpias, axnimatih, welis seyok. Tlah niweliskia nieliskia tlamachtihketl, yese ika nosenyelis axkana niwelkih.”

Nayeli Mora ika 15 xiwitl, Guerrero

“Nika, tlamachtihketl, masewalmeh technamihtiah amo ika tlasohtli, technamihtiah ika masewalmeh tlen axtikixmatih tlamachtihketl, na axnimatih ahkiya eli, axnikixmatih axnimati kenihkatsa itokah, yese inyahkeya mokamawihokeh iwaya isenyelis ne ichpokatl, ma monamihtis nowaya.” Chihnawi meetstli teipanok Andrés kipichtoya ikoneh.

Andres, ika 13 xiwitl, Guerrero.

“Keh masewalsiwapilmeh tlen Tepetl axkema timoilhwi ika 12 xiwitl timonamihtiskia. Totatahwa axkema techilhwiya tlakiya moyolnohnotsa tlen tohwantih, pampa inmoilhwiah ni kamanalli san ininhwantih kinmatih. Yese maskeh na niahtok nimomachtitoh tlamachtioya, nikelnamiki axkana miak timokamawiyaya iwaya towampox tlakiya tichiwaskiah kema titlamiskiah primaria. Melawak, san timawiltiyayah wan tichiwaskia tlen tonanahwa techtlanawatiyah. Nikelnamiki se nopilwampox nechilhwi “tlah notatah kikneki nechnamihtis, achi kwalli nicholos nochah”. Ipan nompaxtonalpa amo nikwamachiliyah tlen techilhwiyaya. Notlamachtihketl tlen sexto xiwitl miak welta techilhwi ma titokiliskia tlamachtistli, ma tikisaskiah tlen chinanko ma axtimolyokokoliseh keh tonanahwa. Kema kitlachiliyah kwalli tichihkeya tochantekitl, technotsayayah ma techtlahtlaniskiah tlah tipiyayah senyelistli ipan Tlapa, pampa nepa kwalli timomachtiskiah secundaria. Nesiyayah achi techtlasohtlayayah tohwantih keh okichpilmeh. Ipan nompaxtonalli tiyawiyaya 54 ipan sexto; 34 tlen A nechikolistli wan 20 tlen B nechikolistli. Okichpilmeh eliyayah 32 wan tohwantih 22.”

Centro de Derechos de la Montaña, Tlachinollan



“Nipiyayah 11 xiwitl kema nikakih techpehpenihkeh. Nikitak kenihkatsa motlailihkeh ma kiampa mosenkawayayah. Kema motsakwaskiah senkawalistli onkayayah pitsomeh wan miakih tlamantli tlen timotlakwaltiah...nicholoh. Tlawelnimahmawiyayah. Wan teipa, miak tlahtlakoli pampa tlen techpanoskia eliskia pampa nicholoh tlen nochinanko”.

Odilia López Álvaro, chol siwatl wan manawihketl ipan Centro de Derechos de la Mujer de Chiapas



*¿Tlakiya timoyolnohnotsa tlen kipanoh Nayeli, Andrés, Tepetl masewalsiwapilmeh wan Odilia?*

---

---

---

---

*¿Kenihkatsa timoilhwiah sentilistli ipan 14, 15 noso 17 xiwitl kinmelawa noso kintsakwiltiah mostla innemilis?*

---

---

---

---

*¿Tlakiya elkih tlen kiwikak Nayeli wan Andrés ma monamihkiskiah saya pisiltsitsih?*

---

---

---

---

*¿Kenihkatsa kinmelawas inintlamachtlistli, inintekitl wan iwikalis iniwaya iwampox?*

