

MANUAL DEL FACILITADOR/A

**Proyecto “Formación de Educadores Adolescentes y Jóvenes en
Prevención de ITS y VIH/SIDA”**

Proyecto de la Fundación Vencer

Apoyado: Por la Cruz Roja Suiza

Elaborado por: Mirta Ruiz Díaz - Alfredo Gaona

Diseño y corrección: Carlos Ruiz Díaz

Fotografías: Alberto Ramírez

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a la Cruz Roja Suiza por la confianza y el apoyo financiero para llevar adelante este propósito y muy en especial a los adolescentes y jóvenes que forman parte de este proyecto piloto y quienes ponen la esencia y el condimento para disminuir la incidencia del VIH/SIDA en nuestros jóvenes. Tenemos como desafío poder llegar a los resultados de impacto que tenemos como objetivo principal.

**Mirta Ruiz Díaz
FUNDACION VENCER**

INTRODUCCION

La población Paraguaya es esencialmente joven, así los menores de 15 años representan más del 40% del total y la franja entre los 15 y 64 años supera el 55% lo que determina una cifra elevada de la población económicamente activa.

Según ONUSIDA, un tercio de todas las infecciones por VIH ocurren en personas de entre 10 y 24 años de edad, y 90% de las infecciones se producen en países en vía de desarrollo. Por ello creemos que son los y las adolescentes y jóvenes quienes ofrecen las posibilidades de cambiar el curso de la epidemia en nuestro país, toda vez que les ofrezcamos las herramientas necesarias para hacerlo, porque la salud sexual y reproductiva de los y las adolescentes exige una urgente y especial atención.

Teniendo en cuenta que más de la mitad de la población mundial tiene menos de 25 años y que los y las adolescentes representan alrededor de la cuarta parte de la población, surge la necesidad de involucrar a los jóvenes en los proyectos que se refieren a salud joven- adolescente.

Las estadísticas nacionales muestran niveles muy elevados de embarazo adolescente como también de transmisión de VIH/SIDA y otras enfermedades transmisibles sexualmente, aun los temas relacionados al sexo y la sexualidad no son tratados o tocados sino son vistos como tabú, en la familia como también en los centros educativos.

Existen muchos mitos acerca del sexo y la sexualidad, los mitos forman parte de la sociedad paraguaya, mucho mas cuando hay que tocar temas controvertidos que son difíciles de entender y también explicar.

Para disminuir la información incorrecta y no real surge esta Guía para el adolescente-joven a fin de contar con la información correcta y actualizada con respecto a la sexualidad y a la forma de evitar el embarazo precoz, la transmisión del VIH y de las infecciones de transmisión sexual, y poder compartir con sus pares, para prevenirse.

Apartir de nuestras expectativas y experiencia de trabajo con los jóvenes, nos hemos dado cuenta de sus mitos y tabúes, sus realidades, sus necesidades, sus vocabularios y a través de una metodología participativa de comunicación activa entre el facilitador y el joven se crea este Manual para capacitar a capacitadores adolescentes y jóvenes y así poder ser interlocutores en la Promoción de la salud ante sus pares, en el marco del Proyecto **"Formación de Educadores Adolescentes y Jóvenes en prevención de ITS y VIH/SIDA", con apoyo y financiamiento de la Cruz Roja Suiza.**

“Formación y Capacitación a Facilitadores Adolescentes y Jóvenes en prevención de ITS y VIH/SIDA

METODOLOGIA Y TECNICA DEL DESARROLLO DEL TALLER

Como parte de este proyecto, se llevaron a cabo talleres de capacitación a capacitadores pares dirigidos a 15 jóvenes-adolescentes aproximadamente, quienes han sido seleccionados con el objeto de optimizar las estrategias para brindar un resultado adecuado a las necesidades de adolescentes y jóvenes, en la población urbana, peri-urbana y rural de nuestro país, quienes a su vez deberán llegar a 2.000 jóvenes en dos años, durante la ejecución del proyecto piloto.

En que Forma:

El proyecto prevee que se formen grupos de jóvenes y adolescentes voluntarios que no excedan de 15 personas. Quienes han sido capacitados por el equipo de educadores de la Fundación Vencer con temas relacionados al VIH/SIDA, Infecciones de Transmisión Sexual, Salud Sexual y Reproductiva y Derechos Humanos. Estos talleres deben favorecer en los jóvenes la efectividad, la confianza, la responsabilidad por lo aprendido para poder transmitirlo a sus pares.

Los primeros seis talleres fueron de capacitación continua, información, interacción y dinámicas. De este grupo han sido seleccionados los jóvenes que reúnen mayor captación, dinamismo y carisma para trabajar con sus pares.

Metodología:

La metodología utilizada para los talleres ha sido la participativa, la misma que estuvo orientada a generar intercambios de experiencias entre los capacitadores y participantes para facilitar el proceso de enseñanzas y aprendizaje. Hemos desarrollado jornadas con juegos e interacción, ejercicios participativos y trabajos grupales sobre los diferentes temas a ser desarrollados, esto permitió la integración de los participantes.

Instrumentos:

- Planeamiento estratégico sobre los temas a ser desarrollados
- Priorización de problemas
- Estrategias para la elaboración del material educativo de apoyo para el equipo
- Convocatorias
- Desarrollar habilidades del/ la capacitador/a para facilitar el proceso de aprendizaje.
- Evaluación de conocimientos a través del Pre-Test
- Determinación de objetivos de comunicación (audiovisual, dinámica)
- Estrategias para captar la atención a través de mensajes

- Evaluación de nuevos conocimientos a través del Post-Test
- Evaluación de los talleres de capacitación

Donde se realizaron los talleres de capacitación

Estos talleres de capacitación a jóvenes y adolescentes, han sido realizados en la Fundación Vencer, con facilitadores profesionales en los diferentes temas.

Posteriormente los mismos acompañados por un educador de la Fundación Vencer difundirán lo aprendido, en las diferentes instituciones educativas y no educativas, comunidades, tanto a nivel urbano, peri-urbana y rural.

Perfil del Facilitador para capacitar a capacitadores:

Son personas capacitadas en el trabajo con grupos, y que tienen la capacidad de diseñar un taller de capacitación a capacitadores, con conocimiento y experiencia en VIH/SIDA, ITS y DD.HH.

Capacidad de transmitir su conocimiento interaccionando con los jóvenes.

Perfil de los Participantes a ser capacitados/as:

Son jóvenes, adolescentes voluntarios, que están dispuestos a aprender y compartir con responsabilidad todo lo aprendido con sus pares, en diferentes espacios programados en el marco del proyecto.

PREPARANDOSE PARA LA JORNADA DE CAPACITACION A CAPACITADORES-PARES

A. TEMAS CUBIERTOS:

Presentación de participantes y facilitadores.
Presentación del proyecto
Nivelación de expectativas de ambas partes

B. OBJETIVOS:

Conocer a los participantes y los facilitadores
Explicación del Proyecto para jóvenes y adolescentes
Descripción de las expectativas de los participantes y facilitadores

C. METAS:

Capacitar a 15 jóvenes - adolescentes para educación en prevención de ITS-VIH/SIDA a pares

D .DURACION:

6 talleres de capacitación a capacitadores distribuidas en 3 a 4 horas por día

E. MATERIALES DE APOYO:

Lápices, bolígrafos, plumones
Pegasola- Porta nombres
Cinta de embalaje
Cinta de papel
Rotafolio
Papelógrafo
Pizarra
Cartulina
Tarjetas de color
Globos
Ovillo de lana
Carpetas
Hojas blancas

F. MATERIALES DE I.E.C (información, Educación y Comunicación)

Manual para Facilitadores
Trípticos
Dípticos
Afiches
Señaladores

G. MATERIALES DE PROMOCION Y DIFUSION:

Remeras

Bolsos

Condomes

Calendarios

PREPARANDOSE PARA LA JORNADA DE INFORMACION Y SENSIBILIZACION A PARES EN PREVENCION DE ITS-VIH/SIDA

A. TEMAS CUBIERTOS:

Presentación de participantes y facilitadores.
Presentación de los temas a desarrollar (ITS y VIH/SIDA)
Nivelación de expectativas de los participantes

B. OBJETIVOS:

Informar y sensibilizar a Pares en la prevención de ITS-VIH/SIDA
Esclarecimiento de los conceptos y mitos desde la realidad
Dinámicas e interacción

C. METAS:

Informar a 2.000 adolescentes y jóvenes (mujeres y varones) de las zonas urbanas, peri-urbanas y rurales, para educación en prevención de ITS-VIH/SIDA, distribuidos en 60 talleres en dos años

D. DURACIÓN:

2 horas aproximadamente por talleres

E. MATERIALES DE APOYO:

Papelógrafo
Cartulina
Tarjetas de color
Globos
Ovillo de lana
Lápices, bolígrafos, plumones
Pegasola- Porta nombres
Cinta de embalaje
Cinta de papel
Rotafolio

F. MATERIALES DE I.E.C (información, Educación y Comunicación)

Materiales Educativos
Trípticos
Dípticos
Afiches
Señaladores

G. MATERIALES DE PROMOCION PARA SORTEO:

Remeras
Bolsones
Mochilas
Condomes
Calendarios

PROGRAMA DE LOS TALLERES DE CAPACITACION A JOVENES Y ADOLESCENTES EN I.T.S Y VIH/SIDA

TEMA: ITS/VIH/SIDA EN PARES
OBJETIVO: Capacitación y Educación para la prevención de ITS- VIH/SIDA
LUGAR: Fundación Vencer
FECHA: Marzo del 2007
DURACION: 6 Jornadas
FACILITADORES: Mirta Ruiz Díaz, Alfredo Gaona - Fundación Vencer
GRUPO META: 15 Jóvenes y adolescentes

PREPARÁNDOSE PARA LA PRIMERA JORNADA

FECHA 03-03-07	TEMAS	RESPONSABLE	COMENTARIOS	
15:00 a 15:15hs	Inscripción y distribución de materiales	Vencer	Porta nombres Pegasola	
5:15 a 15:20hs	Palabras de bienvenida.	Vencer	Presentación	
15:20 a 15:35hs	Pre-Test	Vencer	Auto evaluación	Jóvenes
15:35 a 15:45hs	Conociendo a otras personas	Vencer	Dinámica grupal	Facilitadores
15:45 a 16:10hs	Expectativas del Taller	Vencer	Escribir en tarjetas	Facilitadores
16:10 a 16:20hs	Receso			
16:20 a 16:40 hs	Lluvia de ideas para el nombre del grupo	Vencer	Dinámica grupal	
16:40 a 17:00 hs	Plenaria	Jóvenes y adolescentes		Facilitadores
17:00 hs	Despedida			

PREPARÁNDOSE PARA LA SEGUNDA JORNADA

FECHA 10-03-07	TEMAS	RESPONSABLE	COMENTARIOS	
15:00 a 15:15 hs	Inscripción y distribución de materiales	Vencer	Porta nombres Pegasola	Facilitadores
15:15 a 15:25 hs	Evaluación del taller anterior	Vencer		Participantes
15:25 a 15:35 hs	Aire-Mar-Tierra	Vencer	Dinámica	
15:35 a 16:00 hs	Conceptos: Sexo, Género	Vencer	Trabajo grupal con tarjetas	Participantes
16:00 a 16:15	Receso			
16:15 a 16:45 hs	Plenaria	Vencer	Discusión en grupo	
16.45 a 17:00 hs	Creencias sobre la sexualidad	Fundación Vencer	Dinámica	Facilitadores
17:00 hs	Despedida	Fundación Vencer		

