



La Internacional de la Educación (IE) y la  
Organización Mundial de la Salud (OMS)

## **Manual de Capacitación y Recursos sobre la Educación para la Salud y la Prevención del VIH/SIDA en la Escuela**

Preparado para la IE y la OMS

por

los Programas de Salud y Desarrollo Humano, Centro para el Desarrollo de la Educación  
(EDC), el Centro Colaborador de la OMS  
para la Promoción de la Salud en las Escuelas y Comunidades

Con la colaboración de los Centros para el Control y la  
Prevención de las Enfermedades (CDC), el ONUSIDA, la  
UNESCO, el UNICEF y la Central Sindical Holandesa (FNV)

Traducido al español por la Facultad de Traducción de la  
Universidad de Salamanca

Editado para su publicación en línea por la  
Sección del Sitio Internet de la ONU

**Junio de 2003**

# Índice

1. [Agradecimientos](#)
  
2. [Introducción y finalidad del Manual](#)
  
3. [Resoluciones y recomendaciones de la Internacional de la Educación sobre la promoción de la salud y la educación para la prevención del VIH](#)
  
4. [Actividades de aprendizaje participativas para la prevención del VIH:](#)
  - [Introducción](#)
  - [Sugerencias para abordar situaciones difíciles en el aula](#)
  - [Actividades para romper el hielo](#)
  - [CONSIDERACIONES PREVIAS:](#) aspectos que hay que tener en cuenta antes de organizar un taller y realizar las actividades propuestas en este Manual
  - Actividades de aprendizaje participativas para la prevención del VIH:
    - I. [Actividades de aprendizaje participativas para adultos orientadas a reducir el riesgo de infección por el VIH.](#)
    - II. [Reforzar las competencias de los profesores para promover y fomentar la prevención eficaz del VIH en las escuelas.](#)
    - III. [Once actividades de adquisición de competencias apropiadas para el desarrollo destinadas a los más jóvenes: niños, preadolescentes y adolescentes.](#)
  
5. [Preguntas más frecuentes y aspectos polémicos sobre el VIH y posibles respuestas](#)
  
6. [Hojas de datos sobre el SIDA](#)
  
7. [Datos facilitados por el ONUSIDA](#)

8. [Información sobre el VIH/SIDA a escala nacional y local](#)
9. [Políticas y prácticas nacionales y locales](#)
10. [La importancia de la labor de los dirigentes sindicales, sus afiliados, los profesores y alumnos en la prevención del VIH/SIDA y de las ETS](#)
11. [Panorama general de la educación para la salud basada en la adquisición de competencias y aptitudes para desenvolverse en la vida](#)
12. [Apéndices:](#)
  - A. [Material adicional para las actividades:](#)
    - Transparencias para la presentación de las actividades.
    - Evaluaciones.
    - Nuevas plantillas para realizar las actividades.
  - B. [Recursos:](#)
    - - Acción local: crear Escuelas Promotoras de Salud.
    - - Ciclos informativos de la OMS sobre la Sanidad Escolar – Documento N° 6: prevenir el VIH/SIDA y las enfermedades de transmisión sexual (ETS) y luchar contra la discriminación asociada: una de las principales responsabilidades de las Escuelas Promotoras de Salud.
    - - Prevención de la infección por el VIH.
    - - Precauciones generales para prevenir la transmisión del VIH.
    - - Medios para prevenir la transmisión del VIH en caso de accidente en las escuelas.
    - - Bibliografía.

# Prefacio

Según el Programa Conjunto de las Naciones Unidas sobre el VIH/SIDA (ONUSIDA) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), 36,1 millones de personas viven hoy en día con el VIH/SIDA, y 5,3 millones de personas contrajeron la infección en 2000. Desde la aparición de la pandemia, 21,8 millones de personas han fallecido a causa del VIH/SIDA, y 13,2 millones de niños menores de 15 años han perdido a alguno de sus padres o a ambos a causa del SIDA.

Además de estas alarmantes cifras, el VIH/SIDA tiene una grave repercusión en múltiples sectores sociales, afectando igualmente al sector educativo, donde el SIDA se ha cobrado muchas víctimas. Cada vez es mayor el número de alumnos que abandona los estudios, hay una mayor negatividad y discriminación. Muchos profesores se ven obligados a dejar su trabajo porque están enfermos o simplemente porque se están muriendo, lo que origina un descenso en su productividad, una escasez de personal y mayores costes educativos. Por otra parte, hay menos niños que educar, y el personal directivo y el de recursos financieros escasea cada vez más.

No existe una solución milagrosa para esta situación, sino más bien varias soluciones que deben integrar muchos factores. La más importante es la movilización de todos los sectores sociales, la apertura al cambio y la determinación de romper el silencio. En este sentido, se dio un gran paso en diciembre de 2000 cuando se reconoció la trascendencia mundial del VIH/SIDA con ocasión del Foro para el Desarrollo de África 2000, titulado: "SIDA: el desafío más grande de liderazgo" celebrado en Addis Abeba, Etiopía. El Foro permitió igualmente un mayor entendimiento sobre cómo proteger a los sistemas educativos de esta plaga.

Ahora sabemos, mejor que nunca, que la educación para la prevención está a la orden del día. La función de la educación es crucial para reducir la propagación de la enfermedad y el número de infecciones por el VIH/SIDA. Asimismo, la educación puede contribuir a mitigar las consecuencias de la enfermedad mediante actividades de aprendizaje, programas de prevención y de preparación para desenvolverse en la vida, todos ellos desarrollados por profesores bien capacitados y bien respaldados.

Los profesores son la llave que abre la puerta de la esperanza para un mundo con SIDA. Confiemos en que puedan marcar la diferencia. Por todas estas razones, la IE, el mayor sindicato de profesores y personal docente del mundo, cree necesario publicar este manual como contribución a los esfuerzos de prevención llevados a cabo en las escuelas en la lucha contra el SIDA.

Fred van Leeuwen  
Secretario General de la IE

Este documento puede reproducirse y traducirse parcial o completamente, pero no podrá venderse o utilizarse con fines comerciales. No obstante, siempre se mencionará a la fuente original IE/OMS y se enviará una copia a la Secretaría.

© Internacional de la Educación / Organización Mundial de la Salud, 2001.

Internacional de la Educación  
5, Boulevard du Roi Albert II  
1210 Brussels  
Bélgica  
Tel: +32.2.224.06.11  
Fax: +32.2.224.06.06  
E-mail: [headoffice@ei-ie.org](mailto:headoffice@ei-ie.org)  
Sitio web: [www.ei-ie.org](http://www.ei-ie.org)

Organización Mundial de la Salud  
20, Avenue Appia  
1211 Geneva 27  
Suiza  
Tel: +41.22.791.21.11  
Fax: +41.22.791.31.11  
E-mail: [info@who.int](mailto:info@who.int)  
Sito web: [www.who.int](http://www.who.int)

# Sección uno:

## Agradecimientos

# Agradecimientos

Las actividades y el material incluidos en este manual fueron preparados para la IE y para la OMS por los Programas de Salud y Desarrollo Humano (HHD) en el Centro para el Desarrollo de la Educación (EDC) por: Phyllis Scattergood, Director del proyecto, Athi Myint-U, Lydia O'Donnell, Cheryl Vince-Whitman, Elizabeth Perry y Molly McBride.

El oficial de proyectos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) fue Jack T. Jones, Departamento de Promoción de la Salud, Prevención y Vigilancia de las Enfermedades No Contagiosas.

La coordinadora del proyecto de la IE fue Monique Fouilhoux, directora del Departamento de Educación de la IE.

La IE y la OMS desean expresar su agradecimiento a las siguientes personas por sus valiosos comentarios y sugerencias durante la elaboración de los documentos:

Inon Schenker, OMS  
Sonia Bahri, UNESCO  
Wouter Van Der Schaaf, IE

Amaya Gillespie, UNICEF  
Gloria Bryan, CDC  
Charles Deutch, Harvard University

La IE y la OMS desean expresar su agradecimiento a los siguientes miembros afiliados a la IE por su valiosa contribución, sugerencias y recomendaciones durante la elaboración de este Manual:

Alongeng M. Letebele (BTU, Botswana)  
Elizabeth M. Lecha (BTU, Botswana)  
PETS0 Mosothoane (LAT, Lesotho)  
Makarabo Nkhereanye (LAT, Lesotho)  
Misheck Magelegele (TUM, Malawi)  
Lilian H.K. Yambeni (TUM, Malawi)  
Simon Kakuva (NANTU, Namibia)  
Lisina Swartbooi (NANTU, Namibia)  
Lungelwa Grootboom (SADTU, Sudáfrica)  
Beauty F.D. Mthembu (SADTU, Sudáfrica)  
Heide Dennis (SADTU, Sudáfrica)  
Fundi Nzimande (SADTU, Sudáfrica)  
Shermain Mannah (SADTU, Sudáfrica)

Shireen Pardeshi (SADTU, Sudáfrica)  
Dorah Brander (SADTU, Sudáfrica)  
Matsietso Motaung (SADTU, Sudáfrica)  
Foni F. Mushwana (SADTU, Sudáfrica)  
Roseline de Wee (SADTU, Sudáfrica)  
Bongi Buthelezi (SADTU, Sudáfrica)  
Zodwa G. Simelane (SNAT, Swazilandia)  
Musa P.S. Dlamini (SNAT, Swazilandia)  
Felix L. Simona (ZNUT, Zambia)  
Mable Z. Kakoma (ZNUT, Zambia)  
Jacob E. Chademana (ZIMTA, Zimbabwe)  
Dennis M. Sinyolo (ZIMTA, Zimbabwe)  
S.N. Mutindindi (ZESSCWU, Zimbabwe)

La IE y la OMS expresan su más sincero agradecimiento por las generosas contribuciones financieras prestadas para la elaboración de este Manual por parte del ONUSIDA y de la División de los Adolescentes y Salud Escolar, los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades, el Centro colaborador de la OMS para la Promoción y Educación para la Salud para Niños y Adolescentes en Edad Escolar, Dr. Lloyd Kolbe, Director.

# Sección dos:

## Introducción y finalidad del Manual

# Introducción y finalidad del Manual

**En 1995, la Internacional de la Educación (IE) celebró su primer Congreso Mundial en Harare, Zimbabwe. Las recomendaciones que se formularon en Harare identificaban la importancia y el apremio por parte de la IE y de las organizaciones sindicales miembros para:**

- Pedir a los gobiernos que incluyeran la educación sobre el VIH/SIDA en los programas escolares a escala nacional, regional y local, así como el apoyo a estos esfuerzos.
- Colaborar con los gobiernos en la elaboración y el seguimiento de las políticas de lucha contra el VIH/SIDA.
- Abogar por unos servicios gubernamentales de capacitación de profesores y demás personal docente.
- Garantizar la participación de los sindicatos en el desarrollo de los programas escolares.
- Unirse a otras organizaciones internacionales, nacionales, gubernamentales y no gubernamentales para conseguir un máximo de recursos para la formación del personal docente.

Siguiendo las recomendaciones formuladas en el primer Congreso Mundial, se unieron los esfuerzos de la IE, la OMS, la UNESCO, el EDC, el ONUSIDA y otros organismos para desarrollar seminarios dirigidos a las organizaciones afiliadas a la IE en América Latina (noviembre, 1996), Asia y el Pacífico (julio, 1997), Europa del este (noviembre 1997) y Sudáfrica (septiembre 1999). Esta alianza demuestra la importancia de prestar apoyo a los profesores y a los dirigentes sindicales para:

- Aprovechar su posición de liderazgo y su alto nivel de credibilidad para ayudar a las comunidades en sus esfuerzos por determinar la forma más adecuada de educar a los alumnos sobre la prevención del SIDA.
- Recibir la capacitación necesaria por parte de profesionales cualificados que sean conscientes de las necesidades de los educadores y de la comunidad en general.

- Trabajar en colaboración con otros miembros de la comunidad, incluidos padres, trabajadores sanitarios, personal administrativo de los centros y coordinadores de los programas escolares para abordar el tema de la prevención del VIH y la discriminación asociada en las escuelas.

Inspirándose en las conclusiones y las necesidades manifestadas en los seminarios regionales, este manual proporciona recursos (incluyendo hojas de datos e información y datos precisos sobre el VIH y las ETS) y ejemplos de actividades interactivas de adquisición de competencias. En conjunto, estas herramientas pueden reforzar las técnicas de enseñanza y de argumentación de los profesores y de los dirigentes sindicales. El manual puede contribuir a reforzar los intentos de los sindicatos por aplicar sus valiosas aptitudes y experiencias al servicio de los programas escolares sobre el VIH y los programas de capacitación para profesores y otros miembros de la comunidad.

### **Los objetivos del manual son:**

1. Proporcionar a los dirigentes sindicales del magisterio, a sus afiliados y a los docentes un producto sostenible que puedan utilizar en sus países para reforzar los programas de sanidad escolar en general y, más concretamente, prevenir la infección por el VIH.
2. Prestar apoyo a los continuos seminarios de la IE en los diferentes países y prestar asistencia a los miembros de la IE para poner en práctica las Recomendaciones y Resoluciones de la IE sobre la Promoción de la Salud y la Educación para la Prevención del VIH.
3. Hacer partícipes a los dirigentes sindicales del magisterio, a sus afiliados y a los docentes (como expertos locales y personas encargadas de su puesta en práctica) de todo el proceso de elaboración y edición del manual.
4. Proporcionar a los dirigentes sindicales del magisterio, a sus afiliados y a los docentes, actividades y recursos útiles para reforzar sus técnicas de argumentación y el uso de métodos de enseñanza participativos para prevenir el VIH y las ETS, así como la discriminación asociada.
5. Proporcionar a los dirigentes sindicales del magisterio, a sus afiliados y a los docentes medios y actividades de aprendizaje para tratar el riesgo al que se enfrentan ellos mismos, así como sus preocupaciones sobre el VIH y las ETS y otras cuestiones sobre la salud.
6. Permitir a los dirigentes sindicales del magisterio, sus afiliados y los docentes utilizar experiencias de aprendizaje interactivas y modernas para ayudar a los más jóvenes a adquirir los conocimientos necesarios para prevenir el contagio por el VIH y las ETS, así como para reducir la discriminación asociada.

## **Sección tres:**

# **Resoluciones y recomendaciones de la Internacional de la Educación sobre la promoción de la salud y la educación para la prevención del VIH**

- **SIDA: salvar a los niños y los docentes. Reunión del Consejo Ejecutivo, Internacional de la Educación, 25-27 de enero de 2000, Bruselas (Bélgica).**
- **Promoción de la Salud y la Salud Escolar. Resolución del Segundo Congreso Mundial de la Internacional de la Educación, 25-29 de julio de 1998, Washington D.C. (Estados Unidos).**
- **“Salud Escolar y Prevención del VIH/SIDA” Congreso Mundial de la Internacional de la Educación, 24-25 y 26 de julio de 1995, Harare (Zimbabwe).**
- **Promoción de la Salud y Educación para la Prevención del SIDA y de los Comportamientos peligrosos para la Salud. Resolución del Primer Congreso Mundial de la Internacional de la Educación, 19-23 de julio de 1995, Harare (Zimbabwe).**

# **SIDA: SALVAR A LOS NIÑOS Y A LOS DOCENTES**

**REUNIÓN DEL CONSEJO EJECUTIVO DE LA INTERNACIONAL DE LA EDUCACIÓN**

**25-27 enero de 2000, Bruselas (Bélgica)**

**El Consejo Ejecutivo de la Internacional de la Educación, reunido en Bruselas (Bélgica) del 25 al 27 de enero de 2000, reiteró su profunda preocupación por el coste humano, económico y social de la pandemia del SIDA en el mundo entero, y en particular en África. El Ejecutivo celebra la posición que recientemente adoptó el Consejo de Seguridad de las Naciones Unidas al respecto.**

El Consejo Ejecutivo de la IE reafirmó su convicción de que la escuela es insustituible si un país pretende mejorar la salud y la educación, y apuntó que muchas escuelas en el mundo no están desempeñando un papel significativo en la prevención del VIH a pesar de haberse demostrado que: 1) los jóvenes, en especial las niñas, en edades comprendidas entre los 10 y los 24 años representan el 50% de las infecciones por VIH que ocurren después de la infancia; 2) que el VIH y el SIDA afectan de manera significativa al personal docente; y 3) rigurosas evaluaciones de los esfuerzos para la prevención en las escuelas evidencian que los esfuerzos en la prevención del VIH y de las enfermedades de transmisión sexual (ETS) pueden reducir los riesgos de infección sin fomentar las relaciones sexuales.

El Consejo Ejecutivo ruega a todos los docentes que no escatimen esfuerzos y presionen a sus gobiernos para aplicar una política de prevención y educación que integre una verdadera educación sexual, así como programas de capacitación docente incluido el uso de métodos apropiados para educar sobre la salud, las aptitudes y competencias para desenvolverse en la vida y el VIH/SIDA.

Por último, en cuanto al acceso a los tratamientos, la IE insta a:

- Los gobiernos y las firmas farmacéuticas a hacer todo lo posible por asegurar que los remedios sean económicamente asequibles para todos y todas;

- Las organizaciones miembros a presionar a sus gobiernos a favor de la reapertura del acuerdo TRIPS en la OMC para asegurar que los derechos de los gobiernos de producir medicamentos genéricos en caso de emergencia estén protegidos y por consiguiente los países afectados no puedan ser sometidos a sanciones.

**La IE hace un llamamiento a todos los gobiernos, todas las organizaciones y todos los miembros para que actúen de manera responsable para convertir la escuela en un lugar sano y seguro que garantice la protección contra las enfermedades y todas las formas de violencia, un lugar acogedor donde se aprenda, trabaje y se conviva.**

# RESOLUCIÓN SOBRE LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y LA SALUD ESCOLAR PRESENTADA POR EL CONSEJO EJECUTIVO.

SEGUNDO CONGRESO MUNDIAL DE LA INTERNACIONAL DE LA EDUCACIÓN

25-29 julio de 1998, Washington D.C. (Estados Unidos)

El Segundo Congreso Mundial de la Internacional de la Educación reunido en Washington D.C. (Estados Unidos de América) del 25 al 29 de julio de 1998:

1. **Profundamente preocupado** por la rápida expansión de las enfermedades infecciosas y transmisibles que constituyen una enorme amenaza para un desarrollo humano sano en todo el planeta, y que puede perjudicar la estabilidad social, económica y política de las naciones;
2. **Particularmente alarmado** ante el creciente número de niños y adolescentes de ambos sexos que se enfrentan a situaciones especialmente difíciles que los exponen a múltiples riesgos para su salud;
3. **Convencido** de que la educación y la salud se complementan y se refuerzan mutuamente;
4. **Convencido** de que la escuela es el lugar irremplazable y el más beneficioso de que dispone un país para mejorar tanto la salud como la educación;
5. **Convencido** de que la situación en que se encuentra la salud afecta al aprendizaje y al éxito escolar y que la educación para la salud debe dar a los niños y niñas las habilidades esenciales que les permitan elegir y adoptar los comportamientos que condicionarán su salud para toda la vida;
6. **Recordando** la declaración común "Educación y salud: una alianza para el desarrollo" firmada con la Organización Mundial de la Salud (OMS), el Programa conjunto de las Naciones Unidas sobre el VIH/SIDA (ONUSIDA) y la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), con ocasión de la 45ª Conferencia Internacional de Educación de 1996;

7. **Considerando** “la iniciativa mundial para la salud en la escuela” lanzada por la OMS como una iniciativa adecuada que permite incrementar el número de centros escolares vinculados a la promoción de la salud;
8. **Recordando** la Declaración de Yakarta sobre la promoción de la salud en el siglo XXI adoptada en julio de 1997, que reafirma que la salud es un derecho humano fundamental y un factor indispensable para el desarrollo económico y social;
9. **Celebrando** que la IE ha sido invitada por el ONUSIDA a convertirse en uno de sus asociados en la Campaña Mundial de 1998 de lucha contra el SIDA que tiene como objetivo a los jóvenes menores de 24 años

#### **A. El Congreso urge inmediatamente a los Estados para que:**

1. **Adopten** y pongan en marcha políticas globales y concertadas de desarrollo de la salud;
2. **Refuercen** las políticas y los recursos para el apoyo de la promoción de la salud en la escuela;
3. **Promuevan activamente** una política global de educación para la salud que incluya la prevención del VIH/SIDA y de las enfermedades de transmisión sexual, principalmente mediante la puesta en marcha de una educación sexual apropiada;
4. **Refuercen** y amplíen la coparticipación en beneficio de la salud, particularmente con los países en desarrollo y basada en la solidaridad, la transparencia, y en principios éticos respetados, reconocidos y aceptados;
5. **Den** una atención específica a los niños y adolescentes de ambos sexos enfrentados a situaciones difíciles;
6. **Eliminen** toda forma de discriminación en la escuela y en los lugares de trabajo, así como toda forma de exclusión que pudiera estar relacionada con el estado de salud o con características genéticas;

#### **B. El Congreso compromete a las organizaciones miembros de la IE para que:**

1. **Desempeñen** un papel activo en la elaboración de las políticas escolares de educación para la salud en estrecha colaboración con los Ministerios de Educación y de Salud o se opongan a esos planes si los mismos deterioran el servicio de salud escolar;
2. **Tomen** aún más en consideración el papel crucial que puede desempeñar el sistema escolar junto a la totalidad del personal docente, por medio de la

educación para la salud, muy especialmente en la prevención del VIH/SIDA y de las enfermedades de transmisión sexual, así como en la prevención del consumo de drogas;

3. **Se involucren** más en todas las etapas de los programas de salud escolar, desde la concepción, la puesta en práctica y la evaluación de los mismos;
4. **Actúen** con el propósito de asegurar que todo el personal del sistema educativo reciba una formación inicial y a lo largo de sus carreras que les permita fomentar la salud y educar para la salud;
5. **Combatan** todas las formas de discriminación y de exclusión contra los alumnos, los estudiantes o el personal docente de ambos sexos afectados por el virus del VIH/SIDA o debido a sus características genéticas;
6. **Establezcan** relaciones con los padres y madres y los profesionales de la salud en el ámbito local o nacional.
7. **Se comprometan**, principalmente en el marco de las redes de "escuelas promotoras de salud", a hacer de la escuela un lugar saludable con instalaciones seguras capaces de garantizar una protección contra la enfermedad, la violencia y las sustancias nocivas.

### C. El papel de la Internacional de la Educación:

*La IE debe:*

1. **Continuar y estrechar** su colaboración con las instituciones del sistema de las Naciones Unidas, particularmente con la OMS, el ONUSIDA y la UNESCO;
2. **Participar** activamente en las manifestaciones internacionales relacionadas con la promoción de la salud, la educación para la salud y la prevención del VIH/SIDA, de las enfermedades de transmisión sexual y del uso de drogas, en la organización de actos de carácter regional e internacional con el fin de intensificar la sensibilización de la población, del personal de educación y de los jóvenes en las cuestiones relativas a la educación para la salud;
3. **Reunir** el máximo de información y material de formación posible sobre estas cuestiones y suministrarlos a las organizaciones miembros;
4. **Fomentar y reforzar** la introducción de temas sobre todas las cuestiones de educación para la salud en sus programas de cooperación y desarrollo.

# “SALUD ESCOLAR Y PREVENCIÓN DEL VIH/SIDA”

CONFERENCIA MUNDIAL DE LA INTERNACIONAL DE LA EDUCACIÓN

24-25 y 26 de julio de 1995, Harare (Zimbabwe)

## RECOMENDACIONES SOBRE LA POLÍTICA DE SALUD ESCOLAR Y LA PREVENCIÓN DEL VIH

**La política de educación para la salud y el VIH/SIDA en la escuela debería:**

1. **Elaborar** una educación para el VIH/SIDA en el marco del contexto de la educación para la salud en la escuela, a todos los niveles escolares, definiendo claramente las responsabilidades y los papeles;
2. **Buscar** la creación de programas comunitarios en colaboración con los Ministerios de Educación y de Salud para responder a las preocupaciones de los padres y de los otros dirigentes de la comunidad, y reducir la resistencia a los esfuerzos de prevención del VIH/SIDA en las escuelas;
3. **Asegurarse de** que los niños, los docentes y el personal docente sean autorizados y alentados a participar en los programas escolares;
4. **Eliminar** la discriminación, proteger los derechos del personal docente y asegurar el carácter confidencial del estado de salud de dicho personal;
5. **Pedir** a los gobiernos que impliquen a los sindicatos y a los miembros de la comunidad en la formulación de la política;
6. **Coordinar** los esfuerzos dentro del personal docente y de las organizaciones a todos los niveles;
7. **Asegurar** la disponibilidad de los medios financieros necesarios a la implementación de la política.

**Para apoyar la elaboración y la implementación de una política de educación para la salud y al VIH/SIDA en la escuela, las organizaciones sindicales tendrían que:**

1. **Recomendar** una legislación que proteja a los docentes que abordan temas controvertidos como la educación sobre el VIH/SIDA y la educación sexual;

2. **Pedir** a los gobiernos que incluyan la educación sobre el VIH/SIDA en los programas escolares en el ámbito nacional, regional y local, y apoyar estos esfuerzos;
3. **Asegurarse de** que la cuestión del VIH/SIDA sea abordada a la vez en las escuelas privadas y públicas y en los sistemas de educación formal e informal;
4. **Atraer** la atención del público sobre la importancia de la educación sobre el VIH/SIDA;
5. **Fomentar** la recolección de datos necesarios para la elaboración y la puesta en práctica de la política;
6. **Invertir** los recursos financieros y humanos en la educación de sus dirigentes y sus miembros con respecto a la importancia de la educación sobre el VIH/SIDA, los comportamientos sexuales sanos y los derechos humanos;
7. **Proponer** un modelo de vocabulario que las organizaciones miembro podrían utilizar durante la negociación colectiva en vista de la elaboración de una política de lucha contra el VIH/SIDA;
8. **Colaborar** con el gobierno para la elaboración y el seguimiento de la política de lucha contra el VIH/SIDA;
9. **Establecer**, para los miembros, directrices relativas a la puesta en práctica y al seguimiento de políticas;
10. **Garantizar** el apoyo técnico y financiero de organizaciones nacionales e internacionales

## RECOMENDACIONES SOBRE LOS PROGRAMAS ESCOLARES DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y SOBRE EL VIH/SIDA EN LA ESCUELA

**El contenido y la implementación de los programas escolares de educación para la salud y sobre el VIH/SIDA en la escuela tendrían que:**

1. **Integrar** la educación sobre el VIH/SIDA en el programa obligatorio y en la educación para la salud en la escuela
2. **Proporcionar** a todos los estudiantes en cada nivel, conocimientos apropiados a su edad y su sexo, teniendo en cuenta su cultura y sus creencias religiosas;
3. **Implicar** a los estudiantes, los padres, los diseñadores de programas, el personal docente, los representantes de los Ministerios, las personas que

viven con el VIH y los dirigentes de la comunidad en las etapas importantes de la elaboración del programa;

4. **Definir** objetivos del programa escolar que reflejen las necesidades de los estudiantes, teniendo como base evaluaciones llevadas a cabo en el ámbito local y una investigación apropiada;
5. **Asegurarse de** que el programa incluya:
  - a. una información precisa sobre la prevención de la infección por el VIH,
  - b. los conocimientos necesarios para un comportamiento sexual responsable,
  - c. una enseñanza que fomente la solidaridad y la atención que necesitan las personas infectadas por el VIH.
6. **Garantizar** la disponibilidad de los recursos humanos, financieros y materiales;
7. **Garantizar** el uso de métodos pedagógicos eficaces para el diseño del programa.

**Durante la elaboración y la implementación de los programas de educación para la salud y el VIH/SIDA en la escuela, los sindicatos tendrían que:**

1. **Insistir** para que los programas sobre el VIH/SIDA sean proporcionados en el ámbito local, regional y nacional;
2. **Asegurarse** de la implicación del sindicato en la elaboración del programa;
3. **Promover** la sensibilización del público con respecto a la necesidad de poner en práctica programas sobre el VIH/SIDA;
4. **Identificar** los recursos técnicos y financieros necesarios para el desarrollo y la ejecución de un programa dentro del marco del Plan Nacional SIDA;
5. **Participar** en el control y el seguimiento de la implementación de los programas sobre el VIH/SIDA de conformidad con el Plan Nacional SIDA;
6. **Incluir** la educación sobre el VIH/SIDA en los programas de formación de los sindicatos;
7. **Promover** la colaboración entre las organizaciones miembro de la Internacional de la Educación, las ONG y las agrupaciones de personas que viven con el VIH/SIDA a fin de intercambiar experiencias e informaciones relativas a programas innovadores.

## RECOMENDACIONES SOBRE LA PREPARACIÓN DEL PERSONAL DOCENTE PARA LA PREVENCIÓN DE LA INFECCIÓN POR EL VIH

**Dentro del marco de la preparación del personal docente para la prevención del VIH/SIDA y de la consiguiente discriminación, se debería:**

1. **Organizar** una formación inicial y continua de los docentes, cualquiera que sea su nivel, y un material de formación apropiado;
2. **Dar prioridad** a los programas de formación destinados a los docentes encargados de dar clases de educación sobre el VIH/SIDA y de educación sexual;
3. **Diseñar** una formación basada en la evaluación de las necesidades locales y una investigación adecuada;
4. **Acordar** compensaciones financieras y profesionales al personal docente que participe en la formación;
5. **Proporcionar** una formación destinada a sensibilizar a todos los empleados de la escuela;
6. **Organizar** el horario para permitir la formación continua;\
7. **Enseñar** a los docentes a trabajar con una gran variedad de métodos pedagógicos como el aprendizaje interactivo, el juego de rol o el teatro.

**A fin de ayudar al personal docente a prepararse mejor, los sindicatos tendrían que:**

1. **Participar** como tales en los programas de formación;
2. **Abogar por** una formación facilitada por los gobiernos;
3. **Favorecer** la coordinación de programas de formación con las instituciones nacionales, tales como las universidades y las ONG para formar el conjunto del personal docente;
4. **Favorecer** el intercambio de experiencias, de programas de formación, de materiales, de sesiones de sensibilización entre sus miembros;
5. **Asegurar** la participación de sus miembros en el diseño y la organización de programas de formación;
6. **Integrar** en las convenciones y los acuerdos colectivos una formación continua relativa a los derechos y la salud y la seguridad en el trabajo;

7. **Garantizar** la disponibilidad de los fondos necesarios para la formación sobre el VIH/SIDA dentro del marco de los recursos del Plan Nacional SIDA;
8. **Unirse a** otras organizaciones internacionales, nacionales, gubernamentales y no gubernamentales para conseguir un máximo de recursos para la formación del personal docente;
9. **Promover** los seminarios de formación en el ámbito regional con el apoyo de los organismos de las Naciones Unidas;
10. **Incluir** en el presupuesto de formación de la IE y de sus organizaciones miembros fondos destinados a la educación y la sensibilización sobre el VIH/SIDA;
11. **Desarrollar**, dentro de la Internacional de la Educación, un código de ética profesional para proteger a los estudiantes y al personal docente contra los abusos sexuales.

# EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y PREVENCIÓN DEL VIH/SIDA Y DE LOS COMPORTAMIENTOS PELIGROSOS PARA LA SALUD

RESOLUCIÓN DEL PRIMER CONGRESO DE LA INTERNACIONAL DE LA EDUCACIÓN

19-23 de julio de 1995, Harare (Zimbabwe)

**El Primer Congreso Mundial de la Internacional de la Educación reunido en Harare (Zimbabwe), del 19 al 23 de julio de 1995:**

1. **Profundamente preocupado** por la rápida propagación de la pandemia del SIDA en todas las regiones, pero muy especialmente en África y en Asia, así como por todas las amenazas contra un desarrollo humano sano en el conjunto del planeta;
2. **Particularmente inquieto** frente al número cada vez más importante de niños, adolescentes y mujeres jóvenes en edad de procrear afectados por el virus VIH, así como por todas las demás amenazas contra la salud;
3. **Convencido** de que la escuela tiene un papel esencial que desempeñar en la promoción de la salud de los niños, de los adolescentes y del personal docente en la prevención del VIH/SIDA, así como de otros riesgos para la salud;
4. **Comprobando con satisfacción** la aplicación por la ONU de un programa de lucha común que permitirá a las diferentes instituciones de la ONU trabajar más estrechamente y coordinar mejor sus esfuerzos;
5. **Haciendo suya** la Declaración de Consenso sobre el SIDA y la Escuela, adoptada en la Consulta Mundial de las Organizaciones de Docentes y organizada por la UNESCO en el mes de abril de 1990;
6. **Comprobando también con inquietud** el aumento del consumo de drogas, particularmente por inyección, que constituye uno de los principales factores de transmisión del SIDA;
7. **Considerando** que estos azotes influyen desfavorablemente en la estabilidad social, económica e incluso política de las naciones;

8. **Considerando** que el estado de salud afecta al aprendizaje y al rendimiento escolar y que la educación para la salud debe influenciar o modificar las actitudes y comportamientos permitiendo de esta manera al niño o al adolescente convertirse en el primer responsable de su salud;
9. **Considerando** que programas mundiales de educación para la salud en la escuela incluyendo el conjunto de los aspectos, enseñanza, servicios sanitarios y entorno escolar, pueden fomentar que los niños, los adolescentes y los trabajadores de educación adopten comportamientos sanos.

#### **A. El Congreso insta a los Estados para que:**

1. **Adopten y apliquen** políticas globales y concertadas de prevención contra el consumo de drogas, particularmente por inyección intravenosa;
2. **Fomenten activamente** una política de educación para la salud que integre la prevención de las toxicomanías y del VIH-SIDA, especialmente gracias a la aplicación de una verdadera educación para la sexualidad;
3. **Funden** asociaciones basadas en la solidaridad, especialmente con los países en vías de desarrollo;
4. **Presten** atención particular y específica a los adolescentes y a las mujeres en edad de procrear;
5. **Elaboren** políticas y programas sobre el SIDA;
6. **Mejoren** la disponibilidad, la elección y el empleo de los medios y métodos de protección;
7. **Eliminen** todas las formas de discriminación en la escuela y lugares de trabajo, y todas las formas de exclusión especialmente mediante la prohibición de los despidos injustos o tests de detección previos a la contratación, y eliminar, también, todas las formas de marginación de los grupos llamados "de riesgo";
8. **Evalúen** mejor los efectos negativos del SIDA sobre el desarrollo económico y social.

#### **B. El Congreso alienta a las organizaciones afiliadas a la IE a:**

1. **Tomar** más en consideración el papel esencial que puede desempeñar el sistema escolar con el conjunto del personal del sector educativo -mediante la educación para la salud y la prevención del VIH/SIDA- en la lucha contra la propagación de la enfermedad;

2. **Desempeñar** un papel activo en la elaboración de las políticas escolares de educación para la salud, en estrecha colaboración con los Ministerios de Educación y de Salud;
3. **Intervenir** de manera más activa en todas las etapas de la planificación, de la aplicación y de la evaluación de los programas de lucha contra el SIDA y las enfermedades de transmisión sexual;
4. **Actuar** para que todo el personal del sistema educativo reciba una formación inicial, y durante el servicio, sobre todos los aspectos de un programa global de educación para la salud, particularmente en lo relativo al VIH/SIDA;
5. **Combatir** todas las formas de discriminación y de exclusión de estudiantes o personal del sector de la educación afectados por el VIH/SIDA;
6. **Establecer** relaciones con el personal del sector de la salud.

### **C. Papel de la Internacional de la Educación:**

1. **Proseguir y reforzar** la colaboración con instituciones del sistema de las Naciones Unidas especialmente con la OMS, la UNESCO y la OIT;
2. **Participar activamente** en las manifestaciones internacionales relativas a la educación para la salud y la prevención del VIH/SIDA, la celebración de eventos de carácter regional y mundial con el fin de intensificar la sensibilización de la población y en particular de los jóvenes en cuanto a las cuestiones de educación para la salud;
3. **Reunir** toda la información posible sobre estos asuntos y comunicarla a las organizaciones afiliadas;
4. **Incluir** un tema sobre las cuestiones de educación para la salud y prevención del VIH-SIDA en sus programas de cooperación y de desarrollo.

**El Congreso se congratula, por otra parte, de la celebración -del 24 al 26 de julio- de una Conferencia Conjunta con la OMS y la UNESCO y desea especialmente que esta manifestación sea la ocasión para presentar propuestas concretas y para un compromiso real de todos los que contribuyen -en el sistema educativo- a la educación para la salud.**

# **Sección cuatro:**

## **Actividades de aprendizaje participativas para la prevención del VIH**

- *Introducción a las actividades de aprendizaje participativas*
- *Sugerencias para abordar situaciones difíciles en el aula*
- *Actividades para romper el hielo*
- *Consideraciones previas: aspectos que hay que tener en cuenta antes de organizar un taller y realizar las actividades propuestas en este Manual.*
- *Actividades de aprendizaje participativas para la prevención del VIH*
  - I. Actividades de aprendizaje participativas para adultos orientadas a reducir el riesgo de infección por el VIH*
  - II. Reforzar las competencias de los profesores para promover y fomentar la prevención eficaz del VIH en las escuelas*
  - III. Once actividades de adquisición de competencias apropiadas para el desarrollo destinadas a los más jóvenes*

## Introducción a las actividades de aprendizaje participativas

**"La educación para la salud requiere un enfoque global. No es una mera cuestión de transmisión del conocimiento, sino, lo que es más importante, de influir o generar cambios en nuestras actitudes y nuestros comportamientos ante las situaciones de riesgo que todos afrontamos en la vida diaria. Es una cuestión de capacitar a los jóvenes de ambos sexos para que sean responsables de su propia salud".**

- M. Fouilhoux, Seminario sobre la educación para la salud en las escuelas, IE, 6-7 de septiembre, 1999, Zimbabwe.

Los profesores y los dirigentes sindicales tienen una oportunidad única para llevar a cabo esfuerzos que respondan a la actual epidemia de SIDA y la combatan. Aunque los sistemas educativos no son la única vía para la educación sobre el VIH/SIDA y su prevención, los educadores pueden desempeñar una función vital proporcionando información precisa y transmitiendo a los jóvenes los conocimientos que necesitan para reducir el riesgo de contraer el VIH.

Para que los profesores adopten una posición de liderazgo eficaz en la lucha contra el VIH, sin embargo, necesitan recursos suficientes, capacitación y competencias. En este capítulo, hay catorce actividades de aprendizaje que pueden usarse para preparar y capacitar a los profesores para que aboguen por el cambio.

## ¿CUÁLES SON LOS OBJETIVOS DE ESTAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE?

Los tres objetivos de estas actividades de aprendizaje son los siguientes:

- Hacer que los participantes adquieran competencias y conocimientos que les ayuden a ellos y a otros profesores / adultos a reducir el riesgo de infectarse con el VIH y de sufrir la discriminación asociada (*Sección uno*)
- Capacitar a los participantes para promover y fomentar programas eficaces de prevención del VIH dentro y fuera del aula ( *Sección dos*)
- Capacitar a los participantes para usar métodos de enseñanza interactivos basados en la adquisición de competencias (por ejemplo, lluvia de ideas, representaciones de situaciones reales, debates en grupo) que han resultado ser eficaces en los programas educativos sobre el SIDA y el VIH (*Secciones dos y tres*)

La información adicional de profesores y otros miembros de la comunidad es vital para garantizar que los ejercicios se ajustan a la cultura de los participantes y se pueden aplicar eficazmente. Esta información adicional puede aumentar y conformar el contenido de las actividades para satisfacer las necesidades de los educadores que se servirán de ellas.

## ¿CÓMO SE ORGANIZAN ESTAS ACTIVIDADES?

Las actividades se dividen en tres secciones.

- I. **Actividades de aprendizaje participativas para adultos orientadas a reducir el riesgo de infección por el VIH.** Como modelos y líderes en los esfuerzos para prevenir el VIH, los educadores precisan la información y las competencias necesarias para fomentar su propia salud. Esta sección abarca las competencias de la vida personal que ayudarán a preparar a los educadores para que trabajen con estudiantes y otros miembros de la comunidad a fin de reducir entre éstos el riesgo de infección por VIH.
  
- II. **Reforzar las competencias de los profesores para promover y fomentar la prevención eficaz del VIH en las escuelas.** El objetivo de las actividades de esta sección es el de desarrollar las técnicas comunicativas y de argumentación de los profesores para fomentar programas eficaces de educación sobre el VIH al mismo tiempo que se aumenta la familiaridad de éstos con los métodos de enseñanza basados en la adquisición de competencias orientados a la educación para la salud, como representaciones de situaciones reales, lluvia de ideas y debates en grupos pequeños (ver el Capítulo once de este manual para obtener una visión general de educación para la salud basada en la adquisición de competencias).
  
- III. **Once actividades de adquisición de competencias apropiadas para el desarrollo destinadas a los más jóvenes.** La Sección tres incluye muestras de actividades participativas de adquisición de competencias apropiadas para el desarrollo que los profesores pueden usar con los estudiantes y otros jóvenes. Pueden adaptarse o modificarse en virtud de las necesidades y de la cultura locales.

# Sugerencias para abordar situaciones difíciles en el aula

Cuando enseñen acerca del VIH/SIDA, los profesores abordarán algunos temas delicados. En consecuencia, los estudiantes pueden reaccionar de diferente manera. Algunos se encontrarán en apuros o actuarán con timidez; otros quizás hagan bromas para tratar de reducir la tensión. Es importante que los profesores estén preparados para abordar situaciones potencialmente difíciles en el aula. Este cuadernillo proporciona algunas sugerencias a los profesores acerca de cómo responder a estas situaciones de forma eficaz.

## I. NORMAS BÁSICAS

“Las normas básicas” o “las normas de clase” se establecen con los estudiantes al comienzo del año escolar. Ayudan a que los estudiantes comprendan qué comportamiento se espera de ellos a lo largo del año. Los profesores deberían alentar a los estudiantes a desarrollar sus propias normas, para crear un cierto sentido de propiedad. Estas normas se colocan entonces en un lugar visible para que se pueda aludir a ellas en las situaciones pertinentes.

### Ejemplos de normas básicas:

- Valoramos y respetamos las opiniones de los demás
- Tratamos a los demás de forma positiva y somos considerados con sus sentimientos
- No hablaremos con la gente fuera de clase de asuntos personales tratados en el aula
- No nos interrumpimos
- Tenemos derecho a “abstenernos” si no queremos responder a una pregunta
- No dejamos en mal lugar ni criticamos a otras personas de la clase
- Si no se quiere hacer una pregunta delante de todo el mundo, se puede preguntar al profesor de forma anónima (por ejemplo, por medio de un buzón de preguntas)

## II. POSIBLES SITUACIONES DIFÍCILES Y LO QUE LOS PROFESORES PUEDEN HACER O DECIR \*

\*Adaptado parcialmente de Healthy Foundations, The Center for Family Life Education, Planned Parenthood of Greater Northern NJ, 1992.

POSIBLE SITUACIÓN DIFÍCIL	¿QUÉ PUEDE HACER O DECIR EL PROFESOR?
<ul style="list-style-type: none"> <li>Los profesores no se sienten preparados para responder a preguntas específicas porque carecen de información suficiente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>No pasa nada por no saber contestar. Puedes decir: "No conozco la respuesta, pero intentaré averiguarla y transmitírtela" o "A ver si la encontramos todos juntos".</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Los profesores no se sienten cómodos hablando de temas delicados delante de grupos mixtos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>No pasa nada por sentirse incómodo o en apuros. No tienes que fingir que eres de una época distinta a la tuya. Puedes decir: "No me resulta fácil responder a esta pregunta, pero lo intentaré" o "Me resulta difícil hablar de esto, pero es demasiado importante como para no abordarlo".</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Los estudiantes hacen bromas acerca de sus compañeros y/o del profesor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Empieza la clase diciendo que a veces resulta embarazoso hablar sobre esos asuntos, y que cuando la gente se siente incómoda es posible que se ría o haga bromas para ocultar su nerviosismo.</li> <li>Puedes optar por no prestar atención a una situación diciendo "Bueno" y prosiguiendo el debate.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Un estudiante le dice al profesor que se ha enterado de que es portador del VIH.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sé tajante al responder cuando no se respeten las normas del grupo. Puedes decir al estudiante que no deseas comentar aspectos de tu vida privada en clase, y que nadie de la clase debería pensar que tiene que hablar de cosas que no quiere que se traten.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Durante una representación o un debate de grupo un estudiante se pone nervioso o se enfada.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Si el nerviosismo del estudiante resulta evidente para los demás, podrías recordar a los estudiantes que nadie debería creer que ha de participar en algo que le hace sentir incómodo, y pedir entonces a otro estudiante que ocupe su lugar. Tras la clase, podrías acercarte al estudiante en privado para ver si quiere hablar u obtener información acerca de servicios que pueden serle de ayuda.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Los estudiantes se quedan callados por pudor.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Usa métodos de enseñanza que fomentan la participación, como las representaciones de situaciones reales y/o la lluvia de ideas. Puedes dirigirte a un alumno cuya atención, expresión facial, contacto visual u otro indicio no-verbal denota interés.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Los estudiantes intentan impresionar o</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Recuerda a los estudiantes que sean</li> </ul>

<p>divertir a otros estudiantes o al profesor describiendo explícitamente comportamientos sexuales.</p>	<p>considerados con los compañeros de clase y sus sentimientos. Podría ser importante separar a chicos y chicas para ciertos ejercicios.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• No te muestres claramente crítico con los comentarios de los estudiantes, aunque parezcan inapropiados. Esto puede desanimar a otros estudiantes de ser abiertos y sinceros.</li></ul>
---	---

# Para romper el hielo

Cuando reúnes a un grupo de personas para llevar a cabo un taller, es probable que no se conozcan entre sí, por lo que es conveniente empezar con una actividad que rompa el hielo. Estas actividades son ejercicios breves e interactivos que permiten a los participantes conocerse entre sí y sentirse más cómodos antes de empezar a hablar sobre temas delicados. A continuación, describimos cuatro ejemplos de actividades para romper el hielo. Puedes modificarlas para que se adapten al grupo concreto con el que vas a trabajar, o bien puedes idear otras actividades que cumplan la misma función.