---

---

---

---



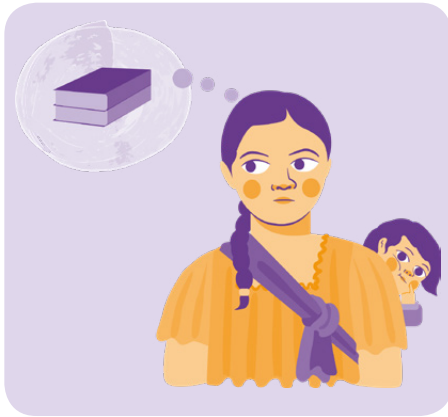
**Tlen achtowi moixnextih elih tlen panowa kema saya pisiltsitsi monamihtiah noso mosiwahtiah wan axinkiknekih ipan Matrimonios y Uniones Infantiles Temparanas y Forzadas (MUITF).**

Eli kema mosentiliah achtowi kinkaxitiseh 18 xiwitl. Ni tlahtolli chikawak kiixnextiah kampa axiwikal kiampa mopantiah siwapilmeh, okichpilmeh, ichpokameh wan telpokameh, pampa axiwikal inxiwitl, tlah siwameh noso tlakameh noso nochi ome.

Kemantikah mosenkahtokeh inintatahwa, ininkoliwa, ininteotah noso inamik tlen tlakatl kema achi weyi keh siwatl tlen ika mosiwahtis inihwantih kihtowa tlen mochiwas, ma kiampa mosentiliseh. Kemantikah kihtowa pampa axtleno kinpiah, pampa kinyokatlaliah wan pampa owih tekutih. Kemantikah mopatlaliah kwaltilolli noso tomin tlen kintemakah ichpokatl isenyelis.

Kemantikah se ichpokatsi wan se telpokatsi mosenkawa mosentiliseh san pampa kiampa ipanimah mochiwa wan kintlachilihtokeh ipan ialtepetsitsi. Maskeh mowelitas tlah saya pisiltsitsih tlah kinpiaseh ininkonewa kitsakwiltis miak tlamantli pampa axweli kwalli motomintlaniseh, axkwalli tekutiseh ipan ialtepetsitsi, wan nohkia axweli momachtiseh wan tekutiseh. Kema tiitstok ichpokatsi noso titelpokatsi eli tonalpa timomachtis, titekitis moixnexkayaoh, tlen ta tiknekis noso se weyitekitl iniwaya sekinoh masewalmeh.





Onka miakih tlamantli axkwalli kema saya pisiltsitsih siwapilmeh, okichpilmeh, ichpokameh wan telpokameh: pampa yani axkwalli moweychihtok inintlakayo wan nohkia ininyoloh, axkana ika xoxolka kihtoseh tlakiya inkikneki, achi welis mikiseh kema tlakonewiseh wan nohkia kinkawaseh tlamachtloya, nohkia owih motlanawatiseh wan kintehtemoseh inintekitl tlen kwalli ipan ni tonalli wan nohkia teipanok.

Kema mosentiliah wan tlanemiltiah saya pisiltsitsih kimelawa ipan itlakayoh ichikawalis wan itlanamikilis, kenihkatsa moweychiwa siwapilmeh wan ichpokameh.



*Ipan ni kaltsahkayotl ximachiyotlali ika ✓ kampa motlatskialiah ika namihtilistli wan sentilistli kema saya pisiltsitsih:*

Axtleno kinpiah	
Itatahwa wan ikoliwa inintetonilis	
Tlen ipanimah mochiwa	
Pampa siwameh axmotlanawatiah iniseltih	
Pampa siwameh wan tlakameh axiwikal	
Axinkikneki kintokiliseh tlamachtilistli	
Siwameh kinyokatlaliah	
Moneki tomin noso tlamantli tlen miak ipatih wan mopatlaliah	
Teotlahtolli wan senyelistli kintetsopa	
Kimachiliah miak tlasohtli	
Tlanemiltilistli	
Pampa kikneki cholos ichah pampa kintekokoliah	



Ni namihtilistli wan sentilistli kema saya pisiltsitsih wan axinkikneki tsahtok ipan Mexiko pampa axkintlepanita masewaltechpowilistli wan kimahmatiah techpowilistli tlen siwapilmeh, okichpilmeh, ichpokameh wan telpokameh, inihwantih nesih ipan Weyitlanawatilamatl Constitución keh kinmanawiah tlanawatilli.