PREPARÁNDOSE PARA LA TERCERA JORNADA

FECHA 17-03-07	TEMAS	RESPONSABLE	COMENTARIOS	
15:00 a 15:15 hs	Inscripción y distribución de materiales	Fundación Vencer	Porta nombres Pegasola	
15:15 a 15:25 hs	Evaluación del taller anterior	Fundación Vencer		Participantes
15:25 a 15:35 hs	Juego del Bebe	Participantes	Dinámica	Participantes
15:35 a 16:35 hs	Conceptualización Sexualidad, salud sexual, salud reproductiva	Fundación Vencer	Trabajo grupal	
16:35 a 16:45	Receso			
16:45 a 17:00 hs	Despedida	Fundación Vencer		

PREPARÁNDOSE PARA LA CUARTA JORNADA

FECHA 24-03-07	TEMAS	RESPONSABLE	COMENTARIOS	
15:00 a 15:10 hs	Inscripción y distribución de materiales	Fundación Vencer	Porta nombres Pegasola	Facilitadores
15:10 a 15::20 Hs	Evaluación del taller anterior	Fundación Vencer	Participantes	
15:20 a 15:35 hs	Juego de tarjetas	Fundación Vencer	SIDA - NODA	Participantes
15:35 a 16:00 hs	Conceptualización del VIH/SIDA	Fundación Vencer		Facilitadores
16:00 a 16.15 hs	Receso			
16:15 a 16:25 hs	Pobre gatito	Fundación Vencer	Dinámica grupal	Participantes
16:25 a 17:00 hs	Taller de los condones	Fundación Vencer	Todo lo que debemos saber	
17:00 hs	Despedida			
15:30 a 17:00 hs		Participantes	Psicodrama	Dramatización
17:00 Hs	Despedida			

PREPARÁNDOSE PARA LA QUINTA JORNADA

FECHA 31-03-07	TEMAS	RESPONSABLE	COMENTARIOS	
15:00 a 15:10hs	Inscripción y distribución de materiales	Vencer	Porta nombres Pegasola	
15:10 A 15:20 hs	Evaluación del taller anterior	Fundación Vencer		
15:20 a 15:45hs	Vivencia Real	Vencer	Psicodrama	Participantes
15:45 a 16:00hs	Receso			
16:00 a 16:45 hs	Conceptualización de las ITS	Fundación Vencer	Plenaria	
16:45 a17:00 hs	El naufragio	Vencer	Dinámica grupal	
17:00 hs	Despedida			

PREPARÁNDOSE PARA LA SEXTA JORNADA

FECHA 24-03-07	TEMAS	RESPONSABLE	COMENTARIOS	
15:00 a 15:10 hs	Inscripción y distribución de materiales	Vencer	Porta nombres Pegasola	
15:10 a 15:20 hs	Evaluación del día anterior	Fundación Vencer		Participantes
15:20 a 15:30 hs	El mensaje	Vencer	Dinámica- teléfono cortado	
15:30 a 16:00 hs	Talleres evaluativos primer grupo	Participantes	Facilitar los talleres pares	
16:30 a 16:40hs	Receso			
16:40 a 17:00 hs	Taller evaluativos segundo grupo	Fundación Vencer		
17:00 hs	Despedida			

DESARROLLO DE LOS CONCEPTOS

ADOLESCENCIA: Se define como “**la etapa evolutiva**, que abarca aproximadamente entre los 10 y 19 años, iniciada a partir de los cambios evolutivos”

El Plan Nacional de atención Integral y Desarrollo Adolescente del Paraguay, define a la adolescencia como “el proceso con características biológicas, psicológicas, sociales y culturales que determinan diferencias de importancia según la ubicación de los individuos en la estructura social que caracteriza al país y su pertenencia a diferentes grupos culturales, lo que implica la necesidad de abordar su tratamiento contemplando las diferencias establecidas”

SEXO Y GÉNERO

El facilitador debe respetar el orden de los conceptos para que los participantes puedan comprenderlos mejor.

SEXO: Es el conjunto de características biológicas que diferencian el hombre de la mujer.

Con esto nacemos, algunos de los distintivos del sexo son: el pene, los testículos, la vagina y los ovarios.

GENERO: Es la relación que se establece entre los sexos en la sociedad. El género se va construyendo, varía en el tiempo y de acuerdo a cada cultura, por lo tanto es susceptible de ser modificado, es un rol social atribuido a un determinado sexo (lo femenino y lo masculino).

El VIH/SIDA, debe ser abordado desde una perspectiva integral teniendo en cuenta su diversidad respetando el género de cada uno de nuestros adolescentes y jóvenes, mirando más allá de lo simplemente biológico y reproductivo, sino desde una construcción social y cultural.

LA SEXUALIDAD: Es importante entender que la sexualidad, no solo está relacionado con los órganos genitales o el sexo biológico, sino que es una dimensión integral que abarca todo nuestro ser, corporal, psicológico y social.

Nuestro cuerpo es sexuado, es decir nuestros deseos, afectos, roles, nuestra identidad de género son parte de nuestra sexualidad y se expresan en como vivimos al ser mujer u hombres.

La Sexualidad nos permite reproducirnos, es la suma de todo el ser y su identidad (física, social, psicológica, espiritual).

SALUD SEXUAL: Es un concepto que va más allá del hecho de no padecer enfermedades, es aceptarnos como somos, disfrutar de nuestra sexualidad, es conocer nuestro cuerpo para aprender a quererlo y cuidarlo. Tener información, tener relaciones sexuales cuando lo deseemos con responsabilidad, sin permitir que nos presionen u obliguen a hacerlo.

Es vivir en equidad entre mujeres y hombres sin discriminación y desigualdad.

SALUD REPRODUCTIVA: Se refiere especialmente a aquellos aspectos de la salud relacionados con la reproducción del ser humano.

Es tener la libertad y responsabilidad para elegir el método de planificación familiar a utilizar, con una buena información para tomar una decisión. Es decidir, con responsabilidad, cuantos hijos tener y cuando, es no morir o enfermar por causas relacionadas con el embarazo.

DIVERSIDAD SEXUAL

HOMOSEXUAL: Definición: en referencia al término Homosexual deriva de la raíz griega Homo, que significa "mismo" o "igual" pero el termino se acuño a finales del siglo XIX (Kalen 1971).

La palabra "LESBIANA" proviene del griego de la isla de lesbos, donde las mujeres se tocaban y se abrazaban sin inhibiciones. Por lo general, las lesbianas se molestan cuando hacen alusión a ellas y les dicen homosexuales y la mayoría de los homosexuales varones prefieren utilizar el término "gay" como sinónimo de homosexualidad masculina.

HSH -Hombres que tienen sexo con Hombres.

En la sigla HSH se incluye por tanto a todos los nacidos hombres. En su mayoría varones con caracteres genéricos de lo masculino, en toda la gama que va del hipermacho al varón afeminado, e incluyen una minoría de

Transgéneros. Estos asumen los caracteres genéricos de lo femenino por vestimenta y medios cosméticos permanentes o transitorios, desde el maquillaje hasta el tratamiento hormonal e implantes de siliconas y a su vez incluyen una microminoría de transexuales, que no solo cambian su apariencia genérica sino que adecuan su cuerpo mediante construcción quirúrgica de una neovagina.

Es importante señalar que hay hombres que tienen sexo con otros hombres pero no son o no se consideran a si mismos como homosexuales, bisexuales o gays.

Para poder dar cuenta de la diversidad de identidades, los epidemiólogos han propuesto utilizar la categoría de "**Hombres que tienen sexo con Hombres**" ya que es el sexo sin protección –en este caso entre hombres- el que puede transmitir el VIH, y no el hecho de asumir o no una identidad determinada. En este sentido, la disociación entre las prácticas y las identidades contribuye a que muchas personas se sientan poco o nada vulnerables al VIH porque no se reconocen o no reconocen a sus parejas sexuales como expuestas al riesgo del SIDA, porque asocian al SIDA con homosexualidad y no se consideran Homosexuales.

Igualmente, las campañas orientadas solo a hombres gays, no llevaría sus mensajes a otros hombres que, sin tal identidad, tienen sexo con hombres. Por ello, la expresión HSH pretende definir una categoría de personas sobre la base de su comportamiento

Vivimos en una sociedad con personas que tienen orientación sexual diferente a la nuestra o igual y esto constituye una diversidad sexual los cuales debemos conocer y respetarlos.

La homosexualidad es cuando una persona siente atracción por otro u otra persona de su mismo sexo, Ej: Hombre-Hombre, Mujer-Mujer y **la heterosexualidad** es cuando una persona se atrae por otra persona de sexo opuesto, Ej: Hombre-Mujer, Mujer-Hombre.

AUTOESTIMA:

Es la capacidad de valorarse y aceptarse. Se relaciona con saber tomar decisiones, no sentir temor, miedo o culpa, es sentirse seguro y competente.

La forma como nos sentimos influye en nuestra relación con los demás. La autoestima, se construye se alimenta y necesita fortalecerse para mantenernos sanos mental e integralmente.

EL COMPROMISO:

Nadie se compromete con lo que no conoce, el reconocer y valorar los derechos de los adolescentes y jóvenes, posibilita asumir todas las responsabilidades que ello conlleva. Se asume desde la propuesta en la ejecución, financiamiento, aplicación y el seguimiento de la propuesta.

TRABAJAR EN EQUIPO

Trabajar en equipo significa valorar la diversidad de estilos en el trabajo de las personas, lo que aumenta el desempeño de todos-as e incrementa la motivación. Favorece la adquisición de habilidades, y posibilita comunicarnos de manera clara y sencilla, ejercitarnos en el buen trato y respeto entre las personas, conducir reuniones, manejar conflictos, ponerse de acuerdo y tomar decisiones.

LIDERAZGO

Líder democrático es aquel que no domina, aleja su ego y piensa en las necesidades de crecimiento y desarrollo de su gente para lograr los objetivos.

Este liderazgo de servicio genera el respeto, gratitud y admiración de los seguidores, lo que genera un verdadero compromiso a largo plazo.

Es actuar sin máscaras, es ser uno/a mismo/a. El o la líder tiene alta autoestima y poco ego, con predominio de pensamientos positivos sobre sí mismo/a. La voz sana es la predominante, no necesita decir "Yo hice", "Yo soy", porque los demás así lo reconocen y el o ella no necesitan decirlo.

LOS DERECHOS HUMANOS

Todo derecho humano parte de una necesidad humana, la cual es reconocida socialmente como un valor, es algo inherente que no se negocia, la sociedad debe definir derechos y responsabilidades. Es una lucha permanente para que los derechos humanos no sean entendidos como normas o tratados sino como una forma de vida, el cual lo traemos desde la concepción misma.

Los Derechos Humanos, es el camino hacia una vida plena y feliz basada en el respeto de todas las personas y a su diversidad.

ESTIGMA Y DISCRIMINACION

No debemos confundir estas dos palabras aunque casi siempre van juntas, y en el mundo del VIH/SIDA, son una realidad constante del cual debemos hablar.

ESTIGMA:

Marca o señal indeleble, impresión de las llagas de Jesús, en el cuerpo de un santo, son sobrenaturales. Marca impuesta con hierro candente como pena infamante, o signo de esclavitud.

Algunos de los ejemplos de la estigmatización en las personas son: sidosos, sidóticos, portadores, putos, putas, prostitutas. En los adolescentes y jóvenes se dan de la misma manera: irresponsables, inconscientes, no saben nada, están calientes, calentones, entre otros.

DISCRIMINACION:

Diferenciar una cosa de otra. Dar trato de inferioridad a una persona o colectividad.