---

## Círculos concéntricos

**Finalidad:** *Esta es una actividad que permitirá a los participantes intercambiar información sobre ellos mismos.*

**Duración:** *Tiene que establecerla el coordinador en función de lo que se pretenda lograr con la actividad.*

**Instrucciones:** *Divide al grupo en dos. Pide a una mitad que forme un pequeño círculo en el que los participantes miren hacia fuera, y a la otra mitad que forme un círculo más amplio alrededor del pequeño en el que los participantes miren hacia dentro. Tiene que haber el mismo número de personas en ambos círculos, interior y exterior. A continuación, formula una pregunta (p. ej., “¿Qué esperas aprender sobre la prevención del VIH? ¿Qué experiencia personal te gustaría compartir con los demás? ¿Qué has logrado de lo que te sientas orgulloso?”). Los que se encuentran en el círculo interior tienen 20 segundos (o el tiempo que el coordinador considere necesario en función del objetivo de la actividad) para responder a la pregunta. A continuación, los del círculo exterior dispondrán del mismo intervalo de tiempo para responder a la misma pregunta.*

*Antes de formular la siguiente pregunta, haz que el círculo exterior rote una posición en el sentido contrario al de las agujas del reloj, de forma que todos tengan un nuevo compañero. Formula la pregunta y continúa con la actividad.*

**Variantes:** *La rotación continúa en la misma dirección, O BIEN el círculo interior rota en una dirección para cambiar de compañeros, y en el siguiente turno es el círculo exterior el que rota en la dirección contraria, O BIEN ambos círculos rotan a la vez en direcciones opuestas (lo que implica que cada participante hablará sólo con una de cada dos personas de las del otro círculo).*

## COMENTARIO DE LA ACTIVIDAD:

- Pide a los participantes que, voluntariamente, comenten sus impresiones y expliquen qué han aprendido sobre los demás.

---

## ¿Quién eres?

**Finalidad:** *Esta es una actividad encaminada a que los participantes aprendan los nombres de sus compañeros, y a que conozcan algo de los demás antes de empezar con el taller.*

**Duración:** *Aproximadamente 20 minutos para un grupo de 20-30 personas.*

**Instrucciones:** *Pide a los participantes que formen un círculo, de pie o sentados. Explícales que han de presentarse diciendo su nombre acompañado de un adjetivo que les describa y que empiece por la misma letra por la que empieza su nombre. La persona que comience la actividad se presenta (“Hola, soy Madoda Maravillosa”). La siguiente persona presenta a Madoda al grupo y después se presenta a sí misma: (“y yo soy Elena Encantadora”). La siguiente presenta a “Madoda Maravillosa” y a “Elena Encantadora” y se presenta a sí misma: (“y yo soy Songaba Simpático”). Se continúa de esta manera hasta que todo el mundo queda presentado. La última persona tendrá que recordar los nombres de todos con sus adjetivos correspondientes. Cuando lo haya hecho, pregunta si alguien del grupo quiere intentar recordarlos todos.*

**Variantes:** *En vez de hacer que todo el mundo se presente y presente a los que ya lo han hecho antes de él o ella, puedes simplificar la actividad: haz que cada participante sólo se presente a sí mismo, pero que a parte de su nombre y correspondiente adjetivo diga algo que le gusta de él o ella (ej., Soy Rosa Radiante y me gusta cómo cocino).*

### COMENTARIO DE LA ACTIVIDAD:

- *Pide a los participantes que comenten sus impresiones así como lo que han aprendido con la actividad.*
- *Comenta a los participantes que esta actividad hace hincapié de una manera divertida en la importancia de saber escuchar, a la vez que ofrece a todo el mundo la oportunidad de conocerse.*

---

## **Macedonia**

**Finalidad:** *Esta es una actividad que aportará vitalidad al grupo.*

**Duración:** *15-20 minutos para un grupo de 20-30 personas*

**Instrucciones:** *Pide a los participantes que se sienten formando un círculo y colócate de pie en el centro del mismo. Todos menos tú han de tener un sitio asignado. Por ejemplo, si los participantes están sentados sobre esterillas, determina cuántos van a sentarse por esterilla antes de empezar con el juego.*

*Pide a los participantes que elijan tres nombres de frutas. A continuación, recorre el círculo y ve asignando uno de esos tres nombres a cada participante. Por ejemplo, la primera persona podría ser un mango, la segunda un plátano, la tercera una naranja, y la cuarta, de nuevo un mango. Asegúrate de que a todo el mundo, incluido tú, se le ha asignado el nombre de una de esas tres frutas.*

*A continuación, explica que vas a decir el nombre de una de esas frutas. Todos los que tengan esa fruta asignada han de ponerse de pie y encontrar otro sitio donde sentarse. Tú también tienes que buscar uno. La persona que se quede sin sitio permanecerá en el centro del círculo y tendrá que decir otro nombre de fruta.*

*Explica a su vez que si alguien dice “macedonia”, todo el mundo tiene que levantarse y encontrar un nuevo sitio.*

### **COMENTARIO DE LA ACTIVIDAD:**

- *Pregunta a los participantes si se han divertido con esta actividad diseñada para conocerse los unos a los otros.*

---

## El teléfono estropeado

**Finalidad:** *Esta es una actividad encaminada a hacer reír a los participantes, así como a ayudarles a darse de cuenta de una manera divertida de lo sencillo que es malinterpretar lo que alguien ha dicho.*

**Duración:** *15-20 minutos para un grupo de 20-30*

**Instrucciones:** *Antes de nada, piensa en una frase del tipo “A mucha gente de por aquí le gusta comer plátanos” o “En esta época del año el sol calienta mucho”, o cualquier cosa por el estilo. A continuación, pide a los participantes que se sienten formando un círculo o una fila.*

*Susurra rápidamente la frase que habías pensado al oído de la persona que esté a tu lado, y pídele que la vuelva a susurrar a la persona que se sitúa a su otro lado. Este procedimiento tiene que repetirse hasta que la frase haya dado la vuelta a todo el círculo o haya llegado al final de la fila. Cada persona tiene que susurrar lo que ha oído o creído oír, y no se puede pedir que te repitan la frase.*

### COMENTARIO DE LA ACTIVIDAD:

- *Pide a la última persona del círculo o de la fila que diga lo que ha entendido, y después comunícale a todo el grupo cuál era la frase original.*
- *Pregunta a los participantes qué han aprendido con esta actividad.*
- *Pide a los participantes que comenten cómo creen que surge la información errónea acerca del VIH/SIDA.*

# CONSIDERACIONES PREVIAS

## Aspectos que hay que tener en cuenta antes de organizar un taller y realizar las actividades propuestas en este Manual

### Antes de empezar:

- Lee con detenimiento toda la actividad. Esto te permitirá entender con claridad el objetivo, la metodología que se va a utilizar, el material y el tiempo requeridos, y la competencia específica que la actividad pretende desarrollar.
- Has de tener en cuenta las necesidades de tu audiencia. Evalúa la utilidad que pueden tener las actividades para los participantes que tienes pensado invitar a tu taller. ¿Son apropiadas y relevantes para sus circunstancias reales? ¿Serán capaces de poner en práctica lo que han aprendido?
- Evalúa las posibles maneras en que los participantes pueden aplicar a sus circunstancias reales los conocimientos y metodología propuestos en las actividades.
- Si procede, trabaja con los participantes para identificar cómo se podrían adaptar las actividades de tal manera que les resultasen más útiles y relevantes.
- Recuerda que debes planificar los talleres de tal manera que los participantes tengan tiempo suficiente para practicar todas las actividades, incluyendo las modificaciones que puedan haberse introducido.
- Durante las prácticas, se debe disponer de tiempo para llevar a cabo un análisis posterior constructivo que ayude a los participantes a adquirir seguridad y dominar la metodología y competencias adquiridas.
- Si dispones de tiempo, cuando los participantes hayan practicado, invítalos a que hagan una demostración delante de todo el grupo de la metodología y competencias adquiridas.
- Organiza el tiempo de tal manera que, al final, los participantes puedan comunicar al resto del grupo las conclusiones a las que han llegado, así como las sugerencias que quieran aportar sobre cada actividad.
- Si es posible, reserva algo de tiempo al final del taller para que los participantes desarrollen planes de acción básicos e identifiquen dónde y cómo van a poner en práctica lo que han aprendido (aulas, reuniones sindicales, asambleas comunitarias, etc.)

# Actividades de aprendizaje participativas para la prevención del VIH

## I. ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE PARTICIPATIVAS PARA ADULTOS PARA REDUCIR EL RIESGO DE INFECCIÓN POR VIH

### ¿Cuál es la finalidad de esta sección?

Hay cinco actividades en esta sección, dirigidas a profesores, dirigentes sindicales y otros adultos. Su finalidad consiste en elaborar competencias de comunicación y negociación para protegerse frente al VIH y las ETS y fortalecer la salud general. Las actividades también proporcionan a los participantes información y hechos precisos sobre el VIH/SIDA y el empleo de preservativos con el fin de que posean el conocimiento y la información necesarios para protegerse a sí mismos.

Los participantes, mediante las actividades de esta sección, lograrán específicamente:

- Mejorar su conocimiento de las formas de transmisión del VIH/SIDA
- Desarrollar competencias de comunicación y negociación eficaces para evitar la infección por VIH
- Comprender las posibilidades de obtención y localización de métodos de protección (incluidos los preservativos y otras protecciones para un sexo más seguro)

### ¿A quién está dirigida esta sección?

Profesores, dirigentes sindicales y otros adultos en fase de aprendizaje

### ¿Cuánto tiempo se utilizará para aplicar toda esta sección?

Se debería tardar unas tres horas en completar todas las actividades de esta sección, aunque esto puede variar según la audiencia. No obstante, se puede utilizar cada actividad por separado.

### ¿Cuáles son las actividades de esta sección?

ACTIVIDAD 1:	Comprensión del VIH/SIDA	<i>25 minutos</i>
ACTIVIDAD 2:	¿Correrías ese riesgo?	<i>40 minutos</i>
ACTIVIDAD 3:	¿Por qué corremos riesgos?	<i>40 minutos</i>
ACTIVIDAD 4:	Desarrollo de competencias para protegernos a nosotros mismos	<i>50-65 minutos</i>
ACTIVIDAD 5:	Práctica del empleo eficaz de preservativos	<i>30 minutos</i>

### Plantillas/hojas de trabajo relacionadas que se encuentran en este manual:

- Hoja de trabajo 1: Verdadero o Falso
- Hoja de trabajo 2: ¡Usemos un preservativo!
- Formularios de revisión correspondientes a las actividades 1–5
- Hojas de datos

## ACTIVIDAD 1

### COMPRENDIENDO EL VIH/SIDA

<b>Objetivo:</b>	<i>Evaluar y fortalecer el conocimiento de los participantes sobre el VIH/SIDA, sus formas de transmisión y lo que se puede hacer para evitar ser infectado</i>
<b>Competencias:</b>	<i>Mayor confianza al hablar sobre el VIH con otras personas; capacidad de evaluar la precisión de la información sobre el VIH y el SIDA</i>
<b>Métodos:</b>	<i>Pequeños grupos y debate en grupo</i>
<b>Materiales:</b>	<i>Hoja de trabajo 1: ¿Verdadero o Falso?; bolígrafos, lápices; hojas de datos sobre el VIH/SIDA</i>
<b>Duración:</b>	<i>25 minutos</i>
<b>Resumen:</b>	<i>Los participantes se dividen en pequeños grupos para decidir si las afirmaciones de sus hojas de trabajo son verdaderas o falsas. A continuación, presentan sus respuestas y hablan sobre ellas con el grupo más grande.</i>

#### CONSIDERACIONES PREVIAS – Antes de empezar.

- Lee con detenimiento toda la actividad.
- Prepara las transparencias, reúne el material requerido y haz tantas copias como sean necesarias.
- Evalúa la utilidad y relevancia de la actividad para el grupo al que va destinada.
- Evalúa si los métodos de enseñanza, las técnicas y los conocimientos transmitidos en la actividad son aplicables a las circunstancias reales de los participantes.
- Explica con claridad el objetivo de la actividad, las técnicas con las que se va a trabajar y los métodos que se utilizarán.
- Pide a los participantes que piensen en cómo se podría adaptar la actividad (p. ej., añadiendo más ejemplos de mitos y hechos) para que les resulte más útil dentro de sus circunstancias personales.
- Piensa en la forma más adecuada de dividir a los participantes en pequeños grupos para hacer las prácticas.
- Comunica a los participantes por adelantado que vas a pedir voluntarios al final de la sesión de prácticas para hacer una demostración de los métodos utilizados para aumentar su confianza al hablar sobre el VIH con otras personas y su capacidad de evaluar la precisión de la información sobre el VIH y el SIDA.

- Asegúrate de que los participantes sepan antes de empezar la práctica que se pedirá a cada grupo que exponga brevemente sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad (p.ej., aquello que descubrieron que podía afectar a los otros o las formas en que considerarían utilizar las técnicas y el conocimiento adquiridos).
- Antes de empezar, pregunta a los participantes si tienen alguna duda o si necesitan que se aclare algún punto de las instrucciones.
- Comunícales de cuánto tiempo disponen para cada parte de la actividad e identifica los papeles que tendrán que desempeñar dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga la exposición, etc.).

### **INTRODUCCIÓN:** 5 minutos

- *Preséntate y pide a los participantes que lo hagan ellos también.*
- *Puedes empezar esta actividad diciendo:*

“Para enseñar prevención contra el VIH/SIDA en el aula, es importante que todos poseamos información precisa sobre el VIH y sobre cómo la gente lo contrae. Sin ella, podríamos desaprovechar la oportunidad de proporcionar a nuestros estudiantes la información adecuada. Asimismo, la necesitamos para tomar las decisiones correctas con el fin de mantenernos sanos y reducir nuestro propio riesgo de contagio.”

### **¿VERDADERO O FALSO?:** 15 minutos

- *Divide a los participantes en grupos de 5-6 personas y entrégales la **Hoja de trabajo 1: ¿Verdadero o Falso?**. Da a cada grupo 15 minutos para decidir si cada uno de las afirmaciones de la hoja de trabajo es verdadera o falsa. Recuerda a los participantes de debatan sobre cada afirmación con los otros miembros del grupo antes de elegir la respuesta.*
- *Tras 15 minutos, reúne a todos en un solo grupo. Solicita un voluntario que lea en voz alta cada afirmación, y entonces pide a un miembro de cada grupo pequeño que diga si su grupo cree que es verdadero o falso. Después de que cada grupo haya dicho su respuesta, da la correcta y su explicación o pide a los participantes que lo expliquen ellos mismos y proporciona información acertada y correctiva. Cada afirmación podría ir seguida de debate en grupo y/o preguntas.*

## HOJA DE TRABAJO 1: ¿Verdadero o Falso?

### **FALSO: El VIH y el SIDA son lo mismo.**

*No es cierto. El VIH y el SIDA no son lo mismo. El VIH (Virus de la Inmunodeficiencia Humana) es un virus que ataca al sistema inmunológico y reduce las defensas del cuerpo ante todo tipo de enfermedades, incluyendo la gripe, la diarrea, la pulmonía, la tuberculosis, y algunos tipos de cáncer. El SIDA es un trastorno clínico que hace que una persona contraiga una o varias enfermedades (p. ej., pulmonía) o infecciones debido a que su sistema inmunológico presenta deficiencias como consecuencia del VIH. Se puede estar infectado por el VIH durante años y no desarrollar el SIDA.*

### **FALSO: Si una mujer embarazada es portadora del VIH siempre tendrá bebés infectados por el virus.**

*No es cierto. Aproximadamente, uno de cada seis niños nacidos de madres que están infectadas tienen el VIH. Las mujeres embarazadas que están infectadas pueden transmitir el virus a sus hijos recién nacidos durante el parto o al darles de mamar. Sin embargo, numerosos estudios recientes han revelado que es menos probable que las mujeres a las que se les administra cierto tipo de medicamentos antivirales transmitan el virus a sus hijos recién nacidos.*

### **VERDADERO: El VIH/SIDA no tienen cura.**

*Es cierto. Se están llevando a cabo investigaciones médicas en numerosos países, entre ellos países africanos, para desarrollar urgentemente vacunas que prevengan las infecciones por el VIH pero incluso cuando se desarrolla una vacuna, pasan años antes de que se pueda evaluar su eficacia y pueda ser aprobada. La prevención es la única forma de vencer al VIH y al SIDA.*

### **FALSO: Los preservativos se rompen con tanta frecuencia que no son seguros.**

*No es cierto. Los preservativos son muy seguros y eficaces. Los estudios realizados demuestran que, si se utilizan correctamente, los preservativos son eficaces el 98-100% de las veces. En muchas ocasiones los preservativos se rompen debido a un uso inapropiado, como puede ser abrir el paquete con las uñas o los dientes, no almacenarlos en un lugar fresco y seco, desenrollarlos incorrectamente o utilizar preservativos caducados.*

### **VERDADERO: Si besas a alguien que tiene el VIH no te contagiará el virus.**

*Es cierto. Los besos no entrañan un alto riesgo de transmisión del VIH. El VIH es un virus que se transmite a través del sexo (vaginal, oral o anal) y por contacto con la sangre de personas infectadas (p. ej., en caso de que la sangre de una persona llegue a una herida abierta o a un corte). Aunque existe la posibilidad de contacto con la sangre al besarse en la boca, se estima que el riesgo de contagio por el VIH en este tipo de prácticas es muy bajo. El riesgo aumentará sólo si ambas personas tienen cortes o úlceras en la boca.*

**FALSO: Sólo las parejas del mismo sexo (p. ej., dos hombres) corren riesgo de infección por VIH/SIDA.**

*No es cierto. Cualquier persona que no tome precauciones puede contraer el VIH. De hecho, las dos formas más comunes de transmisión del VIH en África son las prácticas heterosexuales (entre un hombre y una mujer) y la administración de medicamentos por vía intravenosa. (ONUSIDA 1999 Resumen Mundial de la Epidemia de VIH/SIDA).*

**VERDADERO: El VIH se encuentra principalmente en el semen, la sangre, las secreciones vaginales y la leche materna.**

*Es cierto. Estos son los cuatro fluidos corporales en los que se encuentra y a través de los cuales se transmite el VIH.*

**FALSO: Si una persona está infectada por el VIH siempre podemos darnos cuenta.**

*No es cierto. A simple vista, quienes tienen el VIH pueden parecer personas muy sanas. De hecho, muchos portadores del virus no saben que están infectados. El VIH puede estar presente en el cuerpo humano doce años –a veces incluso más– sin que aparezcan síntomas, a pesar de que el VIH se puede reproducir en una persona a una media de hasta mil millones de nuevos virus al día. Los portadores del virus pueden transmitírselo a otras personas aunque no muestren ningún síntoma.*

**VERDADERO: El VIH se puede contagiar a través del sexo oral.**

*Es cierto. Se han dado varios casos de contagio del VIH por haber practicado sexo oral con una persona infectada por el VIH. Aunque nadie sabe con exactitud cuál es el grado de riesgo, la evidencia sugiere que el riesgo es menor que en las relaciones sexuales anales o vaginales. El riesgo aumenta si:*

- *Tienes cortes o úlceras en la boca, cerca de ella, o en la garganta*
- *Tu pareja eyacula en tu boca*
- *Tu pareja tiene otra enfermedad de transmisión sexual (ETS)*

**FALSO: Si estás infectado por el VIH puedes curarte manteniendo relaciones sexuales con una persona virgen.**

*No es cierto. El VIH no tiene cura. Mantener relaciones sexuales con una persona virgen no cambiará ni influirá en absoluto en tu situación como portador del virus. Sin embargo, sí es probable que transmitas el VIH a la persona con la que mantengas relaciones sexuales.*

**FALSO: Mantener relaciones sexuales sin tomar precauciones es seguro si la prueba del VIH te da negativo.**

*No es cierto. Si la prueba del VIH es negativa, aún corres riesgo de contagio por el VIH a través de tus parejas sexuales. Además, algunas veces las pruebas dan como resultado un “falso negativo”, lo que quiere decir que el virus no se ha detectado en la sangre pero aún así, está presente. Mantener relaciones sexuales sin tomar precauciones siempre te hará correr más riesgos de infección por el VIH.*

**FALSO: El VIH se transmite al practicar deporte.**

*No es cierto. Sólo en la práctica de aquellos deportes en los que se produce contacto físico, en los que se puede producir alguna herida, existe riesgo de contagio por el VIH. Incluso en estos casos, el riesgo es extremadamente bajo, sobre todo si se toman algunas precauciones, como por ejemplo disponer de un botiquín con guantes de goma, sacar inmediatamente del terreno de juego a los jugadores heridos, cambiarse la ropa manchada de sangre y asegurarse de cubrir todas las lesiones y heridas abiertas.*

**FALSO: Sólo se contagian por el VIH las personas que tienen más de una pareja sexual.**

*No es cierto. Aunque las personas que mantienen relaciones sexuales con más de una persona tienen más posibilidades de infectarse por el VIH, la enfermedad puede afectarnos a todos. Te puede infectar una sola persona si es portadora del virus y no utilizáis un preservativo al mantener relaciones sexuales. Tu cónyuge te puede transmitir la infección si no te es fiel, aunque tú sí lo hayas sido. Cada año, muchas mujeres y niños contraen el VIH al ser violados.*

**VERDADERO: Los mosquitos y las chinches no transmiten el VIH.**

*Es cierto. Los estudios realizados en los centros de control y prevención de enfermedades de los Estados Unidos y en otros lugares no han dado evidencias de la transmisión del VIH a través de los mosquitos o de cualquier otro insecto, como las chinches, incluso en zonas donde se dan muchos casos de SIDA y hay una gran población de mosquitos.*

**CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos**

➤ *Revisa brevemente los hechos al final de esta actividad. Podrías plantear una o dos preguntas directrices:*

- *¿En qué sentido aporta ayuda esta actividad?*
- *¿Cómo utilizarás lo que has aprendido?*

➤ *Puedes cerrar la actividad diciendo:*

**“Éstos no son los únicos hechos del VIH, pero al hablar sobre ellos y al adquirir información precisa, empezamos a tener una mejor comprensión de lo que se puede hacer para evitar el VIH, mantenerse sano y transmitir información precisa a familiares y amigos.”**

➤ *Agradece al grupo su participación en la actividad.*

## ACTIVIDAD 2

### ¿CORRERIAS EL RIESGO?

- Objetivo:** *Animar a los participantes a pensar en un momento en el que corrieron el riesgo y en cómo podrían juzgar con más dureza a otros que se enfrentan al mismo peligro; ayudar a los participantes a reconocer que gente distinta está dispuesta a correr diferentes tipos de riesgos y que, por lo tanto, resulta muy difícil identificar a alguien como un que corre riesgos en mayor o menor grado que otra persona.*
- Competencia:** *Técnicas de pensamiento crítico (analizar las razones por las que la gente corre riesgos y si es posible juzgar quién tiene una tendencia mayor a hacerlo)*
- Materiales:** *Papel, bolígrafos, lápices*
- Métodos:** *Reflexión individual, hablarlo en parejas, breve debate de grupo*
- Duración:** *40 minutos*
- Resumen:** *Los participantes piensan sobre un momento de sus vidas en que corrieron un riesgo y en cómo podrían juzgar a alguien que corrió el mismo peligro. A continuación, se dividen en parejas para hablar sobre este momento del pasado. La comunicación en parejas va seguida de un breve debate en grupo. Posteriormente, los participantes juegan a decidir qué riesgos querrían correr.*

#### CONSIDERACIONES PREVIAS – Antes de empezar.

- Lee con detenimiento toda la actividad.
- Prepara las transparencias, reúne el material que vas a utilizar y haz tantas copias como sean necesarias.
- Evalúa la utilidad y relevancia de la actividad para el grupo al que va destinada.
- Evalúa si los métodos de enseñanza, las técnicas y los conocimientos transmitidos en la actividad son aplicables a las circunstancias reales de los participantes.
- Explica con claridad el objetivo de la actividad, las técnicas con las que se va a trabajar y los métodos que se van a utilizar.
- Pide a los participantes que piensen en cómo se podría adaptar la actividad (p. ej., proporcionando ejemplos alternativos de comportamientos arriesgados) para que les resulte más útil dentro de sus circunstancias personales.

- Piensa en la forma más adecuada de dividir a los participantes en pequeños grupos para hacer las prácticas.
- Comunica a los participantes por adelantado que vas a pedir voluntarios al final de la sesión de prácticas para hacer una demostración de sus técnicas para pensar de manera crítica y de las razones por las que la gente corre riesgos.
- Asegúrate de que los participantes sepan que se pedirá a cada grupo que exponga brevemente sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad (p.ej., ¿qué otras preguntas harías para facilitar el debate sobre asumir riesgos personales?).
- Antes de empezar, pregunta a los participantes si tienen alguna duda o si necesitan que se aclare algún punto de las instrucciones.
- Comunícales de cuánto tiempo disponen para cada parte de la actividad e identifica los papeles que tendrán que desempeñar dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga la exposición, etc.).

**El primer ejercicio ha sido adaptado de *Stepping Stones: Un programa de capacitación sobre el VIH/SIDA, la comunicación y las técnicas de relaciones humanas (Stepping Stones: A training package on HIV/AIDS, communication and relationship skills, ACTIONAID, Londres, 1995).***

#### INTRODUCCIÓN: 5 minutos

- Preséntate y pide a los participantes que hagan lo mismo.
- Puedes empezar esta actividad diciendo:

“Todos corremos riesgos en nuestras vidas, tanto grandes como pequeños. Esta actividad tratará sobre la razón por la que en ocasiones corremos riesgos en la vida. Estudiaremos las razones por las que hacemos cosas aún sabiendo que no nos proporcionarán un buen resultado para nosotros mismos, y lo que podríamos pensar sobre alguien que corre ese mismo riesgo.”

#### RECUERDO CUANDO: 5 minutos

- Pide a todos los participantes que piensen en un momento en el que corrieron un riesgo, fuera grande o pequeño, y que reflexionen sobre las siguientes preguntas:
  - ¿Qué hiciste?
  - ¿Por qué lo hiciste?
  - ¿Cuál fue el resultado?
  - ¿Qué pensarías sobre otra persona que corriera el mismo riesgo? ¿Y si se tratase de un familiar o de un amigo íntimo?

- Si algo saliera mal, ¿juzgarías con más dureza a esa persona por haber corrido el riesgo de lo que lo harías contigo mismo?

#### **NOTA PARA EL COORDINADOR**

Recuerda a los participantes que el riesgo NO tiene que estar relacionado con el VIH/SIDA y el sexo más seguro, sino que se trata de CUALQUIER riesgo, sea negativo (p.ej., conducir a demasiada velocidad, sujetarse al lateral de un autobús en movimiento, beber en exceso, ir a algún sitio con un extraño) o positivo (p.ej., tomar un postura en público que pudiese implicar ser despedido).

### COMPARTIR LAS HISTORIAS: 10 minutos

- Tras aproximadamente 5 minutos de reflexión, pide que cada participante elija un compañero y que comparta sus respuestas con la otra persona. **Si prefieren no hacerlo, pueden simplemente escuchar las historias del otro. Los participantes también podrían decidir inventar ejemplos de riesgos en el caso de que no se sintieran cómodos al utilizar sucesos personales.**

#### **NOTA IMPORTANTE PARA EL COORDINADOR:**

Recuerda a los participantes que la confidencialidad resulta importante en lo que respecta al proceso de compartir las historias, esto es, no deberían utilizar los nombres de otras personas o decir nada que pueda revelar la identidad de una persona.

### DEBATE ENTRE TODOS LOS PARTICIPANTES: 10 minutos

- Vuelve a reunir al grupo para que compartan cualquier idea u observación generales sobre correr riesgos. Podrías utilizar las siguientes preguntas como pautas para debates:
  - ¿Cómo se sentía la gente al correr el riesgo?
  - ¿Cuáles son algunas de las razones de la gente para actuar de tal manera?
  - ¿Eran conscientes del riesgo en aquel momento? En caso de que la respuesta sea afirmativa, ¿por qué lo hicieron?
  - ¿Qué sentía la gente respecto a sus acciones en el momento de realizarlas o posteriormente?
  - ¿Pensaron en las consecuencias a largo plazo frente a las recompensas inmediatas?
  - ¿Existían diferencias entre los sentimientos por otra persona que corriese el mismo riesgo y el propio participante?
  - ¿En qué sentido podría estar esto relacionado con el problema del VIH/SIDA?

## ¿CORRERÍAS ESE RIESGO? 10 minutos

- Puedes continuar diciendo:

“Pensamos que exponernos a un riesgo es algo bueno si el resultado es positivo. Incluso podemos recibir elogios por nuestro valor. Sin embargo, solemos hacer reproches a los demás cuando corren un riesgo y el resultado no es bueno. Además, en general somos menos severos al juzgar nuestros propios actos que al juzgar a los que hacen lo mismo que nosotros.

Sin embargo, nunca se puede saber de antemano quién está dispuesto a exponerse a distintos riesgos. Durante nuestro debate en parejas hemos visto que, con sólo mirar a una persona o hablar con ella, no se puede saber los riesgos que ha corrido o a los que estaría dispuesta a exponerse. En el siguiente ejercicio vamos a analizar esta idea.”

- Coloca en la pared tres papeles con las siguientes frases

Nada dispuesto

Algo dispuesto

Muy dispuesto

- Explica que, a continuación, se van a leer en voz alta algunas actividades o actitudes (puedes hacerlo tú o pedir un voluntario), y que te gustaría que los participantes se colocaran junto a la expresión que define mejor su disposición a llevar a cabo o no tales actividades. **[Si quieres, puedes utilizar algunas de las actividades que acabamos de mencionar en el ejercicio anterior.]**

### Actividades/actitudes que se leerán para los participantes

- Fumar
- Ingerir bebidas alcohólicas
- Colgarse de un autobús
- Tener una “aventura de una noche” (mantener relaciones sexuales con alguien que acabas de conocer)
- Subir al coche de un desconocido
- Conducir una motocicleta
- No ponerse el cinturón de seguridad en el coche
- Conducir a demasiada velocidad
- Mantener relaciones sexuales sin protección (sin utilizar un preservativo)

- Después de este ejercicio, pregunta a los participantes:

- ¿Os ha sorprendido que alguna persona en concreto estuviera dispuesta a hacer alguna de esas cosas? ¿Por qué?
- ¿Creías que podías saber quién estaría dispuesto a llevar a cabo determinadas actividades?

## CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

- Puedes cerrar la actividad diciendo:

*“Normalmente, si miramos a una persona o pasamos un rato con ella, aunque sea mucho tiempo, no podemos saber los riesgos que ha corrido o aquellos a los que estaría dispuesta a exponerse. Por eso, siempre es importante que tomemos precauciones.”*

- Agradece al grupo su participación en la actividad.

### ACTIVIDAD 3

## ¿POR QUÉ CORREMOS RIESGOS? (de contraer el VIH)

**Objetivo:** *Animar a los participantes a que consideren las diferentes razones por las que la gente se expone al riesgo de contraer el VIH y cómo pueden influir en estas decisiones o acciones los distintos factores de la vida de esas personas; hacer que los participantes comprendan que, a menudo, nuestra condición (p. ej., mujer joven u hombre de edad) determina circunstancias de nuestra vida que pueden hacernos correr riesgos.*

**Competencias:** *Técnicas de pensamiento crítico (analizar los factores que influyen en nuestros actos)*

**Método:** *Trabajo en grupos, lluvia de ideas, exposiciones*

**Material:** *Papel, bolígrafos, lápices, otros materiales artísticos (rotuladores, lápices de colores, pintura, etc.)*

**Duración:** *40 minutos*

**Resumen:** *Los participantes se dividen en grupos de 4 ó 5 y debaten sobre las razones por las que distintos grupos de personas (es decir, mujeres y hombres jóvenes, mujeres y hombres de más edad) se pueden exponer o encontrar ante riesgos relacionados con el VIH. A continuación exponen sus conclusiones a todos los participantes.*

### CONSIDERACIONES PREVIAS – Antes de empezar:

- Lee con detenimiento toda la actividad.
- Prepara las transparencias, reúne el material que vas a utilizar y haz tantas copias como sean necesarias.
- Evalúa la utilidad y relevancia de la actividad para el grupo al que va destinada.
- Evalúa si los métodos de enseñanza, las técnicas y los conocimientos transmitidos en la actividad son aplicables a las circunstancias reales de los participantes.
- Explica con claridad el objetivo de la actividad, las técnicas con las que se va a trabajar y los métodos que se van a utilizar.
- Pide a los participantes que piensen en cómo se podría adaptar la actividad (p. ej., pensar en otros ejemplos o razones por las que la gente corre riesgos) para que les resulte más útil en relación con sus circunstancias personales.

- Piensa en la forma más adecuada de dividir a los participantes en pequeños grupos para hacer las prácticas.
- Comunica a los participantes por adelantado que vas a pedir voluntarios al final de la sesión de prácticas para hacer una demostración de sus técnicas para pensar de manera crítica y de su capacidad para analizar aquellos factores que influyen en las acciones de los individuos en relación con la prevención del VIH.
- Asegúrate de que los participantes sepan que se pedirá a cada grupo que exponga brevemente sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad.
- Antes de empezar, pregunta a los participantes si tienen alguna duda o si necesitan que se aclare algún punto de las instrucciones.
- Comunícales de cuánto tiempo disponen para cada parte de la actividad e identifica los papeles que tendrán que desempeñar dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga la exposición, etc.).

#### **NOTA PARA EL COORDINADOR**

Si estás poniendo en práctica todas las actividades, esta actividad puede servir de introducción a los juegos de rol de la Actividad Cuatro.

#### **INTRODUCCIÓN: 5 minutos**

- Puedes empezar diciendo:

“Ningún grupo de personas está libre del riesgo de contagio por el VIH. Sin embargo, cada grupo, como por ejemplo hombres y mujeres, puede tener razones o puede estar sometido a determinadas influencias para no practicar sexo seguro. En esta actividad, nos centraremos específicamente en las razones por las que las personas pueden encontrarse o ponerse en una situación de riesgo respecto al VIH.”

#### **TRABAJO EN GRUPOS: 20 minutos**

- Divide a los participantes en grupos de 4 ó 5 personas. Pide a cada grupo que escriba en cuatro hojas distintas los siguientes títulos (un título por hoja): Mujer joven, Mujer de más edad, Hombre joven, Hombre de más edad. Si fuese útil, puedes hacer que los títulos sean más específicos en cuanto a las edades (p. ej., una adolescente, un hombre de mediana edad, etc.)
- Pide a cada grupo que utilice las cuatro hojas (y cualquier otro escrito o material artístico) para hacer una lista y explicar las razones por las que los miembros de cada uno de los cuatro grupos pueden encontrarse en situaciones en las que mantienen relaciones sexuales sin tomar precauciones (sin utilizar preservativos) y pueden correr riesgo de infección por el VIH.

- Puedes aportar 1 ó 2 ejemplos de la lista que encontrarás más adelante. También puedes expresarlos de otra manera o añadir ejemplos que creas que se adecuan más al país de origen de tu grupo. Explícales que después deberán presentar sus ideas y consideraciones ante el resto de los participantes.

#### **NOTA PARA EL COORDINADOR**

- Los participantes pueden definir el contexto de la(s) situación(es) de la forma que consideren apropiada.
- Los participantes pueden exponer esta información utilizando cualquier recurso elegido por el grupo (p. ej., mediante palabras, dibujos, elaboración de listas, narración de historias, canciones).
- Si decides utilizar ejemplos de la lista que encontrarás más adelante, tal vez quieras expresar las ideas con otras palabras o, si fuera necesario, explicar el significado de algún término.
- Puedes optar por organizar los grupos de forma que los participantes no se sientan incómodos (p. ej., mujeres con mujeres.)

- Los participantes deberán tener en cuenta las siguientes preguntas y debatir sobre ellas mientras reúnen sus ideas:
  - ¿Cuáles son las circunstancias vitales por las que puede estar pasando una persona del grupo?
  - ¿Hasta qué punto pueden influir esas circunstancias o situaciones en que tengan comportamientos de riesgo en relación con el VIH/SIDA?
  - ¿Qué personas de su entorno pueden influir en su comportamiento?
  - ¿Hasta qué punto crees que tienen control a la hora de tomar decisiones sobre su salud y sobre una práctica sexual más segura?
  - ¿Qué factores internos (conocimiento, autoestima, independencia en la toma de decisiones) crees que pueden influir en sus actos?
  - ¿Qué factores externos (dinero, pareja, hijos, tradiciones, género, cultura, trabajo, pobreza, drogas/alcohol) crees que pueden influir en sus actos?
- Algunas de las posibles causas o influencias que los participantes pueden mencionar:

#### Mujer joven

- En su comunidad no disponen de preservativos
- No tiene conocimientos sobre el HIV y las ETS
- No sabe dónde puede conseguir preservativos
- Necesita dinero de su compañero sexual para mantener a los niños, comprar comida u obtener cobijo
- Le da miedo utilizar preservativos
- Quiere mostrar amor y afecto hacia su compañero
- Teme que su compañero se ponga violento
- Es violada

- Teme que el uso de preservativos provoque infertilidad
- Quiere tener hijos
- No cree que pueda infectarse con el VIH

#### Mujer de más edad

- En su comunidad no disponen de preservativos
- No cree que corra ningún riesgo con su marido después de tantos años
- Tiene miedo de utilizar preservativos
- Su marido la maltrata si no quiere mantener relaciones sexuales
- No sabe cómo se utilizan los preservativos
- No sabe dónde puede conseguir preservativos
- No cree que pueda infectarse con el VIH

#### Hombre joven

- En su comunidad no disponen de preservativos
- No tiene conocimientos sobre el VIH y las ETS
- Los preservativos son muy caros
- Le da vergüenza comprar preservativos
- No le gusta la sensación que producen los preservativos
- No sabe dónde puede conseguir preservativos
- Siente que sus amigos le presionan para que mantenga relaciones sexuales con varias mujeres
- Ha bebido demasiado o está excitado
- No cree que pueda infectarse con el VIH

#### Hombre de más edad

- En su comunidad no disponen de preservativos
- Los preservativos son muy caros
- No tiene conocimientos sobre la transmisión del VIH
- Lleva muchos años con su mujer
- Ha pagado por mantener relaciones sexuales y no piensa utilizar preservativos
- Disfruta del sexo sin preservativo
- No sabe dónde puede conseguir preservativos
- No cree que los hombres deban utilizar preservativos con sus esposas
- No cree que pueda infectarse con el VIH

### EXPOSICIÓN DE TODOS LOS PARTICIPANTES Y DEBATE: 15 minutos

- Pasados 20 minutos, pide a cada grupo que exponga sus ideas a los demás. Puedes utilizar las siguientes preguntas para guiar las exposiciones. Debes ser receptivo a cualquier idea o causa que expongan los participantes.
  - ¿Cuáles son las razones por las que esta(s) persona(s) puede(n) no estar a salvo?
  - ¿Cómo y por qué varían estas causas dependiendo del sexo, de la edad?
  - ¿Qué factores pueden afectar a los miembros de cada grupo a la hora de actuar o de tomar decisiones?

- ¿Qué similitudes hay entre los cuatro grupos de personas?
  - ¿Crees que hay algún grupo que tenga mayor riesgo de contraer el VIH? ¿Por qué?
- Después de las exposiciones, pregunta a todos los grupos:
- ¿En qué se han diferenciado nuestras exposiciones? ¿En qué se han parecido? ¿A qué creéis que se debe? (p. ej., diferencias culturales y países de origen distintos entre los miembros del grupo)
  - ¿Te ha hecho pensar esta actividad sobre tu propia vulnerabilidad o sobre el riesgo que pueden correr tus familiares y amigos? ¿En qué sentido?
  - ¿Cuál o cuáles son los aspectos más importantes que has aprendido o que debes tener en cuenta para evaluar tu propio riesgo de contraer el VIH o ETS?
  - ¿Cuáles son las tres medidas que vas a adoptar para asegurarte de que estás protegido contra el VIH?

### CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

- Puedes cerrar la actividad diciendo:

*“A menudo, nuestra edad y nuestro sexo determinan o influyen en las distintas razones por las que podemos correr el riesgo de contraer el VIH o ETS. Saber y comprender esto puede ayudarnos a decidir cómo podemos protegernos y reducir el riesgo de contagio.”*

## ACTIVIDAD 4

### ¿CÓMO PODEMOS PROTEGERNOS?

(Comunicación y diálogo para unas relaciones sexuales más seguras)

<b>Finalidad:</b>	<i>Mejorar las competencias comunicativas y de diálogo de los participantes para ayudarles a reducir su riesgo de infección por el VIH</i>
<b>Competencias:</b>	<i>Comunicación, diálogo y toma de decisiones sobre una práctica sexual más segura para reducir el riesgo de infección por VIH y ETS</i>
<b>Metodología:</b>	<i>Juegos de rol; trabajo en grupos pequeños</i>
<b>Material:</b>	<i>Bloc para caballetes/pizarra, Hoja de trabajo 2: ¡No tengo preservativo!</i>
<b>Duración:</b>	<i>50-65 minutos</i>
<b>Resumen:</b>	<i>El Coordinador explicará qué es un juego de rol y hará una demostración con un voluntario. Después, los participantes se dividirán en pequeños grupos y podrán interpretar los mismos papeles o inventar los suyos propios. Durante los juegos determinarán respuestas eficaces y apropiadas que se adapten a situaciones en las que una persona pueda correr el riesgo de practicar sexo no seguro. A continuación, todos los participantes se reunirán para compartir sus impresiones y aportar sugerencias a los otros grupos.</i>

#### CONSIDERACIONES PREVIAS – **Antes de empezar:**

- Lee con detenimiento toda la actividad.
- Prepara las transparencias, reúne el material que vayas a utilizar y haz tantas copias como sean necesarias.
- Evalúa la utilidad y relevancia de la actividad para el grupo al que va destinada.
- Evalúa si los métodos de enseñanza, las técnicas y los conocimientos transmitidos en esta actividad son aplicables a las circunstancias reales de los participantes.
- Explica con claridad el objetivo de la actividad, las técnicas con las que se va a trabajar y los métodos que se van a utilizar.

- Pide a los participantes que piensen cómo se podría adaptar la actividad (p. ej., cambiar el guión del juego de rol) para que les resulte más útil dentro de sus circunstancias personales.
- Para hacer las prácticas, piensa en la forma más adecuada de dividir a los participantes en pequeños grupos.
- Comunica a los participantes por adelantado que vas a pedir voluntarios al final de la sesión de prácticas para hacer una demostración de las técnicas de comunicación, diálogo y toma de decisiones relacionadas con una práctica sexual más segura para reducir el riesgo de infección por el VIH y las ETS.
- Asegúrate de que los participantes sepan que se pedirá a cada grupo que exponga brevemente sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad.
- Antes de empezar, pregunta a los participantes si tienen alguna duda o si necesitan que se aclare algún punto de las instrucciones.
- Comunícales de cuánto tiempo disponen para cada parte de la actividad e identifica los papeles que tendrán que hacer dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga la exposición, etc.)

#### **NOTA PARA EL COORDINADOR**

Si estás poniendo en práctica varias actividades al mismo tiempo, puedes hacer referencia a las causas mencionadas en la Actividad Tres para definir los juegos de rol.

#### **INTRODUCCIÓN: 5 minutos**

- Preséntate y pide a los participantes que hagan lo mismo.
- Explica que el grupo va a poner en práctica algunas técnicas de comunicación y diálogo que pueden servir para mantener relaciones sexuales más seguras en distintas situaciones y que la actividad se llevará a cabo a través de un juego de rol.
- Puedes decirles:

*“Aunque sepamos lo propagados que están el VIH y las ETS y cómo prevenirlos, puede que no seamos capaces de poner en práctica estos conocimientos cuando nos enfrentamos a situaciones reales. Mediante la práctica de técnicas de comunicación y negociación podemos prepararnos para tener una reacción que sea positiva para nuestra salud y que reduzca nuestro riesgo de contagio por el VIH. En esta actividad, pondremos en práctica dichas técnicas mediante juegos de rol.”*

## EN QUÉ CONSISTEN LOS JUEGOS DE ROL: 5 minutos

- Pregunta al grupo si alguien ha hecho alguna vez juegos de rol en sus clases (o en otro lugar) y, si es así, pídeles que describan cómo lo hicieron.
- Explica brevemente qué son los juegos de rol:

*“Un juego de rol es un método de enseñanza que puede ayudaros a entender qué se siente al estar en una situación determinada y a poner en práctica cómo os desenvolveríais en esa situación. Al participar en un juego aprenderéis cómo podéis comportaros en una situación determinada, cómo pueden reaccionar las otras personas y cómo pueden afectar vuestras palabras y actos a las consecuencias de la situación. Os ofrece la oportunidad de llevar a cabo técnicas de comunicación y diálogo y observar cómo reaccionan los demás, sin miedo a fracasar o a que se produzcan consecuencias negativas.”*

## DEMOSTRACIÓN DE UN JUEGO DE ROL Y DEBATE: 15 minutos

- Explica que vas a hacer una demostración de un juego de rol pero que para hacerlo necesitarás un voluntario. Pídele que utilice la Hoja de trabajo 2 de su manual.

### NOTA PARA EL COORDINADOR

- No dudes en modificar el juego para asegurarte que te sientes cómodo con él y de que será aceptable para los participantes.
- Puedes considerar hacer representaciones entre mujeres, dependiendo de cómo se sientan los participantes trabajando con parejas de distinto sexo.
- No fuerces a nadie a ayudarte. Si no hay voluntarios espontáneos interpreta tú mismo ambos papeles para que el grupo tenga un ejemplo de lo que es un juego de rol.