Ipan nochi tlaltokahyoh tlen ni Mexiko motsahtok namihtilistli noso sentilistli achtowi kinpiaseh 18 xiwitl.

**Weyi tlanawatilli Ley General de Derechos de Niños, Niñas y Adolescentes (LGDNNA, 2014):**

Piltlanawatilli 45 “nochi tlanawatilli tlen Mexiko wan nohkia nochi tlaltokahyotl tlen ni, ika itekitl, kinsenkawaseh achi pisiltsih ma monamihtiseh noso mosiwahtiseh elih ika 18 xiwitl”.

**Código Civil Federal (México, 2019):**

Piltlanawatilli 14 “ma weli monamihtiseh noso mosiwahtiseh moneki kinkaxihtihokeh 18 xiwitl” Nochi tlaltokahyotl tlen Mexiko kinchihkeya ipan icodigos ya ni.



*¿Tlakiya tlachiwalistli welis mochiwaskia ipan tlamachtloya noso altepetsitsi ma axonkas namaihtilistli noso sentilistli kema saya pisiltsitsih?*

---

---

---

---

*¿Tlakiya tikhwiliskia mowampoyowa tlen ni namihtilistli noso sentilistli kema saya pisiltsitsih?*

---

---

---





*¿Tlakiya tikilhwiskia ahkaya kikneki mosentilis noso monamihtis saya pisiltsitsi?*

---

---

---

---

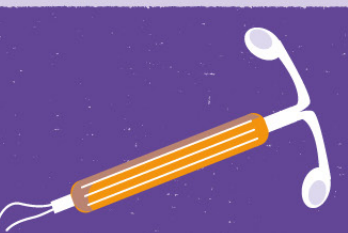
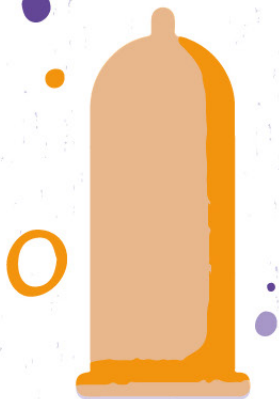
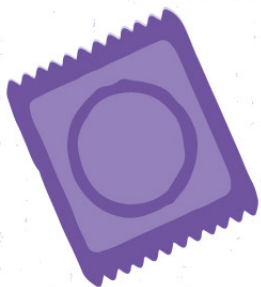
**Xikelnamiki moxiwitl tlawelweyi eli.**

Kwalli eli ma tiwehkawas moxiwitl ma timonamihtis noso timosentilis. Nochipa weli tikpias monamik, se ichpokatl noso se telpokatl wan amo tlanemiltiseh wan amo motlaloseh. Nochipa onka kawil ma timosentilis, timosiwahtis noso timonamihtis wan tipewas tichiwas mosenyelis.



# OME TLAMANTLI

• TLEN MOMOKWITLAWIA •





## 4. NA NIMITSMOMOKWITLAWIA, TA TECHMOMOKWITLAWIA

Motekiwis pahtli ika motsakwiltis konemeh titokachtiah anticonceptivos ni nohkia ma axtimomawas ika kokolistli Infecciones de Transmision Sexual (ITS) tlakameh wan siwameh kinpiah inintlanankilis. Ma achi momanawis achi kinnamiki ma kintekiwiseh ome tlamantli.

Ni ome tlamantli tlen momokwitlawia motekiwis ipan sesen welta se tlakatl condon noso se siwatl condon wan seyok tlamantli noso tlakayotl itlapatilis kintokachtiah hormonal, kiampa motsakwilia se tlanemiltistli wan axmomawas ika kokolistli Infeccion de Transmision Sexual (ITS). Nohkia, kema tlawel moneki, welis kema motsayanis noso mokotonas condon noso mokelkahkih kitoloskia pahtli tlen kitsakwiltiah konemeh titokachtiah anticonceptiva.