Algunos de los ejemplos en que se dan la discriminación son: Tiene sida no debemos permitir que ingrese a los centros educativos, no deben juntarse con el o ella porque tiene sida, son despedidos de su trabajo por tener diagnostico positivo, no pueden ascender a grados superiores en las fuerzas armadas por ser una persona que tiene VIH.

En los jóvenes y adolescentes la misma discriminación por su etapa no puede tomar ninguna responsabilidad, es demasiado joven, no entienden nada, están en la joda siempre.

CONCEPTUALIZACION DEL VIH Y EL SIDA

El **VIH (Virus de Inmunodeficiencia Humana)**, es un virus que ingresa al organismo del ser humano, debilitando el sistema de defensa del cuerpo, con el tiempo se va reproduciendo y da lugar a la aparición del :

SIDA (Síndrome Inmuno Deficiencia Adquirida), son síntomas o signos que aparecen cuando el sistema inmunitario está destruido, apareciendo algunas infecciones oportunistas.

El VIH, fuera del organismo puede sobrevivir muy poco tiempo. Es muy sensible al calor, ya que no sobrevive a más de 60°C, por eso el virus debe penetrar en el interior del organismo y entran en contacto con la sangre de la persona expuesta para infectarlo.

Se cree que a transmisión necesita una cantidad mínima de virus para provocar una infección.

Es esencial que utilicemos términos que no sean discriminatorios. Los términos han evolucionado desde el inicio de la epidemia. Es importante para ti conocer la diferencia entre tener el virus **VIH** y estar con SIDA.

Se puede vivir muchos años con VIH, sin desarrollar enfermedades en esta fase.

Se habla de que una persona desarrolla SIDA cuando se encuentra afectada por infecciones oportunistas, que deterioran su estado de salud.

EL VIH NO DEBE CONFUNDIRSE CON EL SIDA

Muchas personas confunden estos dos términos, aun el personal de Salud. Los términos que se utilizan actualmente son: **"Persona que vive con el VIH"** es una persona que no ha presentado ninguna enfermedad oportunista, **"Persona que vive con SIDA"** es una persona que ha desarrollado alguna enfermedad oportunista. Pero para sintetizar es mejor que utilicemos **"Personas que viven con el VIH/SIDA"**.

No utilices ni permitas que utilicen términos inapropiados, como **"sidóticos, portadores, infectadas, sidosos"**, que se utilizaron al inicio de la epidemia de manera discriminatoria y con perjuicios.

También se hablaba de "Grupos de riesgo" que hoy ha sido remplazado por **"Personas con comportamientos o conductas de riesgo"**, o **"Personas más vulnerables"**.

También el uso del término de **"transmisión"** es mas apropiado, antes que decir "contagio", ya que debes saber que **"el VIH no se contagia se transmite"**.

Estudios para el VIH/SIDA?

Para saber si tienes o no VIH, se hacen dos pruebas serológicas: el **Test de ELISA** y el de **Western Blot**.

El Test de **ELISA** (se denomina análisis **ELISA** "Ensayo de Sorbente Inmunitario de Liga Enzimática") detecta los anticuerpos producidos por el organismo como reacción a la presencia del virus. Los anticuerpos se encuentran en el suero de la sangre o sea la parte de ella exenta de sus células. Busca los anticuerpos y no directamente al virus. Es un método clásico, simple y rápido, es poco específico y puede corresponder a un falso positivo por eso se debe repetir 2 veces.

El Test de **Western Blot**, que determina la presencia o ausencia de anticuerpos al virus del VIH y su resultado es definitivo. En consecuencia toda persona que tiene positivo al Test de **ELISA** para el **VIH**, necesariamente debe hacerse el test de confirmación de **Western Blot**.

A partir de la infección del VIH, el cuerpo necesita 3 meses aproximadamente para producir una cantidad suficiente de anticuerpos, y para que los exámenes (Test de Elisa) pueda detectarlo, esto se conoce como **Periodo Ventana**.

Si un test se realiza antes de los 3 meses, este dará un resultado negativo, pero puede tratarse de falso negativo, debido a que aun no existen anticuerpos en cantidad suficiente para ser detectados por el Test de **ELISA**.

También existen los **Test rápidos**, que pueden dar el resultado en algunos minutos, los que están disponibles, hoy en día son cada vez más sensibles y específicos.

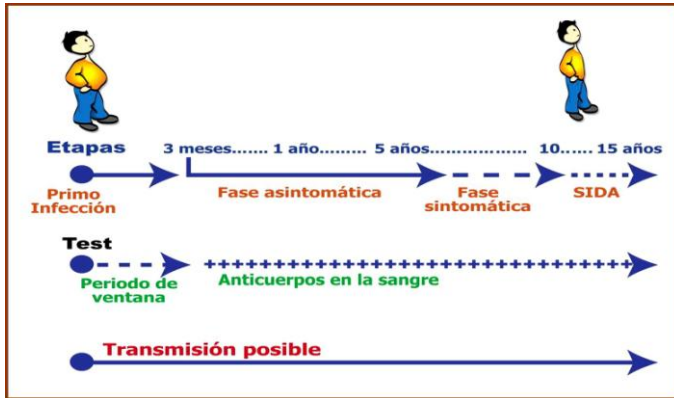
¿Qué es el Vih y el Sida?



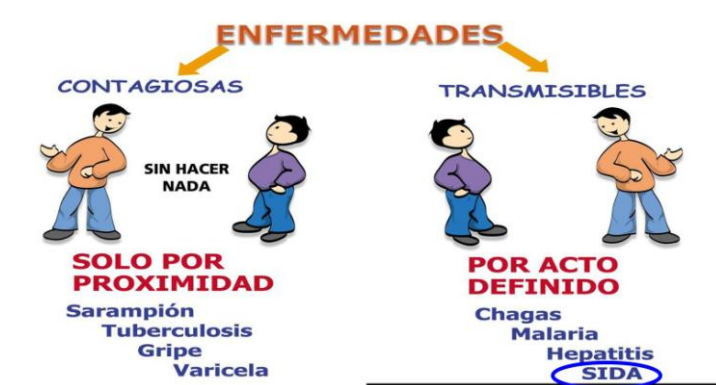
¿Cómo reacciona nuestro organismo frente al virus?



Evolución de la infección por el Vih



Utilicemos los términos correctos



El VIH no es contagioso, es transmisible

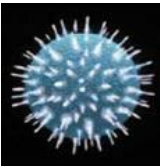
Transmisión



Transmisión

El Virus se encuentra en cantidad suficiente en:

SANGRE
SEMEN
SECRECIONES VAGINALES
LECHE MATERNA



Existe en la saliva, las lágrimas, el sudor, la orina, pero
NO EN CANTIDAD SUFICIENTE para transmitir.

Resumen de las 3 vías de transmisión en Paraguay



VÍA SEXUAL

80%

Semen

Secreciones vaginales



VÍA PERINATAL

5%

Sangre

Leche materna



VÍA SANGUÍNEA

6 %

Sangre

No se sabe 9%

¿Cómo no se transmite el VIH?



Compartir



Baños públicos



Compartir el terere



Picaduras de mosquitos



Estrecharse las manos

¿Cómo saber si tengo VIH?



TEST DE ELISA para el VIH
Diagnóstico



Western Blot
Confirmación

El test debe ser VOLUNTARIO, CONFIDENCIAL y ANÓNIMO

EL SIDA Y LAS INFECCIONES DE TRANSMISION SEXUAL

EL SIDA Y LAS venereas

- Las infecciones de transmisión sexual (ITS) o venérea son : Cualquiera de las infecciones que se transmiten por contacto sexual entre dos personas.
- Se transmiten a través de las relaciones sexuales por la vagina, ano, o durante el sexo oral.

Síntomas para saber que un Hombre tiene una Infección de Transmisión Sexual

- Secreción de pus o goteo por el pene o ano, manchas en la ropa interior.
- Ardor o dolor al orinar
- Aparición de una llaga o herida en la zona genital o anal
- Ganglio inflamado cerca de la llaga o herida
- Bichos o piojos en la zona del vello púbico

Síntomas para saber que una Mujer tiene una Infección de Transmisión Sexual

- Aumento del flujo de la vagina
- Sensación de peso o quemazón de los órganos genitales
- Aparición de una llaga o herida en la zona genital
- Ganglio inflamado cerca de la llaga o herida
- Bichos o piojos en la zona del vello púbico
- Dolor durante el acto sexual
- Ardor o dolor al orinar
- Picazón en la zona genital

Al tener una Infección de Transmisión Sexual Aumenta el Riesgo de transmitirte de VIH-SIDA: Esto ocurre con:

Las Infecciones de transmisión sexual (ITS) que causan heridas abiertas o cortadas en la piel como: SÍFILIS, HERPES, CHANCROIDE
Como para las que no causan cortadas en la piel: GONORREA Y CLAMIDIA

Esto ocurre porque:

- Las venéreas pueden causar una irritación o herida en la piel, que causa que el VIH se introduzca en el cuerpo durante el contacto sexual más fácilmente.

Aún cuando la ITS no cause ninguna irritación o herida abierta, la infección puede estimular una respuesta especial en la zona genital que puede causar que la transmisión por el VIH-SIDA sea más probable.

SI una persona tiene VIH-SIDA y una ITS, tiene 3 a 5 veces más Probabilidad de TRANSMITIR EL VIH-SIDA a otra persona.

Infecciones de Transmisión Sexual (I.T.S)

Los síntomas de una enfermedad de transmisión sexual, es una infección que se transmite principalmente a través del contacto sexual; el dolor es la reacción ante una invasión del cuerpo humano por parte de un microorganismo.

En las enfermedades de transmisión sexual, la infección se transmite de un huésped a otra persona en las diversas prácticas de contacto sexual. Una persona que tiene un microorganismo se lo pasa a la otra a través de los líquidos corporales y las membranas mucosas en el coito o penetración vaginal, en el sexo oral, en el coito anal, en el contacto bucoanal y algunas enfermedades por los besos de boca a boca. No todos estos padecimientos se transmiten a través de las mismas prácticas sexuales, hay unos más contagiosos que otros, también existen etapas en las que el contagio o la transmisión es más probable.

Las Enfermedades sexualmente transmisibles pueden darse también por otra vía que no es la sexual, como una transfusión de sangre o de la madre embarazada al feto.

Como grupo de enfermedades, estas pueden lesionar de forma permanente los órganos genitales de ambos sexos y producir esterilidad (incapacidad reproductiva permanente) o infertilidad (incapacidad reproductiva eventual), pueden afectar al feto en el caso de las embarazadas e incluso llegar a causar la muerte.

Por lo general, entre sus efectos importantes se cuentan los psicológicos, pues forman parte de las relaciones afectivas y ponen en evidencia las contraindicaciones en los valores de los diversos grupos sociales. La culpa, la subestima, aun la depresión, son secuelas comunes de un diagnóstico de alguna enfermedad de este tipo.

La organización mundial de la salud ha considerado los siguientes padecimientos como sexualmente transmisibles:

- [sífilis](#)
- [gonorrea](#)
- [chancro blando](#)
- [condilomas acuminados](#)
- [vaginitis](#)
- [herpes genital](#)
- [parasitosis \(sarna y pediculosis\)](#)
- [uretritis inespecífica](#)
- [SIDA](#)

LA SÍFILIS:



Es una de las I.T.S, más conocidas y graves, que ha causado muchas muertes antes del descubrimiento de la penicilina y es producida por una bacteria *Treponema pallidum*. Fuera del organismo muere rápidamente y para su transmisión debe existir una solución de continuidad (herida o rozadura). Vive

muy bien en áreas mucosas como la boca, los genitales y el recto. Se transmite principalmente por contacto sexual, pero también por transfusiones y, a través de la placenta, de la madre al feto.