## HOJA DE TRABAJO 2: ¡UTILICEMOS PRESERVATIVOS! (GUIÓN PARA EL JUEGO DE ROL)

**Thando:** ¿Qué te parecería pasar un tranquilo y romántico fin de semana conmigo?

**Thandi:** Me gustaría mucho.

**(En casa de Thando)**

**Thandi:** Thando, estar contigo es maravilloso. Llevo mucho tiempo esperando este momento.

**(En el dormitorio, Thando le propone a Thandi mantener relaciones sexuales)**

**Thandi:** A mí también me apetece tener relaciones contigo, pero con la condición de que utilicemos un preservativo.

**Thando:** ¿Un preservativo? Thandi, ¿por qué quieres arruinar nuestra velada romántica?

**Thandi:** Pero Thando, no quiero enfermar o infectarme con el VIH.

**Thando:** Pero sabes que yo no tengo ninguna enfermedad. Mírame. ¿Te parece que estoy enfermo?

**Thandi:** No. Pero cualquiera de los dos podría estar enfermo sin saberlo.

**Thando:** No me lo puedo creer. ¡Pensé que confiabas en mí!

**Thandi:** No es una cuestión de confianza. Se trata de cuidarnos.

**Thando:** Pero si utilizamos preservativos, las sensaciones que experimentemos al tener relaciones no serán naturales.

**Thandi:** Thando, que te quede claro, no se trata de tener sensaciones naturales, sino de disfrutar y también de sobrevivir.

### ***Pídele al grupo que añada más diálogo***

**Thando:** ¿Qué más puede decir? ¿Cómo lo diría?

**Thandi:** ¿Qué más puede decir? ¿Cómo lo diría?

➤ Después de la representación, anima al grupo a establecer un debate sobre lo ocurrido. Puedes plantear las siguientes preguntas:

- ¿Cuáles han sido las excusas del joven para no utilizar preservativos?
- ¿Os ha parecido que las respuestas de la joven han surtido efecto? ¿Por qué?
- ¿Qué más podría decir?
- ¿Ha desempeñado un papel importante la comunicación no verbal (p. ej., la mirada, el lenguaje corporal)?

➤ Explica que, en muchas ocasiones, la comunicación no verbal puede ser tan eficaz como la verbal. Añade algún ejemplo, como “vuestras palabras dicen ‘no’ pero vuestro cuerpo dice ‘sí’.”

- ¿Qué otras cosas podrían “hacer” para disfrutar juntos aunque no utilicen preservativos?
- ¿Es siempre el hombre el que no quiere usar preservativos? ¿Por qué no querría utilizarlos una mujer?

## **REPRESENTACIÓN PRÁCTICA DEL JUEGO DE ROL: 15-30 minutos**

➤ Pide a los asistentes que se dividan en grupos de tres para practicar el juego de rol. En cada grupo, dos participantes deben actuar y uno observar (pueden establecer turnos).

### NOTA PARA EL COORDINADOR

Dependiendo del tiempo, puedes pedir a los grupos que realicen el juego con el que acaban de trabajar el coordinador y el voluntario, o que dediquen algo de tiempo a escribir sus propios juegos basándose en otras situaciones reales para representarlos después. Esta última opción hará que la actividad se prolongue durante unos 15 minutos más.

- Durante la realización del juego, recorre la habitación aportando tus impresiones y elogiando a los participantes. Los grupos deben disponer de unos 15 minutos para escenificar la situación.

### DEBATE ENTRE TODOS LOS PARTICIPANTES: 10 minutos

- Pide a cada grupo que debata sobre su experiencia y que comunique sus impresiones a los demás.
  - ¿Qué tipo de situación ha representado tu grupo? ¿Qué temas se han tratado en el juego?
  - ¿Cómo podría haber sido más efectiva la conversación/interacción?
- Pide a quienes hayan realizado el juego de rol que comenten cómo se han sentido al interpretar sus papeles:
  - ¿Cómo se han sentido en esa situación? ¿Qué dificultades han encontrado?
  - ¿Cómo les han afectado las palabras o los gestos de la otra persona?
  - ¿Ha habido alguna diferencia entre lo que ha pasado por su mente y lo que han dicho o hecho?
  - ¿Qué han aprendido sobre técnicas de comunicación y sobre la protección contra el VIH y las ETS?
- El grupo puede responder siguiendo este modelo de frase:

*“Con los juegos de rol hemos aprendido que...”*

- Escribe sus respuestas en la pizarra o en un bloc para caballetes.

### CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

- Puedes cerrar la actividad diciendo:

*“Con esta actividad hemos tenido la oportunidad de compartir estrategias, practicar y reforzar las técnicas de comunicación y diálogo que podemos utilizar para reducir nuestro riesgo de contagio por el VIH y las ETS. Existe una gran diferencia entre tener conocimiento de algo y hacer buen uso de ese conocimiento. Necesitamos ambos factores, y por eso es muy importante utilizar métodos participativos para el desarrollo de técnicas con adultos y gente joven.”*

## ACTIVIDAD 5

### EL USO DE PRESERVATIVOS (por hombres y mujeres)

<b>Objetivo:</b>	<i>Aumentar la capacidad de los participantes para utilizar preservativos de una forma segura y eficaz con el fin de reducir los riesgos de contagio por el VIH y las ETS; aumentar el conocimiento de los participantes sobre dónde y cómo pueden obtener preservativos</i>
<b>Competencias:</b>	<i>Uso eficaz del preservativo; aumentar la confianza al hablar de preservativos con los demás</i>
<b>Material:</b>	<i>Preservativos, Hojas de datos sobre preservativos</i>
<b>Método:</b>	<i>Demostración y práctica</i>
<b>Duración:</b>	<i>30 minutos</i>
<b>Resumen:</b>	<i>El grupo debatirá sobre los preservativos, las polémicas que puedan existir al respecto y sobre cómo su uso puede ayudar de forma efectiva a reducir el riesgo de contagio por el VIH y las ETS. El coordinador hará una demostración del uso correcto de un preservativo. Si fuese apropiado, los participantes harán prácticas sobre cómo se pone y se quita un preservativo utilizando sus dedos como modelo.</i>

#### CONSIDERACIONES PREVIAS – **Antes de empezar:**

- Asegúrate de leer toda la actividad con detenimiento.
- Prepara transparencias y reúne dos ejemplares de cualquiera de los materiales que vayas a necesitar.
- Evalúa la utilidad y relevancia que tendrá la actividad en función de la población a la que va dirigida.
- Considera si los métodos, las técnicas y el conocimiento transmitido en la actividad se pueden aplicar a situaciones de la vida real de los participantes.
- Describe claramente la finalidad de la actividad, las tácticas que se van a poner en práctica y los métodos que se utilizarán.
- Pide a los participantes que piensen en las posibles formas de adaptar la actividad (p. ej., otros temas de debate o de conversación sobre el uso de preservativos) para hacerla más acorde con su entorno.

- Piensa en la forma más adecuada de dividir a los participantes en pequeños grupos para hacer las prácticas.
- Comunica a los participantes por adelantado que vas a pedir voluntarios al final de la sesión de prácticas para hacer una demostración de las técnicas relacionadas con el uso eficaz de preservativos y una mayor confianza al hablar con otros sobre preservativos.
- Asegúrate de que los participantes sepan que se pedirá a cada grupo que exponga brevemente sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad.
- Antes de que empiecen, pregunta a los participantes si tienen alguna duda o si necesitan alguna aclaración sobre las instrucciones.
- Comunícales de cuánto tiempo disponen para cada parte de la actividad e identifica los papeles que tendrán que hacer dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga la exposición, etc.).

## INTRODUCCIÓN Y DEBATE EN GRUPO: 10 minutos

- Puedes empezar diciendo:

*“Si se utilizan bien, los preservativos (también llamados condones) pueden prevenir que una persona transmita a otra el HIV. Aunque no siempre estén disponibles, nosotros, como educadores, debemos tener conocimientos sobre los preservativos y sobre dónde se pueden obtener.”*

- Haz que el grupo establezca un debate sobre los preservativos:
  - ¿Se puede disponer de preservativos en tu comunidad? ¿Son gratuitos o hay que comprarlos?
  - ¿Dónde se pueden obtener? Cita algunos lugares.
  - ¿Cuál es el sentimiento generalizado en tu comunidad con respecto al uso de preservativos?
  - ¿Pueden conseguir preservativos tanto hombres como mujeres? ¿Y los adolescentes y jóvenes?
  - ¿Cuáles son algunas de las razones por las que la gente no utiliza preservativos?

## DEMOSTRACIÓN DEL USO DE PRESERVATIVOS: 10 minutos

- Pide a los participantes que busquen en el manual la hoja de datos correspondiente al uso correcto de preservativos. Explícales que vas a hacer una demostración de cómo utilizar un preservativo correctamente y que después les pedirás, si quieren, que practiquen poniéndose uno en los dedos.

- Haz una demostración de la forma correcta de utilizar un preservativo utilizando tus dedos.

### PRÁCTICA CON PRESERVATIVO Y DEBATE: *10 minutos*

- Después de la demostración haz que el grupo entable una conversación sobre los siguientes aspectos:
  - Cómo evitar que el preservativo se rompa al utilizarlo (comprobación de la fecha de caducidad; no utilizar los preservativos más de una vez)
  - Cómo aumentar la sensualidad cuando se utiliza un preservativo
  - Cómo ponerse y quitarse el preservativo sin que eso afecte a la intimidad
  - Qué lubricantes se pueden utilizar con los preservativos
  - Lo que han oído sobre los preservativos y cualquier pregunta que puedan tener al respecto (p. ej., que se rompen fácilmente, que se pueden quedar dentro)
  - El preservativo femenino; otras opciones (p. ej., espermicida)
- Dependiendo de lo distendido que esté el grupo, dales unos cuantos preservativos a los participantes. Anímales a abrir los paquetes, a que examinen los preservativos, la fecha de caducidad y a que se familiaricen con ellos. Si acceden, puedes animarles a que practiquen cómo se pone y se quita un preservativo utilizando sus dedos como modelo. Proporcionales un recipiente en el que puedan depositar el preservativo al final del ejercicio.

### CIERRE DE LA ACTIVIDAD: *5 minutos*

- Como los participantes ya han tenido la oportunidad de familiarizarse con los preservativos, responde a cualquier otra pregunta que puedan tener al respecto.
- Puedes cerrar la actividad diciendo:

*“El SIDA se puede prevenir. Sabemos que las dos formas de protegerse contra el VIH son la abstinencia y el uso de preservativos. Como sabéis, hay muchas razones por las que la gente no utiliza preservativos (acabamos de hablar de algunas de ellas). Mediante nuestra propia capacitación y familiarización con el uso de preservativos estaremos ayudando a transmitir información precisa a aquellos adultos y jóvenes que carezcan de ella.”*

## HOJA DE TRABAJO 1 - Para los Participantes

### ¿VERDADERO O FALSO?

Señala con un círculo si las siguientes frases son verdaderas o falsas

	Verdadero	Falso
1 El VIH y el SIDA son lo mismo		
2 Si una mujer embarazada es portadora del VIH siempre tendrá bebés infectados por el virus		
3 El VIH/SIDA no tiene cura		
4 Los preservativos se rompen con tanta frecuencia que no son seguros.		
5 Si besas a alguien que tiene el VIH no te contagiará el virus.		
6 Sólo las parejas del mismo sexo (p. ej., dos hombres) corren riesgo de infección por el VIH/SIDA		
7 El VIH se encuentra principalmente en el semen, la sangre, las secreciones vaginales y la leche materna		
8 Si una persona está infectada por el VIH, siempre podemos darnos cuenta.		
9 El VIH se puede contagiar a través del sexo oral		
10 Si estás infectado por el VIH puedes curarte manteniendo relaciones sexuales con una persona virgen		
11 Mantener relaciones sexuales sin tomar precauciones es seguro si la prueba del VIH te da negativo		
12 El VIH se transmite al practicar deporte		
13 Sólo se contagian por el VIH las personas que tienen más de una pareja sexual		
14 Los mosquitos y las chinches no transmiten el VIH		

---

## HOJA DE TRABAJO 1 - Para los coordinadores

### ¿VERDADERO O FALSO?

---

**FALSO: El VIH y el SIDA son lo mismo.**

*No es cierto. El VIH y el SIDA no son lo mismo. El VIH es un virus que ataca al sistema inmunológico y reduce las defensas del cuerpo ante todo tipo de enfermedades, incluyendo la gripe, la diarrea, la pulmonía, la tuberculosis, y algunos tipos de cáncer. El SIDA es un trastorno clínico que hace que una persona contraiga una o varias enfermedades (p. ej., pulmonía) o infecciones debido a que su sistema inmunológico presenta deficiencias como consecuencia del VIH. Se puede estar infectado por el VIH durante años y no desarrollar el SIDA.*

**FALSO: Si una mujer embarazada es portadora del VIH siempre tendrá bebés infectados por el virus.**

*No es cierto. Aproximadamente, uno de cada seis niños nacidos de madres que están infectadas tienen el VIH. Las mujeres embarazadas que están infectadas pueden transmitir el virus a sus hijos recién nacidos durante el parto o al darles de mamar. Sin embargo, numerosos estudios recientes han revelado que es menos probable que las mujeres a las que se les administra cierto tipo de medicamentos antivirales transmitan el virus a sus hijos recién nacidos.*

**VERDADERO: El VIH/SIDA no tienen cura.**

*Es cierto. Se están llevando a cabo investigaciones médicas en numerosos países, entre ellos países africanos, para desarrollar urgentemente vacunas que prevengan las infecciones por el VIH pero incluso cuando se desarrolla una vacuna, pasan años antes de que se pueda evaluar su eficacia y pueda ser aprobada. La prevención es la única forma de vencer al VIH y al SIDA.*

**FALSO: Los preservativos se rompen con tanta frecuencia que no son seguros.**

*No es cierto. Los preservativos son muy seguros y eficaces. Los estudios realizados demuestran que, si se utilizan correctamente, los preservativos son eficaces el 98-100% de las veces. En muchas ocasiones los preservativos se rompen debido a un uso inapropiado, como puede ser abrir el paquete con las uñas o los dientes, no almacenarlos en un lugar fresco y seco, desenrollarlos incorrectamente o utilizar preservativos caducados.*

**VERDADERO: Si besas a alguien que tiene el VIH no te contagiará el virus.**

*Es cierto. Los besos no entrañan un alto riesgo de transmisión del VIH. El VIH es un virus que se transmite a través del sexo (vaginal, oral o anal) y por contacto con la sangre de personas infectadas (p. ej., en caso de que la sangre de una persona llegue a una herida abierta o a un corte). Aunque existe la posibilidad de contacto con la sangre al besarse en la boca, se estima que el riesgo de contagio por el VIH en este tipo de prácticas es muy bajo. El riesgo aumentará sólo si ambas personas tienen cortes o úlceras en la boca.*

**FALSO: Sólo las parejas del mismo sexo (p. ej., dos hombres) corren riesgo de infección por VIH/SIDA.**

*No es cierto. Cualquier persona que no tome precauciones puede contraer el VIH. De hecho, las dos formas más comunes de transmisión del VIH en África son las prácticas heterosexuales (entre un hombre y una mujer) y la administración de medicamentos por vía intravenosa. (ONUSIDA 1999 Resumen Mundial de la Epidemia de VIH/SIDA).*

**VERDADERO: El VIH se encuentra principalmente en el semen, la sangre, las secreciones vaginales y la leche materna.**

*Es cierto. Estos son los cuatro fluidos corporales en los que se encuentra y a través de los cuales se transmite el VIH.*

**FALSO: Si una persona está infectada por el VIH siempre podemos darnos cuenta.**

*No es cierto. A simple vista, quienes tienen el VIH pueden parecer personas muy sanas. De hecho, muchos portadores del virus no saben que están infectados. El VIH puede estar presente en el cuerpo humano doce años –a veces incluso más– sin que aparezcan síntomas, a pesar de que el VIH se puede reproducir en una persona a una media de hasta mil millones de nuevos virus al día. Los portadores del virus pueden transmitírselo a otras personas aunque no muestren ningún síntoma.*

**VERDADERO: El VIH se puede contagiar a través del sexo oral.**

*Es cierto. Se han dado varios casos de contagio del VIH por haber practicado sexo oral con una persona infectada por el VIH. Aunque nadie sabe con exactitud cuál es el grado de riesgo, la evidencia sugiere que el riesgo es menor que en las relaciones sexuales anales o vaginales. El riesgo aumenta si:*

- *Tienes cortes o úlceras en la boca, cerca de ella, o en la garganta*
- *Tu pareja eyacula en tu boca*
- *Tu pareja tiene otra enfermedad de transmisión sexual*

**FALSO: Si estás infectado por el VIH puedes curarte manteniendo relaciones sexuales con una persona virgen.**

*No es cierto. El VIH no tiene cura. Mantener relaciones sexuales con una persona virgen no cambiará ni influirá en absoluto en tu situación como portador del virus. Sin embargo, sí es probable que transmitas el VIH a la persona con la que mantengas relaciones sexuales.*

**FALSO: Mantener relaciones sexuales sin tomar precauciones es seguro si la prueba del VIH te da negativo.**

*No es cierto. Si la prueba del VIH es negativa, aún corres riesgo de contagio por el VIH a través de tus parejas sexuales. Además, algunas veces las pruebas dan como resultado un “falso negativo”, lo que quiere decir que el virus no se ha detectado en la sangre pero aún así, está presente. Mantener relaciones sexuales sin tomar precauciones siempre te hará correr más riesgos de infección por el VIH.*

**FALSO: El VIH se transmite al practicar deporte.**

*No es cierto. Sólo en la práctica de aquellos deportes en los que se produce contacto físico, en los que se puede producir alguna herida, existe riesgo de contagio por el VIH. Incluso en estos casos, el riesgo es extremadamente bajo, sobre todo si se toman algunas precauciones, como por ejemplo disponer de un botiquín con guantes de goma, sacar inmediatamente del terreno de juego a los jugadores heridos, cambiarse la ropa manchada de sangre y asegurarse de cubrir todas las lesiones y heridas abiertas.*

**FALSO: Sólo se contagian por el VIH las personas que tienen más de una pareja sexual.**

*No es cierto. Aunque las personas que mantienen relaciones sexuales con más de una persona tienen más posibilidades de infectarse por el VIH, la enfermedad puede afectarnos a todos. Te puede infectar una sola persona si es portadora del virus y no utilizáis un preservativo al mantener relaciones sexuales. Tu cónyuge te puede transmitir la infección si no te es fiel, aunque tú sí lo hayas sido. Cada año, muchas mujeres y niños contraen el VIH al ser violados.*

**VERDADERO: Los mosquitos y las chinches no transmiten el VIH.**

*Es cierto. Los estudios realizados en los centros de control y prevención de enfermedades de los Estados Unidos y en otros lugares no han dado evidencias de la transmisión del VIH a través de los mosquitos o de cualquier otro insecto, como las chinches, incluso en zonas donde se dan muchos casos de SIDA y hay una gran población de mosquitos.*

## HOJA DE TRABAJO 2 - Para los participantes

### ¡Utilicemos preservativos!

#### (Guión para un juego de rol)

**Thando:** ¿Qué te parecería pasar un tranquilo y romántico fin de semana conmigo?

**Thandi:** Me gustaría mucho.

#### (En casa de *Thando*)

**Thandi:** Thando, estar contigo es maravilloso. Llevo mucho tiempo esperando este momento.

#### (En el dormitorio, *Thando le propone a Thandi tener relaciones sexuales*)

**Thandi:** A mí también me apetece tener relaciones contigo, pero con la condición de que utilicemos un preservativo.

**Thando:** ¿Un preservativo? Thandi, ¿por qué quieres arruinar nuestra velada romántica?

**Thandi:** Pero Thando, no quiero enfermar o infectarme con el VIH.

**Thando:** Pero sabes que yo no tengo ninguna enfermedad. Mírame. ¿Tengo pinta de estar enfermo?

**Thandi:** No. Pero cualquiera de los dos podría estar enfermo sin saberlo.

**Thando:** No me lo puedo creer. ¡Pensé que confiabas en mí!

**Thandi:** No es una cuestión de confianza. Se trata de cuidarnos.

**Thando:** Pero si utilizamos preservativos, las sensaciones que experimentemos al tener relaciones no serán naturales

**Thandi:** Thando, que te quede claro, no se trata de tener sensaciones naturales, sino de disfrutar y también de sobrevivir.

#### Pídele al grupo que añada más diálogo.

**Thando:** ¿Qué más puede decir? ¿Cómo lo diría?

**Thandi:** ¿Qué más puede decir? ¿Cómo lo diría?

---

HOJA DE TRABAJO 3 - Para los participantes  
**Preguntas polémicas y problemáticas sobre el VIH/SIDA**

---

HAZ UNA LISTA CON LAS PREGUNTAS PROPUESTAS  
POR EL GRUPO (ENTRE CINCO Y DIEZ) Y CON LAS  
POSIBLES RESPUESTAS EN LAS QUE HAYAN  
PENSADO:

**PREGUNTA #1:**

**RESPUESTA #1:**

**PREGUNTA #2:**

**RESPUESTA #2:**

**PREGUNTA #3:**

**RESPUESTA #3:**

**PREGUNTA #4:**

**RESPUESTA #4:**

**PREGUNTA #5:**

**RESPUESTA #5:**

**PREGUNTA #6:**

**RESPUESTA #6:**

**PREGUNTA #7:**

**RESPUESTA #7:**

**PREGUNTA #8:**

**RESPUESTA #8:**

**PREGUNTA #9:**

**RESPUESTA #9:**

**PREGUNTA #10:**

**RESPUESTA #10:**

## HOJA DE TRABAJO 3 - Para los coordinadores

### Preguntas polémicas y problemáticas sobre el VIH/SIDA

Utiliza los siguientes ejemplos para empezar la sesión de lluvia de ideas:

- ¿Por qué se debería permitir que un alumno con VIH asistiese a la escuela?
- ¿Por qué se debería permitir que profesores infectados por el VIH den clase a nuestros hijos? ¿No pueden contagiárselo a otras personas?
- ¿De dónde procede el SIDA?
- ¿Te has hecho la prueba del VIH?
- ¿Ha muerto algún miembro de tu familia a causa del SIDA? ¿Cuántos?
- ¿Por qué el gobierno no proporciona medicamentos gratuitos a las personas que padecen el SIDA?
- Me dices que hay que tener una sola pareja. Mi padre tiene cinco esposas. ¿Debería decirle que, según mi profesor, él y sus cinco esposas están enfermos?
- ¿Por qué piensa la gente que el SIDA es una enfermedad de homosexuales?
- ¿Por qué piensa la gente que mantener relaciones sexuales con una persona virgen puede curar la infección por el VIH? ¿Es verdad?
- Creo que el SIDA y el VIH son mentiras inventadas por los Estados Unidos y las culturas occidentales para asustarnos. ¿Qué opinas tú? Yo no me creo nada de eso.
- ¿Por qué piensa la gente que los preservativos no funcionan?
- En mi país, alguien ha descubierto un tratamiento contra el SIDA. ¿Has oído hablar de él? ¿Por qué no se tienen en cuenta estos tratamientos?
- He oído que existe un tratamiento/una vacuna contra el SIDA. ¿Es verdad? ¿Por qué no está disponible aquí?
- Mi religión dice que no debería usar preservativos. No quiero que mis hijos vayan a una clase en la que se habla sobre preservativos y se promueve su uso. Va en contra de nuestra religión.
- Mi hija no mantendrá relaciones sexuales hasta que no contraiga matrimonio. ¿Por qué tiene que participar en un programa educativo de prevención del VIH y las ETS? Ella no corre ningún riesgo.

## II. REFORZAR LAS COMPETENCIAS DE LOS PROFESORES PARA PROMOVER Y FOMENTAR LA PREVENCIÓN EFICAZ DEL VIH EN LAS ESCUELAS

### ¿Cuál es la finalidad de esta sección?

Con las tres actividades de esta sección se pretende desarrollar competencias que ayuden a poner en práctica programas escolares eficaces sobre la prevención del VIH y conseguir apoyo para estos programas.

En concreto, estas actividades están pensadas para conseguir:

- Reforzar las técnicas de argumentación y comunicación de los participantes para conseguir apoyo y llevar a cabo tareas educativas sobre el VIH/SIDA dentro y fuera del aula
- Reforzar el conocimiento y la comprensión de los participantes de métodos de enseñanza interactivos basados en la adquisición de competencias (p. ej., lluvia de ideas, juegos de rol, debates en grupos pequeños) que han demostrado ser eficaces en programas escolares sobre el HIV/SIDA

### ¿A quién va dirigida esta sección?

Profesores/Dirigentes sindicales

### ¿Cuánto tiempo se tarda en realizar toda la sección?

Se debería tardar aproximadamente tres horas y 45 minutos en completar todas las actividades de esta sección, depende de la audiencia. Sin embargo, las actividades están concebidas como módulos independientes, por lo que se pueden utilizar de forma aislada.

### ¿Cuáles son las actividades de esta sección?

ACTIVIDAD 6:	Juegos de rol y trabajo en grupos para el desarrollo de técnicas de argumentación	60 minutos
ACTIVIDAD 7:	Te agradezco que me hagas esa pregunta (Lluvia de ideas y análisis posterior de los compañeros)	40 minutos
ACTIVIDAD 8:	Romper el silencio – Por un programa educativo sobre el VIH/SIDA en las escuelas	125 minutos

**Plantillas/Hojas de trabajo relacionadas con las actividades que encontrará en este manual:**

- Hoja de trabajo 3: Preguntas polémicas y problemáticas sobre el VIH/SIDA
- Hoja de trabajo 4: Hoja de registro para quien haga la exposición del grupo
- Hoja de trabajo 5: Ejemplos de cómo respaldar tus argumentos
- Hoja de trabajo 6: Notas adicionales que se preparan para la exposición en grupo
- Hoja de trabajo 7: ¿Qué hemos aprendido?
- Formulario de revisión correspondiente a las actividades 6-8
- Hojas de datos
- Preguntas más frecuentes y aspectos polémicos sobre la prevención del VIH/SIDA en las escuelas
- Prevenir el VIH/SIDA y las ETS y luchar contra la discriminación asociada: una de las principales responsabilidades de las Escuelas Promotoras de Salud.
- Sugerencias para abordar situaciones difíciles en el aula

## ACTIVIDAD 6

### JUEGOS DE ROL Y TRABAJO EN GRUPOS PARA EL DESARROLLO DE TÉCNICAS DE ARGUMENTACIÓN

- Finalidad:** *Reforzar el conocimiento de los participantes sobre los juegos de rol y su aplicación a la educación sobre el VIH/SIDA; desarrollar técnicas de argumentación y apoyo de políticas y programas escolares eficaces sobre el VIH/SIDA*
- Competencias:** *Técnicas interpersonales, técnicas de comunicación, de toma de decisiones, de argumentación*
- Metodología:** *Juegos de rol, trabajo en grupos pequeños, debate de todos los participantes*
- Material:** *Preguntas más frecuentes y aspectos polémicos sobre la prevención del VIH/SIDA en las escuelas, bloc para caballetes o pizarra*
- Duración:** *60 minutos*
- Resumen:** *El coordinador introduce el concepto de juego de rol como un método de enseñanza eficaz. Tras una breve introducción sobre el juego y su utilidad, los participantes escenifican las situaciones (haciendo el papel de promotores de ideas) utilizando como recursos Hojas de datos y otros documentos facilitados en este documento.*

#### CONSIDERACIONES PREVIAS – *Antes de Empezar:*

- Lee con detenimiento toda la actividad.
- Prepara las transparencias, reúne el material requerido y haz tantas copias como sean necesarias.
- Evalúa la utilidad y relevancia de la actividad para el grupo al que va destinada.
- Evalúa si los métodos de enseñanza, las técnicas y los conocimientos transmitidos en la actividad son aplicables a las circunstancias reales de los participantes.
- Explica con claridad el objetivo de la actividad, las técnicas con las que se va a trabajar y los métodos que se utilizarán.
- Pide a los participantes que piensen en cómo podrían adaptar la actividad (p. ej., añadir más ejemplos a las situaciones del juego de rol) para que les resulte más útil dentro de sus circunstancias personales.
- Piensa en la forma más adecuada de dividir a los participantes en pequeños grupos para hacer las prácticas.

- Comunica a los participantes por adelantado que vas a pedir voluntarios al final de la sesión de prácticas para hacer una demostración de los métodos utilizados para reforzar las técnicas interpersonales, de comunicación, de toma de decisiones y de argumentación.
- Asegúrate de que los participantes sepan antes de empezar la práctica que se pedirá a cada grupo que exponga brevemente sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de actividad.
- Antes de empezar, pregunta a los participantes si tienen alguna duda o si necesitan que se aclare algún punto de las instrucciones.
- Comunícales de cuánto tiempo disponen para cada parte de la actividad e identifica los papeles que tendrán que hacer dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga la exposición, etc.).

## INTRODUCCIÓN Y EXPLICACIÓN DEL JUEGO DE ROL: 10 minutos

- Preséntate y pide a los participantes que hagan lo mismo.
- Explica a los participantes que esta actividad les ayudará a familiarizarse con el método educativo interactivo del juego de rol. Para explicarlo, puedes decir:

Adaptado de *Módulos de educación sanitaria para adolescentes*, Centro para el Desarrollo de la Educación (*Teenage Health Teaching Modules, Education Development Center, Inc.*), Newton, 1991, y *Educación sanitaria escolar en la prevención del SIDA y las ETS*, OMS/UNESCO, Organización Mundial de la Salud, Ginebra, 1994.

Un juego de rol es una forma de representar situaciones que se dan en la vida real. Nos permite poner en práctica nuestros conocimientos. Se describe una situación o idea a los participantes, quienes adoptan los papeles según cómo piensen ellos que se sentirían o actuarían esas personas en esa situación.

Los principales pasos que hay que seguir para desarrollar un juego de rol son:

- Describir la situación brevemente o proporcionar un guión escrito
- Elegir participantes para el juego o pedir voluntarios y asignar un papel a cada uno. *Si no vas a pedir a toda la clase que participe, tal vez prefieras seleccionar estudiantes que sean extrovertidos y enérgicos, o asumir tú mismo uno de los papeles principales.*
- A una persona se le puede dar el papel de 'observador', en cuyo caso tomaría nota de lo que ocurre pero no participaría en la representación. Así se conseguiría un punto de vista objetivo.
- Dales instrucciones sobre aquello que deben hacer o en lo que deben pensar durante el juego.

- Intenta evitar que los estudiantes representen papeles negativos a no ser que lo consideres necesario para poder abordar el tema del ejercicio.
- Cuando sea posible, utiliza “accesorios” (sombreros, tarjetas de identificación, etc.). Hasta los accesorios más simples pueden ayudar.
- Cuando sea posible, utiliza el sentido del humor.
- Diles a los estudiantes que pongan fin al juego cuando piensen que la situación se ha resuelto, que se ha vuelto repetitiva y/o cuando se haya terminado el tiempo.
- Haz que los estudiantes debatan sobre lo que ha ocurrido durante el desarrollo del juego. Pregunta a cada una de las personas que ha participado cómo se ha sentido, por qué piensa que la situación se ha desarrollado así, y qué se podría haber hecho para cambiar el desenlace de la misma. El debate que se establezca después del juego es casi tan importante como el juego en sí y ayuda a los participantes a profundizar más en la situación.
- Elogia los esfuerzos realizados.

### DEMOSTRACIÓN DE UN JUEGO DE ROL: 20 minutos

- Explica que los participantes se van a dividir en grupos de tres personas para practicar el juego de rol (dos actores y un observador) como defensores de programas escolares para la salud y políticas relacionadas con la prevención del VIH y de las ETS.
- En primer lugar, pide un voluntario y haz una demostración de un juego de rol en el que un profesor interactúa con un padre que no quiere que se imparta educación sobre el VIH en su escuela. Para la demostración puedes utilizar 1 ó 2 preguntas y respuestas de “Preguntas más frecuentes y aspectos polémicos sobre la prevención del VIH/SIDA en las escuelas”.
- A continuación, pregunta a los participantes:
  - ¿Cuál ha sido la eficacia de cada uno de los participantes en la representación?
  - ¿Cómo podría haber sido más eficaz cada uno de ellos?
  - ¿Qué papel ha tenido la comunicación no verbal (p. ej., lenguaje corporal, contacto visual)?

### PRÁCTICA DE UN JUEGO DE ROL: 20 minutos

- Tras un breve debate, pide a los participantes que se dividan en **grupos de tres**.
- Pide a cada grupo que piense en **UNA** situación polémica o en alguna dificultad que pueda surgir al apoyar o argumentar en favor de programas escolares sobre el VIH.

#### Ejemplos:

- Un padre no quiere que su hija aprenda nada sobre la prevención del VIH ni que reciba educación sexual en la escuela.

- El director de un centro de enseñanza sólo apoya métodos de enseñanza en los que se defiende la abstinencia como única vía para la prevención del VIH y las ETS.
  - Los profesores creen que es la familia quien debe educar a sus hijos sobre el VIH.
- Deja que cada grupo dedique unos 20 minutos a representar una actividad interactiva concreta entre dos personas sobre la situación polémica que han elegido (p. ej., entre un profesor y el director). **Si fuera necesario, los grupos pueden recurrir al apartado *Preguntas más frecuentes y aspectos polémicos sobre el VIH y posibles respuestas del manual* y utilizar las preguntas y respuestas que aparecen en él.**
- Pide a los participantes que hagan turnos para representar los dos papeles, quedando un miembro del grupo como observador de cada interacción. El observador debería intentar anotar lo que se dice, cómo se comunica (p. ej., ¿qué gestos, expresiones, etc. utilizan los miembros del grupo?), y si las personas que representan la situación son eficaces al defender sus posturas.
- Pide a cada grupo que durante la representación de su juego piense en los tres temas debatidos durante la demostración. Una opción es que los participantes repitan el juego para ver si mejoran sus técnicas.

#### DEBATE ENTRE TODOS LOS PARTICIPANTES: 10 minutos

- Después del juego, reúne a todos los participantes y pídeles que debatan sobre estos temas:
- ¿Qué situación polémica o dificultad habéis elegido? ¿Por qué?
  - ¿Qué dos papeles habéis representado durante el juego de rol?
  - ¿Cuál ha sido la eficacia de cada una de las personas que han intervenido?
  - ¿Cómo podría haber sido más eficaz cada uno?
  - ¿Qué importancia ha tenido la comunicación no verbal (p. ej., lenguaje corporal, contacto visual)?
  - ¿Cómo se podrían aplicar estos métodos en las aulas?
  - ¿Cómo contribuye la técnica del juego de rol a que mejoren las competencias pedagógicas y de argumentación (dentro y fuera del aula) para prevenir el VIH y las ETS?
- Utilizando el siguiente modelo de frase, pide a los participantes que completen la idea. Escribe sus respuestas en la pizarra o en un bloc para caballetes.

Un juego de rol es útil cuando quieres que los alumnos \_\_\_\_\_.

Posibles respuestas:

- Intenten comprender cómo se sentiría una persona en una determinada situación.
- Aprendan cómo pueden reaccionar los demás ante determinados comportamientos o actitudes.
- Intenten comportarse de forma distinta para comprobar si obtienen los resultados deseados.
- Experimenten nuevos comportamientos para comprobar cómo se sentirían en esa nueva situación.
- Se arriesguen a comportarse de una forma determinada sin temor al fracaso ni a consecuencias negativas.

**CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos**

- Puedes terminar esta actividad diciendo:

*“El juego de rol es un importante método de enseñanza. Puede ayudar a que los estudiantes y otras personas practiquen y desarrollen técnicas que les preparen para reaccionar eficazmente en situaciones reales. Al tener en cuenta posibles situaciones y representarlas, tanto los estudiantes como los adultos pueden desarrollar técnicas sociales y cognitivas que les ayuden a pensar y reaccionar de la manera más positiva.”*

## ACTIVIDAD 7

### **TE AGRADEZCO QUE ME HAGAS ESA PREGUNTA** (LLUVIA DE IDEAS Y ANÁLISIS POSTERIOR DE LOS COMPAÑEROS)

**Finalidad:** *Reforzar el entendimiento y los conocimientos de los participantes sobre la lluvia de ideas como método de enseñanza y mejorar las técnicas de comunicación e interacción personal para responder a preguntas polémicas o problemáticas relacionadas con el VIH, tanto dentro como fuera del aula*

**Competencias:** *Técnicas de comunicación, técnicas de interacción personal*

**Metodología:** *Lluvia de ideas, análisis posterior de los compañeros, trabajo en grupos pequeños*

**Material:** *Hoja de trabajo 3: Preguntas polémicas y problemáticas sobre el VIH/SIDA, bloc para caballetes o pizarra, rotuladores o tiza*

**Duración:** *40 minutos*

**Resumen:** *El coordinador introduce los conceptos de lluvia de ideas y análisis posterior de los compañeros como métodos de enseñanza eficaces. Después, los participantes ponen en práctica este método con otros adultos o estudiantes mediante una lluvia de ideas con algunas preguntas polémicas sobre el VIH/SIDA y la discriminación asociada. Tras realizar la lluvia de ideas, los participantes se dividen en parejas para practicar las respuestas a estas preguntas y escuchar el análisis de sus compañeros.*

#### CONSIDERACIONES PREVIAS – **Antes de Empezar:**

- Lee con detenimiento toda la actividad.
- Prepara las transparencias, reúne el material requerido y haz tantas copias como sean necesarias.
- Evalúa la utilidad y relevancia de la actividad para el grupo al que va destinada.
- Evalúa si los métodos de enseñanza, las técnicas y los conocimientos transmitidos en la actividad son aplicables a las circunstancias personales de los participantes.
- Explica con claridad el objetivo de la actividad, las técnicas con las que se va a trabajar y los métodos que se van a utilizar.

- Pide a los participantes que piensen en cómo podrían adaptar la actividad (p. ej., añadir más preguntas polémicas y problemáticas sobre el VIH) para que les resulte más útil dentro de sus circunstancias personales.
- Piensa en la forma más adecuada de dividir a los participantes en pequeños grupos para hacer las prácticas.
- Comunica a los participantes por adelantado que vas a pedir voluntarios al final de la sesión de prácticas para hacer una demostración de las técnicas de comunicación y de interacción personal.
- Asegúrate de que los participantes sepan que se pedirá a cada grupo que exponga brevemente sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad.
- Antes de empezar, pregunta a los participantes si tienen alguna duda o si necesitan que se aclare algún punto de las instrucciones.
- Comunícales de cuánto tiempo disponen para cada parte de la actividad e identifica los papeles que tendrán que hacer dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga la exposición, etc.).

### INTRODUCCIÓN: 5 minutos

- Preséntate y pide a los participantes que hagan lo mismo.
- Puedes empezar esta actividad diciendo:

*“Como profesores y dirigentes locales, nos enfrentamos con frecuencia a numerosas preguntas, tanto de los alumnos como de los miembros de la comunidad. Por ello, queremos asegurarnos de que estamos preparados para responder a cada una de estas preguntas cuando tenemos la oportunidad educativa de hacerlo. En esta actividad practicaremos cómo responder a las preguntas difíciles relacionadas con el VIH/SIDA para que en el futuro no perdamos la oportunidad de ofrecer a los demás información y conocimientos adecuados. También utilizaremos el análisis posterior de los compañeros (reunión de ideas y sugerencias de otras personas) para intentar mejorar nuestras técnicas interpersonales cuando respondamos a estas preguntas.”*

### EXPLICACIÓN DE LA LLUVIA DE IDEAS: 5 minutos

- Explica que esta actividad está diseñada para que los participantes se familiaricen con la lluvia de ideas como método de enseñanza y para que desarrollen sus técnicas de comunicación. También les permitirá evaluar sus propios conocimientos sobre el VIH/SIDA.
- Explica a los participantes en qué consiste la lluvia de ideas. Puedes decir:

Adaptado de *Módulos de educación sanitaria para adolescentes*, Centro para el Desarrollo de la Educación (*Teenage Health Teaching Modules, Education Development Center, Inc.*), Newton, 1991, y *Educación sanitaria escolar en la prevención del SIDA y las ETS*, OMS/UNESCO, Organización Mundial de la Salud, Ginebra, 1994.

La lluvia de ideas es una técnica de grupo para producir ideas rápida y espontáneamente. Si se lleva a cabo correctamente, permite que los estudiantes y adultos en fase de aprendizaje respondan de forma creativa, sin miedo a ser juzgados. También permite al profesor evaluar el nivel de conocimientos y/o las opiniones de los participantes sobre algunos temas para así adaptar la actividad educativa a las necesidades de las personas a las que va dirigida. Es un procedimiento simple que consiste en hacer una pregunta y pedir ideas a todos los participantes. Normalmente, las ideas se escriben en una pizarra o en una hoja para poder utilizarlas más tarde.

Antes de empezar, puedes establecer unas normas básicas sobre la lluvia de ideas:

- Todas las ideas son bienvenidas.
- El objetivo principal es que se generen tantas ideas como sea posible.
- No hay debate después de cada respuesta; el propósito es reunir antes todas las ideas.
- No se juzgarán las ideas como 'buenas' o 'malas'.
- Se acepta añadir algo a las ideas de los demás.
- Está bien que se produzcan silencios cuando la gente esté pensando.
- Tal vez quieras explicar que la lluvia de ideas es eficaz para:
- Reunir muchas ideas rápidamente.
- Hacer que participen los estudiantes que no se atreven a intervenir durante los debates.
- Explorar los temas más delicados o problemáticos.

## REALIZAR UNA LLUVIA DE IDEAS SOBRE TEMAS POLÉMICOS O PROBLEMÁTICOS: *10 minutos*

- Pide al grupo que realice una lluvia de ideas sobre algunas preguntas problemáticas relacionadas con el VIH/SIDA que pueden plantear tanto los adultos como los estudiantes. Escríbelas en un bloc para caballetes o en la pizarra.

### **NOTA PARA EL COORDINADOR**

Para empezar el ejercicio de lluvia de ideas, puedes aportar algunos ejemplos de la lista que encontrarás a continuación. Si no, puedes añadir al final del ejercicio otras preguntas que el grupo no haya mencionado.

### HOJA DE TRABAJO 3: PREGUNTAS POLÉMICAS Y PROBLEMÁTICAS SOBRE EL VIH

- ¿Por qué se debería permitir que un alumno con VIH asistiese al colegio?
- ¿Por qué se debería permitir que profesores infectados por el VIH den clase a nuestros hijos? ¿No pueden contagiárselo a otras personas?
- ¿De dónde procede el SIDA?
- ¿Te has hecho la prueba del VIH?
- ¿Ha muerto algún miembro de tu familia a causa del SIDA? ¿Cuántos?
- ¿Por qué el gobierno no proporciona medicamentos gratuitos a las personas que padecen el SIDA?
- Me dices que hay que tener una sola pareja. Mi padre tiene cinco esposas. ¿Debería decirle a mi padre que, según mi profesor, él y sus cinco esposas están enfermos?
- ¿Por qué piensa la gente que el SIDA es una enfermedad de homosexuales?
- ¿Por qué piensa la gente que mantener relaciones sexuales con una persona virgen puede curar la infección por el VIH? ¿Es verdad?
- Creo que el SIDA y el VIH son mentiras inventadas por los Estados Unidos y las culturas occidentales para asustarnos. ¿Qué opinas tú? Yo no me creo nada de eso.
- ¿Por qué piensa la gente que los preservativos no funcionan?
- En mi país, alguien ha descubierto un tratamiento contra el SIDA. ¿Has oído hablar de él? ¿Por qué no se tienen en cuenta estos tratamientos?
- He oído que existe un tratamiento/una vacuna contra el SIDA. ¿Es verdad? ¿Por qué no está disponible aquí?
- Mi religión dice que no debería usar preservativos. No quiero que mis hijos vayan a una clase en la que se habla sobre preservativos y se promueve su uso. Va en contra de nuestra religión.
- Mi hija no mantendrá relaciones sexuales hasta que no contraiga matrimonio. ¿Por qué tiene que participar en un programa educativo de prevención del VIH y las ETS? Ella no corre ningún riesgo.

- Cuando el grupo haya acabado de realizar un ejercicio de lluvia de ideas con la lista de preguntas, pide a los participantes que escojan entre cinco y diez de estas preguntas y las anoten en la Hoja de trabajo #3.

### RESPONDER A LA PREGUNTA (DEMOSTRACIÓN): 5 minutos

- Puedes dar comienzo a esta sección diciendo:

*“Ahora vamos a realizar una lluvia de ideas para encontrar posibles respuestas a estas importantes preguntas, y después practicaremos cómo comunicárselas a los demás. Para contestar correctamente a algunas de las preguntas quizá necesitemos saber algo más sobre el VIH/SIDA. Sin embargo, es importante recordar que no pasa nada si uno no conoce la respuesta. Si éste fuera el caso, se lo comunicamos a la persona con la que estamos hablando y añadimos que de todas formas nos esforzaremos en averiguar la respuesta. Por el momento, podemos utilizar el material incluido en este manual para intentar encontrar las respuestas.”*

- Pide a los participantes que realicen una lluvia de ideas para encontrar posibles respuestas a cada una de las preguntas que han escrito en su Hoja de trabajo #3, y que anoten en la misma hoja aquéllas que consideren más eficaces.
- Explica que, a continuación, te gustaría hacer una demostración con un voluntario de cómo contestar a una de estas preguntas. Pide al voluntario que formule una pregunta y ofrécele una respuesta clara, precisa y respetuosa. Comenta con el grupo qué factores han hecho que tu respuesta sea eficaz (p. ej., tenías conocimientos previos, has establecido contacto visual, no has alzado la voz ni adoptado una actitud crítica). ¿Qué otras sugerencias proporciona el grupo para fortalecer tu respuesta?

#### **NOTA PARA EL COORDINADOR**

También puedes escenificar una situación en la que una persona se enfada o se pone agresiva, y poner un ejemplo de cómo reaccionar de manera apropiada si eso ocurre. (Ver técnicas más adelante.)