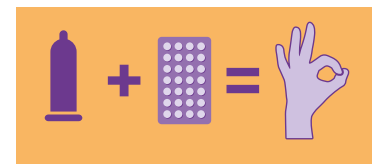
Motekiwis nochipa ome tlamantli tlen momokwitlawia eli achi temachtli, tlah elis ika san se monamik, noso iwaya seyok.

Moixmatis wan motekiwis ome tlamantli tlen momokwitlawia kwalli nesi tlanankilistli.

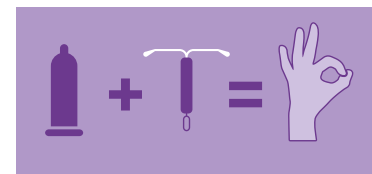


### ¿Kenihkatsa motekiwis?

1. Tlakatl kitekiwia se condon wan siwatl kitekiwia seyok tlamantli anticonceptivo keh ni implante subdermico yani kihtosneki kintlalia tlatsintla ipetlayo, ni Dispositivo Intrauterino (DIU) tlen cobre tepostli, nohkia onka DIU kintokachtiah hormonal yani kihtosneki tlakayotl ipatlatilis, DIU tlen kintokachtiah ultima generaci3n, nohkia onka tolohpahtli wan anticonceptiva tlatsopintli, se parche, se pilyawaltsitsi anillo noso tepostli espermicida.



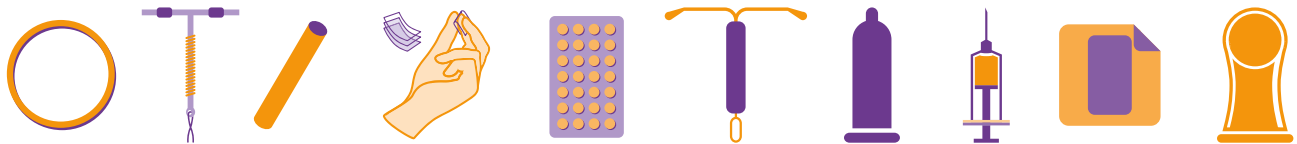
2. Ma achi kwalli tekitis, sansehko motekiwis tlakatl condon ika seyok anticonceptivos Reversibles de Acci3n Prolongada (ARAP) keh ni DIU tlen cobre tepostli, DIU kintokachtiah hormonal, DIU tlen kitokachtiah ultima generaci3n wan implante subdermico yani kihtosneki kintlalia tlatsintla ipetlayo.



Ome tlamantli tlen momokwitlawia: 99% achi kwalli tekitia



Xitsakwa ipan se yalwaltsitsi ni ohtli métodos de barrera wan ika seyok kaltsahkayotl tlen hormonales tlakayotl itlapatilis.



Ipan ni kaltsahkayotl ximachiyotlali se  $\sqrt$  tlah maneloli tlen ni pahtli anticonceptivos eli ome tlamantli tlen momokwitlawia, wan ximachiyotlali se X tlah maneloli AMO tekutih. Kema titlamis, xitlachili tlah kwalli tinankili wan xitemaka se punto tlah kwalli, simiakili nochi sansehko.

Ohtli tlen kitsakwiliah konemeh métodos anticonceptivos		Ome tlamantli momokwitlawia
1	Condon masculino + Implante subdermico	
2	Lamina espermicida + Condon masculino	
3	Condon masculino + Condon femenino	
4	Inyecciones + Vasectomia	
5	DIU + Condon masculino	
6	Condon masculino + Parche subdermico	
Nochi tlen kisatok		



¿Ketski kwalli titlanankili?\_\_\_\_\_. Xipatiitah tlah mitsnamiki sempa titlachilis ome tlamantli momokwitlawia. Sempa xitlachili sesen ohtli ni métodos anticonceptivos tlen achtowi neski wan ximomachtih kenihkatsa motekiwia wan tlen achi kwalli tekutih. Xipehpeni katli achi kwalli mitsnamikis wan mowikas ika monemilis.