El periodo de incubación abarca aproximadamente tres semanas, después de las cuales aparece en el sitio de penetración del treponema una lesión llamada chancro, parecida a una úlcera y que puede pasar desapercibida pues no produce dolor ni secreción.

Esta lesión dura entre tres y seis semanas, y

aparentemente desaparece, aun sin tratamiento, pero en

realidad se hace latente. En este momento puede realizarse el diagnóstico examinando al microscopio (campo oscuro) material de la úlcera. Si no es detectada, la enfermedad sigue su evolución, dando lugar a la llamada sífilis secundaria, la cual ataca las mucosas, la piel y los ganglios. En ese momento se puede llevar a cabo el diagnóstico por el examen **VDRL**. Si en ese tiempo se aplica tratamiento, la sífilis desaparece; de lo contrario, vuelve a hacerse latente y antes de dos años del inicio de la infección aparecen síntomas nuevamente.

Si la Sífilis no se detecta después de estos dos años, se convierte en sífilis tardía y provoca trastornos en la piel y los huesos, en el corazón y en el sistema nervioso central.

Esta enfermedad puede transmitirse durante el embarazo y pasar, a través de la placenta, al producto, ocasionando abortos al principio de la gestación.

En etapas más avanzadas del embarazo deja lesiones en el niño, como alteraciones en los dientes, cicatrices en la piel, lesiones en huesos de la nariz, en el paladar y, en algunos casos, ceguera o sordera.

GONORREA:



Esta infección ataca los tejidos urinarios y genitales, pudiendo afectar también los ojos y los órganos genitales internos. Es producido por un microbio llamado Neisseria gonorrhoea, conocido como gonococo. Su forma de transmisión principal es el contacto sexual y su periodo de incubación abarca de tres a siete días.



En el hombre produce:

- dolor y ardor al orinar,
- acompañados de una secreción purulenta y amarillenta.

En las mujeres generalmente es asintomática (en un 80%);

- algunas presentan flujo o descarga purulenta
- acompañada de irritación vaginal o dolor al orinar.

Cuando no se lleva a cabo un tratamiento inmediato,

- puede producir otros problemas y atacar órganos internos tanto en el hombre como en la mujer y, en esta última instancia, producir esterilidad.

CHANCRO BLANDO:

Su nombre deriva de su cierto parecido con el chancre; sin embargo, esta lesión presenta salida de secreción y dolor. Es producida por un microbio llamado Haemophilus ducreyi, y sus síntomas se inician en los genitales después de cinco o seis días de Transmisión, con la presencia de pequeñas llagas (úlceras) muy dolorosas y salida de material purulento acompañada de inflamación de los ganglios linfáticos inguinales.

HERPES GENITAL:



Es una ITS, causado por el virus herpes simple tipo II y su periodo de incubación es de aproximadamente 21 días.

La Herpes Genital tiene dos etapas:

- el primer brote o infección primaria que, después de 7 días, inicia con una intensa comezón en la zona del pene o en la superficie interna de los labios mayores;
- posteriormente aparecen pequeñas vesículas que segregan líquido, revientan y dan lugar a lesiones dolorosas.

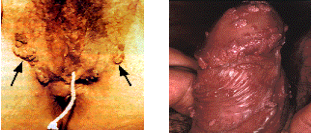


El herpes recurrente se producirá meses después con la misma sintomatología de la primera vez, aunque con menos dolor y menor duración que entonces. El momento de máxima transmisión es durante la crisis o hasta tres días después de la desaparición de las vesículas. El herpes no tiene un tratamiento específico, únicamente de tipo sintomático.

CONDILOMAS ACUMINADOS:

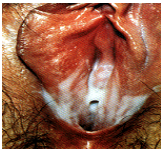
Esta enfermedad, conocida como cresta, es producida por el virus del papiloma humano (VPH) y se adquiere por el contacto sexual.

- Las lesiones se inician de cinco a ocho días después de la transmisión, con la presencia de pequeñas verrugas que aumentan de tamaño y semejan pequeñas crestas de gallo, pues son neoformaciones de la piel.



Uno de los conocimientos más recientes y menos difundidos es que en el 90 a 95% de los casos el VPH está relacionado con el cáncer de los genitales masculinos y femeninos, lo cual significa que se transmite a través de las relaciones sexuales.

VAGINITIS:



Existen principalmente dos tipos de vaginitis: la monoliasis, que es producida por un hongo llamado *Candida albicans*, y la tricomoniasis, producida por un protozooario flagelado, *Trichomona vaginalis*.

La primera se caracteriza:

- por la presencia de placas de color blanquecino en la vagina,
- flujo blanco y escozor
- ardor vulvar.

La segunda por:

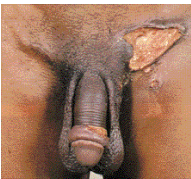
- lesiones en el cuello y vagina
- producción de un flujo amarillento, con burbujas y mal olor
- así como escozor y dolor.

INFECCIÓN POR CLAMIDIAS:

Se ha encontrado que la clamidia está relacionada con la aparición del cáncer en el cuello del útero, por lo que se le considera un importante factor de riesgo. Asimismo, al inflamar las trompas de Falopio y los conductos deferentes se asocia a esterilidad en hombres y mujeres, con embarazos fuera del útero e infecciones en los ojos y pulmones.

Desgraciadamente, esta enfermedad se confunde con otras vaginitis y, por tanto, no se tiene un registro del número de personas infectadas.

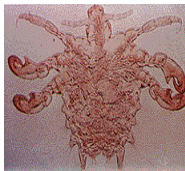
En el hombre, la mayoría de las veces se presenta en forma asintomático, aunque algunos informan de comezón, enrojecimiento e inflamación del glande.



PARASITOSIS:

Dentro de las enfermedades que se agrupan bajo este rubro se encuentra la Pediculosis pubis, producida por *Phthirus pubis*, y cuyos síntomas son comezón y dolor, debido a que viven adheridos a los vellos del pubis. Otra de ellas es la sarna, que es muy frecuente y es causada por *Sarcoptes scabiei*; sus síntomas son: comezón intensa, ardor y enrojecimiento.

Estos padecimientos, además de ser transmitidos por el contacto sexual, pueden serlo por contacto directo o ropa contaminada.



URETRITIS INESPECÍFICA:

Muchas veces a esta enfermedad se le confunde con gonorrea; sus síntomas son ardor al orinar y secreción uretral escasa. Ocasionalmente puede ser producida por bacterias u hongos; es necesario precisar los síntomas para evitar confundirse y aplicar el tratamiento adecuado.

OTRAS ITS Y SUS TRATAMIENTOS

AFTA

Conocida también como candidiasis, esta afección es causada por el organismo *Candida albicans* (tipo de hongo). El organismo suele habitar de forma inocua en la vagina y en la boca, pero a veces se multiplica y provoca una infección, afectando en las mujeres a la vulva o la vagina, y al pene en los hombres. Son medidas preventivas el llevar ropa interior de algodón y evitar las prendas ajustadas.

Síntomas

En las mujeres puede aparecer una secreción blanca y espesa de la vagina, hinchazón de la vulva, molestias y dolor al orinar y un picor en la zona genital o anal. En los hombres puede aparecer inflamación del pene y sarpullido, erupciones o manchas que pueden extenderse hasta cubrir el escroto.

Tratamiento

Antifungoides, bien en crema o en supositorios vaginales.

CISTITIS

Inflamación de la membrana interna de la vejiga provocada por bacterias presentes en el cuerpo de forma natural, como la *Escherichia Coli*. Es común en las mujeres porque su uretra es pequeña y, por ello, las bacterias pueden llegar a la vejiga desde el recto. En la mujer, la enfermedad puede producirse por la fatiga mecánica, o bien aparecer espontáneamente sin ningún tipo de infección asociada.

Síntomas

Urinación dolorosa y frecuente. La severidad de los ataques varía mucho: desde una ligera quemazón a un dolor severo con rastros de sangre en la orina. En algunos casos va acompañada de fiebre. Si existe dolor de espalda, puede ser indicio de infección en los riñones, por lo que deberá notificarse a un médico.

Tratamiento

Beber muchos líquidos y administración de antibióticos.

HEPATITIS B

Hepatitis significa "inflamación del hígado". Está causada por un virus presente en la sangre y otros fluidos corporales de la persona infectada. Existen varios tipos de hepatitis, entre ellas la A, la B y la C. El tipo B no es contagioso mediante el contacto normal, pero puede transmitirse por contacto sexual, contacto con fluidos corporales y al compartir jeringuillas. Puede provocar daño persistente en el hígado. La hepatitis B presenta forma crónica o forma aguda. Es posible padecer la enfermedad sin sufrir

sintomas, aunque el daño en el hígado quizá se produzca; el portador puede transmitir la enfermedad sin saberlo.

Síntomas

En la fase inicial aparecen síntomas parecidos a la gripe, como tos y dolor de garganta, que pueden ir acompañados de pérdida de apetito, cansancio y dolor en el abdomen. En la fase de ictericia la piel y el blanco de los ojos se vuelven amarillentos, la orina es marrón oscuro y las deposiciones son del color del barro. En las etapas de recuperación vuelve gradualmente el color normal de piel, ojos, orina y heces.

Tratamiento

No existe tratamiento específico para la hepatitis B. El reposo y la comida sana contribuyen a la recuperación. Deben evitarse el alcohol y las drogas, ya que sobrecargan el hígado. La recuperación completa puede tardar meses, o incluso años.

TRICOMONIASIS

Más propiamente conocida como tricomoniasis vaginal, se trata de una infección común causada por el organismo unicelular *Trichomonas vaginalis*. Es causa frecuente de inflamación vaginal en las mujeres, aunque en los hombres no provoque síntomas. Normalmente se transmite mediante el coito con una persona infectada, y la madre puede pasarla a su hijo en el momento del parto. Los síntomas aparecen entre los cuatro días y las tres semanas posteriores al contacto inicial, pero el organismo puede habitar en la vagina durante años sin causar ningún efecto perceptible.

Síntomas

Algunas mujeres descubren una secreción amarilla o blanca que suele tener un olor desagradable y causa picor e irritación. Los hombres contagiados tienen pocos síntomas o ninguno, y por ello desconocen que son portadores de la infección. No obstante, puede producirse una leve secreción y quizás les moleste al orinar.

Tratamiento

Hoy se utilizan diversos medicamentos para un tratamiento seguro y efectivo. El compuesto metronidazol es el más usado. Hace desaparecer la enfermedad en ambos sexos, si bien no deben usarlo mujeres embarazadas.

URETRITIS

La UNG, o uretritis no gonococia (UNE, o uretritis ni específica) es una inflamación de la uretra en el hombre y de los genitales en la mujer. En este último caso puede denominarse infección genital no gonococia. La UNG es la infección sexual más corriente, y suele estar causada por el mismo organismo que la clamidia. No todos los casos de UNG son de transmisión sexual: alergias y tumores en el pene también pueden producir el trastorno. En los hombres, la UNG puede generar el síndrome de Reiter. Éste conjuga artritis, uretritis y conjuntivitis, y es en potencia sumamente serio.

Síntomas

Los síntomas de la UNG suelen ser los mismos que los de la clamidia. En las mujeres puede darse una secreción anormal de la vagina, y escozor al

orinar si la uretra está inflamada. Los hombres quizás noten una sensación de molestia al orinar, o una leve secreción que sale de la punta del pene.