### RESPONDER A LA PREGUNTA (PRÁCTICA Y ANÁLISIS POSTERIOR DE LOS COMPAÑEROS): 15 minutos

- Pide a los participantes que formen grupos de tres para practicar por su cuenta las respuestas a las preguntas. Uno planteará una pregunta, otro responderá, y el tercero observará y hará un análisis posterior. Pide a los observadores que pongan especial atención no sólo en lo que se dice, sino también en CÓMO se dice.
- Cuando una persona haya intentado contestar a una pregunta, pide al grupo que comente brevemente la eficacia de la comunicación (tanto en el aspecto verbal como en el no verbal).

### NOTA PARA EL COORDINADOR

Puedes pedir a los participantes que escenifiquen una situación en la que una persona se enfada o se pone agresiva.

#### DEBATE ENTRE TODOS LOS PARTICIPANTES: 5 minutos

- Pide a todos los participantes que reflexionen y debatan sobre cuáles son las claves para conseguir un acto de escucha y una comunicación eficaces. Algunas de las claves que puedes mencionar son:

#### Algunas técnicas para comunicarse de manera eficaz:

- Escucha con atención lo que la persona te está diciendo
- Reafirma y legitima la pregunta diciendo, por ejemplo, “Esa pregunta es muy interesante”, o “Gracias por preguntarme eso.”
- Si no has entendido bien la pregunta, pide que te la aclaren.
- Intenta que tus respuestas sean todo lo claras y sencillas que te sea posible.
- Asegúrate de que la gente ha entendido tu respuesta [p. ej., pregunta: “¿Me he explicado bien?” o “¿He respondido a tu pregunta?”]
- Corrige cualquier malentendido, error u omisión que pudiera haberse producido.
- No pasa nada si no sabes la respuesta. Si éste fuera el caso, dilo, y haz ver a la otra persona que harás lo posible por averiguar la respuesta.

#### Si las preguntas o afirmaciones se manifiestan con enfado o de una manera agresiva:

- Reconoce y acepta los sentimientos mostrados [p. ej., “Sé que estás enfadado, y entiendo cómo te sientes.”]
- Fíjate en si estás alzando el tono o el volumen de voz. Hacerlo sólo aportará más tensión a la situación.
- Escucha con atención.
- Intenta que la interacción se mantenga de una manera constructiva.

## CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

- Puedes cerrar la actividad diciendo:

*“Cuando hables con una persona acerca de un tema tan delicado como el del VIH y el SIDA, la manera en la que te expresas o respondes a las preguntas que te hacen otros tiene tanta importancia como el contenido de lo que estás diciendo. Hay gente que es más sensible ante determinadas cuestiones, o que se puede sentir incómoda o nerviosa hablando sobre este tema. Entre todos, hemos comprobado la importancia que tiene la comunicación no verbal, así como los comentarios que indican que estás escuchando al otro y respetas su opinión. Ambos aspectos son muy importantes a la hora de expresar tu punto de vista de una manera eficaz y sin hacer sentir mal a la persona que te escucha, o provocar que se enfade.”*

**ACTIVIDAD 8**  
**ROMPER EL SILENCIO**  
**POR UN PROGRAMA EDUCATIVO SOBRE EL VIH/SIDA EN LAS ESCUELAS**

**Finalidad:** *Lograr que los participantes se movilicen y obtengan apoyo y recursos para poner en práctica e institucionalizar a través de las escuelas intervenciones que prevengan el VIH/SIDA y la discriminación asociada a esta enfermedad.*

**Competencias:** *Técnicas de argumentación para promover la puesta en práctica de programas educativos eficaces sobre el VIH/SIDA y el desarrollo de políticas de educación que reduzcan el estigma y la discriminación de profesores y estudiantes portadores del VIH; competencias en el aula para educar sobre el VIH/SIDA y los temas delicados relacionados con él.*

**Metodología:** *Trabajo en pequeños grupos, análisis y aplicación de la información existente, juegos de rol/elaboración de modelos.*

**Material:** *Instrucciones del coordinador, material para realizar exposiciones (transparencias para proyectores, rotuladores, blocs para caballetes, blocs de notas, bolígrafos, etc.), Hojas de trabajo de la 4 a la 7.*

**Duración:** 120 - 125 minutos

**Resumen:** *Los participantes se distribuirán en cinco grupos de trabajo. Cada grupo se centrará en una situación problemática o dificultad específica con la que los profesores se topan habitualmente en sus intentos de informar sobre la prevención del VIH y evitar la discriminación asociada a esta enfermedad en las escuelas. Los participantes analizarán la dificultad a la que se enfrentan, desarrollarán posibles argumentos para intentar superarla, y se prepararán para exponerlos delante de los demás. Para realizar esta exposición los participantes dedicarán tiempo a practicar la eficacia comunicativa de sus razonamientos, y en ella informarán acerca de cualquier hallazgo adicional que hayan realizado.*

**CONSIDERACIONES PREVIAS – Antes de empezar:**

- Lee con detenimiento toda la actividad.

- Prepara las transparencias, reúne el material que vayas a utilizar y haz tantas copias como sean necesarias.
- Evalúa la utilidad y relevancia de la actividad para el grupo al que va destinada.
- Evalúa si los métodos de enseñanza, las técnicas y los conocimientos transmitidos en esta actividad son aplicables a las circunstancias reales de los participantes.
- Explica con claridad el objetivo de la actividad, las técnicas con las que se va a trabajar y los métodos que se van a utilizar.
- Pide a los participantes que piensen cómo se podría adaptar la actividad (p. ej., agregar nuevas dificultades y objetivos) para que les resulte más útil dentro de sus circunstancias personales.
- Asegúrate de que los participantes sepan que a cada grupo se le pedirá que exponga brevemente sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad.
- Antes de empezar, pregunta a los participantes si tienen alguna duda o necesitan que se aclare algún punto de las instrucciones.

## INTRODUCCIÓN: 10 minutos

- Preséntate y pide a los participantes que hagan lo mismo.
- Comienza la actividad dando una breve visión de conjunto de la misma. Puedes decir:

*“Como profesores y dirigentes locales que abogamos por la puesta en práctica de programas educativos sobre el VIH/SIDA en las escuelas, nos enfrentamos, o lo haremos en un futuro, a numerosas dificultades que entorpecen nuestros esfuerzos. Al anticipar estas dificultades y evaluar la manera en la que podemos resolverlas eficazmente, estamos mejorando nuestra capacidad para apoyar y promocionar estos programas.*

*En esta actividad vamos a dividirnos en cinco grupos, que dispondrán de un coordinador cada uno (ver nota más adelante). A cada grupo se le asignará una dificultad específica relacionada con los programas educativos sobre el VIH, e intentará desarrollar argumentos para lograr el objetivo relacionado con dicha dificultad. Para ello se servirá del material proporcionado en este manual (p. ej., hojas de datos) y de las hojas de trabajo correspondientes.”*

### NOTA PARA EL COORDINADOR GENERAL

**Si no dispones de antemano de cinco coordinadores asignados**, puedes elegir cinco participantes que consideres que vayan a ser coordinadores eficaces, y pedirles que ejerzan dicha función. **Si no puedes designar coordinadores de grupo**, existe la posibilidad de que los grupos trabajen sin ellos. En este caso, todos los miembros del grupo tendrán que disponer de copias de las preguntas y los temas de debate correspondientes que se incluyen en este manual. Comunica a todos los grupos que han de designar a una persona que se encargue de anotar en las hojas de trabajo todas las posibles causas de que exista la dificultad que se les ha asignado, así como los posibles argumentos para tratarlas que el grupo analice y/o apruebe. El grupo utilizará este material para su exposición.

- Especifica la estructura y distribución del tiempo de esta actividad.

*Cada grupo iniciará la actividad debatiendo sobre la dificultad que le ha sido asignada. A continuación, escribirá en la Hoja de trabajo #5 las posibles causas de que exista dicha dificultad. [Para grupos sin coordinador: en las copias que se os han proporcionado hay una serie de preguntas orientativas que os ayudarán a pensar en estas causas.] Cuando el grupo haya reflexionado sobre la dificultad y las posibles causas de su existencia, pasará a debatir sobre el objetivo que se le ha asignado, e intentará desarrollar argumentos eficaces que un profesor/dirigente local pueda utilizar para tratar cada una de las causas.*

*Cuando los grupos hayan terminado (60 – 70 minutos), se reunirán todos. Cada grupo expondrá lo que ha aprendido, comentará la dificultad con la que ha trabajado, y comunicará al resto los argumentos convincentes que ha desarrollado.*

- Presenta a los cinco coordinadores (si los hay), y asigna un grupo de trabajo a cada participante.
- Pide a los grupos que decidan quién se va a encargar de anotar las ideas propuestas y quién o quiénes van a realizar la exposición.
- Facilita a cada grupo de trabajo el material necesario.
- Comunícales la hora que es, y pide a los grupos que dediquen 40-45 minutos a debatir sobre la dificultad asignada y las posibles causas de su existencia, y a desarrollar argumentos para superarla.

GRUPOS DE TRABAJO: 40-45 minutos

### **NOTA PARA EL COORDINADOR**

**Si cada grupo tiene un coordinador asignado**, sólo éste necesita un ejemplar de las instrucciones, preguntas y temas de debate que se exponen a continuación. El resto de los componentes del grupo sólo necesita sus hojas de trabajo, en las que anotará la dificultad, el objetivo, las causas y los argumentos constructivos. **Si no hay coordinadores**, cada miembro del grupo recibirá un ejemplar del material escrito correspondiente, o compartirá los que estén disponibles.

## GRUPO DE TRABAJO A

### DIFICULTAD DEL GRUPO:

Los profesores y padres de alumnos de la escuela de primaria de tu localidad (6-11 años) consideran que cualquier programa educativo que incluya información sobre la prevención del VIH no es apropiado para los alumnos más jóvenes.

### MATERIAL DE TRABAJO

- *Prevenir el VIH/SIDA y las enfermedades de transmisión sexual (ETS) y luchar contra la discriminación asociada: una de las principales responsabilidades de las Escuelas Promotoras de Salud*, documento de la OMS (*Preventing HIV/AIDS/STI and Related Discrimination: An Important Responsibility of Health-Promoting Schools* (WHO) – págs. 4-10; pág. 19)
- “Preguntas más frecuentes y aspectos polémicos sobre el VIH y posibles respuestas”
- Hojas de datos

### POSIBLES TEMAS DE DEBATE:

- ¿Se trata de una dificultad realista? ¿Pensarán lo mismo los profesores y padres de alumnos? (Los grupos pueden introducir cambios en la dificultad para adecuarla a sus propias circunstancias, y anotar las modificaciones en la Hoja de trabajo #4.)
- ¿Por qué creéis que los profesores y padres de alumnos se opondrían a la puesta en práctica de un programa educativo sobre el VIH para los alumnos más jóvenes?
- ¿Cuáles serían las pautas culturales, sociales, religiosas, de género, políticas y/o económicas que habría que tener en cuenta para superar esta dificultad?

**Anota en la Hoja de trabajo #5 y en un bloc para caballetes o en una pizarra algunas de las causas que se han mencionado. Más tarde, pueden usarse como referencia para desarrollar argumentos.**

### CAUSAS QUE EL GRUPO PUEDE MENCIONAR:

- Los padres no creen que el VIH sea algo sobre lo que los niños deban estar informados.

- Los padres consideran que es más importante emplear el tiempo en enseñarles otro tipo de cosas.
- Los profesores temen tener problemas con los padres.
- Los profesores no se sienten capaces de responder a preguntas sobre temas delicados.

**Cuando el grupo haya debatido sobre la dificultad y las posibles causas de su existencia, revélales cual es el objetivo del grupo.**

#### OBJETIVO DEL GRUPO:

Desarrollar un argumento convincente que explique a padres y profesores por qué es esencial que en todas las escuelas, incluidas las de primaria, se pongan en práctica intervenciones apropiadas para el desarrollo en relación con la prevención del VIH y la discriminación asociada a esta enfermedad.

#### POSIBLES TEMAS DE DEBATE:

- ¿Estáis de acuerdo con este objetivo? ¿Por qué sí o por qué no? Si no estáis de acuerdo, ¿qué cambios introduciríais para que os resultase más apropiado? (Se designará a un miembro del grupo para que anote en la Hoja de trabajo #4 cualquier modificación del objetivo.)
- ¿Por qué es importante que los alumnos más jóvenes reciban educación y desarrollen competencias en relación con la prevención del VIH?
- ¿Qué significa que algo sea apropiado para el desarrollo?
- Tras examinar las posibles causas por las que padres y profesores se oponen a la puesta en práctica de un programa educativo de este tipo, desarrollad posibles argumentos que respondan a cada una de estas causas.
- ¿Qué información adicional necesitaríais para desarrollar un argumento eficaz?

*Según la distribución del tiempo que el coordinador y el grupo consideren más apropiada, las opciones son:*

- Realizar una lluvia de ideas para encontrar argumentos constructivos que vayan dirigidos a cada una de las posibles causas. Un miembro del grupo anotará las ideas mencionadas.
- Hacer una lista de la información adicional que sería de utilidad para desarrollar argumentos de manera eficaz (podéis remitir a cualquier tipo de material adicional que se os haya proporcionado).

- Elaborar modelos de argumentos específicos entre todos.

## EJEMPLOS DE CÓMO RESPALDAR ARGUMENTOS:

CAUSAS DE LA EXISTENCIA DE LA DIFICULTAD	POSIBLES ARGUMENTOS CONSTRUCTIVOS	INFORMACIÓN ADICIONAL REQUERIDA
<ul style="list-style-type: none"> <li>• [padres] Los niños no necesitan saber nada sobre el VIH.</li> <li>• [padres] Considero más importante emplear el tiempo enseñándoles otras cosas.</li> <li>• [profesores] Tendremos problemas con los padres.</li> <li>• [padres] Quiero ser yo el que le hable a mis hijos de estas cosas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los niños de esta comunidad ya saben de la existencia del VIH. Los programas educativos sobre el VIH les ayudarían a ahuyentar sus temores y les proporcionarían conocimientos para tomar decisiones apropiadas en lo que respecta a ellos mismos. Asimismo, les ayudarían a desarrollar sentimientos compasivos por aquellos que están infectados por el virus.</li> <li>• Los programas educativos sobre el VIH pueden ser compatibles con la enseñanza de otras materias escolares, y pueden contribuir a que los alumnos desarrollen aptitudes que fomenten el respeto y la ayuda. Asimismo, estas aptitudes les permitirán tomar decisiones acertadas.</li> <li>• Se invitará a todos los padres y personas interesadas a que participen en todas las</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Datos epidemiológicos sobre la tasa de infección por el VIH en la comunidad, especialmente aquellos que remiten a familias con niños pequeños.</li> <li>• Información sobre padres y dirigentes locales dispuestos a reafirmar su postura de apoyo para la puesta en práctica de este tipo de programas.</li> <li>• Ejemplos de programas escolares sobre el VIH que se han usado con alumnos de primaria.</li> <li>• Recursos sobre cómo crear un grupo de trabajo en la escuela o una junta consultiva local que proporcione información a los padres.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• [profesores] No me siento capaz de reaccionar ante preguntas o temas delicados.</li> <li>• [padres] Hablar a los niños de estos temas puede inducirles a interesarse más por el sexo.</li> </ul>	<p>fases del desarrollo del programa y de la política escolar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se puede llegar a un acuerdo con la administración de las escuelas para proporcionar programas de capacitación pedagógica para profesores sobre cómo poner en práctica actividades en las aulas, y cómo responder a preguntas difíciles.</li> <li>• Hay estudios (p. ej., del ONUSIDA) que demuestran que la educación sexual no induce a mantener relaciones sexuales más tempranas o a incrementar la actividad sexual entre los jóvenes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejemplos de recursos de capacitación pedagógica para profesores sobre la puesta en práctica de programas educativos sobre el VIH/SIDA.</li> <li>• Ejemplos de programas escolares existentes sobre la prevención del VIH que son apropiados para el desarrollo de niños pequeños.</li> </ul>
---	--	---

## GRUPO DE TRABAJO B

### DIFICULTAD DEL GRUPO:

El director de un centro de enseñanza media (12-14 años) no aprueba que los profesores de su escuela utilicen programas escolares sobre la prevención del VIH que incluyan actividades tales como juegos de rol, representaciones teatrales y debates en grupos pequeños mixtos. Los padres y otros dirigentes locales tampoco lo aprueban, y piden que se proporcione la información a los niños desde un enfoque más tradicional, a través de charlas y material escrito.

### MATERIAL DE TRABAJO

- “Preguntas más frecuentes y aspectos polémicos sobre el VIH y posibles respuestas”
- Hojas de datos

### POSIBLES TEMAS DE DEBATE:

- ¿Se trata de una dificultad realista? Si no lo es, ¿cómo podría conseguirse que lo fuese? (Los grupos pueden introducir cambios en la dificultad para adecuarla a sus propias circunstancias, y anotar las modificaciones en la Hoja de trabajo #4.)
- ¿Por qué creéis que el director no aprueba que se utilicen este tipo de métodos de enseñanza?
- ¿Por qué creéis que los padres no los aprueban?
- ¿Cuáles serían las pautas culturales, sociales, religiosas, de género, políticas y/o económicas que podrían influir en esta oposición?

**Anota en la Hoja de trabajo #5 y en un bloc para caballetes o en una pizarra algunas de las causas que se han mencionado. Más tarde, pueden usarse como referencia para desarrollar argumentos.**

### CAUSAS QUE EL GRUPO PUEDE MENCIONAR:

- Los padres consideran que los profesores deben controlar lo que se enseña y comenta en las aulas.
- Los padres no creen que niños y niñas deban interactuar de esta manera.

- El director teme tener problemas con los padres si en clase se habla sobre algún tema polémico.
- El profesor no sabe cómo utilizar estos métodos, y no quiere situarse en una posición comprometida.
- El contenido del programa escolar puede entrar en conflicto con valores familiares o comunitarios.
- Los padres y el personal de la escuela creen que hablar sobre comportamientos de riesgo y escenificarlos puede inducir a que los niños los adopten en la vida real.

**Cuando el grupo haya debatido sobre la dificultad y las posibles causas de su existencia, revélales cual es el objetivo del grupo.**

#### OBJETIVO DEL GRUPO:

Convencer al director de que es necesario e importante proporcionar a los alumnos un programa educativo sobre la prevención del VIH que incluya este tipo de actividades, ya que se ha demostrado que reducen de una manera eficaz el riesgo de infección entre los jóvenes.

#### POSIBLES TEMAS DE DEBATE:

- ¿Estáis de acuerdo con este objetivo? ¿Por qué sí o por qué no? Si no estáis de acuerdo, ¿qué cambios introduciríais para que os resultase más apropiado? (Se designará a un miembro del grupo para que anote en la Hoja de trabajo #4 cualquier modificación del objetivo.)
- ¿Por qué es importante utilizar este tipo de actividades de aprendizaje (p. ej., juegos de rol, debates en grupos pequeños) en los programas educativos sobre el VIH/SIDA?
- Teniendo en cuenta las causas que pudieran inducir a desaprobación de este tipo de programas, desarrollad posibles argumentos que respondan a cada una de ellas.
- ¿Qué información adicional necesitaríais para desarrollar un argumento eficaz?

*Según la distribución del tiempo que el coordinador y el grupo consideren más apropiada, las opciones son:*

- Realizar una lluvia de ideas para encontrar argumentos constructivos que vayan dirigidos a cada una de las posibles causas. Un miembro del grupo anotará las ideas mencionadas en un bloc para caballetes o en una pizarra.

- Hacer una lista de la información adicional que sería de utilidad para desarrollar argumentos de manera eficaz (podéis remitir a cualquier tipo de material adicional que se os haya proporcionado).
- Elaborar modelos de argumentos específicos entre todos.

### EJEMPLOS DE CÓMO RESPALDAR ARGUMENTOS:

CAUSAS DE LA EXISTENCIA DE LA DIFICULTAD	POSIBLES ARGUMENTOS CONSTRUCTIVOS	INFORMACIÓN ADICIONAL REQUERIDA
<ul style="list-style-type: none"> <li>• [padres] Los profesores deben controlar lo que se enseña o comenta en clase.</li> <li>• [padres, personal del centro] Hablar sobre comportamientos de riesgo y escenificarlos puede inducir a los jóvenes a adoptar estos comportamientos en la vida real.</li> <li>• [padres] Niños y niñas no deberían interactuar de esta manera.</li> <li>• [director del centro] Temo tener problemas con los padres si se habla de algún tema polémico en clase.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los profesores dirigen a los alumnos durante el desarrollo de estas actividades. Estos métodos ayudan a que los alumnos reflexionen sobre sus propios conocimientos, comportamiento y vivencias. De esta manera, pueden desarrollar competencias que tengan una aplicación práctica en sus vidas.</li> <li>• A través de estas actividades interactivas, los niños y niñas hacen algo que ya están experimentando fuera de las aulas. Estas actividades les ayudan a desarrollar competencias que pueden usar para protegerse en situaciones de este tipo.</li> <li>• Se invitaría a los padres a una reunión escolar para explicarles la importancia de poner en práctica programas educativos sobre el VIH, y se les</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejemplos de estudios que demuestren que los programas que incluyen este tipo de actividades son más eficaces a la hora de reducir las posibilidades de comportamientos de riesgo que otros que usan métodos más tradicionales.</li> <li>• Pruebas que demuestren que la educación sexual no induce al aumento de la actividad sexual.</li> <li>• Datos epidemiológicos y de comportamiento sobre alumnos de educación secundaria de la comunidad.</li> <li>• Recursos sobre cómo crear un grupo de trabajo en la escuela o una junta consultiva local que proporcione información a los padres.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• [profesor] No sé cómo utilizar estos métodos y no quiero verme en una situación comprometida.</li> <li>• [profesores] No puedo llevar a cabo actividades de este tipo con una clase tan numerosa.</li> </ul>	<p>pediría que participasen en una junta consultiva local.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se puede llegar a un acuerdo con la administración de los centros para proporcionar programas de capacitación pedagógica para profesores sobre cómo poner en práctica estas actividades en las aulas (incluyendo gestión de clases numerosas), y cómo responder a preguntas difíciles.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejemplos de recursos existentes de capacitación pedagógica para profesores sobre la puesta en práctica de programas educativos sobre el VIH/SIDA (incluyendo gestión de clases numerosas).</li> </ul>
---	---	--

## GRUPO DE TRABAJO C

### DIFICULTAD DEL GRUPO:

Un profesor le dice a un compañero de trabajo que es portador del VIH. La información se propaga, y miembros de la comunidad, entre ellos padres de alumnos, están presionando a la administración del centro para que despidiera al profesor.

### MATERIAL DE TRABAJO:

- *Prevenir el VIH/SIDA y las enfermedades de transmisión sexual (ETS) y luchar contra la discriminación asociada: una de las principales responsabilidades de las Escuelas Promotoras de Salud*, documento de la OMS (*Preventing HIV/AIDS/STI and Related Discrimination: An Important Responsibility of Health-Promoting Schools* (WHO) – págs. 7-8)
- “Preguntas más frecuentes y aspectos polémicos sobre el VIH y posibles respuestas”
- Hojas de datos
- Recomendaciones de la IE en Harare

### POSIBLES TEMAS DE DEBATE:

- ¿Creéis que los miembros de la comunidad reaccionarían así? Si no lo creéis, ¿cómo reaccionarían? (Los grupos pueden introducir cambios en la dificultad para adecuarla a sus propias circunstancias, y anotar las modificaciones en la Hoja de trabajo #4.)
- ¿Por qué pueden querer los miembros de la comunidad que se despidiera al profesor?

**Anota en la Hoja de trabajo #5 y en un bloc para caballetes o en una pizarra algunas de las causas que se han mencionado. Más tarde, pueden usarse como referencia para desarrollar argumentos.**

- ¿Se debería despedir al profesor?
- ¿Cómo creéis que se sentirían otros profesores?
- ¿Cómo puede afectar al entorno escolar y a la comunidad una discriminación y estigmatización de este tipo?

- ¿Qué servicios se ofrecen para aconsejar a profesores que estén infectados por el VIH?

### CAUSAS QUE EL GRUPO PUEDE MENCIONAR:

- Tienen miedo de que el profesor pueda contagiar el VIH a sus hijos.
- Creen que profesores que son portadores del VIH constituyen un mal ejemplo para sus hijos.
- No quieren que sus hijos tengan un profesor que está enfermo.
- No hay ninguna buena razón para mantener a profesores y estudiantes portadores del VIH en las escuelas.

**Cuando el grupo haya debatido sobre la dificultad y las posibles causas de su existencia, revéales cual es el objetivo del grupo.**

#### OBJETIVO DEL GRUPO:

Convencer a la administración del centro de que el profesor tiene derecho a seguir trabajando en él, y de que la discriminación y la estigmatización perjudicarían a la totalidad de la comunidad escolar.

### POSIBLES TEMAS DE DEBATE:

- ¿Estáis de acuerdo con este objetivo? ¿Por qué sí o por qué no? Si no estáis de acuerdo, ¿qué cambios introduciríais para que os resultase más apropiado? (Se designará a un miembro del grupo para que anote en la Hoja de trabajo #4 cualquier modificación del objetivo.)
- ¿Por qué es importante que se permita que tanto profesores como estudiantes infectados por el VIH trabajen y estudien en las escuelas?
- Teniendo en cuenta las causas por las que se oponen a la puesta en práctica de un programa de este tipo, desarrollad posibles argumentos que respondan a cada una de ellas.
- ¿Qué información adicional necesitaríais para desarrollar un argumento eficaz?

Según la distribución del tiempo que el coordinador y el grupo consideren más apropiada, las opciones son:

- Realizar una lluvia de ideas para encontrar argumentos constructivos que vayan dirigidos a cada una de las posibles causas. Un miembro del grupo anotará las ideas mencionadas en un bloc para caballetes o en una pizarra.
- Hacer una lista de la información adicional que sería de utilidad para desarrollar argumentos de manera eficaz (podéis remitir a cualquier tipo de material adicional que se os haya proporcionado).
- Elaborar modelos de argumentos específicos entre todos.

### EJEMPLOS DE CÓMO RESPALDAR ARGUMENTOS:

CAUSAS DE LA EXISTENCIA DE LA DIFICULTAD	POSIBLES ARGUMENTOS CONSTRUCTIVOS	INFORMACIÓN ADICIONAL REQUERIDA
<ul style="list-style-type: none"> <li>• No quiero que el profesor contagie el VIH a mi hijo.</li> <li>• Los profesores infectados por el VIH son un mal ejemplo para mis hijos.</li> <li>• No quiero que mi hijo tenga un profesor que está enfermo.</li> <li>• No hay ninguna buena razón para mantener a profesores y estudiantes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El VIH no se transmite por contacto casual, del tipo darse la mano, abrazarse o utilizar un mismo baño. Sería muy difícil que el profesor transmitiese el VIH a su hijo.</li> <li>• Existen diferentes razones por las que las personas pueden contraer el VIH. Debemos luchar contra la infección, y no contra los infectados.</li> <li>• Las personas pueden estar infectadas por el VIH durante muchos años sin desarrollar los síntomas del SIDA. Pueden tener un aspecto perfectamente sano, y sentirse en plena forma.</li> <li>• Desarrollar políticas escolares que eviten la</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hojas de datos sobre el VIH/SIDA y los modos de transmisión.</li> <li>• Datos epidemiológicos sobre la tasa de infección por el VIH en la comunidad.</li> <li>• Hojas de datos sobre el VIH/SIDA.</li> <li>• Ejemplos de legislación y/o políticas existentes en otras</li> </ul>

<p>portadores del VIH en las escuelas.</p>	<p>discriminación y la estigmatización de las personas puede redundar en un ambiente escolar más saludable, libre de miedos, tensiones, aislamiento e información errónea. Esto tendría consecuencias positivas para la salud.</p>	<p>escuelas y comunidades en relación con la discriminación.</p>
--	--	--

## GRUPO DE TRABAJO D

### DIFICULTAD DEL GRUPO:

Dos profesores acaban de comenzar un programa educativo sobre el VIH/SIDA en sus clases, y se han visto envueltos en situaciones difíciles delante de los alumnos. Han venido a pedirte consejo sobre cómo actuar en tales situaciones.

### MATERIAL DE TRABAJO

- “Preguntas más frecuentes y aspectos polémicos sobre el VIH y posibles respuestas”
- Hojas de datos

### POSIBLES TEMAS DE DEBATE:

- ¿Creéis que los profesores se toparán con “problemas” cuando intenten hablar sobre el VIH/SIDA? (Los grupos pueden introducir cambios en la dificultad para adecuarla a sus propias circunstancias, y anotar las modificaciones en la Hoja de trabajo #1.)
- ¿Con qué tipo de “problemas” creéis que se han topado los profesores?
- ¿En qué podrían variar entre profesores y profesoras? ¿Por qué?
- ¿Por qué creéis que se han producido estas situaciones?

**Anota en la Hoja de trabajo #5 y en un bloc para caballetes o en una pizarra algunas de las causas que se han mencionado. Más tarde, pueden usarse como referencia para desarrollar argumentos.**

### CAUSAS QUE EL GRUPO PUEDE MENCIONAR:

- Los profesores no se sienten capacitados para responder a preguntas específicas porque no disponen de información suficiente.
- Los profesores no se sienten cómodos hablando de temas delicados delante de grupos mixtos.
- Las creencias religiosas del profesor le hacen sentirse incómodo hablando sobre sexo con alumnos del sexo opuesto.

- Los alumnos se sienten incómodos e intentan rebajar la tensión burlándose de otros alumnos y/o del profesor.
- Un alumno le dice al profesor que se ha enterado de que es portador del VIH.

**Cuando el grupo haya debatido sobre la dificultad y las posibles causas de su existencia, revéales cual es el objetivo del grupo.**

### OBJETIVO DEL GRUPO:

Proporcionar información a los profesores sobre competencias y estrategias que pueden utilizar en las aulas para reaccionar ante situaciones y experiencias difíciles.

### POSIBLES TEMAS DE DEBATE:

- ¿Estáis de acuerdo con este objetivo? ¿Por qué sí o por qué no? Si no estáis de acuerdo, ¿qué cambios introduciríais para que os resultase más apropiado? (Se designará a un miembro del grupo para que anote en la Hoja de trabajo #1 cualquier modificación del objetivo.)
- ¿Qué competencias específicas es importante que un profesor posea antes de poner en práctica un programa educativo sobre el VIH/SIDA en las aulas?
- Teniendo en cuenta algunos de los motivos ya anotados que dan pie a que los profesores se sientan incómodos, ¿qué podrían hacer o decir para reaccionar de una manera eficaz ante estas situaciones?
- ¿Cómo podrían relacionarse estas competencias y estrategias con la promoción y creación de políticas escolares institucionalizadas que fomenten el desarrollo profesional y la capacitación pedagógica?

*Según la distribución del tiempo que el coordinador y el grupo consideren más apropiada, las opciones son:*

- Realizar una lluvia de ideas para encontrar argumentos constructivos que vayan dirigidos a cada una de las posibles causas. Un miembro del grupo anotará las ideas mencionadas.
- Hacer una lista de la información adicional que sería de utilidad para desarrollar argumentos de manera eficaz (podéis remitir a cualquier tipo de material adicional que se os haya proporcionado).
- Elaborar modelos de argumentos específicos entre todos.

## EJEMPLOS DE CÓMO RESPALDAR ARGUMENTOS:

CAUSAS DE LA EXISTENCIA DE LA DIFICULTAD	POSIBLES MANERAS EN QUE LOS PROFESORES PUEDEN REACCIONAR	INFORMACIÓN ADICIONAL REQUERIDA
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los profesores no se sienten capacitados para responder a preguntas específicas porque no disponen de suficiente información.</li> <li>• Los profesores se sienten incómodos hablando de determinados temas delante de grupos mixtos.</li> <li>• Los alumnos se burlan de otros alumnos y/o del profesor.</li> <li>• Un alumno le dice al profesor que se ha enterado de que es portador del VIH.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No pasa nada si se desconoce la respuesta. Se puede decir: “No sé cual es la respuesta a esa pregunta, pero intentaré averiguarla y os lo comunicaré” O “Veamos si podemos encontrar la respuesta entre todos.”</li> <li>• No pasa nada por sentirse incómodo. No hay que intentar disimularlo. Se puede decir: “No me resulta fácil responder a esa pregunta, pero lo intentaré” O “Me cuesta hablar sobre esto, pero es muy importante que lo haga”.</li> <li>• Comienza la clase diciendo que a menudo resulta embarazoso hablar sobre estos temas, y que cuando la gente se siente incómoda, en ocasiones se ríe o se burla de los demás para esconder su nerviosismo.</li> <li>• Puedes ignorar una situación diciendo “de acuerdo”, y continuando con el debate.</li> <li>• Puedes decir a los alumnos que no quieres hablar sobre tu vida privada en clase, y que nadie tiene que sentirse obligado a hablar sobre temas de los que no quiere hablar en clase.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Programas escolares concretos y material de capacitación acerca del VIH/SIDA.</li> <li>• Hojas de datos y otro tipo de información sobre el VIH/SIDA.</li> <li>• Recursos sobre políticas de educación para la salud en proceso de creación que institucionalizarían las opciones de capacitación y desarrollo profesional para profesores que estén poniendo en práctica programas educativos sobre al VIH/SIDA.</li> </ul>

## GRUPO DE TRABAJO E

### DIFICULTAD DEL GRUPO:

La administración de un centro de enseñanza y los dirigentes locales están debatiendo la posibilidad de poner en práctica un programa educativo sobre el VIH en dicho centro. Están de acuerdo en llevarlo a cabo, pero sólo si el programa está orientado a la abstinencia. Esto implicaría que no se podrían debatir en clase temas como el sexo seguro, los preservativos, o el consumo de drogas por vía intravenosa.

### MATERIAL DE TRABAJO

- *Prevenir el VIH/SIDA y las enfermedades de transmisión sexual (ETS) y luchar contra la discriminación asociada: una de las principales responsabilidades de las Escuelas Promotoras de Salud*, documento de la OMS (*HIV/AIDS/STI Prevention and Related Discrimination: An Important Responsibility of a Health-Promoting School* (WHO) – págs. 7-8)
- Hojas de datos
- “Preguntas más frecuentes y aspectos polémicos sobre el VIH y posibles respuestas” (EDC)

### POSIBLES TEMAS DE DEBATE:

- ¿Es realista la dificultad planteada? Si no lo es, ¿qué haría que lo fuese? (Los grupos podrán introducir cambios en la dificultad para adecuarla a sus propias circunstancias, y anotar las modificaciones en la Hoja de trabajo #1.)
- ¿Por qué querrían la administración del centro y los dirigentes locales que el programa estuviese únicamente enfocado a la abstinencia?

**Anota en la Hoja de trabajo #5 y en un bloc para caballetes o en una pizarra algunas de las causas que se han mencionado. Más tarde, pueden usarse como referencia para desarrollar argumentos.**

### CAUSAS QUE EL GRUPO PUEDE MENCIONAR:

- Consideran que hablar a los alumnos sobre sexo, preservativos y consumo de drogas puede inducirles a ser sexualmente activos o a consumir drogas.
- Consideran que no es correcto que las niñas y las mujeres jóvenes hablen de sexo o de sexualidad en la escuela.

- La administración del centro cree que los padres y profesores sólo aprobarán un programa orientado a la abstinencia.

**Cuando el grupo haya debatido sobre la dificultad y las posibles causas de su existencia, revélales cual es el objetivo del grupo.**

### OBJETIVO DEL GRUPO:

Desarrollar argumentos eficaces que aboguen por la puesta en práctica de programas educativos sobre el VIH que incluyan información sobre sexo seguro, preservativos y consumo de drogas por vía intravenosa.

### POSIBLES TEMAS DE DEBATE:

- ¿Estáis de acuerdo con este objetivo? ¿Por qué sí o por qué no? Si no estáis de acuerdo, ¿qué cambios introduciríais para que os resultase más apropiado? [Se designará a un miembro del grupo para que anote en la Hoja de trabajo #1 cualquier cambio introducido en el objetivo.]
- ¿Por qué es importante incluir en el programa información sobre sexo seguro y preservativos?
- ¿Qué tipo de información acerca de programas existentes sobre el VIH necesitaríais para desarrollar un argumento?
- Teniendo en cuenta algunos de los posibles motivos de oposición que hemos mencionado, ¿de qué maneras puede desarrollarse un argumento?

*Según la distribución del tiempo que el coordinador y el grupo consideren más apropiada, las opciones son:*

- Realizar una lluvia de ideas para encontrar argumentos constructivos que vayan dirigidos a cada una de las posibles causas. Un miembro del grupo anotará las ideas mencionadas.
- Hacer una lista de la información adicional que sería de utilidad para desarrollar argumentos de manera eficaz (podéis remitir a cualquier tipo de material adicional que se os haya proporcionado).
- Elaborar modelos de argumentos específicos entre todos.

## EJEMPLOS DE CÓMO REPALDAR ARGUMENTOS:

CAUSAS DE LA EXISTENCIA DE LA DIFICULTAD	POSIBLES ARGUMENTOS CONSTRUCTIVOS	INFORMACIÓN ADICIONAL REQUERIDA
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hablar a los alumnos sobre sexo seguro, preservativos y drogas puede inducirles a ser sexualmente activos y/o a consumir drogas.</li> <li>• No es correcto que niñas y mujeres jóvenes hablen de sexo o de sexualidad en la escuela.</li> <li>• Los padres y los profesores sólo aprobarán un programa orientado a la abstinencia.</li> <li>• La única forma de prevenir el VIH es la abstinencia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hay estudios (p. ej., del ONUSIDA) que demuestran que los programas educativos sobre sexo y consumo de drogas no inducen a los jóvenes a anticipar o incrementar la actividad sexual ni a consumir drogas. De hecho, la mayoría de estos programas suelen retrasar el comienzo de la actividad sexual, reducir el número de compañeros sexuales y los casos de embarazos no deseados.</li> <li>• Las tasas de infección por el VIH en mujeres está aumentando en todo el mundo, y las mujeres son más vulnerables al virus que los hombres. Es muy importante que las niñas y las mujeres jóvenes desarrollen competencias que les ayuden a protegerse.</li> <li>• Se invitaría tanto a padres como a profesores a que participasen en una reunión con todo el personal del centro para tratar este tema. Esto puede ayudarles a familiarizarse con las características de programas eficaces y el hecho de que no inducen a aumentar la actividad sexual entre los alumnos. Pueden optar a su vez por participar en una junta</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pruebas que demuestren que los programas educativos sobre sexo/drogas no inducen a aumentar la actividad sexual o al consumo de drogas.</li> <li>• Pruebas que demuestren que los programas orientados a retrasar el comienzo de la actividad sexual o promover el sexo seguro son más efectivos que los programas orientados únicamente a la abstinencia.</li> <li>• Datos epidemiológicos sobre la tasa de infección por el VIH en la comunidad y otras zonas del país, con especial atención a las tasas entre mujeres y niñas.</li> <li>• Recursos sobre cómo poner en práctica un grupo de trabajo en la escuela o una junta consultiva local en la que participen los padres y se les ofrezca información.</li> </ul>

	<p>consultiva local.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Los programas educativos orientados a retrasar el comienzo de la actividad sexual o a la práctica segura del sexo son más efectivos que aquellos que promulgan únicamente la abstinencia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Datos de comportamiento de niños en edad escolar en la comunidad.</li> </ul>
--	--	---

## PREPARACIÓN DE EXPOSICIONES: 20-25 minutos

- Transcurridos 40-45 minutos aproximadamente, pide a los grupos que comiencen a prepararse para la exposición que van a realizar ante sus compañeros. Para ello han de desarrollar un argumento convincente y practicar la comunicación eficaz de este argumento a los miembros de otros grupos.

- Concretamente, pide a los grupos que sigan los siguientes pasos:

### **I. Revisar los argumentos constructivos que se han desarrollado durante el ejercicio. (Consultar Hojas de trabajo #4 y #5.)**

- ¿Qué argumentos parecen ser los más eficaces para responder a esta dificultad (p. ej., poner ejemplos de legislación existente, presentar resultados de investigaciones y estudios de evaluación)? ¿Por qué?
- ¿Qué información adicional (p. ej., datos estadísticos nacionales o regionales concretos sobre las tasas de infección por el VIH; estudios sobre la eficacia de programas educativos sobre el VIH en otras escuelas) hubiera sido útil para enfrentarse a esta dificultad?
- ¿Dónde podríais conseguir esa información?

### **II. Desarrollar argumentos convincentes de tal modo que se puedan comunicar de manera eficaz ante el resto de los participantes. (Utiliza el apartado “Notas adicionales” de la Hoja de trabajo #6.)**

### **III. Practicar la exposición y la elaboración de modelos con estos argumentos dentro del grupo.**

### **IV. Decidir qué se va a exponer ante el resto de los participantes, cómo se va a presentar (p. ej., mediante juegos de rol, un discurso con argumentos convincentes, etc.), y quién se va a encargar de exponerlo.**

#### **NOTA PARA EL COORDINADOR Y PARA EL GRUPO:**

Las exposiciones de los grupos se pueden realizar de distintas maneras, por ej., con representaciones teatrales, juegos de rol, discursos, canciones, etc

### **V. Además del argumento o argumentos que vayan a exponer al resto de los participantes, los miembros del grupo tienen la opción de ofrecer respuestas a las siguientes preguntas (Hoja de trabajo #7):**

- ¿Qué es lo más significativo que habéis aprendido durante esta actividad, especialmente aquellos aspectos que conciernen a las dificultades a las que se enfrentan profesores y centros de enseñanza?
- ¿Cuáles son las competencias comunicativas y/o de diálogo que os han parecido más útiles a la hora de presentar los argumentos mediante elaboración de modelos o juegos de rol (p. ej., creación de analogías)?

### EXPOSICIONES DE LOS GRUPOS: 45-60 minutos

- Transcurridos 20 – 25 minutos de preparación, pide a todos los participantes que se reúnan.
- Pide a la persona o personas encargadas de realizar la exposición de cada grupo que comunique al resto cual era su dificultad, objetivo, causas de la existencia de la dificultad y argumentos constructivos para responder a ellas (concede 10 minutos aproximadamente a cada grupo).
- Pide a cada grupo que hable de lo que ha aprendido, incluyendo lo relativo a comunicación y argumentación eficaz a la hora de promover la puesta en práctica de programas educativos sobre el VIH.
- Permite al resto de participantes que formulen preguntas, compartan sus impresiones sobre dificultades específicas, y efectúen un análisis posterior.

### CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

- Puedes terminar diciendo:

*“Acabamos de trabajar con algunas de las muchas dificultades a las que se enfrentan profesores y/o dirigentes locales cuando intentan promover la puesta en práctica de programas educativos sobre el VIH/SIDA en sus escuelas y comunidades. No obstante, a raíz de nuestro trabajo en grupo, hemos encontrado algunas formas eficaces de enfrentarse a estas dificultades, como son el uso de argumentos constructivos y de competencias comunicativas y de diálogo adecuadas. Asimismo, hemos trabajado para adquirir una mayor comprensión de los conocimientos y tipos de información afines que precisamos como defensores y promotores de este tipo de programas. Al anticipar las dificultades que pudieran surgir en nuestras comunidades, estamos preparándonos mejor para hacerles frente de una manera eficaz en circunstancias reales.”*

---

## HOJA DE TRABAJO 4 - Para los participantes

### HOJA DE REGISTRO PARA QUIEN HAGA LA EXPOSICIÓN DEL GRUPO

---

#### DIFICULTAD DEL GRUPO

--

#### OBJETIVO DEL GRUPO

--

#### [PARA ANOTAR EN LA HOJA DE TRABAJO #5]

- ¿Cuáles fueron las causas de la existencia de la dificultad que estableció el grupo?
- ¿Qué argumentos decidió el grupo que eran los más eficaces para responder a estas causas (p. ej., proporcionar ejemplos de legislación existente, presentar resultados de investigaciones o de estudios de evaluación)?
- ¿Qué información adicional (p. ej., datos estadísticos nacionales o regionales sobre las tasas de infección por el VIH, estudios sobre la eficacia de programas de prevención del VIH en otras escuelas) hubiese sido de utilidad para superar esta dificultad?

---

**HOJA DE TRABAJO 5 - Para los participantes**  
**EJEMPLOS DE CÓMO RESPALDAR TUS ARGUMENTOS**

---

CAUSAS DE LA EXISTENCIA DE LA DIFICULTAD	POSIBLES ARGUMENTOS CONSTRUCTIVOS	INFORMACIÓN ADICIONAL REQUERIDA

---

**HOJA DE TRABAJO 6 - Para los participantes**  
**NOTAS ADICIONALES QUE SE PREPARAN PARA LA**  
**EXPOSICIÓN EN GRUPO**

---

---

## HOJA DE TRABAJO 7 - Para los participantes

### ¿QUÉ HEMOS APRENDIDO?

---

**¿Qué es lo más significativo que habéis aprendido en relación con las dificultades a las que se enfrentan los profesores en las escuelas?**

**¿Qué competencias comunicativas o de argumentación os fueron de utilidad para elaborar modelos de argumentos (p. ej., creación de analogías)?**

### **III. Once actividades de adquisición de competencias apropiadas para el desarrollo destinadas a los más jóvenes (niños/ preadolescentes/ adolescentes)**

#### **¿Cuál es la finalidad de esta sección?**

En esta sección se incluyen once actividades para impartir en el aula. En ellas se utilizan métodos de enseñanza interactivos y participativos. Debido a que estas actividades se centran principalmente en la adquisición de competencias, es importante proporcionar de antemano a los estudiantes conocimientos básicos que les ayuden a realizar las actividades de manera eficaz.

#### **¿A quién van dirigidas estas actividades?**

A estudiantes y niños en edad escolar (niños, preadolescentes y adolescentes).

#### **¿Cuánto tiempo se necesita para realizar todas las actividades de esta sección?**

Se debería tardar aproximadamente nueve horas en completar todas las actividades de esta sección, aunque la duración puede variar en función de la audiencia. No obstante, las actividades están concebidas como módulos independientes y se pueden utilizar por separado con alumnos en distintas etapas de desarrollo.