Xikixmatih wan xitlachili kanke mokawa kwaltilolli tlen xinaxtlakayo noso tlah tikneki tipias mokonewa, keh ni mitsyekanaseh, mitspalewiseh ma tikihtos noso tisenkawas se tlahtlanilistli tlen ni kamanalli.



*¿Tlakiya kihtosneki tlanankilistli corresponsabilidad?*

---

---

---

---

Ni tlanankilistli corresponsabilidad, kema mowelitah sansehko wan ika siwameh wan tlakameh kinpehpeniah wan kintekiwiah ohtli métodos anticonceptivos yani kinpalewiah ma axonkas tlanemiltilistli tlen axkikneki wan ITS.



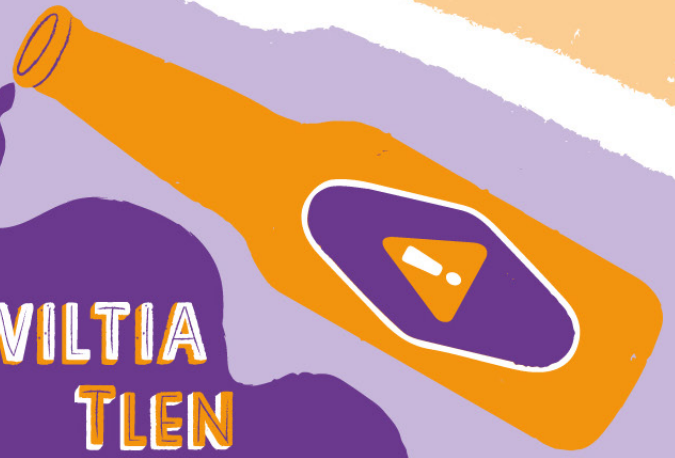
### *Tlanankilistli*

	Ohtli métodos anticonceptivos	Ome tlamantli tlen momokwitlawia
1	Condon masculino + Implante subdermico	✓
2	Lamina espermicida + Condon masculino	✓
3	Condon masculino + Condon femenino	x
4	Inyecciones + Vasectomia	x
5	DIU + Condon masculino	✓
6	Condon masculino + Parche subdermico	✓





NA  
NITSAKWILTIA  
TLEN  
NECHMELAWAS





## 5. NA NITSAKWILTIA TLEN NECHMELAWAS



*Kwalli xiixpowa ni yolmelawalistli:*

Ichpokatsih wan telpokatsih kinpiah ininxinaxpantilistli kema kinpiah 17.5 xiwitl, mekatsa kema pewah tlai eli kema kinpiah 17.9 xiwitl.

Tlen 25 por ciento tlen ichpokatsih tlen kinpiahkeh xinaxpantilistli ipan eyi meetstli wan moiwintihkeh amo kintekiwihkeh ohtli tlen ni métodos anticonceptivos kema moxinaxpantihkeh.



*¿Kenke sekih ichpokatsih wan telpokatsih tlai? ¿Kema kinchiwah?*

---

---

---

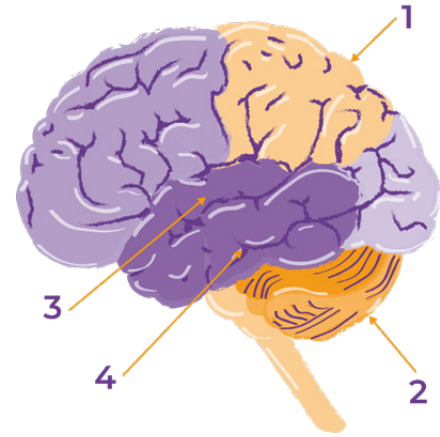
---

Tlailistli eli se tlamantli nimantsi kinenpolowa totlanamikilis, tlawelkinpaktiah wan itlanawilis weli elis nimantsi noso mowehkawas, keh ni:

1. Kinenpolowa iixko totlanamikilis kiampa axkwalli tisenkawa se kwesolli, axtikelnamikih, wan axkwalli timomachtiah. Nohkia, kichiwa ma kintehtemoseh tewilistli kampa amo onka kenke wan miakih tlamantli wan axkintlachiliah tlakiya panos, kinenpolowa nochi tlen timachiliah wan weli kichiwas ma tikitaseh tlayatentok, wan nohkia axkwalli timachilis tlakwalli.



2. Kitlanawia cerebello pampa kikixtiah tlanankilistli tlen totlakayoh, axkwalli tinehnemih pampa timowiwipikah wan axkwalli tikitskia tlamantli.
3. Kinenpolowa hipotálamo, yani kiyekana toyoloh itekitl. Ika tlailistli weli motemos noso motlehkos wan tikochis keh timihtok.
4. Tlah miak titlai weli tinenpolos seyok totlanamikilis itlapankah itokah hipocampo kichiwas ma tikelkawas nochi tlen panoh wan nohkia weli axmitskawilis matimomachtis.



Kema titlai monenpolowa nochi tlamantli tlen kiyekana totlakayoh yani itokah sistema nervioso central, tlah ni panos axkwalli titlanankilis, axkwalli tiyehyekos se tlamantli, axkwalli tihtos tlakiya kwalli noso amo, axkwalli timoyolnohnotsas, kinenpolowa nochi totlachiwalis wan tonemilis wan toxinaxtlakayoh.



*¿Kenihkatsa mitsmelawa tlailistli ipan moxinaxtlakayoh? ¿Kenihkatsa axmomanelos tlailistli ika xinaxpantilistli?*

---



---



---



---

Kema onka xinaxpantilistli momoyawa yankwik pakilistli itlachiyalis, yese welis motlanawis ika tlailistli noso tlah titekiwiah sekinoh tlamantli tlen kinenpolowa totlakayoh. Tlen achi weyi mitsmelawas yani: Owih tisenkawas welitalistli wan axkwalli mochiwas xinaxpantilistli; axmotekiwis condon noso mokelkawas seyok método de barrera, axtiknekis tiwehkawas ni xinaxpantilistli, axkwalli timomachilis teipa pampa welis timachilis tlahtlakolli, timoyolpachos, timokwalanis, timahmawis, wan nohkia timomelawas ika xinaxtekokolistli, ika sekih.





Tlah timachilis “Na amo nechpanos” yani amo titlachilis tlen welis panos wan axkwalli. Ma kwalli titekiwis condon moneki kwalli tiitstos wan nochi timachilis, tlen axkwalli yolmelawalis keh ni “axiwikal momachiliah”, axkinmatih ni tlamantli tlawelkinmanawiah, pampa kiampa onka neltokilistli mochiwas se xinaxpantilistli wan amo titlanemiltis wan nohkia amo timomawas ika ITS.



*Ika ni yolmelawalistli xichiwa se tlahtolli kampa moixnextis axkwalli ichpokatsih wan telpokatsih ma tlai.*



¡Ni tlailistli amo mitstsakwiltis moxinaxtlakayoh ika pakilistli, ika kwitlawilistli wan ika tlepanitalistli tlen masewaltechpowilis kinchiwa!





**GOBIERNO DE  
MÉXICO**

**GOBERNACIÓN**  
SECRETARÍA DE GOBERNACIÓN



**CONAPO**  
CONSEJO NACIONAL DE POBLACIÓN

**INALJ**  
INSTITUTO NACIONAL DE LENGUAS INDÍGENAS



**ORGANON**