Tratamiento

El procedimiento es el mismo que para la clamidia. Si no se trata, la inflamación puede extenderse a la próstata y los testículos en los hombres y causar enfermedad inflamatoria pélvica en las mujeres, produciendo posiblemente esterilidad.

VERRUGAS

La causa de las verrugas genitales es el virus de papiloma humano (VPH). Hay por lo menos 50 clases diferentes de VPH que provocan verrugas en varias partes del cuerpo. Las verrugas genitales (condylomata acuminata) aparecen como pequeñas masas de tejido en el pene (bajo el prepucio, en el glande o en el tronco), o dentro del ano y la vagina. En las mujeres pueden ir acompañadas de secreción vaginal. La transmisión se produce por contacto genital y a veces oral. Aunque son indoloras requieren tratamiento, ya que su presencia parece estar vinculada al cáncer cervical.

Síntomas

Tanto en hombres como en mujeres, las verrugas pueden surgir como erupciones carnosas de varios tamaños que aparecen en cualquier parte de los genitales. A menudo son tan pequeñas y difíciles de ver que pasan inadvertidas. Pueden ser planas, pequeñas o grandes, aisladas o en grupos. Lo más corriente es que formen zonas parecidas a una coliflor. Normalmente son indoloras, aunque pueden picar.

Tratamiento

Las verrugas genitales suelen ser tratadas con alguna pomada o mediante criocirugía (congelar las verrugas de la piel). Las mujeres que las han parecido o que han estado en contacto con ellas deberían hacerse revisiones del cérvix regularmente.

PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES SEXUALMENTE TRANSMISIBLES.

HIGIENE SEXUAL:

La higiene sexual consiste en una serie de medidas para mantener saludables los órganos sexuales, nos ayuda a su buen funcionamiento, evitar las enfermedades que pueden afectarlos y preservar una vida sexual y reproductiva sana. La higiene sexual debe ser parte de las medidas comunes de higiene, por ser los genitales parte integrante del cuerpo.

Es importante que los padres, especialmente las madres, que son quienes enseñan y practican las medidas higiénicas con sus hijos, estén concientes de lo esencial de la higiene sexual.

La higiene debe iniciarse desde el nacimiento con el baño diario, con lo que se evita la irritación que causa la orina y las heces fecales. Se aconseja tocar los testículos del niño durante el baño para verificar que hayan descendido y se encuentren en las bolsas. Si uno de ellos no ha descendido es necesario consultar al médico, pues podría tratarse de una criptorquidea.

La palpación de los testículos es útil además para detectar tumores o la presencia de sangre o agua. También es importante correr el prepucio (la piel que cubre la cabeza del pene) hacia atrás para asear el pene y así evitar la acumulación de esmegma (sustancia sebácea resultado de la secreción balanoprepucial), que puede causar irritaciones o infecciones.

En ocasiones el prepucio no se puede deslizar porque el niño tiene fimosis; en ese caso es necesario consultar al médico para saber si se le debe practicar la circuncisión (el corte del prepucio) para dejar libre el glande.

Cuando se trata de una niña, durante el baño deben separarse con dos dedos de la mano izquierda los labios mayores de la vulva y con la otra asear los genitales que quedan al descubierto, ya que tanto la humedad como los restos de orina pueden causar irritación.

Otra medida para evitar infecciones es limpiar la vulva hacia delante y el ano hacia atrás, después de orinar o defecar.

Cuando los niños y niñas, crecen, aprenden a bañarse solos, deben continuar con las medidas higiénicas señaladas. Durante la adolescencia, lapso en el que se inicia el funcionamiento de los órganos sexuales, estas medidas deben reforzarse.

Al hombre adolescente se aconseja el aseo diario, especialmente en los genitales, de la misma forma que se indica para el niño. Es importante continuar deslizando el prepucio, ya que se ha estudiado que la acumulación de esmegma, además de causar irritación e infecciones, es factor predisponente para el cáncer de pene en el hombre y el cáncer cervicouterino en la mujer.

De igual manera, debe continuarse con la exploración de los testículos, con el fin de detectar a tiempo abscesos, tumores o la presencia de agua o sangre o algún varicocele (tortuosidad de las venas del testículo).

A la mujer adolescente se aconseja continuar el aseo general y genital y después del baño el auto examen con un espejo para que se conozca y esté en condiciones de detectar alguna lesión, flujo o irritación.

Para resumir, se señalan las principales recomendaciones tendientes a evitar la transmisión de las enfermedades sexualmente transmisibles:

- Seleccione cuidadosamente a la pareja sexual.
- Eviten contactos sexuales con personas que tengan muchas parejas o síntomas de Infecciones de transmisión Sexual
- Utilicen condón y combinen con espermicidas para mejorar su eficacia.
- Eviten intercambio de fluidos (sangre o semen)
- Orinen después del contacto sexual.

- Lávense los genitales después del contacto sexual.
- Realícense el auto examen genital.
- Acudan a revisión médica cada seis meses o cada año, a partir del inicio de vida sexual activa.

TODO LO QUE DEBEMOS QUE SABER SOBRE EL PRESERVATIVO

Características

El condón es el único método anticonceptivo que da doble protección: contra la transmisión de VIH e ITS y un embarazo no deseado.

Muchos estudios científicos han mostrado la eficacia del condón en cuanto a la función de barrera que tiene. Un estudio realizado por la Food and Drug Administration (FDA) de los Estados Unidos concluye que el condón reduce 10 mil veces la transferencia de fluido por lo cual disminuye significativamente el riesgo de la transmisión del VIH. Una de las pruebas que el uso correcto y consistente del condón realmente previene la transmisión del VIH viene de un estudio hecho en parejas en la cual solamente una persona estaba viviendo con el VIH. Después de dos años de relaciones sexuales frecuentes las parejas que habían utilizados condones en manera consistente y correcta, tenían un riesgo de adquirir el VIH de casi cero.

Existen tres materiales de condones masculinos: látex, tejido de animales y poliuretano. Los tres tipos son efectivos en prevenir un embarazo, los que son efectivos para la prevención de ITS son los de látex o de poliuretano. El condón más distribuido y utilizado en todo el mundo es el que está elaborado de látex. Los condones de látex tienen una sobrevida promedio de 5 años.

Un condón de látex se puede deteriorar si se expone a ciertas condiciones como son:

- luz ultravioleta,
- calor,
- humedad,
- ozono,
- aceites minerales y vegetales,

Por lo cual se recomienda guardarlos de manera adecuada y usar exclusivamente lubricantes a base de agua. Los condones de látex no presentan poros naturalmente. El VIH es uno de los virus más pequeños

relacionados a las ITS, y mide 100 nanómetros. En los estudios de control de calidad de los condones se utilizan partículas de agua y de aire, las cuales son mucho más pequeñas que el VIH, por lo tanto cuando es bien utilizado no permite el paso de este virus o de otros gérmenes causantes de ITS.

Existen lineamientos internacionales para el control de la calidad y la seguridad de los condones. Que son:

- pruebas de almacenamientos diferente, por ejemplo guardar el condón en un lugar sin oxígeno, bajo temperaturas altas
- pruebas de goteras (con agua)
- pruebas de fuerza (con aire)
- pruebas de látex alergia

Razones porque un condón puede romper

La posibilidad de rompimiento de los condones es del 0.5 al 3% en uso vaginal y del 5 al 10% en uso anal. El romper de un condón depende de dos cosas:

1. La calidad del condón

- **El fabricante:** Condones de una calidad baja rompen más frecuente que condones que cumplen con los estándares de la fabricación
- La edad del condón: Condones viejos son más probables de romper que condones nuevos
- El almacenamiento del condón: Un condón guardado durante mucho tiempo en el bolsillo o una portamonedas, o expuesto a sol pierde su calidad

2. El usuario

- Desenrolla el condón antes de ponérselo
- Usa el mismo condón dos veces
- Utiliza un condón al revés
- Utiliza lubricantes basados en aceite
- Abre el sobre del condón con tijeras, dientes o uñas afiladas
- Tipo de relación sexual que tiene: para el sexo anal usualmente se necesita condones con más fuerza

Los condones más utilizados son de látex, este material tiene una reacción fuerte con lubricantes hechos de aceite, pueden romper en pocos minutos.

Entonces, si se requiere utilizar lubricantes con el condón, hay que utilizar lubricantes hechos a base de agua.

Para asegurar la mayor efectividad de los preservativos y reducir los errores:

- Use lubricantes a base de agua
- No use lubricantes a base de aceite
- Mantenga los condones en un lugar seco y fresco
- No exponga los condones a la luz solar directa o a temperaturas altas
- Use condones que no estén dañados antes de la fecha de vencimiento en el paquete del condón
- No use condones en paquetes dañados o en paquetes que parecen obviamente viejos
- Utilice un condón para cada relación sexual
- No utilice dos condones al mismo tiempo
- No abra la envoltura del condón con los dientes
- Abra la envoltura del condón con la yema de las dedos
- No guarde el condón en la guantera del auto, en la billetera y en ningún lugar donde se pueda dañar el condón.
- Practique con los condones antes de usarlos con una pareja

Beneficios del uso del condón

- Protege contra la transmisión de VIH e ITS
- Protege contra embarazos no deseados
- Para personas que viven con el VIH-SIDA, para no transmitir el virus a la pareja y protege una Reinfecion con el VIH
- No tienen efectos secundarios

Desventajas o retos para el uso del condón:

- Subestimación del riesgo: Por varias razones, muchas personas piensan que no están a riesgo de infectarse con el VIH pero cada una que tiene relaciones sexuales con (una) persona(s) que tiene o que ha tenido relaciones con otra persona está a riesgo de infectarse con el VIH u otra ITS
- Precio y acceso: Para muchas personas el precio de los condones puede ser demasiado alto y en algunas regiones del país es difícil conseguir condones
- Problemas de desconfianza: Para muchas personas proponer el uso del condón indica falta de confianza, sobre todo en relaciones más estables

- Disminuye el placer sexual: Una razón importante por que muchas personas no utilizan condones es que lo experimentan como incomodo e interrumpiendo el placer sexual
- Falta de control en la decisión: Sobre todo para mujeres podría ser difícil negociar el uso del condón con su pareja. El abuso de alcohol influye las relaciones sexuales sin protección
- Actitud rechazada de la sociedad: Razones religiosas y culturales (masculinidad y machismo) pueden dificultar el uso del condón.

Dinámicas de presentación y para romper el hielo

DINAMICAS

1- ORIENTACION

Procedimiento

Tiempo: 30"

Objetivos:

Luego de esta actividad, los participantes se habrán conectado con las creencias, emociones y pensamientos respecto de lo que la "orientación" significa para ellos.

METODOLOGIA

Divididos en grupos con sus respectivos materiales
Se escribirá en pápelografos la palabra "orientación"
Cada participante escribirá allí aquellas palabras que les surjan Espontáneamente.
Luego se pegaran todos los pápelografos alrededor del salón
Se marcaran aquellas que hayan sido repetidas.
Los pápelografos quedarán allí durante toda la capacitación.

MATERIALES:

Un Papelógrafo, un plumón equipo, cinta adhesiva.

2- BUSCANDO SINÓNIMOS

PROCEDIMIENTO

TIEMPO: 10" y15" EN PLENARIA, 25" TOTAL.

OBJETIVOS:

Que los participantes se familiaricen con la mayor cantidad posibles de sinónimos para terminología sexual.

RESULTADO ESPERADO:

Poder comprender y utilizar el lenguaje del consultante.