#### **¿Qué competencias pretenden desarrollar estas actividades?\***

##### Niños

- Competencias básicas para lograr una comunicación interactiva saludable *25 minutos*
- Técnicas de orientación práctica y positiva para reaccionar ante el estrés y otras emociones. *25 minutos*

##### Preadolescentes

- Competencias comunicativas para transmitir información sobre la prevención del VIH a familiares, compañeros y miembros de la comunidad. *35 minutos*
- Competencias comunicativas para expresar de una manera clara y eficaz la voluntad de retrasar el comienzo de la actividad sexual. *60 minutos*
- Competencias relacionadas con la búsqueda de ayuda y la formulación de preguntas para ampliar los conocimientos acerca de la sexualidad. *90 minutos*

- Competencias comunicativas para hablar sobre sexualidad con adultos y compañeros. *45 minutos*
- Competencias para desarrollar un pensamiento crítico acerca de las consecuencias que conlleva tomar determinadas decisiones. *45 minutos*
- Competencias para resolver problemas y tomar decisiones saludables en la vida. *45 minutos*
- Competencias comunicativas para negarse a mantener relaciones sexuales. *60-75 minutos*

#### Adolescentes

- Competencias para evaluar riesgos y optar por alternativas menos arriesgadas. *60 minutos*
- Competencias para realizar un uso adecuado de productos para la salud, p. ej., preservativos. *30 minutos*

\* Extraído de *Prevenir el VIH/SIDA y las enfermedades de transmisión sexual (ETS) y luchar contra la discriminación asociada: una de las principales responsabilidades de las Escuelas Promotoras de Salud*, documento de los ciclos informativos de la OMS sobre la Sanidad Escolar (*Preventing HIV/AIDS/STI and Related Discrimination: An Important Responsibility of a Health Promoting School*, WHO Information Series on School Health)

#### ¿Qué actividades se incluyen en esta sección?

- ACTIVIDAD 9: Hablar con la familia y los amigos (Desarrollo de competencias básicas para comunicarse de una manera interactiva saludable).
- ACTIVIDAD 10: ¿Qué hago cuando me siento...? (Adquisición de técnicas de orientación práctica y positiva para reaccionar ante el estrés y otras emociones).
- ACTIVIDAD 11: Transmitir la información apropiada (Transmisión de información sobre la prevención del VIH a familiares, compañeros y miembros de la comunidad).
- ACTIVIDAD 12: Se puede esperar (Expresión clara y eficaz de la voluntad de retrasar el inicio de la actividad sexual).
- ACTIVIDAD 13: ¿Qué entraña riesgos y cómo permanezco seguro? (Evaluación de riesgos y argumentación a favor de alternativas menos arriesgadas).
- ACTIVIDAD 14: Todo sobre los preservativos (Uso apropiado de productos para la salud, p. ej., preservativos).
- ACTIVIDAD 15: Necesito saber (preguntar para ampliar los conocimientos acerca de la sexualidad).
- ACTIVIDAD 16: Nos hacemos mayores (hablar sobre sexualidad con adultos y compañeros).
- ACTIVIDAD 17: Elegir uno mismo (pensamiento crítico acerca de las

consecuencias de tomar determinadas decisiones).

ACTIVIDAD 18: Decisiones saludables (resolución de problemas, y toma de decisiones saludables en la vida).

ACTIVIDAD 19: Negarse a mantener relaciones sexuales (expresar la voluntad de no mantener relaciones sexuales).

**Plantillas/Hojas de trabajo relacionadas con las actividades incluidas en este manual:**

- Hoja de trabajo 8: Preguntas/afirmaciones que puedes oír sobre el VIH
- Hoja de trabajo 9: Lo que alguien puede decirte para intentar convencerte de que mantengas relaciones sexuales.
- Hoja de trabajo 10: Cuestionario
- Hoja de trabajo 11: Nos hacemos mayores
- Hoja de trabajo 12: ¿Qué puede hacer Mpho?
- Hoja de trabajo 13: No quiero hacer el amor
- Hojas de datos
- Formularios de revisión correspondientes a las actividades 9-14

## ACTIVIDAD 9 LA FAMILIA Y LOS AMIGOS

<b>Finalidad:</b>	<i>Ayudar a los alumnos a que entiendan la importancia que tiene comunicarse de una manera positiva con la familia y los amigos. Los alumnos reflexionarán sobre cómo pueden hacer que otras personas se sientan o reaccionen de manera diferente al variar el contenido de lo que dicen o la forma en cómo lo dicen. También comprenderán la importancia de hablar con un adulto cuando alguien los asuste o les haga sentir incómodos o nerviosos.</i>
<b>Competencias:</b>	<i>Competencias comunicativas para que los niños se expresen de una manera saludable. Se incluyen competencias de interacción personal y de toma de decisiones.</i>
<b>Destinado a:</b>	<i>Niños.</i>
<b>Metodología:</b>	<i>Estudios de casos, debates en grupo.</i>
<b>Material:</b>	<i>Estudios de casos.</i>
<b>Duración:</b>	<i>25 minutos.</i>
<b>Resumen:</b>	<i>Se proponen cuatro situaciones diferentes a los alumnos más jóvenes y, a continuación, se les pide que den sus ideas acerca de lo que las personas que protagonizan estas situaciones deberían decir o hacer, y por qué.</i>

### CONSIDERACIONES PREVIAS – **Antes de empezar.**

- Lee con detenimiento toda la actividad.
- Prepara las transparencias, reúne el material que vayas a utilizar y haz tantas copias como sean necesarias.
- Evalúa la adecuación, utilidad y relevancia de la actividad para el grupo de alumnos con el que vayas a trabajar.
- Evalúa si los métodos de enseñanza, las competencias y los conocimientos transmitidos en esta actividad son aplicables a las circunstancias reales de los alumnos.
- Explica con claridad el objetivo de la actividad, las competencias con las que se va a trabajar y los métodos que se van a utilizar.

- Pide a los participantes que piensen en cómo se podría adaptar la actividad (p. ej., idear más historias para que se lean en voz alta) para que les resulte más útil.
- Piensa en la forma más adecuada de dividir a los alumnos en pequeños grupos para que realicen las prácticas, los debates y los juegos de rol.
- Comunica a los alumnos por adelantado que vas a pedir voluntarios al final de la sesión de prácticas para hacer una demostración de las técnicas de comunicación saludable y de toma de decisiones con las que se ha trabajado.
- Asegúrate de que los alumnos sepan que se les pedirá que comenten sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad.
- Antes de empezar, pregunta a los alumnos si tienen alguna duda o si necesitan que se aclare algún punto de las instrucciones.
- Comunícales de cuanto tiempo disponen para practicar cada parte de la actividad e identifica los papeles que tendrán que asignar dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga de portavoz del grupo, etc.).

#### INTRODUCCIÓN DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

- Puedes dar comienzo a la actividad diciendo:

*“Vamos a leer cuatro historias muy breves sobre niños y niñas que se encuentran en diferentes situaciones. Mientras escucháis las historias, pensad en cómo se están sintiendo, o en qué podrían estar pensando estos niños y niñas.”*

- A continuación de cada situación figura una lista de preguntas propuestas. Tras leer una historia, haz que los alumnos comenten sus impresiones, para lo que puedes utilizar estas preguntas.

#### **NOTA PARA EL PROFESOR:**

Intenta que los alumnos comprendan que es importante pensar antes de decir algo, y que lo que digan puede hacerle sentir mejor o peor a la persona con la que están hablando. A su vez, los alumnos tienen que entender que si hay algo o alguien que los asusta, preocupa o pone nerviosos, han de decírselo a un miembro de su familia o a un adulto que se preocupe por ellos.

## CUATRO HISTORIAS Y DEBATE EN CLASE: 20 minutos

- Lee en voz alta la situación #1.

**Thabane está caminando con su amigo Bongani cuando ven a Siphó, un chico de su clase, que se dirige hacia ellos. Siphó ha estado enfermo estos últimos días, por lo que tose y estornuda. Cuando Siphó se acerca a ellos, les dice “Hola, Bongani y Tha—”, pero antes de que pueda acabar la frase, Bongani dice en voz alta para que Siphó lo oiga: “Uf, no quiero que me contagie, vámonos antes de que se acerque demasiado.”**

- Pregunta a los alumnos:

- ¿Cómo creéis que se sintió Siphó cuando oyó lo que había dicho Bongani? ¿Por qué?
- ¿Qué creéis que puede hacer o decir Thabane para que Siphó se sienta mejor?
- ¿Qué puede hacer o decir Thabane para que Siphó se sienta aún peor?
- ¿Qué creéis que podría decirle Thabane a Bongani para intentar que no vuelva a decir algo así a nadie?

- Lee en voz alta la situación #2.

**Itumelang está hablando con su amigo Tsietsi en la puerta de la escuela. De pronto se les acercan dos chicos, Molefe y Thabo, y le preguntan a Tsietsi si quiere jugar al fútbol con ellos. Tsietsi dice que sí y mira a Itumelang. Itumelang dice, “¡Yo también quiero jugar! Mi hermano me ha enseñado.” Entonces Molefe se ríe y dice, “¿Tú? ¡Tú eres una chica! ¡No puedes hacer nada tan bien como nosotros, los chicos!”**

- Pregunta a los alumnos:

- ¿Cómo creéis que se sintió Itumelang cuando Molefe le dijo eso?
- ¿Creéis que lo que dijo de las chicas es verdad? ¿Por qué sí o por qué no?
- ¿Qué creéis que Tsietsi podría hacer o decir a Molefe para que Itumelang se sienta mejor?
- ¿Qué podría decirle Itumelang a Molefe?

- Lee en voz alta la situación #3.

**Chipo está esperando en la puerta de la escuela a que su tía venga a buscarla. Un hombre que no conoce se acerca a ella. Tiene más o menos la misma edad que su padre. El hombre le pregunta que a quién está esperando, y ella le contesta que está esperando a su tía. El hombre dice “Vaya, yo conozco a tu tía. Somos buenos amigos. ¿Por qué no vienes conmigo y vamos caminando hasta el mercado para reunirnos con ella?” El hombre sonríe y parece muy amable.**

- Pregunta a los alumnos:

- ¿Qué creéis que debería hacer Chipo? ¿Por qué? (Explica lo importante que es no ir a ningún sitio con desconocidos, etc.)
- ¿Qué puede decirle a este hombre?
- Cuando venga su tía, ¿creéis que debería contarle lo que le ha pasado con este hombre? ¿Qué creéis que le diría su tía?
- ¿A quién más creéis que debería contarle Chipo lo que ha pasado con este hombre?

- Lee en voz alta la situación #4.

**Tsakani y Tinyiko están sentados enfrente de la casa de Tsakani. Tinyiko dice, “Me aburro; no hay nada que hacer aquí. Creo que me voy a ir a casa.” Tsakani dice, “Ya sé lo que podemos hacer. Ayer cogí un cigarrillo de la chaqueta de mi tío. ¿Quieres que lo probemos entre los dos?” Tinyiko no sabe qué hacer porque ha oído a su madre decir que los cigarrillos no son buenos. Como Tinyiko no contesta, Tsakani dice, “¡No seas cobarde! ¿Tienes miedo?”**

- Pregunta a los alumnos:

- ¿Creéis que Tinyiko debería fumar el cigarrillo? ¿Por qué sí o por qué no?
- ¿Cómo creéis que se siente Tinyiko?
- ¿Qué creéis que Tinyiko debería decirle a Tsakani?

## CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

- Puedes terminar la actividad diciendo:

*“Cuando hablamos con un amigo, o con un miembro de nuestra familia, es importante que, antes de hablar, pensemos en lo que vamos a decir y cómo lo vamos a decir. A veces, decimos lo primero que se nos ocurre, sin pensar en cómo pueden afectar nuestras palabras a la otra persona. En ocasiones, provocamos sin querer que los demás se enfaden o se entristezcan. Por otro lado, si algo o alguien nos asusta o nos hace sentir incómodos o nerviosos, tenemos que contárselo a un adulto que se preocupe por nosotros (como tus padres, hermanos y hermanas, o una tía o tío).”*

## ACTIVIDAD 10

### ¿QUÉ HAGO CUANDO ME SIENTO...?

<b>Finalidad:</b>	<i>Ayudar a los alumnos más jóvenes a que reaccionen de una manera positiva ante sentimientos negativos; indicarles qué pueden hacer cuando se sienten tristes o enfadados.</i>
<b>Competencias:</b>	<i>Aprendizaje de métodos prácticos y positivos (mediante la adquisición de competencias para tomar decisiones y trabajar de manera positiva con las emociones) encaminados a saber reaccionar ante el estrés y otras emociones.</i>
<b>Destinado a:</b>	<i>Niños.</i>
<b>Metodología:</b>	<i>Lluvia de ideas, debates en grupos pequeños, estudio de casos.</i>
<b>Material:</b>	<i>Pizarra o bloc para caballetes, tiza o rotuladores, estudios de casos.</i>
<b>Duración:</b>	<i>25 minutos.</i>
<b>Resumen:</b>	<i>Se pide a los alumnos que hagan una lista con aquellas cosas que les hacen sentir mal, y otra con aquéllas que les hacen sentir bien. A continuación, se les cuenta la historia de una niña llamada Tapiwa y lo que hizo cuando se sintió triste y enfadada. Tras el relato, se pide a los alumnos que piensen qué otras cosas positivas pueden hacer cuando se sienten mal.</i>

#### CONSIDERACIONES PREVIAS – **Antes de empezar.**

- Lee con detenimiento toda la actividad.
- Prepara las transparencias, reúne el material que vayas a utilizar y haz tantas copias como sean necesarias.
- Evalúa la adecuación, utilidad y relevancia de la actividad para el grupo de alumnos con el que vayas a trabajar.
- Evalúa si los métodos de enseñanza, las competencias y los conocimientos transmitidos en esta actividad son aplicables a las circunstancias reales de los participantes.

- Explica con claridad el objetivo de la actividad, las competencias con las que se va a trabajar y los métodos que se van a utilizar.
- Pide a los participantes que piensen en cómo se podría adaptar la actividad (p. ej., introducir otra situación en vez de la historia de Tapiwa) para que les resulte más útil.
- Piensa en la forma más adecuada de dividir a los alumnos en pequeños grupos para que realicen las prácticas, los debates y los juegos de rol.
- Comunica a los alumnos por adelantado que vas a pedir voluntarios al final de la sesión de prácticas para hacer una demostración de lo que han aprendido sobre cómo reaccionar ante el estrés y otras emociones.
- Asegúrate de que los alumnos sepan que se les pedirá que comenten sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad.
- Antes de empezar, pregunta a los alumnos si tienen alguna duda o si necesitan que se aclare algún punto de las instrucciones.
- Comunícales de cuanto tiempo disponen para practicar cada parte de la actividad e identifica los papeles que tendrán que asignar dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga de portavoz del grupo, etc.).

## INTRODUCCIÓN Y DEBATE EN CLASE: *5 minutos*

- Puedes dar comienzo a la actividad diciendo:

*“Todos sentimos cosas que nos hacen sentir bien o mal. Por ejemplo, cuando estamos enfadados con alguien o nos preocupa algo nos sentimos mal. Por el contrario, cuando estamos haciendo algo que nos gusta, como jugar con los amigos, nos sentimos bien.”*

- Pide a los alumnos que respondan a las siguientes preguntas, y anota sus respuestas en la pizarra:
  - ¿Qué cosas os hacen sentir mal?
  - ¿Qué cosas os hacen sentir bien?

## LA HISTORIA DE TAPIWA: 15 minutos

- Continúa diciendo:

*“¡Habéis dicho cosas muy interesantes! A veces, cuando estamos enfadados o tristes hacemos cosas que nos hacen sentir incluso peor. Eso pasa porque no siempre sabemos qué podemos hacer para sentirnos mejor. Voy a leeros una pequeña historia sobre una chica llamada Tapiwa, y lo que le ocurrió un día en el que sintió bien y mal. Veamos lo que hizo.”*

**Tapiwa tenía siete años. Vivía con su madre, su padre, su hermana y sus dos hermanos. Era el cumpleaños de su hermana, y su madre iba a cocinar un plato muy rico para toda la familia. Tapiwa estaba muy contenta porque le encanta comer. Pero cuando se acercaba la hora de preparar la comida, su madre les dijo a ella y a sus hermanos que no se encontraba muy bien, que necesitaba descansar, y que hoy no podría prepararles ese plato tan rico. Tapiwa y sus hermanos se pusieron tristes, y se enfadaron un poco porque tenían muchas ganas de probar la comida que les iba a preparar su madre.**

**Su hermana Vonghi se fue a llorar a la parte trasera de la casa, y se negó a hablar con nadie. Su hermano Zuze gritó, “¡Siempre estás enferma! ¡No es justo!”, y salió corriendo de la casa.**

**Tapiwa y Tatenda, su otro hermano, decidieron hacer algo que les hiciese sentir mejor a ellos y a los demás. Buscaron papel y unos rotuladores, e hicieron dos tarjetas: una para su madre, y otra para felicitar a su hermana Vonghi por su cumpleaños. Cuando acabaron de hacerlas y se las dieron a su hermana y a su madre, Tapiwa y Tatenda se sintieron mucho mejor. Vonghi también parecía más contenta, y su madre les prometió prepararles un plato delicioso en cuanto se encontrase mejor.**

- A continuación, pide a los alumnos que respondan a las siguientes preguntas:
- ¿Qué pensaba Tapiwa de la comida de cumpleaños que su madre iba a preparar?
  - ¿Cómo se sintió cuando su madre les dijo que no podía prepararla porque se encontraba mal?
  - ¿Cómo se sintieron su hermana y sus hermanos?
  - ¿Qué hizo su hermana Vonghi?
  - ¿Qué hizo su hermano Zuze?
  - ¿Qué hicieron Tapiwa y su hermano Tatenda?
  - Al final, ¿quién se sintió mejor?

- ¿Qué otras cosas podría haber hecho Tapiwa para sentirse mejor y hacer que el resto de su familia también se sintiese mejor?

### LO QUE PUEDES HACER (DEBATE EN CLASE): 5 minutos

- Continúa diciendo:

*“Ahora vamos a echar un vistazo a algunas de las cosas que dijisteis que os hacían sentir mal. Entre todos, vamos a pensar en cosas que podemos hacer nosotros solos, con amigos o con gente de nuestra familia, para que nos ayuden a sentirnos mejor cuando algo de esto suceda.”*

- Pide a todos los alumnos que propongan cosas que se podrían hacer. Elogia todas las ideas.

### CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

- Puedes terminar la actividad diciendo:

*“Todos nos sentimos mal a veces y no sabemos qué hacer para evitarlo. En ocasiones, hacemos cosas que nos hacen sentir incluso peor: no hablamos con nadie, gritamos o arrojamos cosas. Sin embargo, acabáis de proponer ideas muy buenas sobre cosas que uno puede hacer para sentirse mejor cuando está triste o enfadado sin hacer daño a nadie. Podéis hacer cosas que os pongan contentos, como jugar a la cuerda o al fútbol con los amigos. También podéis contarle a un amigo, o a algún miembro de vuestra familia lo que os pasa, y pedirle consejo sobre lo que podríais hacer. Hablar con alguien te ayuda a comprender que no estás solo, y que hay otras personas que pueden hacerte sentir mejor.”*

## ACTIVIDAD 11 TRANSMITIR LA INFORMACIÓN APROPIADA

<b>Finalidad:</b>	<i>Poner en práctica la comunicación sobre el VIH/SIDA con los miembros de la familia, amigos y otros miembros de la comunidad de una forma precisa y eficaz.</i>
<b>Competencias:</b>	<i>Transmitir de forma eficaz mensajes sobre la prevención del VIH a las familias, a los compañeros y a los miembros de la comunidad mediante el desarrollo de competencias comunicativas y de interacción personal.</i>
<b>Destinado a:</b>	<i>Preadolescentes.</i>
<b>Metodología:</b>	<i>Responder a preguntas a través de juegos de rol</i>
<b>Material:</b>	<i>Hoja de trabajo 8: Preguntas/afirmaciones que puedes oír sobre el VIH, hojas de datos.</i>
<b>Duración:</b>	<i>35 minutos.</i>
<b>Resumen:</b>	<i>Esta actividad debería ir a continuación de una sesión de aprendizaje de información básica sobre el VIH/SIDA, sus modos de transmisión y qué se puede hacer para prevenir la infección. Se divide a los participantes en grupos de dos para que practiquen cómo responder a preguntas que surjan cuando hablen con sus amigos o familiares sobre el VIH.</i>

### CONSIDERACIONES PREVIAS – **Antes de empezar:**

- Lee con detenimiento toda la actividad.
- Prepara las transparencias, reúne el material que vayas a utilizar y haz tantas copias como sean necesarias.
- Evalúa la utilidad y relevancia de la actividad para el grupo al que va destinada.
- Evalúa si los métodos de enseñanza, las técnicas y los conocimientos transmitidos en la actividad son aplicables a las circunstancias reales de los alumnos.
- Explica con claridad el objetivo de la actividad, las técnicas con las que se va a trabajar y los métodos que se van a utilizar.

- Pide a los participantes que piensen en cómo se podría adaptar la actividad (p. ej., incluir otras afirmaciones o preguntas que se pueden oír en relación con el VIH) para que les resulte más útil en relación con sus circunstancias.
- Piensa en la forma más adecuada de dividir a los participantes en pequeños grupos para hacer las prácticas, los debates y los juegos de rol.
- Comunica a los participantes por adelantado que vas a pedir voluntarios al final de la sesión de prácticas para hacer una demostración de las técnicas de interacción personal y de comunicación que son necesarias para transmitir mensajes sobre la prevención del VIH a la familia, a los compañeros y a los miembros de la comunidad.
- Asegúrate de que los alumnos sepan que se les pedirá que expongan sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad.
- Antes de que empiecen, pregunta a los alumnos si tienen alguna duda o si necesitan alguna aclaración sobre las instrucciones.
- Comunícales de cuánto tiempo disponen para cada parte de la actividad e identifica los papeles que tendrán que desempeñar dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga la exposición, etc.).

## INTRODUCCIÓN: 5 minutos

- Puedes empezar diciéndole al grupo:

*“Ahora que habéis aprendido lo que es el VIH/SIDA, cómo se puede contraer o contagiar a los demás, tenéis mucha información que podría ser útil para otras personas. La educación sobre el VIH no se imparte en un único lugar, y también es importante que todos los miembros de la comunidad reciban educación sobre esta enfermedad. Si saben que estás aprendiendo cosas sobre el VIH en la escuela pueden acudir a ti con preguntas. Incluso si no saben que estás aprendiendo temas sobre el VIH en clase, puede que escuches fuera del aula que la gente dice cosas sobre el VIH que tú sabes que no son correctas. Es importante que la gente tenga la información apropiada para poder protegerse, y también para tratar con respeto a aquellos que tienen el VIH. Tú puedes ayudar a que la gente que conoces y quieres tenga la información apropiada. Pero antes, vamos a practicar aquí para que te sientas preparado para transmitir información sobre el VIH a tu familia y amigos.”*

## ¿QUÉ DIRÍA YO? (JUEGOS DE ROL): 20 minutos

- Entrega a cada grupo la Hoja de trabajo 8, que incluye una lista de posibles preguntas o situaciones con las que se pueden encontrar los participantes fuera del aula. Pregunta a los participantes si hay alguna pregunta que les gustaría añadir a esta lista.
- Divide a los participantes en grupos de dos. Diles que deben hacer turnos en los que uno lee una pregunta o afirmación y el otro intenta responderla o corregirla. Diles también que, entre ellos, deben comunicarse sus reacciones sobre cómo se han sentido cuando se ha respondido a sus preguntas o cuando se han corregido sus afirmaciones.

### **Nota para el profesor:**

El tamaño del grupo determinará cuál es la mejor forma de dividir a los alumnos. Tal vez necesites dividirlos en grupos de 3 ó 4 en lugar de hacer parejas. También puedes tener en cuenta si sería más eficaz hacer parejas con participantes del mismo sexo o de sexos distintos.

### **HOJA DE TRABAJO 8**

#### **Preguntas/afirmaciones que puedes oír sobre el VIH**

- ¿Qué es el VIH?
- ¿Qué es el SIDA?
- ¿Cómo se contrae el SIDA?
- ¿Quién puede contraer el VIH?
- ¿Cómo puedo saber si estoy infectado por el VIH?
- Soy demasiado joven para contraer el SIDA.
- Creo que no debería salir mucho con ella; he oído que tiene el VIH.
- He oído que existe un remedio contra el VIH.
- Para una chica es más difícil contraer el VIH que para un chico.
- No creo que tenga el SIDA; tiene un aspecto saludable.
- No me siento a gusto si voy al servicio después de ella porque temo contraer el VIH.

### **Pídeles a los participantes que añadan las suyas propias**

- Recorre el aula mientras los alumnos realizan el juego de rol con estas preguntas para asegurarte de que tienen la información apropiada.

#### **NOTA PARA EL COORDINADOR**

Tal vez los participantes quieran hacer una ronda utilizando hojas de datos y otros materiales, y otra ronda sin utilizar ningún tipo de material para comprobar lo que recuerdan por sí mismos.

### **DEBATE EN CLASE: 10 minutos**

- Cuando hayan pasado aproximadamente 15 minutos, reúne a la clase y pide voluntarios para que describan cómo han respondido a las preguntas o a las afirmaciones. Pídele a la clase un análisis posterior para comprobar si alguno de los participantes ha respondido algo distinto o si tienen alguna sugerencia. Puedes hacer alguna de las siguientes preguntas:
  - ¿Ha habido alguna pregunta que resultase más difícil de responder que otras? ¿Por qué?
  - ¿Qué habéis hecho para asegurarnos de que la otra persona no se enfadase?
  - ¿Cómo habéis respondido a alguien que no tenía la información apropiada sin que parecieseis demasiado críticos? ¿Sin hacer que se enfadase?
- Elogia los esfuerzos realizados por los voluntarios y por toda la clase.

### **CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos**

- Puedes cerrar esta actividad diciendo:

*“Al transmitir información sobre el VIH a nuestra familia y a nuestros amigos podemos desempeñar un papel muy importante para asegurarnos de que se mantienen sanos. También podemos desempeñar un papel importante al asegurarnos de que vivimos en una comunidad en la que se apoya y respeta a las personas con VIH. Cuando la gente tiene información apropiada sobre el VIH y cómo se transmite de una persona a otra puede no sentirse tan temerosa o incómoda al interactuar con gente que tiene el VIH.”*

## ACTIVIDAD 12 SE PUEDE ESPERAR

<b>Finalidad:</b>	<i>Hacer posible que los jóvenes expresen su deseo de posponer el contacto sexual.</i>
<b>Competencias:</b>	<i>Comunicar de forma clara y eficaz el deseo de retrasar el comienzo de las relaciones sexuales mediante la adquisición de técnicas de comunicación, negociación y toma de decisiones.</i>
<b>Destinado a:</b>	<i>Preadolescentes.</i>
<b>Metodología:</b>	<i>Lluvia de ideas, juegos de rol, debate en grupo.</i>
<b>Material:</b>	<i>Pizarra o bloc para caballetes, tiza o rotuladores, Hoja de trabajo 9: Lo que alguien puede decirte para intentar convencerte de que mantengas relaciones sexuales.</i>
<b>Duración:</b>	<i>60 minutos.</i>
<b>Resumen:</b>	<i>Esta actividad permite a los alumnos hacer una lluvia de ideas sobre las razones por las que está bien posponer las relaciones sexuales; después pondrán en práctica el desarrollo de técnicas de comunicación para defender estas razones.</i>

### CONSIDERACIONES PREVIAS – **Antes de empezar:**

- Lee con detenimiento toda la actividad.
- Prepara las transparencias, reúne el material requerido y haz tantas copias como sean necesarias.
- Evalúa la utilidad y relevancia de la actividad para el grupo al que va destinada.
- Evalúa si los métodos de enseñanza, las técnicas y los conocimientos transmitidos en la actividad son aplicables a las circunstancias reales de los alumnos.
- Explica con claridad el objetivo de la actividad, las técnicas con las que se va a trabajar y los métodos que se utilizarán.

- Pide a los alumnos que piensen en cómo se podría adaptar la actividad (p. ej., con otras afirmaciones o preguntas que se pueden oír sobre el VIH) para que les resulte más útil dentro de sus circunstancias personales.
- Piensa en la forma más adecuada de dividir a los participantes en pequeños grupos para hacer las prácticas, los debates y los juegos de rol.
- Comunica a los participantes por adelantado que vas a pedir voluntarios al final de la sesión de prácticas para hacer una demostración de las técnicas necesarias para comunicar de forma clara y eficaz el deseo de posponer el comienzo de las relaciones sexuales.
- Asegúrate de que los participantes sepan antes de empezar la práctica que se les pedirá que expongan brevemente sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad.
- Antes de empezar, pregunta a los participantes si tienen alguna duda o si necesitan que se aclare algún punto de las instrucciones.
- Comunícales de cuánto tiempo disponen para cada parte de la actividad e identifica los papeles que tendrán que desempeñar dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga la exposición, etc.).

## INTRODUCCIÓN ¿Y POR QUÉ SE PUEDE ESPERAR? (LLUVIA DE IDEAS): 10 minutos

- Puedes empezar la actividad diciendo:

*“Existen muchas buenas razones para que esperéis antes de mantener relaciones sexuales. Sin embargo, algunas personas se pueden sentir presionadas por sus amigos o por sus novios y novias para mantener relaciones enseguida. Pensemos primero en algunas de las razones que hacen que sea correcto no mantener relaciones ahora.”*

- Pide a la clase que haga una lista de razones por las que es correcto esperar a tener más edad para mantener relaciones sexuales o, si ya se han mantenido relaciones con una persona, decidir que no se van a mantener durante un tiempo. Recuerda a los alumnos que no existe una respuesta correcta o errónea y que sólo quieres que el grupo aporte aquellos comentarios que ha podido oír. Escribe sus respuestas en la pizarra o en el bloc para caballetes.

### NOTA PARA EL PROFESOR:

Si se trata de un grupo numeroso, puede ser útil dividirlo en grupos más pequeños. También puede ayudar dividirlos por sexos, dependiendo de lo a gusto que se sientan los alumnos al hablar sobre este tema entre ellos. Si se utilizan grupos más pequeños, pide un voluntario para que anote las ideas del grupo.

Motivos que los alumnos pueden mencionar:

- No quieres quedarte embarazada.
- No quieres contraer el VIH ni otras ETS.
- Tus padres no esperan de ti que mantengas relaciones sexuales.
- No crees estar preparado para mantener relaciones sexuales.
- La otra persona está ebria.
- Alguien te obliga a mantener relaciones sexuales o se está poniendo violento.
- Tu religión dice que no deberías mantener relaciones sexuales hasta que no te hayas casado.
- No amas a la otra persona.
- Te sientes presionado por una persona de más edad o alguien que ocupa un puesto de autoridad.

### LO QUE ALGUIEN PUEDE DECIR: 15 minutos

➤ Después puedes decir:

*“A pesar de todas estas buenas razones, todavía puedes sentir que otra persona o personas que te rodean te presionan para que mantengas relaciones sexuales. Pensemos en lo que alguien puede decir para intentar convencerlos de que alguna de las razones que acabamos de incluir en la lista no es buena. Pensemos también en cómo puede actuar una persona que se encuentre en esa situación.”*

➤ Pide a los alumnos que utilicen la Hoja de trabajo 9 y que, en la columna destinada a tal efecto, escriban algunos ejemplos de lo que alguien puede decirles para intentar convencerles de que mantengan relaciones sexuales.

Posibles respuestas de los alumnos:

Razones para retrasar las relaciones sexuales	Para intentar convencerte de que mantengas relaciones sexuales alguien puede decirte:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• No quieres quedarte embarazada.</li> <li>• No quieres contraer el VIH ni otras ETS.</li> <li>• Tus padres no esperan de ti que mantengas relaciones sexuales.</li> <li>• No crees estar preparado para mantener relaciones sexuales.</li> <li>• La otra persona está ebria.</li> <li>• Alguien te obliga a mantener relaciones sexuales o se está poniendo violento.</li> <li>• Tu religión dice que no deberías mantener relaciones sexuales hasta que no te hayas casado.</li> <li>• No amas a la otra persona.</li> <li>• Te sientes presionado por una persona que tiene cierta autoridad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No te puedes quedar embarazada la primera vez que mantienes relaciones sexuales.</li> <li>• Estoy seguro de que no tengo ninguna enfermedad. ¿Te parece que tengo aspecto de estar enfermo?</li> <li>• Tus padres nunca lo sabrán.</li> <li>• Todo el mundo lo hace, ¿quieres ser el último?</li> <li>• Vamos, bebe algo; hará que cambies de opinión.</li> <li>• ¡Eres mi novia, así que tienes que hacer lo que yo diga!</li> <li>• Nadie lo sabrá nunca, así que no importa</li> <li>• No tendrás otra oportunidad como ésta.</li> <li>• Debes escuchar lo que te digo.</li> </ul>

- Haz que el debate sea participativo, pero asegúrate de que se revisan todas las razones.

### LO QUE PODRÍA RESPONDER YO: 15 minutos

- Haz que los alumnos escriban junto a cada “entrada” de la hoja de trabajo lo que podrían decir o hacer en respuesta.

Para intentar convencerte de que mantengas relaciones sexuales alguien puede decirte:	¿Qué puedes hacer o decir en respuesta?
<ul style="list-style-type: none"> <li>• No te puedes quedar embarazada la primera vez que mantienes relaciones sexuales.</li> <li>• Estoy seguro de que no tengo ninguna enfermedad. ¿Te parece que tengo aspecto de estar enfermo?</li> <li>• Tus padres nunca lo sabrán.</li> <li>• Todo el mundo lo hace, ¿quieres ser el último?</li> <li>• Vamos, bebe algo; hará que cambies de opinión.</li> <li>• ¡Eres mi novia, así que tienes que hacer lo que yo diga!</li> <li>• Nadie lo sabrá nunca, así que no importa.</li> <li>• No tendrás otra oportunidad como esta.</li> <li>• Debes escuchar lo que te digo.</li> </ul>	

### PRACTIQUEMOS: 10 minutos

- Cuando se haya hecho una lista de respuestas, divide a los alumnos en grupos de tres y haz que practiquen las respuestas entre ellos (diles que deben hacer turnos para hacer de observador).

#### NOTA PARA EL PROFESOR:

Tal vez, los alumnos quieran escribir sus “entradas” y las “respuestas” en sus hojas de trabajo antes de empezar con los juegos de rol.

- Antes de que empiecen, pídeles que piensen también en la importancia de lo siguiente:
  - **Utilizar el lenguaje corporal.** El lenguaje no verbal (contacto visual, permanecer erguido, estar serio) pueden reforzar el mensaje.
  - **Expresar con claridad lo que no quieres que suceda. Utiliza la palabra “no”** para dejar claro que eso no es lo que tú quieres (p. ej., “¡No! ¡No quiero hacer el amor contigo aunque utilicemos un preservativo!”)
  - **Intentar explicar** por qué no vas a hacer algo.

- **Sugerir alternativas.** Si aún quieres mantener una relación íntima con esa persona, sugiere otras cosas que podéis hacer para, al mismo tiempo, estar seguros (p. ej., besarse y abrazarse; ir al cine).
- **Transmitir tus sentimientos** a la otra persona. Utiliza frases en primera persona (p. ej., “Realmente me gustas, pero no quiero mantener relaciones sexuales sin utilizar un preservativo”) en lugar de hacerlo en segunda persona (p. ej., “¡Eres tan egoísta!”)
- **Encontrar alternativas al diálogo** si la situación se vuelve violenta o incómoda (p. ej., intenta abandonar la habitación. También deberías decírselo a un amigo o a un miembro de tu familia).

## DEBATE EN CLASE: 10 minutos

- Cuando los grupos hayan tenido tiempo para poner en práctica sus respuestas, pídeles que compartan sus experiencias con el resto de la clase.
  - ¿Qué situaciones o frases han sido las más difíciles de responder? ¿Cuáles han sido las más fáciles? ¿Por qué?
  - ¿Creéis que habéis convencido a la otra persona? ¿Por qué sí o por qué no?
  - ¿Creéis que estas situaciones son realistas?
  - ¿Hay alguna otra cosa que podríais haber dicho o hecho?
- Recuerda también a los alumnos que a veces hay cosas que pueden hacer para no encontrarse ante situaciones que puedan llegar a entrañar riesgos. Por ejemplo, pueden salir con un grupo de amigos que ellos piensen que podrá ayudarles a evitar una situación de riesgo. Pide otras sugerencias sobre lo que pueden hacer para mantenerse siempre en una situación segura.

### Ejemplos posibles:

- Salir con un grupo de amigos.
- Evitar lugares que parezcan peligrosos.
- No ir sólo a ningún sitio con una persona a la que no conoces bien.
- Decir a los miembros de tu familia antes de salir adónde vas a ir.

## CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

- Puedes cerrar la actividad diciendo:

*“No siempre es fácil tomar las decisiones que resulten más apropiadas para nosotros, sobre todo si sentimos que alguien nos presiona para que hagamos algo. Sin embargo, con esta actividad acabamos de ver que hay cosas que podemos hacer o decir si alguien intenta que hagamos algo que no queremos o para lo que no nos sentimos preparados, como mantener relaciones sexuales.”*

## ACTIVIDAD 13

### ¿QUÉ ENTRAÑA RIESGOS Y CÓMO PERMANEZCO SEGURO?

<b>Finalidad:</b>	<i>Proporcionar a los alumnos el conocimiento que les permita evaluar el nivel de riesgo de determinados comportamientos y desarrollar competencias para negociar de forma eficaz unas relaciones sexuales más seguras.</i>
<b>Competencias:</b>	<i>Evaluar el riesgo y negociar alternativas de menor riesgo mediante la adquisición de competencias para la toma de decisiones, la comunicación y la negociación.</i>
<b>Destinado a:</b>	<i>Adolescentes.</i>
<b>Metodología:</b>	<i>Juegos, juegos de rol, debate en clase.</i>
<b>Material:</b>	<i>Fichas, tiza o rotuladores, pizarra o bloc para caballetes.</i>
<b>Duración:</b>	<i>60 minutos.</i>
<b>Resumen:</b>	<i>Los alumnos realizan un juego en el que deciden si determinados comportamientos supondrían “ningún riesgo”, un “bajo riesgo” o un “riesgo elevado” para que alguien contraiga el VIH. Después, mediante juegos de rol, ponen en práctica situaciones en las que se negocia para mantener unas relaciones sexuales más seguras.</i>

#### CONSIDERACIONES PREVIAS – **Antes de empezar:**

- Asegúrate de leer toda la actividad con detenimiento.
- Prepara transparencias y reúne dos ejemplares de cualquiera de los materiales que vayas a necesitar.
- Evalúa la utilidad y relevancia que tendrá la actividad en función de los alumnos a los que va dirigida.
- Considera si los métodos, las técnicas y el conocimiento transmitido en la actividad se pueden aplicar a situaciones de la vida real de los alumnos.
- Describe claramente la finalidad de la actividad, las tácticas que se van a poner en práctica y los métodos que se utilizarán.

- Pide a los alumnos que piensen en las posibles formas de adaptar la actividad (p. ej., otros ejemplos de comportamientos que impliquen riesgos calificados como “ninguno”, “bajo” o “elevado”; otros pretextos posibles y respuestas sobre el uso de preservativos) para hacer que les resulte más útil.
- Piensa en la forma más adecuada de dividir a los alumnos en pequeños grupos para hacer las prácticas, los debates y los juegos de rol.
- Comunica a los alumnos por adelantado que vas a pedir voluntarios al final de la sesión de prácticas para hacer una demostración de los tipos de técnicas que pueden utilizar para evaluar el riesgo y negociar alternativas que entrañen menos riesgos.
- Asegúrate de que los alumnos sepan que se les pedirá que expongan brevemente sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad.
- Antes de que empiecen, pregunta a los alumnos si tienen alguna duda o si necesitan alguna aclaración sobre las instrucciones.
- Comunícales de cuánto tiempo disponen para cada parte de la actividad e identifica los papeles que tendrán que hacer dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga la exposición, etc.)

## INTRODUCCIÓN: 5 minutos

- Puedes empezar la actividad diciendo:

*“Para poder actuar de forma responsable y hacer que tanto nosotros como las personas a las que amamos estén seguras, necesitamos conocer qué comportamientos entrañan mayor o menor riesgo que otros. Hay muchas formas de demostrar nuestro cariño y afecto hacia otra persona, y vamos a hablar de algunas ellas.”\**

*\*Adaptado de Jemmott, Jemmott y McCaffree, ¡Con orgullo! ¡Con responsabilidad! Estrategias para conferir poder a la gente joven para que reduzca su riesgo de infección por VIH, (Be proud! Be Responsible! Strategies to Empower Youth to Reduce Their Risk for HIV Infection), Select Media, Incl., Nueva York, 1996.*

## BAJO RIESGO...RIESGO ELEVADO: 10 minutos

- Escribe el siguiente diagrama en la pizarra o en trozos de papel en la pared

**Ningún riesgo**

**Bajo riesgo**

**Riesgo elevado**

- Divide a los alumnos en dos grupos y dale a cada grupo cinta adhesiva y fichas o tiras de papel con todos los comportamientos que se citan a continuación.
- Explica lo siguiente a los alumnos:
  - Cada ficha contiene un comportamiento. Cada grupo debe decidir si ese comportamiento haría que alguien se expusiese a “ningún riesgo”, un “bajo riesgo” o un “riesgo elevado” de contraer el VIH.
  - Los comportamientos de “riesgo elevado” implican un intercambio de sangre, semen, leche materna o secreciones vaginales y entrañan un claro riesgo de transmisión del VIH.
  - Los comportamientos de “bajo riesgo” implican una barrera, como un preservativo, pero son actividades durante las que el intercambio de fluidos corporales puede originar algún riesgo de transmisión del VIH.
  - Los comportamientos con “ningún riesgo” no implican intercambio de sangre, semen o secreciones vaginales y por lo tanto no implican riesgo de transmisión del VIH.

Comportamientos de Riesgo elevado...Bajo riesgo  
Escribe en distintas tiras de papel los siguientes

Sexo vaginal sin preservativo	<b>Riesgo elevado</b>
Sexo vaginal con preservativo	<b>Bajo riesgo</b>
Sexo anal sin preservativo	<b>Riesgo elevado</b>
Sexo anal con preservativo	<b>Riesgo elevado/Bajo riesgo</b>
Masturbación propia	<b>Ningún riesgo</b>
Masturbación mutua	<b>Bajo riesgo</b>
Besos en la boca	<b>Bajo/Ningún riesgo</b>
Besos sociales	<b>Ningún riesgo</b>
Masaje	<b>Ningún riesgo</b>
Compartir la aguja de una jeringuilla	<b>Riesgo elevado</b>
Volver a utilizar la aguja de una jeringuilla lavada con agua	<b>Riesgo elevado</b>
Abrazar a alguien	<b>Ningún riesgo</b>
Coquetear	<b>Ningún riesgo</b>
Compartir utensilios de cocina o cubiertos con alguien que tiene el VIH	<b>Ningún riesgo</b>
Tocar a alguien que es portador del VIH	<b>Ningún riesgo</b>

- Dale a cada grupo fichas o tiras de papel en las que figure cada uno de los comportamientos. Explícales que tienen cinco minutos para decidir a qué categoría corresponde cada uno.
- Después, reúne a toda la clase. Repasa cada uno de los comportamientos que aparecen en la lista y comprueba si cada equipo los ha colocado en la categoría correcta.

- Pide a los alumnos que expliquen sus decisiones.

## QUÉ DIRÍA/HARÍA YO SI...: 10 minutos

- Continúa diciendo:

*“Saber qué tipo de comportamientos son seguros o no puede ayudarnos a decidir cómo ser responsables y mantenernos saludables por nuestro propio bien, el de nuestras familias y el de nuestros amigos. Sin embargo, aunque sepamos qué actividades entrañan riesgos, a veces nos sentimos presionados por alguien para llevar a cabo alguna de esas actividades. Nuestros amigos pueden hacernos pensar que debemos mantener relaciones sexuales con más de una persona, o puede que nuestro novio o novia no quiera utilizar un preservativo al mantener relaciones sexuales. Ahora que cada uno sabe lo que nos ayuda a mantenernos a salvo pensemos en las distintas formas que tenemos para convencer a los demás de que hagan lo mismo.”*

- Pide a los alumnos que hagan una lista con los pretextos que puede alegar alguien que quiere mantener relaciones sexuales no seguras con ellos (sexo sin preservativo). **Tal vez necesites darles uno o dos ejemplos para empezar.** Escribe los pretextos en la pizarra o en el bloc para caballetes.
- Cuando la clase se haya puesto de acuerdo con la lista pregunta a los alumnos lo que creen que podrían decirle a alguien que alega cada uno de los pretextos.

### **NOTA PARA EL PROFESOR:**

Puedes recordar a los alumnos el ejercicio anterior, así como los comportamientos que son «más saludables» que mantener relaciones sexuales sin utilizar preservativo.

Posibles pretextos que los alumnos pueden mencionar y posibles respuestas:

#### **Si no tienen preservativo:**

**Pretexto:** No tengo/no puedo conseguir un preservativo.

**Respuestas:** Hagamos otras cosas que nos hagan sentir bien a los dos.

Vamos a esperar para hacer el amor cuando tengamos un preservativo.

Sé qué otras cosas podemos hacer para sentirnos también bien.

**Pretexto:** Te quiero. ¿Te contagiaría yo una infección?

**Respuesta:** No. Sin embargo, la mayoría de la gente no sabe si está infectada por una ETS. Los dos podríamos tener una enfermedad y ni siquiera saberlo.