METODOLOGIA:

En grupos, deberán completar la mayor cantidad posible de sinónimos, ya sea utilizado por los niños, adolescentes, etc. para las siguientes palabras: **vagina, pene, semen, preservativo, masturbación.**

En plenaria se anotarán en algún Papelógrafo que se mantendrá colocando durante toda la capacitación.

MATERIALES

PAPELÓGRAFOS, PLUMONES.

3- CREENCIAS SOBRE SEXUALIDAD

PROCEDIMIENTO

Tiempo: 30 minutos.

OBJETIVOS:

Que los participantes puedan tomar posición respecto de sus creencias sobre la sexualidad.

METODOLOGIA:

Se establecerán dos sectores en el salón, uno "estoy de acuerdo", otro "estoy en desacuerdo.

Cada vez que se lee una frase cada participante se dirigirá al sector que considere que le corresponde.

Si hay desacuerdos, por cada participante que argumente estar en desacuerdo, otro del sector opuesto le responderá.

El uso del preservativo da poca seguridad

La masturbación debilita a la persona

Ser heterosexual es una protección contra el sida

Si el pene no esta erecto no hay placer alguno

Ambos mujer y hombre son responsables del goce de su compañero la

menstruación es un obstáculo para el goce de la mujer el hombre necesita mayor frecuencia de relaciones sexuales

Existe una relación entre tamaño de los genitales y goce sexual
Libertad sexual implica promiscuidad
Las personas tienen orgasmo solamente durante el coito
No es digno que la mujer exprese su deseo sexual
Sexo oral es equivalente a inclinación homosexual
La mujer es más fría que el hombre por naturaleza
Excitarse sin orgasmo causa daño a la salud
El verdadero hombre siempre está listo para la relación sexual
El sexo oral requiere protección
La homosexualidad es el que causa el sida
El hombre no sabe expresar su ternura
La sexualidad femenina está centrada en la vagina
La eyaculación frecuente causa agotamiento y debilidad
La mujer es más vulnerable para contraer el sida

4- JUEGO DE TARJETAS

PROCEDIMIENTO:

Tiempo: 15 minutos

OBJETIVO:

Elaborar la información aprendida en forma lúdica, a través de la discusión y así verificar si la misma fue aprendida correctamente

METODOLOGIA

Puede ser utilizado a partir de los once años hasta con adultos. Se le entrega a un grupo de seis personas un juego de tarjetas en donde habrá palabras que deberán unir de acuerdo a lo que consideren. Existen palabras objetivas que requieren de un orden estipulado, pero algunas describen sentimientos por lo tanto es muy probable que diferentes participantes elaboren diferentes esquemas, existen tarjetas en blanco donde cada grupo puede escribir libremente aquellas palabras.

Necesarias para completar el esquema.

Una vez que el o los grupos terminaron, explicaran el orden elegido y por qué.

INFECTADO	RESPONSABLE	MIEDO	LAGRIMAS
MUERTE	VERGÜENZA	CONTAGIA	VIDA
PREVENCIÓN	SALIVA	SOLIDARIO	VACUNA
VIRUS	SIDA	SANGRE	TRATAMIENTO
EMBARAZO	ENFERMO	SEMEN	CONDÓN
BESO	ABRAZO	FLUJO VAGINAL MATERN A	LECHE
JERINGAS	CEPILLO DE DIENTES	MAQUINA DE AFEITAR CONTACTO SOCIAL	

5- JUEGO DEL SEMAFORO

PROCEDIMIENTOS

Tiempo: 15 minutos

OBJETIVOS

Que los participantes puedan distinguir situaciones de riesgo, con riesgo y con riesgo relativo.

METODOLOGIA

Este es un juego que requiere lectura. Se puede trabajar con niños y adultos, dependerá de las tarjetas que se seleccionen.

Se trabajara en dos grupos, de uno en uno van sacando un dibujo y el grupo contrario deberá decidir si la situación es:

Sin riesgo, en este caso dirán; verde

Con riesgo relativo: en este caso dirán; amarillo

Con riesgo, en este caso dirán; rojo

Se irá anotando el puntaje, y ganara el grupo con mayores aciertos, el grupo que pregunta corrige en caso de ser necesario.

MATERIALES: juego de tarjetas

6- LA MAREA

Procedimiento:

Tiempo: 10 minutos

Objetivo:

Metodología:

Coloque a los participantes sentados-as en un círculo explíqueles que cuando usted diga "**Marea a la derecha**", ellos deben correrse un lugar a la derecha, cuando diga "**Marea a la izquierda**", ellas deben correrse un lugar a la izquierda y cuando se diga "**Tempestad**", todos deben cambiar de lugar en forma desordenada.

7-EL AMOR DE MI VIDA

Procedimiento:

Tiempo: 15 minutos

Objetivo:

Metodología:

Con la ayuda de los participantes, se van construyendo los pasos que se siguen para conquistar un, una enamorada-o. Cada participante los escribirá en el papelote. Este proceso ayudará a entender lo que es la estrategia. Refuerce la idea de que una ESTRATEGIA, es la manera de hacer algo con el fin de lograr un objetivo.

8- JUEGO DEL QUÉ HARÍAS TU

Procedimiento

Objetivo:

Tiempo: 20 minutos

Que los participantes puedan trasladar las situaciones a la vida real, y desde esa perspectiva definir el grado de riesgo, sin riesgo poco riesgo, mucho riesgo.

Metodología:

El juego se puede aplicar con niños, en función de los relatos deberán decidir si las situaciones son sin riesgo, poco riesgo o mucho riesgo. Se puede organizar en grupo de cuatro y un representante por equipo va comentando la respuesta. En caso de ser necesario hacer correcciones, cada equipo tendrá a su cargo la corrección de otro.

Situación a:

Juan trabaja en un mercado, Maria también y su madre escuchó que Juan está infectado por el VIH quiere que su hija renuncie al trabajo.

- 1) ¿qué podría decir María a su madre en relación a la transmisión al VIH?
- 2) ¿es necesario que renuncie a su trabajo? ¿Por que si y por que no?
- 3) ¿qué riesgo corre Maria de trabajar junto a Juan?

Situación b:

Fabián tiene el VIH, tiene 13 años no parece enfermo pero se cansa mucho. Quiere seguir asistiendo a al escuela pero se pregunta si debe decírselo a alguien.

- 1) ¿crees que debe seguir asistiendo a la escuela? Si o no ¿Por que?
- 2) ¿debería decírselo a alguien? ¿A quien? ¿Por que?
- 3) ¿como reaccionarías tu si te lo dijera a ti?
- 4) ¿que riesgo correrías tú si Fabián se sienta a tu lado en la escuela?

9- JUEGO DEL NAUFRAGO

Procedimiento:

Tiempo: 15 minutos

Objetivos:

Que los participantes puedan comprender el trabajo en equipo y la importancia del uno y del otro en toda actividad

Metodología:

Es una dinámica que se puede trabajar con organizaciones, movimientos, redes, consiste en formar grupos de dos o tres y repartirles un pedazo de papel que los utilice como barco en donde ninguna persona debe quedar fuera de los barcos todos deben salvarse

Se les da unos segundos para subirse al barco y al termino se comparte la experiencia de salvarse de naufragar.

Materiales: papel sulfitos

10- JUEGO DEL PUENTE

Procedimiento:

Tiempo: 10 minutos

Objetivos:

Que los participantes puedan usar todas sus estrategias e ingenio en construir un puente de papel lo suficientemente fuerte sin que esto se derrumbe con la tormenta, como crear las redes o la organización

Metodología:

Este juego se puede realizar con niños-as, adolescentes como jóvenes, se crean grupos y empiezan construir un puente de papel lo más fuerte que puedan de tal manera a no caerse o derrumbarse por el peso. Esto lo deben hacer o construir con los recursos que tengan.

Materiales: papeles de revistas o diarios viejos, hilo, cinta de embalaje,

11- JUEGO DEL BEBE

Procedimientos:

Tiempo: 10 minutos

Objetivos

Que los participantes compartan y rompan el hielo o la timidez

Metodología:

Consiste en hacer un círculo con todos los participantes y preguntarles si tuvieran un bebe que parte de su cuerpo besarían. Esta pregunta es pasándole una muñeca o lo que se tenga en mano algún objeto, una vez que todos hayan besado al bebe, pedirles que giren hacia el lado que tienen al compañero-a, y pedirles que lo besen al mismo lugar donde dijeron

Materiales:

Un juguete, o muñeca o algún objeto

12-EL MENSAJE

Procedimiento:

Tiempo: 10 minutos

Objetivos:

Ejercitar la creatividad y habilidades para utilizar los medios de comunicación social.

Metodología:

Las o los participantes, se sentarán en dos filas, con distancia de dos metros cada fila. El animador-a dará por separado un mismo mensaje a dos jugadores que encabezan cada fila. Los jugadores-as van pasando oralmente el mensaje que recibieron del animador/ra, al oído del segundo jugador/ra de su fila y este al tercero y así sucesivamente. Finalmente, el último jugador/ra de cada fila deberá entregar por escrito el mensaje que percibió, ganará el que entregue primero y correctamente el mensaje.

EMISOR/RA: Persona que emite el mensaje

RECEPTOR/RA: Personas quien recibe el mensaje

CANAL: Medio por el cual se transmite

13- LA RED O LA TELA DE ARAÑA

Procedimiento:

Objetivos:

.Que todos los participantes se conozcan y rompan el hielo

Metodología:

Es una dinámica que consiste en que se haga un círculo con todos los participantes presentes cada uno se pasa un hilo sin soltar la punta y se presenta diciendo el origen de su nombre, lo puede hacer con mímicas, con chistes o con situaciones reales del porque de su nombre

Duración: 15 minutos

Materiales: Hilo de pescar o hilo de bordar

14- AIRE- MAR- TIERRA

Procedimiento:

Tiempo: 5 minutos

Metodología:

Diga a los participantes que cuando usted señale a uno de ellos la palabra "**Tierra**", deben responder con el nombre de dos animales que viven en la tierra, ejemplo: perro, vaca. Cuando usted mencione "**Aire o Mar**", deben responder con el nombre de dos animales que viven en esos lugares, quien se confunde sale del juego y se lo pone una penitencia

15- LA PORRA

Procedimiento:

Tiempo: 5 minutos

Metodología

Tal como están ubicados en el salón divídalos en cuatro equipos. Déles una frase a cada equipo.

Ejemplo: Equipo 1: "pasen la bola"

Equipo2: "saquen el arbitro"

Equipo 3:"penal"

Equipo 4:"buena jugada"

Díales que cuando usted señale a un equipo, este debe gritar su frase, y cuando usted levante las dos manos, deberán gritar "**GOL**"

16- SE MAS DE TI

Procedimiento:

Tiempo: 20 minutos

Metodología:

Consiste en entregar a cada participante una hoja impresa con las banderas personales. Cada participante elabora su bandera personal respondiendo a las preguntas que ésta presenta. Luego los participantes del grupo intercambian las banderas para elaborar un trabajo grupal

FORTALEZAS: Que es lo que más valoras en tu vida

OPORTUNIDADES: Que crees te ayudaría a desarrollar como líder

DEBILIDADES: Que te gustaría superar o mejorar de ti

AMENAZAS: Que consideras que dificulta tu desarrollo

Fortalezas. Son por Ej. Los valores de justicia, igualdad, equidad, de conocimiento.

Oportunidades: son las situaciones y aliados favorables

Debilidades: son el egoísmo, la irresponsabilidad, la falta de autoestima, de liderazgo

Amenazas: son las situaciones políticas y sociales, catástrofes, limitación de presupuestos.

17-BARCOS O AVIONES

Procedimiento:

Tiempo: 15 minutos

Metodología:

La técnica consiste en que los equipos de trabajo reciben medio pliego de papel de seda, y se les pide que elaboren barcos y aviones con el papel. La instrucción es muy concreta sin más detalles. Cada equipo se organiza, define que y como hacerlo, el tamaño, etc. La pauta final es **Gana el que mayor número hace y con calidad.** Todo debe ser en un tiempo de tres minutos:el -la facilitador-a apremia a los grupos en el tiempo otorgado. Luego se cuentan los aviones o barcos que hizo cada grupo, se observa y reflexiona respecto a como lo hizo cada grupo, Como organizó su trabajo, que decidieron hacer, porque, como se sintieron. Ello ayudará a introducir el tema.

18-BRAZOS ABIERTOS

Procedimiento:

Tiempo: 10 minutos

Metodología:

Las, los participantes debes estar atentos a las instrucciones del, la animadora y debe haber espacio suficiente para estirar los brazos sin problema. Cuando se da la instrucción de extender los brazos hacia el frente, se obedece. Luego el, la animador-a dice que crucen los brazos, primero lentamente y después cada vez más rápido, quien se equivoque tres veces sale del juego y le dan penitencia.

19- EL FOSFORO:

El facilitador-a, explica que el juego consiste en escoger una letra, por ejemplo **P, N, o R** y decir palabras que comiencen por esa letra: pueden ser nombres de personas. Luego se pide a un/una participante que encienda un fósforo y mientras se quema, diga las palabras que comienzan con la letra P. El grupo va contando en coro el número de palabras que el jugador va diciendo.

20. **Flor:** Se hace un patrón de una flor con tres pétalos; cada mujer escoge una flor, se dividen en parejas y cada una debe escribir tres cualidades positivas de la otra persona.

21. **Parejas:** Se divide el grupo en parejas y durante una plenaria las parejas se presentan, pero una persona debe presentarse como si fuera la otra persona.

22. Círculo de la memoria.

Objetivo: conocer las otras personas

Todas sentadas en círculo, la primera persona se presenta diciendo su nombre, y la segunda debe decir, .Ella es fulana de tal, y yo soy ____.. [La siguiente persona debe hacer lo mismo, presentando a la primera persona, a la segunda persona y luego se presenta ella. Sigue así sucesivamente hasta la última persona, que debe decir el nombre de todas antes que el suyo.

23. Pobre Gatito:

Objetivo: Lograr la animación y la integración

Resultados esperados: Lograr apertura e integración entre los participantes

Metodología:

Todos los participantes se sientan en círculo. Uno de los participantes deberá ser el gato. Este camina en cuatro patas y se moverá de un lado a otro hasta detenerse frente a cualquiera de los participantes, deberá hacer muecas y maullar 3 veces. Por cada **Miauu**, el participante le acaricia la cabeza y le dice :**“pobre gatito”** , sin reírse. El que ríe pierde y pasa a **ser el gatito**.

24 .Sociodrama:

Objetivo. Proveer elementos para analizar cualquier tema, basado en situaciones o hechos de la vida real.

Metodología: Hacer dos grupos y darles una historia y hacer que los apliquen en cartulinas, en la plenaria.

Materiales: cartulinas, revistas, cola, condones, fotos, alfileres, cinta de solidaridad y otros

¿Que sabemos sobre las Infecciones de transmisión sexual?

Nombre y Apellido:

Fecha y lugar

Sexo:

Edad.

Tipo de ITS	Síntomas	¿Cómo se transmite?	Algunos síntomas	Formas de Prevención

ENCUESTA DE ENTRADA

Fecha y lugar:.....

Edad:.....

Sexo:.....

Encierra en un circulo solo una de las respuesta que consideres correcta.

1- ¿Las ITS y el VIH/SIDA afectan solo a los homosexuales y a las personas que trabajan en el sexo?

SI NO.

2- ¿Las ITS y el VIH/SIDA pueden transmitirse durante las relaciones sexuales sin el uso de condones?

SI NO.

3- ¿Al estar con una Infección de Transmisión Sexual (ITS), crees que existen más riesgos de contraer el VIH/SIDA?

SI NO.

4- ¿El hecho de utilizar jeringas usadas es un riesgo para contraer el VIH/SIDA?

SI NO.

5- ¿Crees que una mujer que vive con VIH/SIDA puede transmitírselo a su bebé durante el tiempo del embarazo, parto y la lactancia?

SI NO.

6- ¿Una mujer embarazada puede transmitir ITS a su bebé?

SI NO

7- ¿Crees que la transmisión del VIH/SIDA es similar la de otras enfermedades como la Gripe, Conjuntivitis, Sarampión, etc.?

SI NO

8- ¿El VIH/SIDA se contagia?

SI NO

9 -¿El VIH/SIDA se detecta a través del Test de ELISA?

SI NO.

10-¿Crees que el VIH/SIDA se transmite por:

Tomar tereré, mate, usar el mismo baño, un abrazo o por estudiar en la misma

aula con una persona que vive con el VIH/SIDA?

SI NO.

ENCUESTA DE SALIDA

FECHA Y LUGAR:.....

EDAD:.....

SEXO:.....

Según lo aprendido hoy en el Taller encierra en círculo la respuesta que consideres correcta:

- 1- ¿El VIH/SIDA afecta solo a los homosexuales y las Trabajador@s del sexo?
SI NO
- 2- ¿Las ITS y el VIH/SIDA pueden transmitirse por relaciones sexuales sin protección?
SI NO
- 3- ¿Crees que una persona que tenga una ITS, está tiene mas riesgos de contraer el VIH/SIDA?
SI NO
- 4- ¿Crees que una mujer embarazada que vive con VIH/SIDA pueda transmitir a su bebé el VIH?
SI NO
- 5- ¿Una mujer embarazada puede transmitir a su bebé las ITS
SI NO
- 6- ¿Crees que el VIH/SIDA se transmite de la misma manera que: Sarampión, gripe, conjuntivitis, rubéola, dengue?
SI NO
- 7- ¿El VIH/SIDA se contagia o se transmite?
SI NO
- 8- ¿El Test de ELISA sirve para detectar el VIH/SIDA?
SI NO
- 9- ¿Crees que el VIH/SIDA se transmite por: un beso, tomar tereré, estudiar o cuidar a una Persona viviendo con VIH/SIDA?
SI NO

EVALUACION DEL TALLER

1- ¿Cómo te pareció la metodología del taller?

- ❖ **Aburrido** -----
- ❖ **Entretenido** -----
- ❖ **Muy bueno** -----
- ❖ **Excelente** -----

2- ¿Aprendiste algo nuevo en el taller?

- ❖ **Poco** -----
- ❖ **Nada** -----
- ❖ **Mucho** -----

3- ¿Cómo te pareció el desempeño de lo/as Facilitadores?

- ❖ **Regular** -----
- ❖ **Bueno** -----
- ❖ **Muy bueno** -----
- ❖ **Excelente** -----

4- ¿Que fue lo que más te gustó del taller?

5- ¿Que fue lo que menos te gustó del taller?

6- ¿Que temas te gustaría conocer?

7- Sugerencias

Encuesta de salida

Nombre y Apellido:.....
Edad.....
Fecha y lugar.....
Sexo:.....

¿CUALES SON TUS CONOCIMIENTOS ACERCA DEL VIH/SIDA?

RESPONDE A LAS SIGUIENTES PREGUNTAS

1. ¿Qué significa la sigla VIH?

V.....I.....H.....
.....

2. ¿Que significa la sigla S I D A?

S.....I.....D.....
...A.....

3. ¿Qué significa la sigla I.T.S

I.....T.....S.....

MARCA FALSO O VERDADERO

VF

4. Una persona infectada con el virus del I.T.S/VIH puede parecer sana.
5. Una persona recién infectada por el virus del VIH, ya está enferma del SIDA.
6. El VIH//SIDA se transmite por un beso apasionado en la boca que no tiene lesiones.
7. Una mujer embarazada que vive con el VIH siempre transmite a su hijo el virus
8. Una mujer embarazada puede transmitir las I.T.S a su bebé

ELIGE UNA SOLA RESPUESTA

9. El SIDA es una enfermedad: a) contagiosa b) transmisible
C) hereditaria

10. ¿Donde se encuentra el virus del VIH en gran cantidad?

- a) sangre, semen, mosquitos, piel, lágrimas b) sangre, semen, flujo vaginal, leche materna c) saliva, mosquitos, piel, vómitos, orina

COMPLETA

11. Indica las tres únicas vías de transmisión del virus del VIH:

- A).....
B).....
C).....

12. En Paraguay la transmisión de las ITS/VIH es esencialmente por la vía.....

13. ¿Cuales son las células que están destruidas por el VIH en el organismo?

-
.....

14. Indica 3 situaciones donde NO se puede transmitir el VIH

- A).....
B).....
C).....

15. ¿Cuáles son las formas de prevenir el VIH/SIDA y las I.T.S que conoces?

- A).....
B).....
C).....

16. ¿Cuál será tu reacción si te enteras que una amig@ de la escuela o institución está viviendo con el VIH/SIDA?

- A) Miedo B) rechazo C) indiferencia D) compasión
E) solidaridad

17. ¿Cómo se puede saber que una persona está viviendo con el VIH?

- A) Por su estado físico B) Por el Test de Elisa
C) Por su comportamiento sexual

18. ¿Cual es el estudio laboratorial, para detectar la Sífilis?

- ¿Frente a un nuevo compañero/a sexual, propondría usted el uso del preservativo?

SI

No

- Si respondió No a la pregunta anterior, marque por que:

Me parece poco romántico

Me da miedo que me deje

No me preocupa el VIH/SIDA

Temo que pueda enojarse

Me parece ridículo

No creo que sirva para prevenir el VIH/SIDA

Si el/ella estuviera infectado/a por el VIH/SIDA me lo

diría

- ¿En los últimos años ha tenido usted relaciones sexuales paralelas a su pareja oficial?

SI

No

- ¿Si supiera que su pareja estable sale con otras personas, usted le exigiría que use condón al tener relaciones sexuales con ustedes?

SI

No

- Si sus respuesta ha sido No, marque por que:

No estoy segura/o que salga con otras mujeres/hombres

Me sentiría humillada/o al tener que plantearlo

Se enojaría si se lo dijera

Si estuviera enfermo/a me lo diría

No lo pasaríamos tan bien si usáramos condones

Otros

Gracias por su sinceridad

Autoría: **FUNDACION VENCER**

EVALUACIÓN DEL TALLER.

Lugar:.....

Fecha:.....

Sexo:.....

Edad:.....

Marca solo una respuesta en cada pregunta.

1- ¿Qué te ha parecido la metodología del taller?

- * Aburrido -----
- * Entretenido -----
- * Muy bueno -----
- * Excelente -----

2 - ¿Te parece que en este taller has aprendido:

- * Nada? -----
- * Poco? -----
- * Mucho? -----

3 - ¿Qué te pareció el desempeño de los y las que facilitaron el taller?

- * Regular -----
- * Bueno -----
- * Muy bueno -----
- * Excelente -----

4 - ¿Qué fue lo que más te ha gustado del Taller?

5- ¿Qué fue lo que menos te ha gustado del taller?

6- ¿Qué temas te gustaría conocer más a fondo?

7- ¿Te gustaría darnos una sugerencia para un próximo Taller?

GLOSARIO:

ABC (por sus siglas en inglés): Abstinencia, Fidelidad, Uso del preservativo

ARV: Terapia Antirretroviral

ABSTINENCIA: Es no tener relaciones sexuales o retrasar la edad de la primera experiencia sexual.