### Si tienen un preservativo:

- Pretexto:** Los preservativos hacen que desaparezca el deseo sexual.
- Respuesta:** No tendré ganas si estoy preocupado/a. Si me siento seguro/a estaré mucho más relajado/a.
- Pretexto:** ¡Ninguno de mis amigos utiliza preservativos!
- Respuestas:** Tal vez no sean tan responsables como tú.  
Tal vez no saben dónde pueden conseguirlos; tú puedes decírselo.
- Pretexto:** He oído que los preservativos se pueden quedar dentro y hacer que enfermes.
- Respuesta:** Sé que eso no es cierto. Si un preservativo está bien puesto, no se saldrá.
- Pretexto:** Los preservativos son para las personas que están enfermas. ¿Te parece que tengo aspecto de estar enfermo?
- Respuesta:** No, en absoluto, pero muchas veces no se puede saber si una persona tiene una ETS con sólo mirarla. Sólo quiero que los dos estemos seguros.

### PRACTIQUEMOS (JUEGOS DE ROL): 20 minutos

- Continúa diciendo:

*“¡Han sido muy buenas respuestas! Ahora vamos a dedicar tiempo a ponerlas en práctica. Lo haremos porque, aunque por dentro sepamos lo que queremos expresar, a veces resulta difícil decir las palabras de forma apropiada cuando nos encontramos ante una situación dada. Al practicar desarrollamos técnicas que podemos utilizar para traducir nuestros conocimientos en acción.”*

- Pide a los alumnos que se dividan en grupos de tres. Diles que elijan tres situaciones que puedan representar juntos en juegos de rol y que se turnen para que una persona haga de «observador» de cada una de las situaciones. Antes de que empiecen, pídeles también que piensen en lo importante que es lo siguiente:
- **Utilizar el lenguaje corporal.** El lenguaje no verbal (contacto visual, permanecer erguido, estar serio) pueden reforzar el mensaje.
  - **Expresar con claridad lo que no quieres que suceda. Utiliza la palabra “no”** para demostrar que eso no es lo que tú quieres. (p. ej., “¡No! ¡No mantendré relaciones sexuales, aunque utilicemos un preservativo!”)
  - **Intentar explicar** por qué no vas a hacer algo.

- **Sugerir alternativas.** Si aún quieres mantener una relación íntima con esa persona, sugiere otras cosas que podéis hacer para, al mismo tiempo, estar seguros (p. ej., besarse y abrazarse; ir al cine).
  - **Transmitir tus sentimientos** a la otra persona. Utiliza frases en primera persona (p. ej., “Realmente me gustas, pero no quiero mantener relaciones sexuales sin utilizar un preservativo”) en lugar de hacerlo en segunda persona (p. ej., “¡Eres tan egoísta!”)
  - **Encontrar alternativas al diálogo** si la situación se vuelve violenta o incómoda (p. ej., intenta abandonar la habitación. También deberías decírselo a un amigo o a un miembro de tu familia).
- Dales a los alumnos 20 minutos para practicar mediante juegos de rol las tres situaciones que elijan. Recorre el aula y aporta algún análisis y/o elogio.

### DEBATE EN CLASE: 5 minutos

- Tras 20 minutos, reúne a toda la clase y haz que establezcan un debate sobre lo que ha ocurrido.
- Puedes utilizar las siguientes preguntas orientativas:
- ¿Qué situaciones habéis elegido? ¿Por qué?
  - ¿Quién mantiene relaciones sexuales?
  - ¿Cuáles han sido las situaciones más difíciles de representar en el juego de rol? ¿Cuáles han sido las más fáciles? ¿Por qué?
  - ¿Habéis sentido que, entre vosotros, vuestras respuestas han sido eficaces?
  - ¿Cómo podríais haber cambiado vuestra respuesta una vez que habéis visto su efecto?
  - ¿Cómo habéis utilizado el lenguaje corporal para transmitir vuestro mensaje? ¿Qué elementos del lenguaje corporal han sido los más/menos eficaces?
  - ¿Qué alternativas habéis sugerido?

## CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

- Puedes cerrar la actividad diciendo:

*“A simple vista puede parecer difícil intentar convencer a alguien para que utilice un preservativo o para que adopte actitudes que no conlleven tantos riesgos como el sexo sin preservativo. Sin embargo, aquí acabamos de ver que, cuando nos enfrentamos a distintas situaciones, hay cosas que podemos hacer o decir que nos ayudan a actuar de forma responsable y a que cuidemos nuestra salud y la de nuestra familia. Puedes ayudar a tus amigos poniendo en práctica estas técnicas con ellos y animándoles a que actúen de una forma más saludable cuando estéis juntos.”*

## ACTIVIDAD 14 TODO SOBRE LOS PRESERVATIVOS

<b>Finalidad:</b>	<i>Mejorar el conocimiento de los alumnos sobre la obtención de preservativos y desarrollar sus competencias para utilizarlos eficazmente.</i>
<b>Competencias:</b>	<i>Uso efectivo de productos para la salud (es decir, preservativos) y no sentirse incómodo al hablar con otros sobre los preservativos.</i>
<b>Destinado a:</b>	<i>Adolescentes.</i>
<b>Metodología:</b>	<i>Demostración, debate en clase, práctica de utilización de preservativos.</i>
<b>Duración:</b>	<i>30 minutos.</i>
<b>Material:</b>	<i>Preservativos.</i>
<b>Resumen:</b>	<i>Los alumnos entablarán un debate sobre los preservativos, las controversias que existen sobre este tema y cómo pueden contribuir los preservativos a reducir el VIH y las ETS si se utilizan de forma eficaz. El profesor hará una demostración sobre el uso correcto de un preservativo y, dependiendo de lo a gusto que se sientan, los alumnos practicarán cómo se pone y se quita un preservativo, para lo que utilizarán sus dedos como modelo.</i>

### CONSIDERACIONES PREVIAS – **Antes de empezar:**

- Asegúrate de leer toda la actividad con detenimiento.
- Prepara transparencias y reúne dos ejemplares de cualquiera de los materiales que vayas a necesitar.
- Evalúa la utilidad y relevancia que tendrá la actividad en función de los alumnos a los que va dirigida.
- Considera si los métodos, las técnicas y el conocimiento transmitido en la actividad se pueden aplicar a situaciones de la vida real de los participantes.
- Describe claramente la finalidad de la actividad, las técnicas que se van a poner en práctica y los métodos que se utilizarán.

- Pide a los alumnos que piensen en las posibles formas de cambiar la actividad (p. ej., alternativas para realizar la demostración sobre el preservativo incluyendo otros temas) para hacer que les resulte más útil.
- Piensa en la forma más adecuada de dividir a los participantes en pequeños grupos para hacer las prácticas, los debates y los juegos de rol.
- Comunica a los alumnos por adelantado que vas a pedir voluntarios al final de la sesión de prácticas para hacer una demostración de cómo utilizar productos para la salud (es decir, preservativos) y cómo pueden demostrar que no se sienten incómodos al hablar con otros sobre preservativos.
- Asegúrate de que los alumnos sepan antes de empezar que se les pedirá que expongan brevemente sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad.
- Antes de que empiecen, pregunta a los alumnos si tienen alguna duda o si necesitan alguna aclaración sobre las instrucciones.
- Comunícales de cuánto tiempo disponen para cada parte de la actividad e identifica los papeles que tendrán que asignar dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga la exposición, etc.)

## INTRODUCCIÓN Y DEBATE EN CLASE: 5 minutos

- Puedes empezar la actividad diciendo:

*“Aunque las dos personas estén de acuerdo en el uso de un preservativo, no siempre están seguras de cómo se utiliza correctamente, o no saben dónde pueden conseguirlo. También puede ser difícil conseguir un preservativo. Hablemos sobre los preservativos antes de hacer una práctica sobre cómo se utilizan.”*

- Haz que los participantes establezcan un breve debate:
  - ¿Creéis que la mayoría de la gente de vuestra edad utiliza preservativos? ¿Por qué sí o por qué no?
  - ¿Dónde podéis conseguir preservativos?
  - ¿Podéis hablar con vuestros amigos sobre preservativos?
  - ¿Qué habéis oído decir sobre los preservativos?
  - ¿Pueden conseguir preservativos tanto los chicos como las chicas?

## DEMOSTRACIÓN CON PRESERVATIVO: 25 minutos

- Pide a los alumnos que busquen en el manual las hojas de trabajo correspondientes al uso correcto de preservativos. Explícales que vas a hacer una demostración de

cómo utilizar un preservativo correctamente y que después les pedirás, si quieren, que practiquen poniéndose uno en los dedos.

- Haz una demostración de la forma correcta de utilizar un preservativo utilizando tus dedos como modelo. Después de la demostración haz que el grupo entable una conversación sobre los siguientes aspectos:
  - Cómo evitar que el preservativo se rompa al utilizarlo (comprobación de la fecha de caducidad; no utilizar los preservativos más de una vez)
  - Cómo aumentar la sensualidad cuando se utiliza un preservativo
  - Cómo ponerse y quitarse el preservativo sin que eso afecte a la intimidad
  - Qué lubricantes se pueden utilizar con los preservativos
  - Lo que han oído sobre los preservativos y cualquier pregunta que puedan tener al respecto (p. ej., que se rompen fácilmente, que se pueden quedar dentro)
  - El preservativo femenino; otras opciones (p. ej., espermicida)
- Dependiendo de lo distendido que esté el grupo, dale unos cuantos preservativos. Anima a los estudiantes a que abran los paquetes, a que examinen los distintos tipos de preservativos y a que se familiaricen con ellos. Haz que practiquen cómo se pone y se quita un preservativo utilizando sus dedos como modelo.

**NOTA PARA EL PROFESOR:**

Debes tener en cuenta si los alumnos se sienten a gusto. Aquellos alumnos que hayan sufrido una violación o abusos, por ejemplo, pueden no sentirse cómodos durante esta actividad, y no se les debería pedir que participen en ella.

- Ahora que los alumnos se han familiarizado con los preservativos, continúa haciendo que establezcan un debate o que planteen las preguntas que puedan tener sobre este tema.

**CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos**

- Puedes cerrar la actividad diciendo:

*“El SIDA se puede prevenir. Si actuamos de forma responsable, podemos hacer muchas cosas para protegernos y proteger a nuestros seres queridos. Cada uno de vosotros es una persona única y valerosa que tiene mucho que aportar a su comunidad. Si ahora tomáis decisiones en común que estén bien fundadas y que sean saludables, podréis alcanzar futuros objetivos, tanto los vuestras como los de vuestras familias.”*

---

## HOJA DE TRABAJO 8 - Para los alumnos

### Preguntas/afirmaciones que puedes oír sobre el VIH

---

¿Qué es el VIH?

¿Qué es el SIDA?

¿Cómo se contrae el SIDA?

¿Quién puede contraer el VIH?

¿Cómo puedo saber si estoy infectado por el VIH?

Soy muy joven para contraer el SIDA.

Creo que no debería salir mucho con ella; he oído que tiene el VIH.

He oído que existe un remedio contra el VIH.

Para una chica es más difícil contraer el VIH que para un chico.

No creo que tenga el SIDA; tiene un aspecto saludable.

No me siento a gusto si voy al servicio después de ella porque temo contraer el VIH.

**AÑADE LAS TUYAS PROPIAS:**

## HOJA DE TRABAJO 8 - Para los profesores

### Preguntas/afirmaciones que puedes oír sobre el VIH

\*\*Si los participantes tienen dificultades para encontrar respuestas, utiliza las siguientes para guiarles \*\*

#### **¿Qué es el VIH?**

El VIH, Virus de Inmunodeficiencia Humana, es el virus que causa el SIDA. Poco a poco, hace que una persona infectada esté cada vez más enferma.

#### **¿Qué es el SIDA?**

SIDA significa Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida. Es una enfermedad que aparece cuando se debilita el sistema inmunológico o de defensas de nuestro cuerpo.

#### **¿Cómo se contrae el VIH?**

La transmisión del VIH puede producirse cuando la sangre, el semen (incluyendo el líquido preseminal o "pre-cum"), el flujo vaginal o la leche materna de una persona infectada entra en el cuerpo de otra que no está infectada. A menudo, estos fluidos se intercambian al compartir jeringuillas, al mantener relaciones sexuales sin protección (sexo anal, vaginal, u oral sin preservativo), al darle de mamar a un niño o en cualquier momento en el que los fluidos entran en contacto con un corte o una herida.

#### **¿Quién puede contraer el VIH?**

Cualquier persona que tenga un comportamiento de riesgo puede contraer el virus del SIDA (VIH). No importa si se es mayor o joven, rico o pobre, grande o pequeño, hombre o mujer.

#### **¿Cómo puedo saber si estoy infectado por el VIH?**

Con frecuencia no hay síntomas durante años, así que puede que no sepas si tienes el VIH. Normalmente, los primeros síntomas son como los de muchas otras enfermedades comunes, como ganglios inflamados, fatiga, pérdida de peso, fiebre o diarrea. Personas distintas tienen síntomas distintos. La única forma de saber con seguridad si se tiene el VIH es hacerse un análisis de sangre.

#### **Soy muy joven para tener el SIDA.**

No hay límite de edad para el SIDA. Cualquier persona con un comportamiento de riesgo tiene posibilidades de contraer el virus. De hecho, las chicas jóvenes que practican el sexo sin protección son más propensas a la infección que las mujeres mayores porque es más probable que sufran desgarros vaginales durante las relaciones sexuales.

#### **Creo que no debería salir mucho con ella; he oído que tiene el VIH.**

No puedes contraer el VIH/SIDA en encuentros ocasionales con una persona que padezca la enfermedad. El VIH sólo se transmite a través de fluidos corporales como el semen, la sangre, el flujo vaginal y la leche materna. Tener contacto con una persona que tenga el VIH es seguro mientras no intercambíeis fluidos.

**He oído que existe un remedio contra el VIH.**

No hay ningún remedio o vacuna contra el SIDA. Se ha comprobado que algunos medicamentos atenúan sus efectos o prolongan la vida de las personas que han contraído el virus. Sin embargo, estos medicamentos NO SON un remedio.

**Para una chica es más difícil contraer el VIH que para un chico.**

Cualquier persona, hombre O mujer, puede contraer el VIH si tiene un comportamiento de riesgo. Actividades como el intercambio de jeringuillas para la administración de drogas intravenosas son tan peligrosas para los hombres como para las mujeres.

Sin embargo, las mujeres son más vulnerables a la infección por VIH durante las relaciones sexuales por razones tanto biológicas como sociales/culturales. Como ellas son el miembro receptor de la pareja y hay más virus en el esperma que en las secreciones vaginales, las mujeres se exponen a más virus con más frecuencia. Además, a menudo no está aceptado ni social ni culturalmente que las mujeres se nieguen a mantener relaciones sexuales o que hablen con su pareja sobre el uso de preservativos, lo que hace que corran un mayor riesgo de practicar sexo sin protección.

**No creo que tenga el SIDA; tiene un aspecto saludable.**

A menudo no se puede saber si una persona está infectada por el VIH con sólo mirarla. Pueden pasar años antes de que aparezcan los síntomas, por lo que mucha gente que tiene la enfermedad parece saludable, puede practicar deporte y trabajar normalmente y sentirse bien.

**No me siento a gusto si voy al servicio después de ella porque temo contraer el VIH**

El VIH sólo se puede transmitir a través de los fluidos corporales, incluyendo la sangre, el semen, el flujo vaginal y la leche materna. No puedes contraer el VIH sentándote en el mismo WC que una persona que tenga el virus.

---

**HOJA DE TRABAJO 9 - Para los alumnos**  
**Lo que alguien puede decirte**  
(para intentar convencerte de que mantengas relaciones sexuales)

---

<b>Para intentar convencerte de que mantengas relaciones sexuales alguien puede decirte:</b>	<b>¿Qué puedes hacer o decir en respuesta?</b>

**HOJA DE TRABAJO 9 - Para los profesores**  
**Lo que alguien puede decirte**  
 (para intentar convencerte de que mantengas relaciones sexuales)

<b>Para intentar convencerte de que mantengas relaciones sexuales alguien puede decirte:</b>	<b>¿Qué puedes hacer o decir en respuesta?</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• No te puedes quedar embarazada la primera vez que mantienes relaciones sexuales.</li> <li>• Estoy seguro de que no tengo ninguna enfermedad. ¿Te parece que tengo aspecto de estar enfermo?</li> <li>• Tus padres nunca lo sabrán.</li> <li>• Todo el mundo lo hace, ¿quieres ser el último?</li> <li>• Vamos, bebe algo; hará que cambies de opinión.</li> <li>• ¡Eres mi novia, así que tienes que hacer lo que yo diga!</li> <li>• Nadie lo sabrá nunca, así que no importa</li> <li>• No tendrás otra oportunidad como esta.</li> <li>• Debes escuchar lo que te digo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sí puedes. Con una vez basta. Esto no es un juego. No quiero quedarme embarazada o contraer una ETS.</li> <li>• No, tienes buen aspecto, pero a veces puedes tener una enfermedad y no saberlo. Yo quiero cuidarme y no correr ningún riesgo.</li> <li>• Puede que no, pero eso no importa, porque “yo sí lo sabré”. No estoy preparado para mantener relaciones sexuales.</li> <li>• Sé que no todo el mundo mantiene relaciones sexuales. Además, realmente no quiero tener relaciones ahora.</li> <li>• No necesito beber. Simplemente, no quiero mantener relaciones sexuales.</li> <li>• ¡No, no tengo que hacerlo! No me siento bien cuando me presionan, así que me voy.</li> <li>• No, pero “yo sí lo sabré”, y sé que no quiero mantener relaciones sexuales.</li> <li>• No pienso mantener relaciones sexuales hasta que no tenga más edad. Ya tendré otras oportunidades cuando esté preparado.</li> <li>• Me encuentro bien sin sexo. No necesito escucharte para saber qué es lo que quiero. Me fío de mí mismo y no mantendré relaciones sexuales.</li> </ul>

## ACTIVIDAD 15 YO NECESITO SABER

<b>Finalidad:</b>	<i>Hacer que los alumnos tengan un mayor conocimiento sobre la sexualidad, los servicios sanitarios o el consumo abusivo de sustancias que son importantes para su salud y su bienestar.</i>
<b>Competencias:</b>	<i>Competencias para hacer preguntas; competencias para buscar ayuda.</i>
<b>Destinado a:</b>	<i>Preadolescentes.</i>
<b>Metodología:</b>	<i>Trabajo en grupo; entrevistas; debate en clase.</i>
<b>Material:</b>	<i>Hoja de trabajo 10: Cuestionario; bolígrafos y/o lapiceros.</i>
<b>Duración:</b>	<i>1 hora – 1 hora y media.</i>
<b>Resumen:</b>	<i>Los alumnos utilizan un cuestionario para reunir la información que les proporcionarán los profesores de su escuela sobre sexualidad, servicios sanitarios y/o consumo abusivo de sustancias.</i>

### CONSIDERACIONES PREVIAS - *Antes de empezar:*

- Lee con detenimiento toda la actividad.
- Prepara las transparencias, reúne el material que vayas a utilizar y haz tantas copias como sean necesarias.
- Evalúa la utilidad y relevancia de la actividad para el grupo al que va destinada.
- Evalúa si los métodos de enseñanza, las técnicas y los conocimientos transmitidos en esta actividad son aplicables a las circunstancias reales de los participantes.
- Explica con claridad el objetivo de la actividad, las técnicas con las que se va a trabajar y los métodos que se van a utilizar.
- Pide a los participantes que piensen cómo se podría adaptar la actividad (p. ej., cambiar o añadir nuevas preguntas) para que les resulte más útil dentro de sus circunstancias personales.
- Para hacer las prácticas y los debates, piensa en la forma más adecuada de dividir a los participantes en pequeños grupos.

- Comunica a los participantes por adelantado que vas a pedir voluntarios al final de la sesión de prácticas para hacer una demostración de las técnicas.
- Asegúrate de que los participantes sepan que se pedirá a cada grupo que exponga brevemente sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad.
- Antes de empezar, pregunta a los participantes si tienen alguna duda o si necesitan que se aclare algún punto de las instrucciones.
- Comunícales de cuánto tiempo disponen para cada parte de la actividad e identifica los papeles que tendrán que hacer dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga la exposición, etc.)

### INTRODUCCIÓN: 5 minutos

- Puedes empezar la actividad diciendo:

*“Muchas veces no sabemos ni cómo ni dónde podemos obtener información sobre asuntos relacionados con nuestra salud, como el VIH, las drogas y el alcohol, o el sexo, ni dónde podemos disponer de servicios sanitarios. Hoy vamos a aprender cómo podemos reunir la información apropiada sobre estos temas.”*

### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD Y PRÁCTICA DE ENTREVISTA: 15 minutos

- Explica a los alumnos que una entrevista es una forma de reunir información mediante el planteamiento de preguntas bien preparadas. Puedes decir,

*“Para obtener la información que necesitáis, vais a entrevistar a otros profesores de la escuela sobre asuntos relacionados con vuestra salud. Utilizaréis las preguntas que figuran en esta hoja, lo que se conoce como cuestionario.”*

- Entrega a cada alumno la *Hoja de trabajo 10: Cuestionario* y un bolígrafo o un lapicero.
- Repasa con los alumnos todas las preguntas del cuestionario. Si quieres, puedes pedir un voluntario para que lea cada una de las preguntas.

#### **HOJA DE TRABAJO 10: Cuestionario**

1. *¿Dónde podría acudir para obtener más información sobre determinadas enfermedades, como el VIH?*
2. *¿Qué debería hacer si últimamente no me encuentro bien?*

3. Si pienso que hay un miembro de mi familia que consume drogas o alcohol con demasiada frecuencia ¿a quién podría pedirle ayuda?
4. ¿Qué debería hacer si creo que alguien que conozco está infectado por el VIH?
5. Si conozco a alguien que tiene el SIDA y no se encuentra bien, ¿dónde podría acudir en busca de ayuda para esta persona?

PIDE A LOS ALUMNOS QUE AÑADAN SUS PROPIAS PREGUNTAS:

- 6.
- 7.

- Pide voluntarios para hacer una demostración de cómo entrevistar a otra persona.

**NOTA PARA EL PROFESOR:**

Durante estas demostraciones puedes hacer un repaso de la importancia que tienen el contacto visual y el lenguaje corporal. Además, asegúrate de que al final de cada pregunta y de la entrevista los alumnos le dan las gracias a la persona a la que han entrevistado.

- Cuando los alumnos hayan terminado de practicar con las preguntas, divide a la clase en grupos de cinco o seis.
- Explícales que quieres que en cada grupo se trabaje en equipo para entrevistar a otros profesores de la escuela con el fin de obtener respuestas a las preguntas del cuestionario. Los alumnos deben nombrar a un entrevistador y a una persona que tome notas de cada entrevista que se realice. Los otros alumnos de cada grupo también deberían anotar en sus cuadernos información adicional.

**ENTREVISTAS: 30 – 60 minutos**

- Dependiendo del tiempo que necesiten los alumnos, la disponibilidad de otros profesores de la escuela y el tamaño del grupo general, los profesores pueden elegir alguna de las siguientes opciones:
  1. Decirles a los alumnos que deben salir del aula y encontrar a otros profesores de la escuela a los que puedan entrevistar. Pedirles que vuelvan al aula o al lugar donde se realizan las actividades dentro de treinta minutos aproximadamente.
  2. Decirles a los alumnos que deben conducir las entrevistas como parte de sus deberes escolares. Tienen de plazo hasta el día siguiente para entrevistar a otros profesores de la escuela. Al día siguiente (o el día que sea más conveniente) se les pedirá que informen sobre sus conclusiones.

## QUÉ HEMOS APRENDIDO: 15 minutos

- Cuando los alumnos hayan terminado con la actividad de las entrevistas, pídeles que compartan sus conclusiones. Puedes hacer una o dos preguntas orientativas:
  - ¿Qué ha sido lo más difícil de hacer una entrevista a alguien con estas preguntas?
  - ¿Han sido algunas preguntas más duras que otras?
  - ¿Habéis añadido algunas de vuestras propias preguntas?
  - ¿Habéis podido hacer todas las preguntas? ¿Por qué sí o por qué no?
  - ¿Habéis podido obtener respuesta a todas las preguntas? ¿Por qué sí o por qué no?
  - ¿Qué habéis hecho si la persona entrevistada no sabía la respuesta?
  - ¿En qué sentido ha sido útil esta actividad?
  - ¿Cómo utilizaréis lo que habéis aprendido?
  
- Haz un resumen en la pizarra de algunas de las cosas que los alumnos hayan aprendido en sus entrevistas (p. ej., a dónde pueden acudir para obtener servicios sanitarios, problemas sobre el abuso de sustancias, etc.)

## CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

- Puedes cerrar la actividad diciendo:

*“En muchas ocasiones nos planteamos preguntas cuya respuesta desconocemos. Al entrevistar a otras personas, como los profesores de esta escuela, podéis obtener información sobre temas que son importantes para vuestra salud, incluyendo el VIH, las drogas y el alcohol, y el sexo. Si la persona a la que entrevistáis no sabe la respuesta, podéis intentar encontrar a alguien que sí la sepa, que puede ser un miembro de vuestra familia, otro profesor o un médico o una enfermera. También podéis conseguir información de otra forma. Por ejemplo, podéis leer más sobre el tema.”*

## ACTIVIDAD 16 NOS HACEMOS MAYORES

<b>Finalidad:</b>	<i>Potenciar la capacidad de los alumnos para hablar sobre sexualidad con familiares y amigos.</i>
<b>Competencias:</b>	<i>Competencias comunicativas.</i>
<b>Destinado a:</b>	<i>Preadolescentes.</i>
<b>Metodología:</b>	<i>Narración de historias, lluvia de ideas, debate en grupo.</i>
<b>Material:</b>	<i>Bloc para caballetes/pizarra, Hoja de trabajo 11: Nos hacemos mayores.</i>
<b>Duración:</b>	<i>45 minutos.</i>
<b>Resumen:</b>	<i>Se pide a los alumnos que lean dos historias, y que reflexionen sobre cómo comunicarse con los demás, por ejemplo, con los amigos, puede ayudar a los personajes de las historias. A continuación, realizarán una lluvia de ideas sobre palabras relacionadas con la "sexualidad", e intentarán definir en qué consiste una "sexualidad sana".</i>

### CONSIDERACIONES PREVIAS – **Antes de empezar.**

- Lee con detenimiento toda la actividad.
- Prepara las transparencias, reúne el material que vayas a utilizar y haz tantas copias como sean necesarias.
- Evalúa la utilidad y relevancia de la actividad para el grupo al que va destinada.
- Evalúa si los métodos de enseñanza, las competencias y los conocimientos transmitidos en esta actividad son aplicables a las circunstancias reales de los alumnos.
- Explica con claridad el objetivo de la actividad, las competencias con las que se va a trabajar y los métodos que se van a utilizar.
- Pide a los alumnos que piensen en cómo se podría adaptar la actividad (p. ej., cambiar la historia) para que les resulte más útil.
- Piensa en la forma más adecuada de dividir a los alumnos en pequeños grupos para que realicen las prácticas y lleven a cabo los debates.

- Asegúrate de que los alumnos sepan que se pedirá a cada grupo que comente sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad.
- Antes de empezar, pregunta a los alumnos si tienen alguna duda o si necesitan que se aclare algún punto de las instrucciones.
- Comunícales de cuanto tiempo disponen para practicar cada parte de la actividad, e identifica los papeles que tendrán que asignar dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga de portavoz del grupo, etc.).

## INTRODUCCIÓN: 5 minutos

- Puedes dar comienzo a la actividad diciendo:

*“Todos hemos vivido situaciones en las que nos sentimos incómodos o confusos. Puede que notemos algunos cambios en nuestro cuerpo y no sepamos qué significan esos cambios. También podemos sentir que cambia nuestra manera de percibir a los demás, incluyendo que nos sintamos atraídos por alguien. A veces, puede que todas estas sensaciones nos confundan. En esos momentos, quizá deseemos hablar con un amigo o un adulto, pero puede que nos preocupe la manera en la que van a reaccionar.*”

## DOS HISTORIAS: 15 minutos

- Pide a los alumnos que se dividan en grupos de dos o tres personas. Cada grupo leerá las dos historias que figuran en la Hoja de trabajo #11 y, después, dedicará diez minutos a responder a las preguntas que están a continuación de las historias.

### **NOTA PARA EL PROFESOR:**

Puedes dividir a los alumnos en grupos integrados por personas del mismo sexo. Cuando hayan transcurrido unos diez minutos, puedes sugerirles que pasen a leer la segunda historia.

## **Hoja de trabajo 11: NOS HACEMOS MAYORES**

**Thembi está en el patio de la escuela con su amigo Bongoni. Thembi tiene la menstruación por primera vez, y se siente incómoda. Espera que nadie se dé cuenta de lo que le pasa. Bongoni se percata de que su amiga se comporta de una manera extraña, y le pregunta qué es lo que le ocurre. Thembi le contesta que no le pasa nada, pero aun así, tiene la sensación de que todos la miran y se burlan de ella.**

- ¿Creéis que Thembi debería decirle a Bongoni que tiene la menstruación? ¿Por qué sí o por qué no?

- ¿Qué creéis que diría Bongoni si Thembi se lo cuenta?
- ¿Qué creéis que podría decir Bongoni para que Thembi se sintiese mejor?

#### **NOTA PARA EL PROFESOR:**

Cuando se hable sobre esta historia, es importante dejar claro que, tanto la menstruación en el caso de las chicas como las poluciones nocturnas en el de los chicos, son cosas normales, procesos biológicos que tienen lugar durante la pubertad.

**Thabo va a salir esta noche con su novia. Sus amigos le están presionando para que mantenga relaciones sexuales con ella, y le dicen que esta noche es la ocasión perfecta. Le cuentan que todo el mundo lo está haciendo, y que a qué está esperando. A Thabo le gusta su novia, pero no está seguro de si quiere mantener relaciones sexuales en estos momentos. Le gustaría hablar de esto con su mejor amigo, Pheto, pero le da miedo que también se burle de él.**

- ¿Por qué creéis que a Thabo le cuesta hablar con su mejor amigo?
- ¿Creéis que Thabo debería contarle a Pheto lo que le ocurre? ¿Por qué sí o por qué no?
- ¿Qué creéis que diría Pheto si Thabo le cuenta que no está seguro de querer mantener relaciones sexuales?
- ¿Con quién más podría hablar Thabo?
- Cuando hayan transcurrido unos 25 minutos, pide voluntarios para que expongan sus respuestas delante del resto de la clase.

### ¿QUÉ ES LA SEXUALIDAD? 20 minutos

[Este segundo ejercicio es una adaptación tomada de los *Módulos de Enseñanza de la Salud para Adolescentes, Comunicar con cariño, EDC y MCET* (Teenage Health Teaching Modules, Communicating with Caring, EDC and MCET, Newton, 1996.)]

- Puedes dar comienzo a esta sección diciendo:

*“Con estas dos historias hemos hablado de algunos de los aspectos relacionados con la sexualidad que afectan a la gente de vuestra edad. ¿Qué otras cosas se os vienen a la cabeza cuando pensáis en la palabra “sexualidad”?”*

- Escribe en la pizarra la palabra “sexualidad”. Cuando los alumnos den sus respuestas, ve creando un cuadro o un árbol temático con sus palabras. Puedes establecer líneas de unión entre las palabras que estén relacionadas entre sí.

**NOTA PARA EL PROFESOR:**

Si crees que los alumnos se van a sentir incómodos dando sus respuestas delante de los demás, puedes optar por que cada alumno escriba en un papel tres palabras relacionadas con la sexualidad. A continuación, recoge los papeles y utiliza sus respuestas para crear el cuadro o árbol.

- Cuando haya suficientes palabras escritas en la pizarra, inicia un debate sobre la sexualidad, y lo que ésta significa para ellos. Puedes hacerles las siguientes preguntas:
- ¿Qué palabras están relacionadas con el cuerpo humano?
  - ¿Qué palabras están relacionadas con las emociones o los sentimientos?
  - ¿Cuál es la diferencia entre sexo y sexualidad?
  - ¿Por qué algunos adolescentes mantienen relaciones sexuales?
  - ¿Qué creéis que quiere decir tener una “sexualidad sana”?

Algunos aspectos importantes que hay que tener en cuenta a la hora de definir una sexualidad sana:

- Respetarse a uno mismo y asumir la responsabilidad sobre tus propios actos.
- Respetar a los demás.
- Protegerte y proteger a los demás de los riesgos derivados de mantener relaciones sexuales.
- Pensar en el intelecto y los sentimientos de la gente, y no sólo en su cuerpo.
- Entender que cada cuerpo crece y se desarrolla de manera diferente.

**CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos**

- Puedes terminar la actividad diciendo:

*“La sexualidad implica muchas más cosas que el mero hecho de mantener relaciones sexuales. Hemos leído dos historias en las que las emociones y los sentimientos también estaban involucrados. Disfrutar de una sexualidad sana significa respetar nuestro cuerpo y respetar a los demás. Hablar con otras personas, especialmente con aquellas que nos quieren, como los amigos o los miembros de nuestra familia, en ocasiones puede ayudarnos a entender mejor nuestra sexualidad, o a que nos sintamos mejor respecto a ella.*”

## ACTIVIDAD 17 ELEGIR UNO MISMO

<b>Finalidad:</b>	<i>Desarrollar la capacidad de pensamiento crítico de los alumnos para analizar situaciones complejas que requieren elegir entre varias alternativas.</i>
<b>Competencias:</b>	<i>Técnicas de pensamiento crítico sobre las consecuencias de tomar determinadas decisiones.</i>
<b>Destinado a:</b>	<i>Preadolescentes.</i>
<b>Metodología:</b>	<i>Narración de historias, debates en grupos pequeños.</i>
<b>Material:</b>	<i>Bloc para caballetes o pizarra, Hoja de trabajo 12: ¿Qué puede hacer Mpho?</i>
<b>Duración:</b>	<i>45 minutos.</i>
<b>Resumen:</b>	<i>Se lee una historia en voz alta, y se pide a los alumnos que respondan a preguntas sobre lo que el protagonista de la historia debería hacer. Se anima a los alumnos a que consideren diferentes posibilidades de actuación, así como las consecuencias que se derivarían de actuar de un modo u otro. A continuación, se divide a los alumnos en grupos pequeños, y se les pide que contesten a preguntas similares en relación con otra historia. Por último, se entabla un debate en el que participa toda la clase.</i>

### CONSIDERACIONES PREVIAS – **Antes de empezar:**

- Lee con detenimiento toda la actividad.
- Prepara las transparencias, reúne el material que vayas a utilizar y haz tantas copias como sean necesarias.
- Evalúa la utilidad y la relevancia de la actividad para el grupo de alumnos con el que vayas a trabajar.
- Evalúa si los métodos de enseñanza, las competencias y los conocimientos transmitidos en esta actividad son aplicables a las circunstancias reales de los alumnos.
- Explica con claridad el objetivo de la actividad, las competencias con las que se va a trabajar y los métodos que se van a utilizar.

- Pide a los alumnos que piensen en cómo se podría adaptar la actividad (p. ej., cambiar la historia) para que les resulte más útil.
- Piensa en la forma más adecuada de dividir a los alumnos en pequeños grupos para que realicen las prácticas o lleven a cabo los debates.
- Asegúrate de que los alumnos sepan que se pedirá a todos los grupos que comenten brevemente sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad.
- Antes de empezar, pregunta a los alumnos si tienen alguna duda o si necesitan que se aclare algún punto de las instrucciones.
- Comunícales de cuanto tiempo disponen para practicar cada parte de la actividad, e identifica los papeles que tendrán que asignar dentro de cada pequeño grupo (una persona que anote, otra que haga de portavoz del grupo, etc.).

### INTRODUCCIÓN: 5 minutos

- Puedes dar comienzo a la actividad diciendo:

*“A lo largo de la vida, muchas veces nos encontramos en situaciones en las que tenemos que tomar decisiones importantes acerca del siguiente paso que vamos a dar. En esos momentos, es fundamental que consideremos todas las alternativas posibles, así como las consecuencias que nuestros actos podrían tener para nosotros y para los demás.”*

### ¿QUÉ PASARÍA SI...?: 25 minutos

- Lee en voz alta la siguiente historia. Cuando hayas acabado, pide a los alumnos que piensen en las alternativas que tiene su protagonista, Shatho. Escribe sus respuestas en la pizarra o en el bloc para caballetes. Una vez esté confeccionada la lista de las posibles alternativas, pídeles que piensen en lo que podría ocurrir después si actuase de un modo u otro.

**Shatho ha salido de la escuela y se dirige a su casa. En el camino, ve a un amigo de su padre hablando en la calle con otros hombres mayores. Éste le pregunta que adónde va, y ella le responde que a casa. “Vamos, te acompaño”, dice él. Aunque Shatho prefiere caminar sola, le dice que de acuerdo. Cuando llegan a un descampado, el hombre mayor le coge de la mano. Shatho se siente incómoda. Tiene doce años, y no cree que necesite que nadie le lleve de la mano. De pronto, el hombre la abraza y dice “¿por qué no nos quedamos un ratito aquí para descansar?”. Shatho no sabe muy bien por qué, pero empieza a asustarse.**

- ¿Qué creéis que Shatho teme que pueda hacer el amigo de su padre?
- ¿Qué podría hacer o decir Shatho? En grupo, haced una lista con las cosas que Shatho podría hacer o decir.
- ¿Qué creéis que el amigo de su padre diría o haría en cada una de las situaciones que acabáis de enumerar?

**NOTA PARA EL PROFESOR:**

Haz hincapié en que no hay respuestas buenas ni malas, y anima a los alumnos a que piensen en las consecuencias de actuar de un modo u otro.

- A continuación, divide a los alumnos en grupos de tres o cuatro, y pídeles que lean con su grupo la historia que figura en la Hoja de trabajo 12. Cuando hayan terminado, pídeles que confeccionen su propia lista con lo que el protagonista principal podría hacer, así como las posibles consecuencias de actuar de un modo u otro.

**Mpho y su amiga Fiona se dirigen a la casa de los padres de Mpho. Van a estudiar porque tienen un examen al día siguiente. Los padres de Mpho no están en casa. Van charlando y riéndose cuando Baruti, un chico que le gusta a Mpho, se para a hablar con ellas. Les pregunta que adónde van, y Mpho le responde que van a su casa a estudiar. ¿Por qué vais a estudiar si tus padres no están en casa?”, dice él, “Vamos a hacer algo divertido”. Mpho se siente halagada porque Baruti se ha fijado en ella, pero ya le había prometido a Fiona que irían a estudiar.**

- ¿Qué puede hacer o decir Mpho? En grupo, haced una lista con las cosas que Mpho podría hacer o decir.
- ¿Qué creéis que ocurriría si hace o dice cada una de las cosas que acabáis de enumerar? (¿Qué diría o haría Baruti? ¿Qué diría o haría Fiona?)

**DEBATE EN CLASE: 10 minutos**

- Pide un voluntario para que lea en voz alta la lista con las cosas que la protagonista principal podría hacer o decir, y las posibles consecuencias de actuar de un modo u otro.
- Pregunta a los alumnos si les ha sorprendido la cantidad de alternativas que existen para cada uno de los personajes.

**CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos**

- Puedes terminar la actividad diciendo:

*“ Todos los días tomamos decisiones que pueden influir en lo que nos pasa a nosotros y a la gente que nos rodea. Si antes de tomar una decisión nos paramos a pensar en las diferentes alternativas que tenemos, podemos contribuir a que las consecuencias de nuestros actos sean siempre las más favorables.”*

## ACTIVIDAD 18 DECISIONES SALUDABLES

**Finalidad:** *Hacer uso de técnicas de resolución de problemas para identificar una serie de decisiones que se pueden tomar, y las consecuencias que éstas acarrearían en relación con cuestiones de salud que afectan a los jóvenes.*

**Competencias:** *Técnicas de resolución de problemas para tomar decisiones saludables en la vida.*

**Destinado a:** *Preadolescentes.*

**Metodología:** *Lluvia de ideas, trabajo en grupos pequeños.*

**Material:** *Bloc para caballetes o pizarra.*

**Duración:** *45 minutos.*

**Resumen:** *Se pide a los alumnos que hagan una lista con decisiones que puede tomar una persona y que tendrían consecuencias negativas para la salud. A continuación, se lee una historia en voz alta, y se pide a los alumnos que, por grupos, escriban el final de dicha historia.*

### CONSIDERACIONES PREVIAS – **Antes de empezar:**

- Lee con detenimiento toda la actividad.
- Prepara las transparencias, reúne el material que vayas a utilizar y haz tantas copias como sean necesarias.
- Evalúa la utilidad y la relevancia de la actividad para el grupo de alumnos con el que vayas a trabajar.
- Evalúa si los métodos de enseñanza, las competencias y los conocimientos transmitidos en esta actividad son aplicables a las circunstancias reales de los alumnos.
- Explica con claridad el objetivo de la actividad, las competencias con las que se va a trabajar y los métodos que se van a utilizar.
- Pide a los alumnos que piensen en cómo se podría adaptar la actividad (p. ej., cambiar la historia) para que les resulte más útil.

- Piensa en la forma más adecuada de dividir a los alumnos en pequeños grupos para que realicen las prácticas o lleven a cabo los debates.
- Asegúrate de que los alumnos sepan antes de empezar con la práctica que se pedirá a todos los grupos que comenten brevemente sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad.
- Antes de empezar, pregunta a los alumnos si tienen alguna duda o si necesitan que se aclare algún punto de las instrucciones.
- Comunícales de cuanto tiempo disponen para practicar cada parte de la actividad, e identifica los papeles que tendrán que asignar dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga de portavoz del grupo, etc.).

### INTRODUCCIÓN: 5 minutos

- Puedes dar comienzo a la actividad diciendo:

*“En la vida, todos tenemos que tomar decisiones. Muchas de estas decisiones pueden afectar a nuestra salud, y a la salud de los que queremos.”*

### TENER NUESTRA SALUD BAJO CONTROL: 15 minutos

- Pide a los estudiantes que pongan ejemplos de cosas que puede hacer una persona, y que afecten a su salud. Escribe estos ejemplos en la pizarra o en el bloc para caballetes.

Posibles ejemplos que los alumnos pueden mencionar:

- Fumar un cigarrillo
  - Mantener relaciones sexuales sin preservativo
  - Conducir una motocicleta a gran velocidad
  - Cruzar la calle sin mirar
- Cuando la lista esté completa, pide a los alumnos que piensen en las consecuencias que estos actos pueden tener para la salud. Anota dichas consecuencias al lado de cada acto.

Posibles ejemplos que los alumnos pueden mencionar:

- |                                |  |
|--------------------------------|--|
| • Fumar un cigarrillo          | • Contraer una enfermedad de los pulmones; vomitar |
| • Mantener relaciones sexuales | • Contraer el VIH y el SIDA; quedarse              |

- sin preservativo
- Conducir una motocicleta a gran velocidad
- Cruzar la calle sin mirar
- embarazada
- Sufrir un accidente
- Ser atropellado por un coche o un autobús

- Pide a los alumnos que comenten las razones por las que creen que la gente hace determinadas cosas aun sabiendo que pueden tener consecuencias negativas para su salud. También pídeles que piensen en lo que creen que ayudaría a estas personas a cambiar su comportamiento.

### KABO Y LINDI: 20 minutos

- Lee la siguiente historia en voz alta.

**Kabo y Lindi tienen quince años. Están empezando a salir juntos en serio. Un día, al salir de la escuela, se dirigen a la casa de los padres de Kabo, y al llegar, ven que no hay nadie. Comienzan a abrazarse y a besarse, y Kabo le dice a Lindi que la quiere. Ella se pone muy contenta cuando escucha esto, pero cuando él le dice que quiere mantener relaciones sexuales, ella no sabe qué responder. Recuerda que una amiga suya le ha dicho que todo el mundo está manteniendo relaciones sexuales.**

- Pide a los alumnos que escriban dos finales para esta historia. Indícales que, en el primer final, han de hacer que Kabo y Lindi tomen decisiones que afecten negativamente a su salud. Pueden elegir las consecuencias para la salud que deseen, siempre y cuando sean negativas. Pídeles que, en el segundo final, cambien la historia de tal manera que las consecuencias para la salud sean positivas.
- Cuando hayan transcurrido 20 minutos, pide a todos los alumnos que se reúnan, y que un voluntario de cada grupo lea en voz alta los dos finales que han ideado. También puedes hacer que todos los grupos lean primero el final con consecuencias negativas y, a continuación, el final con consecuencias positivas.

### CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

- Cierra la actividad con un debate sobre la necesidad de reflexionar antes de tomar decisiones, debido a que éstas pueden afectar en gran medida a nuestras vidas, ya sea de manera positiva o negativa.

## ACTIVIDAD 19 NEGARSE A MANTENER RELACIONES SEXUALES

**Finalidad:** *Adquirir competencias para negarse a mantener relaciones sexuales.*

**Competencias:** *Competencias comunicativas.*

**Destinado a:** *Preadolescentes.*

**Metodología:** *Trabajo en grupos pequeños, juegos de rol.*

**Material:** *Bloc para caballetes o pizarra, Hoja de trabajo 13: No Quiero hacer el amor.*

**Duración:** *60 -75 minutos.*

**Resumen:** *Se pide a los alumnos que realicen una lluvia de ideas acerca de las razones por las que alguien debería negarse a mantener relaciones sexuales, y por qué en ocasiones es difícil expresar esta negativa. Después, el profesor hace una demostración de un juego de rol que los alumnos practicarán a continuación en pequeños grupos. Por último, se establece un debate con toda la clase acerca de técnicas de comunicación eficaces.*

### CONSIDERACIONES PREVIAS – **Antes de empezar:**

- Lee con detenimiento toda la actividad.
- Prepara las transparencias, reúne el material que vayas a utilizar y haz tantas copias como sean necesarias.
- Evalúa la utilidad y la relevancia de la actividad para el grupo de alumnos con el que vayas a trabajar.
- Evalúa si los métodos de enseñanza, las competencias y los conocimientos transmitidos en esta actividad son aplicables a las circunstancias reales de los alumnos.
- Explica con claridad el objetivo de la actividad, las competencias con las que se va a trabajar y los métodos que se van a utilizar.
- Pide a los alumnos que piensen en cómo se podría adaptar la actividad (p. ej., cambiar la historia) para que les resulte más útil.