ANTICUERPOS: Son moléculas del cuerpo que identifican y destruyen sustancias extrañas (no familiares) como virus o bacterias. Los test estándar de VIH identifican la presencia de anticuerpos del VIH en la sangre. Un test positivo o reactivo del VIH muestra la presencia del anticuerpos en la sangre.

ASINTOMÁTICO: Cuando no presenta signos ni síntomas de la enfermedad, es la segunda etapa de la infección y puede durar mucho tiempo, en esta etapa igualmente se puede transmitir el virus a otra persona.

AZT: Primer antirretroviral comercializado en 1987. Actúa inhibiendo la transcriptasa reversa del virus VIH.

CIRCUNCISION MASCULINA: Operación quirúrgica que remueve el prepucio del pene. Según algunos estudios podría ser una herramienta de prevención del VIH.

CARGA VIRAL: Cantidad de virus que circula en la sangre. Representa la cantidad de virus activos en el organismo. Los resultados son expresados en número de copias de VIH por ml., es necesario conocer la cantidad de virus en la sangre para diagnóstico y el seguimiento de la infección.

CD4: Son las células estratégicas que constituyen el "blanco" del VIH, porque tienen el receptor CD4 en su superficie, lo que constituye una cerradura para la llave del virus. El número de los CD4 sirve para seguir la evolución de la enfermedad.

CONSEJERIA. Dialogo persona a persona que provee información y contención, antes de la realización del Test de Elisa y en la entrega del estudio, cualquiera sea su resultado. Así mismo la conserjería de pares es realizado por Personas Viviendo con VIH/SIDA a Personas Viviendo con VIH/SIDA.

CONSENTIMIENTO INFORMADO: El Test de VIH solo puede realizarse siempre y cuando la persona entienda sus implicaciones y el posible impacto del resultado.

COMPORTAMIENTO DE RIESGO: Hace referencia a cualquier comportamiento o acción que incremente la probabilidad de un individuo de adquirir o transmitir el VIH.

CUIDADO Y TRATAMIENTO: El cuidado y tratamiento incluye todo el aspecto de intervenciones necesarias para cuidar a las personas con VIH/SIDA, desde la terapia antirretroviral, el tratamiento y prevención de infecciones oportunistas hasta el apoyo nutricional, psicológico y comunitario.

ELISA: Abreviación inglesa para Enzyme Linked Immunosorbent Assay. Es un método clásico para detectar la presencia de anticuerpos en la sangre. Técnica simple, rápida y gratuita en el PRONASIDA.

EFICACIA: Es la capacidad de una droga de cumplir el propósito para el cual se indica. En el caso de los ARV, es bajar la carga viral a niveles informativos indetectables y por este medio impactar en la morbilidad y mortalidad por enfermedades causadas por el VIH.

ETS/ITS (Enfermedad/Infección de Transmisión Sexual): Cualquier enfermedad o infección que se transmita a través del contacto sexual.

EPIDEMIA (tipos: baja, concentrada, generalizada): Aparición de mas casos de lo esperado en un área o un grupo de gente determinado en un periodo particular de tiempo. Existen diferentes maneras de describir la distribución del VIH en un área:

Baja: La prevalencia del VIH es baja entre la población general y también es baja entre los sub-grupos con comportamientos de riesgo.

Concentrada: La prevalencia del VIH no excede el 1% en la población general, pero si excede el 5% en los sub-grupos con comportamiento de riesgo.

Generalizada: La prevalencia del VIH no excede el 1% de la población general

ENDEMIC/A: presencia constante de una enfermedad o agente infeccioso en un área geográfica o grupo poblacional dados. También puede hacer referencia a la frecuente con que se da cierta enfermedad en un área o grupo.

EXPOSICION ACCIDENTAL O TRANSMISION ACCIDENTAL: Estos casos se dan en accidentes laborales entre el paciente y el integrante del equipo de salud o viceversa.

GENERICA: Droga idéntica o bioequivalente a una droga de marca en dopaje, seguridad, fuerza, manera de ser tomada, calidad, desempeño y uso. El nombre genérico de la droga es el nombre propio de la droga, no aquel dado por ningún productor de la misma.

HOMBRES QUE TIENEN SEXO CON HOMBRES (HSH): Se utiliza el término HSH en vez de "Gay", "Homosexual o bisexual", porque hace referencia a un comportamiento riesgoso y no a una identidad que puede o no acarrear este comportamiento.

INCIDENCIA: Numero de casos nuevos de una enfermedad en una población a lo largo de un periodo específico de tiempo(Ej: cantidad de nuevos casos anuales de VIH en un país)

INCUBACION: Período que separa la entrada del microbio en el organismo y la fecha de aparición de los primeros síntomas de la enfermedad. El caso del Sida, el período de incubación es muy variable: puede ir de algunas semanas a muchos meses y a veces años más tarde .No se utiliza mucho este término.

INFECCION OPORTUNISTA (IO): Enfermedades que raramente tienen lugar en personas saludables pero que causan infecciones en individuos cuyos sistemas inmunológicos están comprometidos como resultado de la infección por VIH.

INMUNODEFICIENCIA: Estado en el que el sistema inmunológico no puede defenderse contra una infección. El VIH debilita progresivamente el sistema inmunológico y causa inmunodeficiencia

LINFOCITOS: Glóbulos blancos especializados en la defensa inmunitaria. Se distinguen principalmente los linfocitos T y B. Los linfocitos T reaccionan por contacto directo con el invasor. Los linfocitos T4 son los coordinadores, los jefes de orquesta de las defensas inmunitarias. Los linfocitos B reaccionan produciendo anticuerpos.

LIQUIDO SEMINAL/SEMEN/ESPERMA: El pene emite el semen, que contiene los espermatozoides, las células masculinas para la concepción. El semen es transmisor del VIH.

LIQUIDO VAGINAL: Producido por la membrana mucosa de la vagina, es transmisor del VIH, aunque en menor medida que el semen

MICROBICIDA: Productos diseñados para reducir la transmisión de microbios. Se están llevando a cabo estudios para determinar si es posible desarrollar microbicidas para reducir la transmisión de enfermedades de transmisión sexual, incluyendo el VIH. Serían aplicados como tópico en la vagina o ano y podrían ser producidos en varias formas, como cremas, geles, supositorios o como un anillo o esponja que desprendiera activo a lo largo del tiempo.

MORBILIDAD: Proporción de personas que se enferman en un sitio y tiempo determinado.

MUTACION: Cambio en la estructura genética de un organismo que tiene lugar durante el proceso de multiplicación. El VIH se multiplica rápidamente y cambia de forma durante el proceso. Estos cambios permiten la formación de cepas de VIH resistentes a las drogas

PANDEMIA: Epidemia mundial que tiene lugar en una extensa región geográfica y que afecta a una proporción excepcionalmente alta de la población

PATOGENO: Sustancia u organismo que causa una enfermedad

PERIODO DE VENTANA: Periodo que separa la entrada del virus en el organismo y el momento donde hay suficientes anticuerpos producidos para que el virus sea detectado en las pruebas de laboratorio.

PERIODO DE INCUBACION: Periodo de tiempo comprendido entre la infección con VIH y el comienzo de los síntomas

PREVALENCIA: Es la medida de la proporción de la población que tiene la enfermedad en un periodo específico de tiempo.

PREVENCION (primaria, secundaria): En el contexto del VIH, las actividades de prevención primaria están diseñadas para evitar la transmisión. La prevención secundaria es la detección temprana de la infección por VIH para la intervención efectiva. Los servicios de prevención incluyen el asesoramiento voluntario, el testeo, la distribución de preservativos, la educación y la seguridad de la sangre.

PREVENCION DE LA TRANSMISION DE MADRE E HIJO (TMI): ONUSIDA, describe una estrategia para prevenir la transmisión del VIH de una madre que vive con VIH a su hijo que consta de tres partes:

- ✚ Proteger a las mujeres en edad de ser madres de la infección con VIH
- ✚ Evitar embarazos no deseados entre mujeres que viven con VIH
- ✚ Prevenir la transmisión a lo largo del embarazo, el parto y la lactancia otorgando asesoramiento voluntario, testeo, terapia antirretroviral, un parto seguro y sustitutos de la leche materna.

POBLACIONES VULNERABLES: Poblaciones que están en un alto riesgo de exposición al VIH dados los factores socioeconómicos, culturales o de comportamiento. Las poblaciones vulnerables incluyen a: Jóvenes, Refugiados, Pobres, Hombres que tienen Sexo con Hombres, Migrantes, Usuarios de Drogas Inyectables, Trabajadores/as del Sexo y mujeres.

PVVS: Personas que Viven con VIH/SIDA

RESISTENCIA VIRAL: Capacidad de un virus para modificarse y volverse insensible a los medicamentos utilizados contra él.

SINDROME: Conjunto de molestias que caracterizan a una o varias enfermedades (signos y síntomas).

SIGNOS: Manifestaciones en el cuerpo que se puede evidenciar objetivamente (temperatura, granitos, tos, etc.).

SINTOMAS: Cambios en el cuerpo que siente la persona (tristeza, náuseas, dolor, etc.)

SIDA (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida): Con el tiempo el virus se va reproduciendo, presentando síntomas y da lugar al SIDA.

SISTEMA INMUNITARIO: Es el conjunto de las defensas que dispone el individuo para luchar contra los agentes exteriores (bacterias, virus, hongos y parásitos).

RETROVIRUS: Familia de virus que contiene ARN y que posee transcriptasa reversa.

VIRUS: Organismo microscópico que carece de mecanismos propios para reproducirse y desarrollarse. Su existencia depende de invadir células vivas y utilizar los mecanismos de éstas para su reproducción.

VIH (Virus Inmunodeficiencia humano): Es un virus que se aloja en el organismo debilitándolo

CONCLUSION:

Nos gustaría que este " **Manual del Facilitador**" te acompañe y sirva de Guía durante el proceso de capacitación y entrenamiento para Facilitador Par, en los temas referentes al sexo, sexualidad, salud sexual y reproductiva, Infecciones de Transmisión sexual, VIH/SIDA. sobre el condón, entre otros temas, sea de gran utilidad y puedas aprender primeramente para tu vida misma como también poder transmitir las informaciones en forma dinámica, sin temor, sin tabúes, derribando los mitos hacia una población de adolescentes y jóvenes con mas información y conciencia a través de los promotores pares, involucrados en este proyecto.

Referencias

1. www.world-tourism.org/español/statics
2. www.geocities.com/alcazar2mx/población_censos
3. www.larevista.com.mx
4. Mandell GL. *Principles and practice of infectious diseases*. 4th ed., 1995; 87: 1055-1098
5. Centers for Diseases Control and Prevention. *Sexually transmitted diseases treatment guidelines 2002*. MMWR 2002; 51: 2-7
6. Dalabeta GA, Laga M, Lamptey PR (eds). *El control de las enfermedades de transmisión sexual. Un manual para el diseño y la administración de programas*. AIDS/AP/Family Health Internacional USA, 1997
7. Guía del Facilitador "Proyecto Caminando Juntos" TESAIRA-GTZ
8. Proyecto "Una Estrategia para Convencer"- Redes Jóvenes-Perú 2000
9. "Acortando Distancias entre Proveedores de salud y adolescentes y jóvenes" IES-Lima-Perú 2003
10. "Salud Sexual y Reproductiva ,Prevención del VIH/SIDA y Equidad de Genero en Fuerzas Armadas"-Estudios de casos en Ecuador, Nicaragua, paraguay y Perú- UNFPA-Perú 2003