- Piensa en la forma más adecuada de dividir a los alumnos en pequeños grupos para que realicen las prácticas o lleven a cabo los debates.
- Asegúrate de que los alumnos sepan antes de empezar con la práctica que se pedirá a todos los grupos que comenten brevemente sus impresiones, conclusiones y sugerencias acerca de esta actividad.
- Antes de empezar, pregunta a los alumnos si tienen alguna duda o si necesitan que se aclare algún punto de las instrucciones.
- Comunícales de cuanto tiempo disponen para practicar cada parte de la actividad, e identifica los papeles que tendrán que asignar dentro de cada grupo (una persona que anote, otra que haga de portavoz del grupo, etc.).

### INTRODUCCIÓN: 5 minutos

- Puedes dar comienzo a la actividad diciendo:

*“Existen muchas razones por las que alguien puede intentar presionarte para mantener relaciones sexuales. Aunque en tu mente tengas claro que no quieres mantener relaciones sexuales, a veces, negarse es más complicado que decir simplemente “no” a la otra persona. Hoy vamos a realizar unos juegos de rol que muestran maneras de negarse a mantener relaciones sexuales.”*

### ¿QUÉ RAZONES TENEMOS PARA NEGARNOS A MANTENER RELACIONES SEXUALES?: 10 minutos

- Pide a los alumnos que piensen en razones por las que una persona debería decir “no”, o negarse a mantener relaciones sexuales.

Posibles razones que los alumnos pueden mencionar:

- No quiere infectarse por el VIH u otra ETS
  - No quiere quedarse embarazada
  - No se siente preparada
  - No quiere mantener relaciones sexuales con la persona que se lo ha propuesto
- Puedes continuar diciendo:

*“Las razones que habéis planteado son muy buenas. Ahora, pensemos en motivos por los que puedes encontrar difícil negarte a mantener relaciones sexuales con alguien, incluso si estás seguro de que no quieres hacerlo.”*

- Escribe las respuestas que den los alumnos en el bloc para caballetes o en la pizarra.

Posibles razones que los alumnos pueden mencionar:

- Quieres demostrar a esa persona que la quieres
- Tienes miedo de lo que vaya a decir o hacer esa persona si te niegas
- Crees que todo el mundo mantiene relaciones sexuales
- Tienes miedo de herir sus sentimientos
- La persona te dice que te hará daño si te niegas a mantener relaciones sexuales

### DEMOSTRACIÓN DE UN JUEGO DE ROL: 10 minutos

- Cuando hayas terminado de anotar todos los motivos, puedes decir:

*Habéis planteado muy buenas razones. A veces, incluso si tenemos razones de peso, es difícil negarse a mantener relaciones sexuales, especialmente si la persona que está con nosotros nos presiona. A continuación, vamos a representar situaciones que nos muestran lo que puede hacer una persona cuando quiere negarse a mantener relaciones sexuales con alguien. Antes de nada, voy a leeros un juego de rol que figura en la Hoja de trabajo 13 y, después, nos dividiremos en grupos de tres para practicar nuestros propios juegos de rol.”*

- Lee en voz alta el siguiente juego de rol. Al leerlo, puedes optar por que Kefilwe reaccione de una manera eficaz o ineficaz ante la presión de Glody para mantener relaciones sexuales. Cuando termines, los alumnos tendrán la oportunidad de debatir sobre si la negativa de Kefilwe ha convencido o no a Glody de que respete su voluntad de no mantener relaciones sexuales.

### Hoja de trabajo 13: NO QUIERO HACER EL AMOR (Guión para un juego de rol)

*Kefilwe y Glody caminan por una carretera desierta. Está anocheciendo. Se lo están pasando bien juntos, y empiezan a coquetear. Glody propone que se desvíen por un pequeño camino que se encuentra en un lateral de la carretera, y Kefilwe acepta. Cuando llegan a un espacio abierto, Glody comienza a presionar a Kefilwe para que mantenga relaciones sexuales con él. Aunque ya lo han hecho antes, Kefilwe no quiere hacer el amor en estos momentos. Ha oído hablar del VIH y del SIDA, y ha decidido que no quiere mantener relaciones sexuales hasta que no tenga más edad*

**Glody:** Kefilwe, ¿Por qué no quieres hacer el amor conmigo?

**Kefilwe:** No se trata de ti. No quiero mantener relaciones sexuales por el momento.

<b>Glody:</b>	Pero ya hemos hecho el amor otras veces. ¿Por qué has cambiado de idea?
<b>Kefilwe:</b>	Es mejor para que los dos estemos a salvo. No quiero que nos contagiemos con una enfermedad o algo así.
<b>Glody:</b>	¿Crees que tengo el VIH? ¡No me lo puedo creer!
<b>Kefilwe:</b>	No creo que tengas el VIH, pero cualquiera de los dos podría tener una infección sin saberlo.
<b>Glody:</b>	No tiene sentido lo que dices. Has venido hasta aquí, por lo tanto, tienes que querer hacer el amor conmigo.
<b>Kefilwe:</b>	Ya te he dicho que no. En estos momentos no quiero mantener relaciones sexuales ni contigo ni con nadie. Por favor, respétame y respeta mis sentimientos.

- Pide a los alumnos que comenten la forma en la que Kefilwe le plantea a Glody que no quiere mantener relaciones sexuales con él.

- ¿Cuál era el tono de voz de Kefilwe?
- ¿Qué creéis que será lo siguiente que Glody haga o diga?
- ¿Qué creéis que es lo siguiente que debería decir o hacer Kefilwe?

[Puedes sugerir alternativas no verbales, como abandonar el lugar]

## REPRESENTACIÓN PRÁCTICA DEL JUEGO DE ROL: 15-30 minutos

- Pide a los alumnos que se dividan en grupos de tres, y que practiquen ellos mismos el juego de rol. En cada grupo debería haber dos actores y un observador (pueden establecer turnos).

### NOTA PARA EL PROFESOR:

Puedes dividir a los alumnos en grupos integrados por personas del mismo sexo. En función del tiempo del que dispongas, puedes pedir a los alumnos que, o bien representen el juego de rol que figura en la hoja de trabajo, o bien dediquen un tiempo a escribir un breve juego de rol de su invención en el que alguien se niega a mantener relaciones sexuales. Esta última opción alargará aproximadamente 15 minutos la duración total de la actividad. Los alumnos también pueden turnarse para representar a ambos personajes, de tal manera que puedan comprobar cómo se siente cada uno de ellos.

- Antes de empezar, pídeles que reflexionen sobre la importancia de los siguientes aspectos:
  - **Utilizar el lenguaje corporal.** El lenguaje no verbal (contacto visual, permanecer erguido, estar serio) pueden reforzar el mensaje.
  - **Expresar con claridad lo que no quieres que suceda. Utiliza la palabra “no”** para demostrar que eso no es lo que tú quieres. (p. ej., “¡No! ¡No mantendré relaciones sexuales, aunque utilicemos un preservativo!”)

- **Intentar explicar** por qué no vas a hacer algo.
- **Sugerir alternativas.** Si aún quieres mantener una relación íntima con esa persona, sugiere otras cosas que podéis hacer para, al mismo tiempo, estar seguros (p. ej., besarse y abrazarse; ir al cine).
- **Transmitir tus sentimientos** a la otra persona. Utiliza frases en primera persona (p. ej., “Realmente me gustas, pero no quiero mantener relaciones sexuales sin utilizar un preservativo”) en lugar de hacerlo en segunda persona (p. ej., “¡Eres tan egoísta!”)
- **Encontrar alternativas al diálogo** si la situación se vuelve violenta o incómoda (p. ej., intenta abandonar la habitación. También deberías decírselo a un amigo o a un miembro de tu familia).

### DEBATE EN CLASE: 15 minutos

- Pide a todos los grupos que comenten sus impresiones ante el resto de la clase:
  - ¿Qué tipo de situación ha representado vuestro grupo? ¿Qué temas se trataron durante el juego de rol?
  - (Observadores) ¿Cómo podría haberse logrado que la conversación/interacción hubiese sido más eficaz?
  - ¿Cómo se hizo uso del lenguaje corporal? Además de hablar, ¿alguien hizo algo más? (p. ej., abandonar el lugar)
- Pide a los actores que comenten cómo se sintieron dentro de sus papeles:
  - ¿Cómo se sintieron en esa situación? ¿Fue difícil representar el papel?
  - ¿Cómo les afectaron las palabras o los gestos de la otra persona?
  - ¿Qué han aprendido sobre dialogar con alguien con el que no quieres mantener relaciones sexuales?

### CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

- *Puedes terminar la actividad diciendo:*

*“A veces, incluso cuando tenemos claro lo que queremos, es difícil expresar nuestros deseos a otra persona. Negarse a mantener relaciones sexuales, especialmente cuando la otra persona nos está presionando, puede resultarnos muy difícil. No obstante, con los juegos de rol hemos aprendido que existen maneras de transmitir de manera eficaz lo que queremos o no queremos hacer. En determinados momentos, tendrás que velar por tu propia seguridad, y considerar la posibilidad de hacer algo más que dialogar para protegerte.*”

---

## HOJA DE TRABAJO 10

### Cuestionario

---

1. *¿Dónde podría acudir para obtener más información sobre determinadas enfermedades, como el VIH?*
2. *¿Qué debería hacer si últimamente no me encuentro bien?*
3. *Si creo que hay un miembro de mi familia que consume drogas o alcohol con demasiada frecuencia, ¿a quién podría pedirle ayuda?*
4. *¿Qué debería hacer si creo que alguien que conozco está infectado por el VIH?*
5. *Si conozco a alguien que tiene el SIDA y no se encuentra bien, ¿dónde podría acudir en busca de ayuda para esta persona?*

*AÑADE TUS PROPIAS PREGUNTAS:*

6.

7.

---

## HOJA DE TRABAJO 11

### Nos hacemos mayores

---

#### HISTORIA #1

**Thembi está en el patio de la escuela con su amigo Bongoni. Thembi tiene la menstruación por primera vez, y se siente incómoda. Espera que nadie se dé cuenta de lo que le pasa. Bongoni se percata de que su amiga se comporta de una manera extraña, y le pregunta qué es lo que le ocurre. Thembi le contesta que no le pasa nada, pero aun así, tiene la sensación de que todos la miran y se burlan de ella.**

- ¿Creéis que Thembi debería decirle a Bongoni que tiene la menstruación? ¿Por qué sí o por qué no?
- ¿Qué creéis que diría Bongoni si Thembi se lo cuenta?
- ¿Qué creéis que podría decir Bongoni para que Thembi se sintiese mejor?

#### HISTORIA #2

**Thabo va a salir esta noche con su novia. Sus amigos le están presionando para que mantenga relaciones sexuales con ella, y le dicen que esta noche es la ocasión perfecta. Le cuentan que todo el mundo lo está haciendo, y que a qué está esperando. A Thabo le gusta su novia, pero no está seguro de si quiere mantener relaciones sexuales en estos momentos. Le gustaría hablar de esto con su mejor amigo, Pheto, pero le da miedo que también se burle de él.**

- ¿Por qué creéis que a Thabo le cuesta hablar con su mejor amigo?
- ¿Creéis que Thabo debería contarle a Pheto lo que le ocurre? ¿Por qué sí o por qué no?
- ¿Qué creéis que diría Pheto si Thabo le cuenta que no está seguro de querer mantener relaciones sexuales?
- ¿Con quién más podría hablar Thabo?

---

## HOJA DE TRABAJO 12

### ¿Qué puede hacer Mpho?

---

Mpho y su amiga Fiona se dirigen a la casa de los padres de Mpho. Van a estudiar porque tienen un examen al día siguiente. Los padres de Mpho no están en casa. Van charlando y riéndose cuando Baruti, un chico que le gusta a Mpho, se para a hablar con ellas. Les pregunta que adónde van, y Mpho le responde que van a su casa a estudiar. ¿Por qué vais a estudiar si tus padres no están en casa?”, dice él, “Vamos a hacer algo divertido”. Mpho se siente halagada porque Baruti se ha fijado en ella, pero ya le había prometido a Fiona que irían a estudiar.

- ¿Qué puede hacer o decir Mpho? En grupo, haced una lista con las cosas que Mpho podría hacer o decir.
- ¿Qué creéis que ocurriría si hace o dice cada una de las cosas que acabáis de enumerar? (¿Qué diría o haría Baruti? ¿Qué diría o haría Fiona?)

Cosas que puede hacer Mpho

Cosas que podrían pasar

## HOJA DE TRABAJO 13

### No quiero hacer el amor

#### Guión para un juego de rol)

*Kefilwe y Glody caminan por una carretera desierta. Está anocheciendo. Se lo están pasando bien juntos, y empiezan a coquetear. Glody propone que se desvíen por un pequeño camino que se encuentra en un lateral de la carretera, y Kefilwe acepta. Cuando llegan a un espacio abierto, Glody comienza a presionar a Kefilwe para que mantenga relaciones sexuales con él. Aunque ya lo han hecho antes, Kefilwe no quiere hacer el amor en estos momentos. Ha oído hablar del VIH y del SIDA, y ha decidido que no quiere mantener relaciones sexuales hasta que no tenga más edad*

**Glody:** Kefilwe, ¿Por qué no quieres hacer el amor conmigo?

**Kefilwe:** No se trata de ti. No quiero mantener relaciones sexuales por el momento.

**Glody:** Pero ya hemos hecho el amor otras veces. ¿Por qué has cambiado de idea?

**Kefilwe:** Es mejor para que los dos estemos a salvo. No quiero que nos contagiemos con una enfermedad o algo así.

**Glody:** ¿Crees que tengo el VIH? ¡No me lo puedo creer!

**Kefilwe:** No creo que tengas el VIH, pero cualquiera de los dos podría tener una infección sin saberlo.

**Glody:** No tiene sentido lo que dices. Has venido hasta aquí, por lo tanto, tienes que querer hacer el amor conmigo.

**Kefilwe:** Ya te he dicho que no. En estos momentos no quiero mantener relaciones sexuales ni contigo ni con nadie. Por favor, respétame y respeta mis sentimientos.

- **Glody:** ¿Qué podría decir?
- **Kefilwe:** ¿Qué podría decir?

## **Sección cinco:**

# **Preguntas más frecuentes y aspectos polémicos sobre el VIH y posibles respuestas**

# Preguntas más frecuentes y aspectos polémicos relativos a la prevención del VIH y las enfermedades de transmisión sexual (ETS) en la escuela.

## Preguntas más frecuentes sobre cultura y polémica.

**Tema:** ¡Hablar abiertamente de sexo va en contra de nuestra cultura!

**Respuesta:** Hablar abiertamente sobre sexo no siempre ha formado parte de nuestra tradición cultural, sin embargo ahora, con el VIH, nos enfrentamos a un nuevo reto. Es una enfermedad que no existía cuando se crearon nuestras antiguas costumbres.

Cambiar el modo en que hablamos de sexo no significa que nuestras tradiciones o nuestra cultura se vean amenazadas.

Como educadores tenemos la responsabilidad de adaptar nuestra postura tradicional hacia el sexo y hacia el hecho de hablar sobre sexo, puesto que la vida de nuestros compañeros, hijos y alumnos dependen de ello.

**Pregunta:** Dar clases a los jóvenes sobre sexo y sexualidad les convertirá en personas promiscuas e inmorales. ¿Y si les decimos simplemente que no tengan relaciones sexuales?

**Respuesta:** Debemos fomentar la abstinencia, pero también debemos darles información precisa sobre el sexo seguro, puesto que son ellos quienes han de tomar sus propias decisiones.

Hay estudios que demuestran que si se les da a los jóvenes información precisa sobre sexo, sobre los riesgos asociados con las actividades sexuales y sobre cómo pueden protegerse, ellos mismos tenderán a retrasar el comienzo de la práctica de relaciones sexuales.

Si los jóvenes tienen información y la oportunidad de plantear sus preguntas abiertamente y sin miedo, es probable que practiquen un sexo más seguro cuando se conviertan en sujetos sexualmente activos. Los niños tienen derecho a la información relativa a la salud sexual y a la prevención del VIH.

**Pregunta:** ¿Cómo sabemos que no se está exagerando esta epidemia?

**Respuesta:** Sistemas de vigilancia en numerosos países ofrecen cálculos aproximados de la proporción población infectada en sectores tales como las mujeres embarazadas o las personas atendidas en clínicas especializadas en el tratamiento de enfermedades de transmisión sexual y VIH. Cada país posee datos que los encargados de sanidad pueden utilizar para estimar el impacto del VIH en su país.

**Pregunta:** Si el SIDA existe realmente, ¿por qué no conocemos muchos casos de gente que muere de VIH/SIDA en nuestro país?

**Respuesta:** Por el periodo de tiempo (de 7 a 10 años) entre la infección con el VIH y el desarrollo de la enfermedad de SIDA; que provoca la muerte. Por el momento sólo algunas regiones dentro de ciertos países han comenzado a experimentar un aumento sustancial en el número de muertes provocadas por el VIH.

Porque a menudo las personas infectadas con el VIH mueren como consecuencia de otras enfermedades relacionadas como tuberculosis o pulmonía y por consiguiente no se sabe si las muertes que se producen en los pueblos o comunidades tienen alguna relación con el SIDA.

Con frecuencia los miembros de una familia no saben o no quieren admitir la verdad. Mucha gente se avergüenza o tiene miedo de admitir que son seropositivos por temor a ser estigmatizado o discriminado.

Algunas personas que han admitido ser seropositivas han sido asesinadas. Semejantes hechos han atemorizado a la gente y esto evita que revelen su condición de seropositivos.

Hay gente que aún niega la existencia de esta enfermedad, pero en realidad el VIH es una epidemia a nivel mundial que afecta a personas de todas las razas.

Muchas personas, incluyendo profesores y dirigentes sindicales, tienen miedo de perder su trabajo si comunican que son portadores del VIH o que tienen SIDA.

**Pregunta:** ¿El SIDA no es una enfermedad que afecta sólo a los homosexuales?

**Respuesta:** No. El SIDA, el resultado de la infección con VIH, es una enfermedad causada por un virus.

Cualquiera puede contraer el VIH a través del intercambio de sangre, fluidos vaginales, leche materna, o líquido amniótico con una persona infectada.

Como cualquier otra persona, los hombres que tienen relaciones sexuales con otros hombres corren un gran riesgo si realizan el acto sexual sin protección y se produce intercambio de alguno de estos fluidos.

## **Preguntas más frecuentes sobre el género, la igualdad y los derechos humanos.**

**Pregunta:** ¿Cómo pueden apoyar los profesores y los dirigentes sindicales las políticas y prácticas que se llevan a cabo en las escuelas con el fin de reducir la discriminación y promover la igualdad?

**Respuesta:** Los profesores pueden mostrar su desaprobación hacia los actos discriminatorios que lleven a cabo tanto los estudiantes como otros profesores. Los dirigentes sindicales, por su parte, pueden movilizarse en favor de la solidaridad y aplicar sanciones sindicales a las escuelas que violen los derechos de los estudiantes a asistir a clase o los derechos de los empleados a desarrollar su trabajo en escuelas.

De acuerdo con la Convención sobre los Derechos del Niño, el derecho de los niños, incluso de aquellos con alguna discapacidad, a recibir educación no puede ser negado.

En respuesta al reto que plantea el VIH, los profesores y los dirigentes sindicales pueden controlar y poner en marcha políticas para asegurar que los derechos de los jóvenes y de los profesores sean protegidos en el ámbito de la escuela.

Las escuelas pueden asegurar que tanto alumnos como profesores infectados con el VIH tengan las mismas posibilidades que cualquier otra persona.

Las escuelas pueden ofrecer a los jóvenes información completa sobre el VIH, el SIDA y las enfermedades de transmisión sexual (ETS) y su prevención.

**Pregunta:** ¿Por qué es tan importante prestar especial atención a las necesidades de las mujeres y las jóvenes?

**Respuesta:** A nivel mundial, la tasa de afectados por el VIH está aumentando entre las mujeres. Las mujeres son físicamente más vulnerables que los hombres. Debido a la desigualdad existente en muchos países, al escaso acceso a la educación, y debido a las necesidades económicas y a la falta de

oportunidades laborales, las mujeres, a menudo, no pueden elegir o tomar decisiones en lo que a riesgos sexuales y protección de la salud se refiere.

Las mujeres jóvenes son generalmente más vulnerables, tanto social como económicamente hablando, ante situaciones en las que se ven obligadas a aceptar el riesgo de contagio de VIH para sobrevivir.

En el África Subsahariana ya hay seis mujeres portadoras del VIH por cada cinco hombres infectados.

**En el África Subsahariana las adolescente se infectan en los primeros años de su adolescencia, y el punto más alto de la tasa de infección se da entre menores de 25 años.**

## **Preguntas más frecuentes sobre la transmisión del VIH.**

**Pregunta:** Si el personal o los estudiantes son portadores del VIH, ¿nos contagiaremos también el resto?

**Respuesta:** No puedes contagiarte con el VIH por compartir aula o casa, un libro, un lápiz, pupitre, una silla, un coche o taxi, la taquilla, un teléfono, una taza, un tenedor o plato, el baño, una toalla, sábanas o ropa con una persona infectada con el VIH.

No puedes infectarte o contagiarte por compartir comida o bebida o por dar un apretón de manos, o practicar deporte con un portador del virus.

*La infección con el VIH puede evitarse.* Sólo hay algunas situaciones en las que las personas afectadas pueden contagiar el virus a otros.

Algunos comportamientos sexuales que incrementan el riesgo de contraer el VIH son:

- Las relaciones sexuales sin protección (coito vaginal o anal sin usar preservativo). Ésta es la forma más común de contagio.
- Penetración del semen o del fluido vaginal en la boca durante la práctica del sexo oral.
- Cualquier acto sexual entre dos o más personas en el que exista contacto con sangre, semen y/o fluido vaginal.

**Pregunta:** ¿Cómo podemos evitar la transmisión del VIH durante los acontecimientos deportivos?

**Respuesta:** La posibilidad de transmisión del VIH sólo aparece en los deportes de contacto; cuando se produce alguna herida en la que se rompe la piel y brota la sangre.

Nadie debería practicar deporte con heridas descubiertas. En los acontecimientos deportivos debe haber siempre disponible un botiquín de primeros auxilios provisto de guantes de látex.

En el caso de que haya un jugador herido, éste debería ser retirado del campo de juego, tratado por una persona protegida con guantes de goma y sólo se le debería permitir incorporarse una vez que la herida esté limpia y cubierta.

Nadie debería correr el riesgo de entrar en contacto directo con sangre sin llevar guantes de goma. La ropa manchada de sangre debería ser cambiada.

**Pregunta:** Si alguien tiene solo un compañero (no varios novios o novias), ¿sigue corriendo el riesgo de infectarse con el VIH?

**Respuesta:** No es preciso que tengas varias parejas para contraer el VIH. Aquellas personas que practican el sexo sin preservativo con varias parejas, tienen el mayor índice de riesgo de contraer el VIH, sin embargo, muchas personas se ha visto contagiadas con el virus tras practicar sexo sin protección una sola vez con alguien que estaba infectado.

Incluso aquellas personas que son fieles a sus parejas pueden infectarse si su compañero le ha sido infiel o ha utilizado jeringuillas para inyectarse drogas sin que su pareja lo sepa.

Otros riesgos de infección a los que se enfrentan las personas son:

- Cada año muchos niños, estudiantes y mujeres se contagian al ser violados.
- Algunos niños contraen el VIH a través de sus madres, ya sea por transmisión perinatal (antes de nacer o durante el parto) o al tomar durante la lactancia leche materna infectada.
- También puede haber contagio a través del contacto sin protección con sangre infectada como por ejemplo en agujas contaminadas (tatuajes, consumo de drogas inyectadas) o al compartir cuchillas de afeitar.

**Pregunta:** ¿Cómo puedo saber si alguien está infectado con el VIH?

**Respuesta:** La mayoría de las personas sexualmente activas no saben si están infectadas con el VIH. La gente debe practicar sexo seguro y utilizar los preservativos correctamente cada vez que tienen una relación sexual. Deben comportarse como si estuvieran corriendo el riesgo de contagiarse y pudiera contagiar a otros.

El único modo de saber si alguien es seropositivo es a través de un análisis de sangre. El análisis detecta la presencia del anticuerpo del VIH. Si los anticuerpos del virus están presentes la persona es considerada como seropositiva.

## **Preguntas más frecuentes sobre pruebas y tratamiento.**

**Pregunta:** ¿Qué es la prueba del VIH?

**Respuesta:** Se te extrae una pequeña muestra de sangre del brazo o de un dedo. Esta muestra se envía a un laboratorio para ser analizada científicamente.

Los resultados de las pruebas tardan generalmente dos semanas, aunque pueden obtenerse en menos tiempo. Antes de realizarte la prueba del VIH deberías hablar con un asesor que te informara de lo que necesitas o debes hacer una vez que recibas los resultados.

**Pregunta:** ¿Existe una cura para el VIH y el SIDA?

**Respuesta:** Por el momento no hay ninguna cura para el SIDA. La prevención es el único arma para vencer al VIH/SIDA. Podemos evitar contagiarnos y contagiar a otros actuando con responsabilidad a la hora de tener relaciones sexuales.

Investigadores médicos de muchos países están trabajando contra reloj para desarrollar y probar una vacuna. Sin embargo, las pruebas, la aprobación y la distribución masiva de esta vacuna llevará tiempo.

A los portadores del VIH se les puede administrar una serie de medicamentos que retrasan la aparición del SIDA. Sin embargo, estos medicamentos no son vacunas y no curan el SIDA. Son caros y generalmente no están al alcance de todos aquellos que los necesitan.

## **Preguntas frecuentes sobre el preservativo.**

**Pregunta:** ¿Qué efectividad tienen los preservativos en la lucha contra el VIH y las enfermedades de transmisión sexual (ETS)?

**Respuesta:** La opción más segura es practicar la abstinencia. Si eres sexualmente activo los preservativos, utilizados correctamente, te ayudarán a practicar sexo seguro. Si se emplean adecuadamente los preservativos de látex son altamente efectivos en la prevención del contagio con VIH y la transmisión de las enfermedades de transmisión sexual.

El correcto uso de los preservativos significa: utilizar únicamente preservativos de látex; utilizar preservativos que han sido guardados en un lugar oscuro y templado (no en una cartera o en contacto directo con el calor del sol); manejar el preservativo con cuidado para evitar dañarlo con las uñas o con anillos; ponerse el preservativo tan pronto como se produzca la erección; dejar espacio en la punta del preservativo cuando está puesto; retirar el pene inmediatamente después de la eyaculación; cambiar el preservativo después de cada eyaculación.

**Pregunta:** He oído que los preservativos no son seguros, ¿es verdad?

**Respuesta:** Los preservativos de látex te ayudan a protegerte del contagio de VIH y las enfermedades de transmisión sexual.

Reducen muchísimo el riesgo de contagio, aunque no son efectivos al 100 por 100.

**El fallo del preservativo se produce generalmente por su mal uso.**

## **Preguntas más frecuentes sobre drogas, alcohol y transmisión del VIH.**

**Pregunta:** ¿Qué tienen que ver las drogas y el alcohol con el riesgo de contraer el VIH?

**Respuesta:** El uso de drogas y alcohol generalmente va unido a la infección del VIH. Cuando alguien está borracho o bajo los efectos de alguna droga normalmente olvida utilizar preservativo. Algunos se aprovechan de otros y tienen relaciones sexuales sin protección.

**Pregunta:** ¿Por qué aquellas personas que se inyectan drogas corren un alto riesgo de contraer el VIH?

**Respuesta:** El SIDA, el resultado de la infección con el VIH, es causado por un virus.

Las personas que se inyectan drogas y comparten jeringuillas con otras personas corren un alto riesgo de contagiarse a través de las gotas de sangre que pueden quedar en una aguja que pasa de una persona a otra.

Cuando alguien se pincha la sangre infectada puede transmitir el VIH directamente al riego sanguíneo de otra persona.

**Pregunta:** ¿Cómo puede alguien contagiarse con el VIH a través de una aguja?

**Respuesta:** Dado que el VIH puede transmitirse por el contacto de sangre con sangre, la persona que utiliza una aguja contaminada o una jeringuilla corre el riesgo de infectarse con el VIH.

Una aguja contaminada puede transmitir el virus directamente al riego sanguíneo.

Las agujas utilizadas para realizar piercings o tatuajes pueden transmitir el VIH del mismo modo.

**Pregunta:** Mis compañeros de equipo yo utilizamos jeringuillas únicamente para tomar esteroides. Yo comparto las agujas sólo con mis amigos. ¿Corro el riesgo de contraer el VIH?

**Respuesta:** Sí. Si alguno de tus compañeros de equipo es portador del VIH y compartes agujas o jeringuillas con él podrías contagiarte.

Es la acción, no el tipo de drogas que utilices, lo que supone un peligro. Además, no puedes saber por el aspecto de una persona si es o no seropositiva.

## **PAUTAS PARA RESOLVER Y RESPONDER A SITUACIONES DIFÍCILES Y EMBARAZOSAS\***

<b>POSIBLES SITUACIONES DIFÍCILES</b>	<b>¿QUÉ PUEDE HACER O DECIR EL PROFESOR?</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• El profesor no se siente preparado para contestar preguntas específicas porque no tiene suficiente información.</li> <li>• Los profesores se sienten incómodos hablando sobre algunos temas delicados en clases mixtas.</li> <li>• Los estudiantes hacen bromas sobre otros alumnos o sobre el profesor.</li> <li>• Un estudiante menciona a la profesora que ha oído decir que es seropositiva.</li> <li>• Durante las prácticas de juego de rol o los debates en grupo un estudiante se pone nervioso o alterado.</li> <li>• Los estudiantes permanecen en silencio o se sienten incómodos.</li> </ul>	<p>No pasa nada por no conocer una respuesta. Puedes decir, “desconozco la respuesta a esa pregunta, pero trataré de encontrarla.” O “Veamos si podemos encontrar la respuesta entre todos.”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• No sucede nada por sentirse violento o incómodo. No trates de aparentar ser quien no eres. Puedes decir: “Para mi no resulta sencillo responder a esa pregunta, pero lo intentaré” O “Me cuesta hablar de este tema, pero es demasiado importante para no hacerlo.”</li> <li>• Comienza la clase diciendo que a menudo es embarazoso hablar sobre estos temas, y que cuando la gente se siente incómoda a veces se ríe o hace chistes para disimular su nerviosismo.</li> <li>• Puedes escoger ignorar la situación diciendo “de acuerdo” y continuar con la explicación.</li> <li>• Es importante ser firme a la hora de responder a una afirmación como ésta. Se debe responder al alumno que no se está dispuesto a comentar información personal en clase y que nadie debe sentirse obligado a hablar de cosas de las que no quiere hablar.</li> <li>• Si el nerviosismo del alumno resulta evidente para toda la clase, deberías recordar a los estudiantes que no tienen por qué participar en algo que les hace sentir incómodos y después pedir a otro compañero que ocupe su lugar. Una vez terminada la clase, puedes acercarte al alumno en privado para ver si quiere hablar o recibir información sobre algún servicio en el que pudiera recibir ayuda.</li> <li>• Utiliza métodos pedagógicos para promover la participación como juegos de rol y/o lluvias de ideas. Es posible que puedas incitar a la participación a un estudiante que, a través de su atención, expresión facial, contacto visual u otras señales no verbales,</li> </ul>

- Los estudiantes tratan de divertir o llamar la atención de sus compañeros o del profesor describiendo explícitamente comportamientos sexuales.

muestra un mayor interés.

- Recuerda a los estudiantes que sea considerado con el resto de las personas que están en el aula y con sus sentimientos. Podría ser importante separar a los chicos de las chicas durante determinados ejercicios.
- No seas demasiado crítico con algunos de los comentarios de los alumnos, incluso cuando estos sean improcedentes, puesto que con ello podrías desanimar a otros estudiantes a participar abiertamente y a ser sinceros.

---

\*Adaptación parcial de Healthy Foundations. *The Center for Family Life Education, Planned Parenthood of Greater Northern NJ*, 1992.

PARA CREAR ESTE DOCUMENTO SE ADAPTARON O INCLUYERON DIRECTAMENTE TEXTOS PROCEDENTES DE LAS SIGUIENTES FUENTES:

Seminario sobre la Educación de la Salud y VIH/SIDA y Prevención de Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS) en África Meridional (*Seminar on Health Education and HIV/AIDS & STI Prevention in Southern Africa*), Informe del seminario, Harare, Zimbabwe, del 6 al 9 de Septiembre de 1999. Organizado por la Internacional de la Educación con el apoyo de la OMS y el ONUSIDA en colaboración con la UNESCO y el Centro para el Desarrollo de la Educación (EDC).

Congreso Mundial "Salud Escolar y Prevención del VIH/SIDA", Harare, Zimbabwe, 24, 25 y 26 de Julio de 1995. Organizado por la Internacional de la Educación, la OMS y la UNESCO, con la participación de: los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, el Centro para el Desarrollo de la Educación y la Asociación Nacional de Educación.

(ONUSIDA) UNAIDS Program Coordinating Board Report, *HIV/AIDS and the Education Sector*, Ninth Meeting, Geneva, Suiza, del 25 al 26 de Mayo de 2000.

(OMS) WHO Information Series on School Health, Document Six, *Preventing HIV/AIDS/STI and Related Discrimination: An Important Responsibility of Health-Promoting Schools*, Geneva, 1999.

Jemmott LS, Jemmott JB III, McCaffree KA. 1996. Be Proud! Be Responsible! Strategies to Empower Youth to Reduce Their Risk for AIDS. Nueva York: Select Media.

The HIV/AIDS Emergency Guidelines for Educators. Profesor Kader Asmal, MP, Ministro de Educación, Sudáfrica.

# Sección Seis:

## Hojas de datos sobre VIH/SIDA

- *Todo lo que debes saber sobre el VIH y el SIDA*
- *¿Cómo le contagia el VIH una persona a otra?*
- *¿Cómo se evita que se extienda el VIH?*
- *Comportamientos frecuentes relacionados con la infección del VIH*
- *Cómo utilizar el preservativo masculino para evitar el contagio del VIH/SIDA y de otras enfermedades de transmisión sexual (ETS)*
- *Cómo utilizar el preservativo femenino*
- *Mujeres, chicas y el VIH/SIDA*
- *Diferencias para mujeres y chicas*
- *La patata africana*
- *La circuncisión y la infección del VIH*
- *El preservativo femenino: presentación*
- *Cómo utilizar el preservativo femenino para prevenir el VIH/SIDA y otras enfermedades de transmisión sexual*

---

## HOJA DE DATOS

---

### TODO LO QUE DEBES SABER SOBRE EL VIH Y EL SIDA

- **El SIDA** (Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida) **es causado por el VIH** (Virus de Inmunodeficiencia Humana). Las personas infectadas con el VIH pueden parecer y sentirse sanas y es posible que desconozcan durante años su condición de seropositivos. Sin embargo, por sanos que parezcan, pueden contagiar a otras personas. El VIH destruye lentamente ciertas partes del sistema inmunológico corporal; es entonces cuando el portador del VIH cae enfermo puesto que su cuerpo no tiene defensas suficientes para luchar contra las enfermedades. Algunas de esas enfermedades pueden matarle.
- **Los síntomas del VIH** son similares a los de otras enfermedades comunes: inflamación de ganglios, fatiga, pérdida de peso, fiebre o diarrea. Según cada persona los síntomas pueden variar.
- Puesto que el VIH se encuentra en la sangre, semen, fluido vaginal y leche materna de las personas, **el único modo de saber si alguien está infectado con el VIH es a través de un análisis de sangre.**
- **No existe ninguna vacuna** contra la infección del VIH, como tampoco existe cura para el SIDA.
- **Hay tratamientos** que pueden mantener sanos a los portadores del virus durante más tiempo y que los protegen de enfermedades que normalmente afectan a las personas con SIDA. El proceso de investigación sigue en curso.
- **El VIH hace que las personas infectadas estén cada vez más enfermas.** Las enfermedades e infecciones harán que la persona atraviese momentos de gravedad, pero a menudo la gente se recupera entre una enfermedad grave y otra.
- **A veces, el VIH puede causar daños cerebrales** y cambios en el estado de ánimo y en los sentimientos, incluso puede dificultar la claridad de pensamiento.
- **Una persona afectada con el VIH puede sentirse bien** por la mañana y encontrarse mal por la tarde.

---

Adaptación de: [Caring for Someone with AIDS at Home: A Guide](#). U.S. Department of Health and Human Services Public Health Service. Centers for Disease Control and Prevention (CDC).

---

---

## HOJA DE DATOS

---

### ¿CÓMO LE CONTAGIA EL VIH UNA PERSONA A OTRA?

- La transmisión del VIH se produce cuando **sangre**, **semen** (incluyendo el líquido preseminal), **fluido vaginal** o **leche materna** procedente de una persona infectada entra en el cuerpo de una persona no infectada.
- El VIH puede entrar en el cuerpo a través de una vena (por ejemplo en el uso de drogas inyectadas), el ano o recto, la vagina, el pene, la boca, otra membrana mucosa (por ejemplo los ojos o el interior de la nariz), cortes o heridas. Una piel intacta y sana es una excelente barrera contra el VIH y otros virus y bacterias.
- La infección con el VIH se contagia al compartir material no esterilizado de *piercing*, tatuaje, mutilación sexual, afeitado, u otros elementos cortantes en países en los que no se realizan periódicamente análisis de sangre.

### Éstas son las formas de contagio del VIH más frecuentes entre personas:

- A través de relaciones sexuales sin protección (sexo anal, vaginal u oral sin preservativo) con una persona infectada con el VIH.
- Al compartir agujas o jeringuillas con una persona que se inyecta drogas y que está afectada por el VIH.
- De madres infectadas por el VIH a sus bebés antes o durante el parto o a través de la leche materna.
- Algunos miembros del personal sanitario se han infectado tras pincharse con agujas contaminadas con sangre procedente de un portador del VIH o, con menos frecuencia, al entrar en contacto esa sangre con una herida abierta del trabajador o al saltarle a los ojos o en la nariz.

---

Adaptado de: <http://www.cdc.gov/spanish/vih/pubs/fag/s-fag16.htm>

Última revisión: 30 de Noviembre de 1998. Centers for Disease Control & Prevention; National Center for HIV, STD and TB Prevention; Divisions of HIV/AIDS Prevention

---

---

## HOJA DE DATOS

---

### ¿CÓMO SE EVITA QUE SE CONTAGIE EL VIH?

**El VIH se contagia a través de la sangre, semen, fluidos vaginales y leche materna.**

#### **EL VIH NO se contagia a través de:**

- El aire que respiramos.
- El agua potable.
- Por la picadura de un insecto.
- Tocar o jugar con animales.
- Participar en brujería o ser víctima de ella.
- Compartir comida con un seropositivo.
- Compartir utensilios de cocina con un seropositivo.
- Lavar o comer de los mismos platos que una persona portadora del VIH.
- Comer con los mismos cuchillos, tenedores o cucharas.
- Sentarse o tocar los mismos inodoros.
- Trabajar con un seropositivo.
- Compartir ropa con un seropositivo.
- Dar un apretón de manos a un afectado por el VIH.
- Tocar o cuidar a una persona seropositiva.
- Besar o abrazar a un portador del VIH.
- Estar cerca de una persona infectada que tose o estornuda.
- Participar en cualquier otra actividad que no implique entrar en contacto directo con sangre, semen, fluidos vaginales o leche materna.

**De no ser que la sangre esté presente o mezclada con ello, NO PUEDES contraer el VIH tocando, tragando o entrando en contacto con ninguno de los siguientes fluidos corporales:**

- Heces
- Fluido nasal
- Saliva
- Sudor
- Lágrimas
- Orina
- Vómito

---

Adaptado de: [Caring for Someone with AIDS at Home: A Guide](#). U.S. Department of Health and Human Services Public Health Service. Centers for Disease Control and Prevention (CDC).

---

## HOJA DE DATOS

### COMPORTAMIENTOS FRECUENTES RELACIONADOS CON LA INFECCIÓN DEL VIH

#### COMPORTAMIENTOS SEXUALES QUE AUMENTAN EL RIESGO DE CONTRAER EL VIH.

- Penetración vaginal sin preservativo con una persona infectada.
- Penetración anal sin preservativo con una persona infectada.
- Penetración de semen o fluido vaginal en la boca durante relaciones sexuales orales.
- Cualquier acto sexual entre dos o más personas que implique contacto con sangre, semen y/o fluido vaginal.

#### COMPORTAMIENTOS A LA HORA DE MANEJAR CIERTOS ELEMENTOS QUE INCREMENTAN EL RIESGO DE INFECCIÓN CON EL VIH.

- Compartir agujas con personas infectadas con el VIH que desconocen su condición de seropositivos.
- Utilizar alcohol y otras sustancias que desinhiben e incrementan las posibilidades de realizar actos sexuales sin protección o que pueden crear adicción.
- Error al hervir el equipamiento en caso de que no haya agujas disponibles.
- Error al limpiar agujas compartidas (frotándolas dos veces con agua, dos veces con lejía, dos veces con agua).

#### COMPORTAMIENTOS PERINATALES QUE AUMENTAN EL RIESGO DE INFECTAR AL NIÑO ANTES DE NACER:

- Errores en los análisis y tratamiento prenatales, cuando se dispone de ellos, que tienen como fin reducir el riesgo de infectar al niño antes del nacimiento.
- Error a la hora de evaluar el riesgo de infectar a un niño a través de la lactancia.

#### TRANSFUSIONES O USO DE PRODUCTOS DERIVADOS DE LA SANGRE O INSTRUMENTAL RELACIONADO CON LA SANGRE QUE SUPONEN UN RIESGO DE INFECCIÓN:

- Error a la hora de evaluar el nivel de riesgo antes de aceptar sangre procedente de países que no llevan a cabo controles rutinarios de la sangre donada.

- Recibir sangre donada de origen desconocido en países que no disponen de un suministro de sangre segura.
- Utilizar agujas, jeringuillas u otro instrumental que no esté esterilizado.

#### COMPORTAMIENTO RELACIONADO CON INSTRUMENTAL QUE SUPONE UN RIESGO DE INFECCIÓN:

- Error a la hora de esterilizar instrumental que ha estado en contacto con sangre como el utilizado para realizar tatuajes, piercings, para afeitarse, instrumental odontológico o médico utilizado para inyectar fármacos.

---

© World Health Organisation, 1999. Who Information Series on School Health, Document Six.

---

## HOJA DE DATOS

### CÓMO UTILIZAR EL PRESERVATIVO MASCULINO PARA PREVENIR EL VIH/SIDA Y OTRAS ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ETS).

- **Utilizar un preservativo nuevo en cada relación sexual tanto vaginal como anal u oral.**

El látex funciona como una barrera frente al VIH. Los preservativos de corderina u otros materiales naturales no deben utilizarse, puesto que son porosos. Cerciérate siempre de que en el paquete aparece la palabra látex.

- **Utiliza el preservativo durante toda la relación sexual; desde el principio hasta el final.**
- **Asegúrate de que no ha expirado la fecha de caducidad.**

Si se almacenan adecuadamente, los preservativos son seguros durante cinco años tras la fecha de fabricación. Los preservativos lubricados con espermicida pueden almacenarse sin problemas durante dos años.

No utilices un preservativo con aspecto quebradizo o que ha sido almacenado cerca de una fuente de calor o en una cartera durante mucho tiempo.

- **Ponte el preservativo tan pronto como se produzca la erección y antes de que el pene entre en contacto con la boca, los genitales o el ano de tu pareja.**

Deja un pequeño espacio en la punta del preservativo para recoger el semen sin que éste se derrame o utiliza un preservativo con depósito.

Sujeta la punta del preservativo presionándola y desenróllalo hasta cubrir el pene erecto hasta la base. Asegúrate de que no ha quedado aire en la punta del preservativo.

- **NO utilices lubricantes cuya base sea un aceite.**

Una lubricación adecuada es importante para evitar que el preservativo se rompa, pero utiliza **sólo** lubricantes a base de agua, como la glicerina o KY Jelly.

**Los lubricantes con base de aceite**, como la gelatina de petróleo, el gel frío, las cremas para manos o el aceite hidratante para bebés **debilitan el látex** y pueden causar la rotura del preservativo.

- **Si sientes que el preservativo se rompe durante la relación sexual, para inmediatamente y retira el pene.**

No continúes hasta que te hayas puesto un nuevo preservativo.

- **Retira el pene inmediatamente después de la eyaculación mientras el pene esté aún erecto sujetando la abertura del preservativo a la base del pene con firmeza para evitar que el semen salga.**

---

Adaptado de: *AIDS Prevention Guide*, Centers for Disease Control and Prevention y *Condoms and Their Use in Preventing HIV Infection and Other STDs*, Centers for Disease Control and Prevention, <http://www.cdc.gov/hiv/pubs/facts/condoms.pdf> , Septiembre de 1999.

---

# HOJA DE DATOS

## MUJERES, CHICAS Y EL VIH/SIDA

### DATOS Y CIFRAS

- 33,6 millones de personas viven con el VIH/SIDA; de ellos 14,8 millones son mujeres.
- 5 millones de adultos se infectaron en 1999; 2,3 millones eran mujeres.
- 2.1 millones de personas murieron de SIDA en 1999; de ellos 1,1 millones eran mujeres.
- En África, en la actualidad, hay de 12 a 13 mujeres infectadas por cada 10 hombres infectados.
- Existe medio millón de niños menores de cinco años infectados, la mayoría de los cuales ha contraído el virus a través de sus madres.
- El 55% de las personas adultas afectadas en el África Subsahariana son mujeres, la proporción en el Sureste asiático es del 30% y del 20% en Europa y los Estados Unidos.

### ¿POR QUÉ LAS MUJERES SON MÁS VULNERABLES A LA INFECCIÓN CON EL VIH?

#### *En términos biológicos*

- Poseen una mayor superficie mucosa y las microlesiones que se pueden producir durante la penetración son posibles puntos de entrada para el virus. Las chicas más jóvenes son aún más vulnerables a este respecto.
- El esperma contiene mayor cantidad de virus que las secreciones vaginales.
- Como sucede con las enfermedades de transmisión sexual, las mujeres son por lo menos cuatro veces más vulnerables a la infección. La presencia de una enfermedad de transmisión sexual no tratada es un factor de riesgo para el VIH.
- El sexo por coacción incrementa el riesgo de microlesiones.

#### *En términos económicos*

- El hecho de que una mujer dependa económica o materialmente de un hombre implica que ésta no pueda decidir cuándo, con quién o en qué circunstancias mantendrá relaciones sexuales.
- Para sobrevivir muchas mujeres tienen relaciones sexuales a cambio de favores materiales. Existe el trabajo sexual formal, aunque también se da este tipo de intercambio en las regiones más pobres como forma de subsistencia tanto de la mujer como de sus hijos.

## En términos sociales y culturales

- Se supone que las mujeres no deben discutir o tomar decisiones relacionadas con la sexualidad.
- No pueden pedir, y mucho menos exigir que se utilice el preservativo o cualquier otro medio de protección.
- Si se niegan a mantener relaciones sexuales o piden que se utilice preservativo corren el riesgo de que se abuse de ellas, puesto que existe la sospecha de que hayan cometido una infidelidad.
- Las múltiples formas de violencia contra la mujer implican que a menudo se les obliga a mantener relaciones sexuales, lo que supone un factor de riesgo de infección con el VIH.
- Está culturalmente aceptado, tanto para los hombres casados como para los solteros, el hecho de tener varias parejas (incluyendo trabajadoras sexuales).
- Se espera que las mujeres tengan relaciones únicamente con hombres mayores, más experimentados, y también con más posibilidades de estar infectados. Los hombres buscan compañeras cada vez más jóvenes con el fin de evitar la infección e incluso conducidos por la creencia de que mantener relaciones sexuales con una virgen cura el SIDA entre otras enfermedades.

---

Fact Sheet 242: Women and HIV/AIDS. © Copyright World Health Organisation (WHO)

<http://www.who.int/inf-fs/en/fact242.html>

---

# HOJA DE DATOS

## DIFERENCIAS PARA MUJERES Y CHICAS

### ¿POR QUÉ EL ENFOQUE CAMBIA EN BASE AL SEXO?

Existen tres razones principales:

1. La desigualdad en las relaciones entre sexos (a nivel social, económico y de poder) está impulsando la epidemia.
2. Las mujeres se ven desproporcionadamente afectadas por esta epidemia
  - Son altamente vulnerables a la infección.
  - Llevan la carga tanto psicosocial como física del cuidado de las personas enfermas de SIDA.
  - Sufren especialmente discriminación y a menudo se les culpa de extender la infección.
3. La diferencia entre sexos en lo que se refiere a la patología. La gestión clínica, que ha basado durante mucho tiempo la investigación en los hombres, debe ahora centrarse en la sintomatología específica de la mujer, en la progresión de la enfermedad, en las enfermedades relacionadas con el VIH, etc.

### ¿CUÁL SERÁ LA DIFERENCIA?

Independencia física y material y seguridad para mujeres que no dependen de la “protección” de un hombre u hombres.

- Se les debe atribuir poderes a las mujeres con el fin de asumir el control de sus propias vidas y en concreto el de sus relaciones sexuales.  
Esto implica un cambio profundo en las relaciones de poder social y económico entre hombres y mujeres. No tiene por qué ser un cambio de hoy para mañana, pero sí debe comenzar ahora, a través de:
- El aumento de las oportunidades de educación y empleo para las mujeres.
- Campañas de educación públicas sobre lo dañinos (e incluso fatales en el caso del SIDA) efectos que tienen las desigualdades entre sexos.

### MICROBICIDAS: UNA GRAN ESPERANZA

Es esencial el desarrollo de métodos preventivos baratos, seguros y efectivos que puedan controlar las mujeres.

- A falta de vacuna este método tendría un impacto inmediato y significativo sobre el alarmante índice de nuevas infecciones en mujeres.
- Es necesaria una gran inversión a escala internacional para desarrollar la investigación de los microbicidas.
- DEBE DESARROLLARSE UN MICROBICIDA QUE PREVenga TANTO EL EMBARAZO COMO LAS ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL INCLUYENDO EL VIH (DOBLE PROTECCIÓN) Y UN MICROBICIDA QUE NO ACTÚE COMO ESPERMICIDA PARA ADECUARSE AL EMBARAZO DESEADO.

## TRATAMIENTO Y PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ETS).

- Las mujeres son más vulnerables ante las ETS; las consecuencias son más serias.
- Muchas ETS no presentan ningún síntoma en las mujeres, y por lo tanto no son tratadas.
- El tratamiento de los síntomas de las ETS es más difícil en las mujeres que en los hombres.
- El estigma que supone una ETS es mayor para una mujer (sugiere promiscuidad) y por lo tanto a menudo tienen miedo o no quieren buscar la ayuda necesaria.

## SANGRE SEGURA

Las mujeres y los niños son los principales receptores de transfusiones; en el caso de las mujeres durante y después del parto. Es necesario que se lleven a cabo las siguientes medidas:

- Cuidado prenatal y nutrición adecuada para reducir la necesidad de transfusiones.
- Uso clínico adecuado de la sangre para evitar transfusiones innecesarias.
- En última instancia analizar la sangre.

## EDUCACIÓN PARA LA PREVENCIÓN INCLUIDO EL USO DEL PRESERVATIVO

El preservativo, masculino y femenino, es en la actualidad el único método de protección del que se dispone.

Debe aumentarse su aceptación, disponibilidad y uso.

- Educación para fomentar su uso.
- Aumento del acceso mediante distribución gratuita, ayudas económicas, o marketing social para que estén al alcance de todo el mundo.

Está demostrado que incluso en las circunstancias más favorables la aceptación y el uso del preservativo (masculino y femenino) es muy bajo. El preservativo femenino es más engorroso que el masculino y considerablemente más caro. Además las mujeres no pueden controlar su uso. Su aceptación y uso seguirán siendo bajos si no se tienen en cuenta como es debido las preferencias de los usuarios potenciales.

## LAS MUJERES COMO CUIDADORAS

- Las mujeres son las responsables del cuidado de la salud de todos los miembros de la familia.
- El cuidado es sólo una de las muchas tareas productivas y reproductivas de las mujeres, entre las que se incluyen la agricultura, la preparación de la comida, la recogida de leña y agua, el cuidado de los niños, la limpieza, etc.
- ¡El cuidado se realiza de modo gratuito pero tiene un coste! Durante la enfermedad, la capacidad productiva de las mujeres desaparece, lo cual supone un serio impacto a largo plazo sobre el bienestar de la familia.
- El cuidado no termina con la muerte del marido/hijo/hermana; el cuidado de los huérfanos recae sobre las abuelas y las tías.
- Las cuidadoras generalmente también son portadoras del VIH.

## RESPONSABILIZAR A LOS HOMBRES

- Se le ha prestado poca atención a la participación de los hombres en el esfuerzo por proteger a las mujeres.
- Es difícil llegar a los hombres y educarlos, pero a algunos les preocupa su salud sexual y la de sus parejas.
- Está demostrado que concienciarles sobre los riesgos que corren hace que cambien ciertos comportamientos.
- La intervención masculina (como la femenina) debe incrementarse en el caso de que las mujeres necesiten protección.

---

Fact Sheet 242: Women and HIV/AIDS. © Copyright World Health Organisation (WHO)

<http://www.who.int/inf-fs/en/fact242.html>

---

---

# HOJA DE DATOS

---

## LA PATATA AFRICANA

➤ **¿Qué es la patata africana?**

La patata africana (*hypoxis rooperi*) tienen el aspecto de una cebolla grande a punto de pudrirse. Es de color negro y está rodeada de fibras. Las hojas son similares a las de la cebolla pero mucho más planas y se secan sobre febrero o marzo, dando hermosas flores amarillas.

La patata africana es considerada como una asombrosa cura.

Los curanderos tradicionales la utilizan para tratar un amplio abanico de enfermedades y conocen sus propiedades desde hace mucho tiempo.

Al contrario que su prima la patata irlandesa, la patata africana no se reproduce a partir del tubérculo, sino que al morir otra nace en su lugar.

➤ **¿Cuáles son las llamadas propiedades especiales de la patata africana?**

Para que la patata africana sea efectiva debe ser preparada del modo correcto.

Limpia el colon, origen de la alimentación del hombre. Potencia la inmunidad y da energía. Es efectiva contra las úlceras de estómago y ayuda a combatir el insomnio.

➤ **¿Por qué la gente utiliza la patata africana cuando son seropositivos o tienen SIDA?**

La mayoría de las personas son demasiado pobres para poder pagar cualquier clase de medicación, y cuando se trata de VIH/SIDA la gente está dispuesta a probar lo que sea. A falta de tratamientos similares a los caros medicamentos disponibles en los países occidentales, cualquier remedio casero es bien recibido.

➤ **¿Cuáles son los peligros que entraña la patata africana?**

Se han realizado estudios que demuestran que aunque algunas sustancias químicas contenidas en esta planta podrían ayudar a potenciar el sistema inmunológico, sería necesario comer kilos y kilos de patata africana para apreciar algún efecto. No es una cura para el SIDA.

Existen varias especies de patata africana y si se consume un tubérculo equivocado puede provocar serias complicaciones. Sólo existen dos especies de patata africana que deberían consumirse; los tubérculos amarillos y blancos. El resto de los tipos provocan continuas diarreas y dolores de cabeza.

Con la epidemia de VIH/SIDA la patata africana ha encontrado en África un mercado creciente. Desde su descubrimiento, cientos de personas están comprándola en grandes cantidades para revenderla más tarde. Por desgracia, algunas personas sin escrúpulos están arrancando tubérculos parecidos a la patata africana y vendiéndolos a personas que creen estar comprando la auténtica.

---

Adaptación de: [Zambia's amazing potato cure](#) de Ishbel Matheson en BBC News, 7 de Noviembre de 1999.

---

# HOJA DE DATOS

## LA CIRCUNCISIÓN Y LA INFECCIÓN DEL VIH

- Las conclusiones extraídas de diversos estudios llevados a cabo en África sobre la circuncisión masculina y su relación con la transmisión del VIH son contradictorias.
- No se ha podido demostrar que exista una relación causal entre el prepucio y la infección del VIH. Otros factores como la edad, las prácticas sexuales, las creencias sociales, culturales y religiosas, la seguridad en los procedimientos médicos, la higiene, la presencia de herpes genital o verrugas, los rasguños o la fricción producida durante el coito sí tienen un papel importante en la transmisión del VIH.
- La práctica de sexo sin la suficiente lubricación vaginal puede causar daños y traumatismos en la superficie de las membranas tanto el hombre como de la mujer que puede contribuir a que se produzca una infección con el VIH.
- Se han asociado diversos factores, incluyendo la presencia de enfermedades de transmisión sexual, a la adquisición y transmisión del VIH, lo que hace imposible determinar si la circuncisión supone un simple factor que contribuye a la infección o si la provoca.
- Se ha demostrado en repetidas ocasiones que la presencia de llagas en los genitales supone un factor más importante para la transmisión del VIH que la circuncisión.
- El acto sexual se considera una prueba de virilidad en algunas culturas, y a menudo se practica poco tiempo después de la circuncisión. Dado que este hecho se produce en el mercado sexual y con una herida de circuncisión aún sin curar, la posibilidad de contraer el VIH es muy alta.
- En algunas zonas de África la circuncisión está provocando enfermos de tétanos (el 59,4% de los casos).
- El uso de instrumental sucio y de rituales masivos, incluyendo circuncisión en grupo, puede aumentar el número de jóvenes que contraen el VIH.
- Basándose en estudios publicados en revistas científicas, no parece correcto afirmar rotundamente que la circuncisión evite la infección del VIH. A pesar de que existen estudios que prueban los beneficios de la circuncisión, los arriesgados procedimientos a través de los cuales se lleva a cabo pueden pesar más que las ventajas que proporciona.
- Es peligroso depender de la circuncisión para protegerse contra la transmisión del VIH en lugar de utilizar preservativos, cuyo uso es probadamente más efectivo.
- No se ha estudiado todavía el efecto de la circuncisión femenina en la recepción y transmisión del VIH. A pesar de que se han realizado más de 40 estudios sobre la circuncisión masculina, la circuncisión femenina aún supone un factor de transmisión y recepción del virus de magnitud desconocida.
- Aunque cada vez parece más claro que circuncidar a los hombres antes de que se conviertan en sujetos sexualmente activos previene la infección con el VIH, la circuncisión masculina en todo el mundo no debería considerarse como una medida de prevención efectiva. Cualquier efecto preventivo aparente de este procedimiento puede estar relacionado no con la eliminación del prepucio, sino con el comportamiento preponderante en el grupo étnico o religioso que lleva a cabo este tipo de prácticas.
- La Circuncisión no funciona como un “preservativo natural”. Los hombres circuncidados y sus parejas no deben abandonar prácticas de sexo seguro como puede ser el uso del

preservativo. Aunque la circuncisión puede reducir las posibilidades de resultar infectado con el VIH, no las elimina.

---

Información recopilada de las siguientes fuentes: Circumcision Information and Resource Page "Circumcision and HIV Infection." Feb. 15, 2001. UNAIDS. (2000). Male Circumcision and HIV Infection. *Report on the Global HIV/AIDS Epidemic*. Feb. 15, 2001. Van Howe, R. (1999). Circumcision and HIV Infection: Review of the Literature and Meta-Analysis. *International Journal of STD & AIDS*. 10: 8-16.

---

# HOJA DE DATOS

## EL PRESERVATIVO FEMENINO: PRESENTACIÓN

El preservativo femenino es un medio seguro y efectivo de prevención contra el VIH y otras enfermedades de transmisión sexual, adecuado para mujeres de todas las edades.

### ➤ ¿Qué es el preservativo femenino?

El preservativo femenino está hecho de plástico de poliuretano, un material más resistente que el látex con el que se fabrican los preservativos masculinos, lo cual reduce la probabilidad de rotura, incrementa la comodidad y prolonga el periodo de conservación del profiláctico. Este dispositivo está compuesto por una suave funda holgada, de aproximadamente la misma longitud que el preservativo masculino, provista en sus extremos de sendos anillos flexibles de poliuretano.

Uno de los anillos se encuentra en la parte cerrada de la funda y sirve como mecanismo de colocación y fijación en el interior de la vagina. Por su parte, el anillo exterior es algo mayor y forma el borde externo del dispositivo, permaneciendo fuera de la vagina una vez colocado el preservativo.

El preservativo femenino está previamente lubricado, lo que facilita su colocación e incrementa la comodidad durante el coito. Al contrario que los preservativos masculinos de látex, que pueden verse dañados por el uso de lubricantes con base de aceite, con el preservativo femenino puede utilizarse cualquier tipo de lubricante sin riesgo de reducir su resistencia.

Del mismo modo, y al contrario que los preservativos masculinos de látex, a los preservativos femeninos no les afectan generalmente las condiciones atmosféricas, incluyendo la altitud y la humedad. Sin embargo, este dispositivo no debe exponerse a temperaturas extremas ya sean éstas frías o calientes.

En la actualidad se recomienda el preservativo femenino para un único uso.

### ➤ Ventajas

- El preservativo femenino no oprime el pene como lo hace el preservativo masculino de látex.
- Al contrario que el látex, el poliuretano de los preservativos femeninos permite la transmisión del calor corporal. Esta cualidad puede ayudar a aumentar la sensibilidad así como contribuir a eliminar la sensación de incomodidad que algunos hombres asocian con los preservativos convencionales, y que les hace reacios a su uso.

- Para una mujer que corre el riesgo de ser contagiada con el VIH o cualquier enfermedad de transmisión sexual, el preservativo femenino, siempre que sea utilizado correcta y sistemáticamente, supone una opción profiláctica en caso de que la pareja se niegue a utilizar el preservativo masculino.
- El preservativo femenino se puede colocar mucho antes de que se produzca el acto sexual.
- Al ser más resistente que el preservativo masculino, es menos probable que el preservativo femenino se rompa.
- No requiere condiciones especiales de almacenamiento puesto que al poliuretano no le afectan los cambios de temperatura o de humedad. La fecha de caducidad es de 60 meses (cinco años) a partir del momento de fabricación.

➤ **Inconvenientes**

- El preservativo femenino es relativamente caro, puesto que el poliuretano es más costoso que el látex y se necesita una mayor cantidad de material para fabricar el dispositivo.
- Si se utiliza durante un coito vigoroso, el preservativo puede introducirse accidentalmente en la vagina.
- A las jóvenes les puede resultar difícil su uso en sus primeras relaciones sexuales.

---

Texto adaptado de las siguientes fuentes : Family Health International (FHI) :

<http://www.fhi.org/sp/networks/sv10-4/ns10410.html>, Centre Régional d'Information et de Prévention du

SIDA (CRIPS) <http://www.crips.asso.fr/webpaca/femmesVIH/II.htm> y de Doctissimo :

[http://www.doctissimo.fr/html/sante/femmes/sa\\_269\\_preserv\\_femi.htm](http://www.doctissimo.fr/html/sante/femmes/sa_269_preserv_femi.htm)

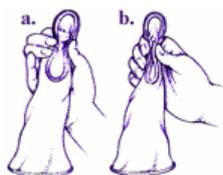
---

## HOJA DE DATOS

### CÓMO UTILIZAR EL PRESERVATIVO FEMENINO PARA PREVENIR EL VIH/SIDA Y OTRAS ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

#### 1. Cómo sujetar el preservativo.

- a. Sujeta el anillo interno presionándolo con el pulgar y el dedo corazón. Coloca el índice sobre el preservativo entre ambos dedos o



- b. Simplemente introdúcelo.



#### 2. Cómo introducir el preservativo.

Al abrir el envoltorio evita dañar el preservativo con las uñas o, por ejemplo, con un anillo. Para introducir el preservativo femenino elige una posición cómoda; de cuclillas, de pie con una pierna apoyada en una silla, sentada o tumbada. Presionando el anillo interno introdúcelo suavemente en la vagina. Debes sentir el anillo interno subir y colocarse en su sitio. Coloca el dedo índice en el interior del preservativo y empuja el anillo interno hacia arriba tan profundamente como puedas. No hay ninguna razón por la que debas preocuparte; la funda no puede llegar demasiado lejos ni te causará ningún daño.



### 3. Asegurarse de que la funda está bien colocada.

Asegúrate de que la funda no está retorcida. El anillo externo debe permanecer fuera de la vagina. Durante el coito, cerciórate de que el pene se encuentra bien colocado dentro de la funda.



### 4. Cómo retirar el preservativo femenino.

Retira el preservativo femenino antes de levantarte. Sujeta el anillo externo y gíralo para cerrar la abertura y evitar que el semen se derrame. Extrae suavemente el preservativo y tíralo a la basura.

---

Adaptación de: «Insertion diagrams» © Copyright The Female Health Company, 2001:  
<http://www.femalehealth.com/>

---

## Sección siete:

# Datos facilitados por el ONUSIDA

**Por favor, inserte información del último informe de ONUSIDA sobre el Sur de África**



**Sección ocho:**  
**Información sobre el VIH/SIDA**  
**a escala nacional y local**

**Por favor, inserte información sobre el VIH/SIDA específica para su país y/o zona**

---

# Sección nueve:

## Políticas y prácticas nacionales y locales

**Por favor, inserte políticas y practicas específicas para su país y/o zona**



## **Sección diez:**

**La importancia de la labor de los  
dirigentes sindicales, sus  
afiliados, los profesores y  
alumnos en la prevención del  
VIH/SIDA y las ETS**

# La importancia de la labor de los dirigentes sindicales, sus afiliados, los profesores y alumnos en la prevención del VIH/SIDA y las ETS

## ¿Por qué deben involucrarse los dirigentes sindicales, sus afiliados y los profesores?

- 1. Los dirigentes sindicales y los profesores desempeñan un papel crucial en el sistema escolar a la hora de combatir la expansión de la enfermedad promoviendo y ofreciendo educación sanitaria y educación para la prevención del VIH/SIDA.**
  - Los estudiantes cada vez corren más peligro. (Se estima que alrededor de 33 millones de personas están infectadas con el VIH o tienen SIDA. Al menos un tercio de ellos son jóvenes entre 15 y 19 años).
  - Los sindicatos pueden actuar asegurando que todo el personal educativo reciba formación inicial y a lo largo de sus carreras sobre el VIH/SIDA y sobre aspectos generales de la salud escolar en general.
  - Los profesores y los líderes sindicales pueden fomentar debates y romper el silencio de la comunidad y las familias sobre el VIH/SIDA y las ETS, la sexualidad y otros aspectos importantes de la salud.
  - Muchos profesores poseen experiencia personal y familiar sobre el VIH y el SIDA. Por ello, pueden abogar por la necesidad de la prevención y la atención sanitaria, y pueden representar sus derechos como líderes sindicales y afiliados.
- 2. Los educadores tienen una oportunidad única para influir en las ideas de niños y adolescentes sobre las relaciones y el sexo antes de que los estudiantes corran riesgos.**
  - Los profesores pueden animar a los alumnos a que practiquen la abstinencia o, si son activos sexualmente, a adoptar comportamientos sexuales más seguros implantando programas efectivos y sirviendo como modelos y líderes en la escuela y en la comunidad.
  - Adoptando ellos mismos prácticas sexuales responsables y seguras, los profesores pueden protegerse del VIH y ayudar a otros a hacer lo mismo.
  - Los profesores pueden enseñar a los adolescentes antes de que se tengan que enfrentar a decisiones sexuales, y ayudarles a que adquieran el conocimiento, las actitudes, los valores y las competencias necesarias para prevenir el VIH y las ETS.

- 3. El SIDA ha tenido un impacto directo en el sector educativo afectando los siguientes aspectos: 1) la demanda de educación; 2) la calidad de la educación; 3) la gestión de los sistemas educativos. La educación puede afectar a la expansión del SIDA mediante esfuerzos de prevención.**

#### **IMPACTO EN LA DEMANDA**

- A medida que el SIDA ha aumentado en algunos lugares del mundo, los datos de matriculación escolar han descendido. Las zonas más afectadas están empezando a observar una caída en la demanda total de educación, indicada por el número de nuevas matrículas. En países como Swazilandia, Zambia o Zimbabwe, el número de niños en la escuela primaria será, en 2010, un 20% menor que las estimaciones anteriores al SIDA.
- El número de alumnos que han abandonado la escuela ha aumentado, y el acceso a la educación ha sido limitado o denegado a muchos jóvenes por exigencias adicionales relacionados con el SIDA. Entre ellas: estar enfermo, cuidar de familiares (en particular, las chicas abandonan voluntariamente o obligadas por esta razón), trauma relacionado con la enfermedad o la muerte, discriminación, necesidad de trabajar por reducción de los ingresos familiares y/o disminución de la ayuda económica a las familias. Un alto porcentaje de los niños que abandonan serían huérfanos potenciales con pocos incentivos para entrar en el sistema educativo.
- Las altas tasas de mortalidad y de morbilidad de profesores y administradores han afectado seriamente a los servicios educativos en escuelas y centros vocacionales, incluyendo las universidades. En Zambia, por ejemplo, la tasa de mortalidad en el grupo de edad entre 15 y 49 años es de 23‰; para los profesores de escuela, en 1998, era un 70% mayor, un 39‰. Es necesario que los sistemas educativos desarrollen mecanismos para enfrentarse y evitar las interferencias y los costes del absentismo, ya sea porque el profesor esté enfermo o porque tenga la responsabilidad de cuidar a otro.

#### **IMPACTO EN LA CALIDAD**

- En los países más afectados, los sistemas de educación atraviesan un periodo difícil, y la calidad de la enseñanza y del aprendizaje es cada vez más inconsistente. Las escuelas procuran afrontar la asistencia irregular de los profesores, la insalubridad y la falta de profesores cualificados.
- La rápida expansión de la epidemia del SIDA en todas las regiones, y en particular en África y Asia, así como otras amenazas al desarrollo sanitario en todo el mundo, ha creado unas condiciones peligrosas para la estabilidad educativa, social, económica e incluso política de las naciones.
- El debate sobre temas delicados relacionados con el SIDA no es posible debido a deficiencias en los programas educativos.

- El aumento del consumo de drogas ilegales/intravenosas, un factor esencial de la transmisión del SIDA, requiere un trato exhaustivo a la hora de diseñar los programas sanitarios escolares, así como de nuevos planteamientos para abordar la prevención de las drogas, a través de los servicios de salud y de instrucción.

## **IMPACTO SOBRE LA DIRECCIÓN DEL SECTOR EDUCATIVO**

- La renovación continua de la plantilla debido al VIH ha erosionado la calidad de la educación en algunos sectores. Este problema afecta a la enseñanza en el aula y reduce la disponibilidad de profesores cualificados.
- La mortalidad creciente de los supervisores y los planificadores de la educación ha debilitado la inspección del sistema educativo. La urgencia del SIDA ha disminuido el valor de la planificación a largo plazo.
- El desarrollo de relaciones con organizaciones de profesionales sanitarios constituye una prioridad.

### **4. Los alumnos y sus familias a menudo se enfrentan a problemas producidos por la expansión del VIH.**

- Algunos padres confían a la escuela la educación de sus hijos, ya que allí pueden recibir la información precisa que ellos no poseen.
- La comunidad y los sectores educativo y sanitario pueden colaborar para atender las preocupaciones de los padres y de otros líderes comunitarios para minimizar la resistencia a los programas de prevención del VIH en las escuelas.
- Las escuelas pueden ofrecer educación e información a los padres y a otros miembros de la comunidad y apoyarles en sus esfuerzos para determinar métodos apropiados y efectivos de prevenir la infección por VIH en la población joven.
- Los alumnos y las familias con VIH o SIDA sufren a menudo el aislamiento y la discriminación, y se les excluye de la interacción social en la comunidad.

### **5. Los profesores tienen una responsabilidad especial con sus alumnos.**

- Los hombres que se dedican a la enseñanza tienen la responsabilidad de respetar a sus alumnas, estudiantes y compañeras.
- Mantener relaciones con los estudiantes traiciona su confianza. Puede ser ilegal.
- Mantener relaciones con los estudiantes demuestra falta de respeto hacia los derechos de mujeres y niñas.

## **¿Qué pueden hacer los líderes sindicales, sus afiliados y los profesores para prevenir el VIH/SIDA y las ETS?**

### ***En el aula, los profesores pueden:***

- Ayudar a los jóvenes a adquirir el conocimiento, las actitudes y las competencias para retrasar el acto sexual y/o evitar el contagio.
- Enseñar comportamientos que animen a los niños a tomar decisiones a favor del sexo seguro (como la abstinencia o el uso de preservativos) y de otros aspectos sanitarios.
- Enseñar a niños y niñas a respetarse a sí mismos y a los demás, enfatizando sobre el concepto del consentimiento mutuo en el acto sexual.
- Ofrecer a los alumnos la oportunidad de aprender y practicar aptitudes para la vida, como la toma de decisiones y las estrategias comunicativas, que pueden fortalecer otros aspectos importantes en el desarrollo del niño o adolescente.
- Educar a los jóvenes para reducir el miedo al SIDA y el miedo a las personas infectadas.
- Integrar la educación efectiva sobre el SIDA en otras materias relacionadas, como la salud reproductiva, la economía doméstica, la vida familiar, la sociología y la ciencia.

### ***Fuera del aula, los líderes sindicales, sus afiliados y los profesores pueden:***

- Abogar, dentro de su sindicato, por que se provea de los cursos y el material necesarios para la educación del profesorado, el desarrollo de competencias y los servicios sanitarios.
- Abogar, junto con los gobiernos nacionales y locales, por mejores oportunidades educativas en las comunidades.
- Participar en las iniciativas nacionales y comunitarias para prevenir el VIH/SIDA y las ETS.
- Desarrollar e implantar políticas que apoyen la educación sobre el VIH/SIDA.
- Ofrecer cursos a otros sectores del personal educativo que se ocupen de la enseñanza de la prevención del VIH/SIDA.
- Educar a los miembros de la comunidad y a los padres, y trabajar con ellos para determinar los modos más apropiados y efectivos de prevenir la infección por VIH de los jóvenes.
- Asegurar, de forma activa, que los profesores y otros trabajadores contagiados estén protegidos por leyes laborales y que no exista discriminación por ser seropositivo.

## **¿Qué necesitan los alumnos para prevenir el VIH/SIDA y las ETS?**

- Los alumnos necesitan información precisa y adaptada a su edad sobre el VIH/SIDA y las ETS. Los jóvenes entre 10 y 24 años constituyen más del 30% de

la población en el mundo en vías de desarrollo, donde se concentra la epidemia. Si los esfuerzos para prevenir el VIH no llegan a los jóvenes, los países en vías de desarrollo tendrán que afrontar unos gastos económicos y humanos inmensos en los casos de SIDA.

- Los alumnos necesitan acceder a información concreta, a las competencias y a los servicios que les permitan protegerse del VIH/SIDA.
- Los alumnos necesitan librarse del sexo forzado, la violación y otras formas de explotación.
- Los alumnos necesitan la oportunidad de desarrollarse en un ambiente de apoyo, con un trasfondo sólido de cariño en la familia, la escuela y la comunidad.
- Los alumnos tienen el derecho a la educación, las competencias, el empleo y la confidencialidad sanitaria y protección contra la discriminación (incluyendo discriminación por razón de ser seropositivo, de opción sexual, sexo o edad).

### **¿Qué pueden hacer los alumnos para prevenir el VIH/SIDA, las ETS y la discriminación relacionada con estas enfermedades?**

- Los jóvenes están todavía en la edad de experimentar y pueden aprender más fácilmente que los adultos a comportarse de forma sana y adoptar prácticas más seguras desde el principio.
- Los alumnos pueden ayudar a eliminar la vergüenza del SIDA en aquellos lugares donde sigue estigmatizado. Pueden aportar cariño y ayuda práctica a los infectados de VIH o a los que viven en una casa afectada por el SIDA.
- Los estudiantes pueden erigirse en líderes y forzar el cambio en sus propias casas, en las vidas de sus compañeros y en la comunidad cuando sus esfuerzos están apoyados por adultos que reconocen los enormes recursos que aportan.
- Los alumnos pueden adoptar el papel de educadores y activistas en grupos comunitarios locales y en organizaciones religiosas.

PARA CREAR ESTE DOCUMENTO, SE HAN TOMADO Y/O SE HAN ADAPTADO EXTRACTOS DE LA SIGUIENTE FUENTE:

UNAIDS Program Coordinating Board Report, *HIV/AIDS and the Education Sector*, Ninth Meeting, Geneva, Switzerland, 25-26 May, 2000.

**Sección once:**

**Panorama general de la educación  
para la salud basada en la  
adquisición de competencias y  
aptitudes para desenvolverse en  
la vida**

# Panorama General de la Educación para la Salud basada en la Adquisición de Competencias y Aptitudes para desenvolverse en la Vida

Adaptado de: Mangrulkar, L., Vince-Whitman, C. y Posner, M., *Life Skills Approach to Child and Adolescent Healthy Human Development*, Health and Human Development Programs, Education Development Center, Newton, Massachusetts (documento inédito).

## Introducción

Para el año 2010, habrá 1.200 millones de adolescentes entre 10 y 19 años. Una proporción creciente de estos jóvenes vivirá en Asia, África y Latinoamérica. El que esta generación alcance todo su potencial depende de la capacidad de las familias, escuelas y comunidades para ayudarles a adquirir las competencias que necesitan, no sólo para la supervivencia básica, sino también para el desarrollo completo de sus estrategias sociales, emocionales y cognitivas. El reto de satisfacer estas necesidades es tan evidente como importante: la educación para la salud basada en la adquisición de competencias para desenvolverse en la vida es una de las vías para afrontarlo.

## ¿Qué es la educación para la salud basada en la adquisición de competencias para desenvolverse en la vida?

La educación para la salud basada en la adquisición de competencias se centra en el desarrollo de “estrategias para una conducta adaptativa y positivo que permita a los individuos enfrentarse de forma efectiva a las demandas y retos de la vida diaria” (OMS 1993). La adquisición de competencias para desenvolverse en la vida puede afectar mucho a la salud física, emocional, social y espiritual de una persona, lo que, a su vez, está relacionado con su habilidad para maximizar las oportunidades que la vida le ofrece. El éxito de la educación para la salud basada en la adquisición de competencias depende de tres factores: 1) el reconocimiento de las etapas de desarrollo por las que pasan los jóvenes y de las competencias que necesitan a medida que entran en la edad adulta, 2) un método pedagógico participativo e interactivo y 3) el uso de actividades de aprendizaje culturalmente relevantes y respetuosas con la igualdad de sexos.

El primer objetivo de la educación basada en la adquisición de competencias es cambiar no sólo el nivel de conocimiento del alumno, sino mejorar su habilidad para traducir ese conocimiento en conductas específicas y positivas.

Los métodos de enseñanza y aprendizaje participativos e interactivos constituyen los componentes críticos de este tipo de educación. Estos métodos incluyen juegos de rol, debates, análisis de situaciones y trabajo en grupos. A través de la participación en las actividades que estos métodos utilizan, los jóvenes aprenden a desenvolverse mejor por sí mismos, a manejar sus relaciones y a tomar decisiones sobre la salud.

Esta pedagogía se basa en un amplio conjunto de investigaciones teóricas en las que se ha hallado que las personas aprenden qué hacer y cómo actuar observando a los demás, y que su conducta se ve reforzada por las consecuencias positivas o negativas que obtengan de esta observación. Además, numerosos ejemplos tomados de la investigación conductual y educativa muestran que la retención de comportamientos se puede realizar mediante la repetición. Tal como Albert Bandura, uno de los psicólogos sociales más destacados, lo expone: “cuando las personas repiten, mentalmente o mediante acciones, modelos de respuesta establecidos, tienen menos probabilidades de olvidarlos que si no piensan o practican lo que han visto” (Bandura, 1977).

El aprendizaje cooperativo o en grupo es otro aspecto importante de los programas basados en aptitudes. Muchos de estos programas sacan provecho del poder de los compañeros para influir en la adquisición y el mantenimiento subsiguiente de un comportamiento positivo. Al trabajar de forma cooperativa con los compañeros para desarrollar comportamientos sociales, los alumnos cambian el entorno normativo de compañerismo para apoyar los comportamientos sanitarios positivos (Wodarski y Feit). “Como estrategia educativa, por lo tanto, la educación para la salud basada en la adquisición de competencias se apoya en la presencia de un grupo de personas para su efectividad. Las interacciones que se producen entre alumnos, y entre alumnos y profesores, son esenciales para aprender el proceso” \*

Además del uso de métodos de enseñanza participativos e interactivos, la educación para la salud basada en la adquisición de competencias también considera las etapas de desarrollo (física, emocional y cognitiva) de una persona en el momento del aprendizaje. Cada actividad está diseñada para un grupo de estudiantes de una edad, un nivel de madurez, unas experiencias vitales y unas formas de pensamiento determinados. Al mismo tiempo, las actividades participativas ofrecen a los estudiantes la oportunidad de aprender unos de otros y de apreciar las diferencias, así como las similitudes, entre individuos en el entorno del aula.

En general, la educación basada en la adquisición de competencias se dirige a tres amplias categorías de competencias: vitales, cognitivas y emocionales. La mayoría de los programas incluyen las tres categorías en las lecciones.

\* “Handouts 1-5 on Life Skills Education”, Gillespie, A., UNICEF (documento inédito).

**Cuadro 3: Ejemplos de competencias para desenvolverse en la vida**

<i>Competencias sociales</i>	<i>Competencias colectivas</i>	<i>Competencias emocionales</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrategias comunicativas</li> <li>• Estrategias de negociación /rechazo</li> <li>• Estrategias de reafirmación personal</li> <li>• Estrategias de interacción con los demás (para desarrollar relaciones sanas)</li> <li>• Estrategias de cooperación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrategias para la toma de decisiones/ resolución de problemas                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprender las consecuencias de las acciones</li> <li>- Determinar soluciones alternativas a los problemas</li> </ul> </li> <li>• Estrategias de pensamiento crítico (analizar la influencia de los compañeros y de los medios de comunicación)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Controlar el estrés</li> <li>• Controlar los sentimientos, incluyendo la ira</li> <li>• Estrategias para aumentar la localización interna del control (autocontrol)</li> </ul>

Estas tres categorías no son excluyentes, sino complementarias y se refuerzan unas a otras. Por ejemplo, un programa cuyo objetivo sea fomentar la competencia social en niños enseñaría modos de pensar y determinaría alternativas para manejar una situación potencialmente violenta (estrategias cognitivas); a comunicar los sentimientos sobre la situación y pedir ayuda si fuese necesario (estrategias sociales); y a controlar las reacciones personales provocadas por el conflicto (estrategias emocionales).

Para que el refuerzo de resultados de un aprendizaje de calidad sea efectivo, la educación para la salud basada en la adquisición de competencias debe usarse conjuntamente con una materia o área de contenido determinada.\*\* Aprender la toma de decisiones, por ejemplo, toma mayor sentido si se dirige en el contexto de un tema en particular (por ejemplo, las decisiones que se toman acerca del consumo de tabaco). Además, mientras la educación basada en la adquisición de competencias se centra de alguna forma en el cambio de hábitos, no es probable que una actividad de aprendizaje afecte al cambio de hábitos si no se tienen en cuenta aspectos relativos al conocimiento y a las actitudes (por ejemplo, un alumno no intentará negociar un uso efectivo de preservativos si no sabe que puede prevenir la transmisión de enfermedades o no cree que los preservativos sean necesarios). Por lo tanto, es importante que los acercamientos basados en las competencias estén acompañados de actividades que se centren en los conocimientos y actitudes de los alumnos.

El siguiente cuadro ofrece una perspectiva general del contenido informativo que se puede aplicar a la educación para la salud basada en la adquisición de competencias:

\*\* Este párrafo está adaptado de “Handouts 1-5 on Life Skills Education”, Gillespie, A., UNICEF (documento inédito)

**Cuadro 4: Contenido informativo que puede acompañar a la educación para la salud basada en la adquisición de competencias**

		<b>Ejemplos de contenido informativo</b>
<b>Áreas de contenido específico</b>	Prevención de la violencia/ resolución de conflictos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones potenciales de conflicto</li> <li>• Mitos sobre la violencia perpetuados por los medios de comunicación</li> <li>• Papel del agresor, la víctima y los transeúntes</li> </ul>
	Consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Influencias sociales para consumir alcohol, tabaco y otras drogas</li> <li>• Situaciones potenciales en que se pueden ofrecer sustancias</li> <li>• Falsas ideas sobre los niveles de consumo de alcohol, tabaco y otras drogas en la comunidad o por los compañeros</li> </ul>
	Relaciones sociales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Amistades</li> <li>• Relaciones amorosas</li> <li>• Relación padre/hijo</li> </ul>
	Salud sexual y reproductiva	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Información sobre el VIH/SIDA y las ETS</li> <li>• Mitos y falsas ideas sobre el VIH/SIDA</li> <li>• Mitos sobre los modelos masculino y femenino y la imagen del cuerpo perpetuados por los medios de comunicación</li> <li>• Igualdad de hombres y mujeres (o su carencia) en la sociedad</li> <li>• Influencias sociales sobre los comportamientos sexuales</li> <li>• Citas y relaciones</li> </ul>
	Forma física/ nutrición	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comida sana</li> <li>• Ejercicio /deportes</li> <li>• Prevención de la anemia y la carencia de hierro</li> <li>• Desórdenes alimenticios</li> </ul>

Además, la educación basada en la adquisición de competencias enfatiza el uso de actividades de aprendizaje culturalmente relevantes y sensibles a la igualdad de sexos. Para alcanzar este objetivo, las actividades de aprendizaje ofrecen a los participantes muchas oportunidades de colaborar en la naturaleza y contenido de las situaciones que se originen (por ejemplo, al crear sus propios estudios de casos, al hacer una tormenta de ideas con escenarios posibles, etc.). De esta forma, se asegura que las situaciones sean realistas y relevantes en la vida diaria de los participantes. Es muy importante que las competencias que adquieran y practiquen los jóvenes puedan transferirse fácilmente a la vida fuera del aula.

## ¿Por qué es importante la educación para la salud basada en la adquisición de competencias?

Durante la última década, un gran número de investigaciones han documentado que las intervenciones basadas en la adquisición de competencias pueden fomentar muchas actitudes y comportamientos positivos, incluyendo una mayor sociabilidad, mejora en la comunicación, toma de decisiones sanas y resolución de conflictos efectiva. Los estudios demuestran que estas intervenciones también resultan efectivas para prevenir comportamientos negativos o de alto riesgo, como el consumo de tabaco y otras drogas, la práctica de sexo no seguro y el uso de la violencia. La tabla inferior resume algunos de los resultados de estudios de investigación sobre los programas de educación basada en la adquisición de competencias. Es importante resaltar que la investigación también ha averiguado que los programas que incorporan el desarrollo de competencias son más efectivos que los programas que sólo se centran en la transferencia de información (por ejemplo, a través de la lectura).

### Las investigaciones muestran que la educación basada en la adquisición de competencias puede:

- Retrasar la edad de inicio en el **abuso de tabaco, alcohol y marihuana** (Botvin et al., 1995. Hansen, Johnson, Flay, Graham y Sobel, 1988)
- Prevenir **comportamientos sexuales de alto riesgo** (O'Donnell et al., 1999; Kirby, 1994; Schinke, Blythe, y Gilchrest, 1981)
- Enseñar el **control de la ira** (Deffenbacher, Oetting, Huff y Thwaites, 1995; Deffenbacher, Lynch, Oetting y Kemper, 1996; Feindler et al., 1986)
- Prevenir la **delincuencia** (Young, Kelley y Denny, 1997)
- Fomentar **comportamientos sociales adaptativos** (Englander-Golden et al., 1989)
- Mejorar los comportamientos relacionados con la salud y la **autoestima** (Elias, Gara, Schulyer, Branden-Muller y Sayette, 1991)
- Mejorar el **rendimiento académico** (Elias, Gara, Schulyer, Branden-Muller y Sayette, 1991)
- Prevenir el rechazo de los compañeros (Mize y Ladd, 1990)

## ¿Quién puede enseñar educación para la salud basada en la adquisición de competencias?

Tanto profesores, como orientadores, psicólogos, enfermeras de escuela y otros profesionales de la salud tienen una responsabilidad en la educación para la salud basada en la adquisición de competencias. La clave del éxito reside en la formación exhaustiva de los educadores sobre las características básicas de la educación basada en la adquisición de competencias. Esta formación debería estar dirigida a: 1) aumentar su conocimiento sobre el contenido que se aprende/enseña; 2) aumentar la familiaridad y la comodidad de

los educadores con la metodología interactiva en el aula; 3) aumentar la comprensión de los educadores sobre los temas de desarrollo en el aprendizaje; y 4) fortalecer las habilidades de los educadores para controlar el comportamiento de la clase, ya que la educación basada en la adquisición de competencias necesita un grupo grande para su desarrollo y trata temas delicados.

**Una formación efectiva sobre la educación basada en la adquisición de competencias enseña a los educadores cómo:**

- Establecer un ambiente efectivo y seguro donde los alumnos se sientan apoyados
- Acceder a fuentes de información sobre la salud
- Tratar temas delicados
- Modelar las competencias que se abordan en el programa
- Aplicar métodos de enseñanza interactivos en el aula
- Ofrecer críticas constructivas, así como refuerzos y respuestas positivos
- Controlar el proceso del grupo

Sea cual sea la agencia que implante primero la educación basada en la adquisición de competencias, es igual de importante que los que ofrezcan el programa colaboren con las personas interesadas y los miembros de la comunidad en todas las etapas de planificación y duración del proceso. Por ejemplo, los educadores pueden invitar a los padres a los programas de formación para reforzar sus propias competencias de comunicación con los niños o de control de sus circunstancias personales. Igualmente, se puede invitar a otros miembros de la comunidad (como trabajadores sanitarios o policías) a participar en actividades de aprendizaje específicas tanto fuera como dentro del aula. La tabla inferior resume quién sería idóneo para impartir la educación basada en la adquisición de competencias.

**Educadores efectivos de aptitudes para la vida**

<b>Pueden ser...</b>	<b>La comunidad debe considerar que estas personas...</b>	<b>Deberían tener estas cualidades...</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orientadores</li> <li>• Líderes juveniles</li> <li>• Trabajadores sociales</li> <li>• Trabajadores sanitarios</li> <li>• Profesores</li> <li>• Padres</li> <li>• Psicólogos</li> <li>• Médicos</li> <li>• Otros adultos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gozan de credibilidad</li> <li>• Son de confianza</li> <li>• Poseen una alta posición social</li> <li>• Constituyen un modelo de conducta positivo</li> <li>• Tienen éxito</li> <li>• Son competentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Competencia en el proceso del grupo</li> <li>• Habilidad para guiar y facilitar</li> <li>• Respeto por niños y adolescentes</li> <li>• Cariño, entusiasmo y ofrecer su apoyo</li> <li>• Conocimiento sobre áreas de contenido específicas que afecten a los adolescentes</li> <li>• Conocimiento sobre los recursos de la comunidad</li> </ul>

## ¿Cuáles son los retos de implementar la educación para la salud basada en la adquisición de competencias?

Algunos de los retos más importantes de implementar la educación basada en la adquisición de competencias son:

1. A menudo se espera que el personal sanitario, los profesores y los trabajadores sociales ayuden a los adolescentes a desarrollar competencias que ellos mismos no poseen. Las personas que imparten el programa pueden necesitar ayuda para adquirir afirmación, control del estrés y/o estrategias para la resolución de problemas antes de poder enseñar estas competencias en el aula. Por lo tanto, un componente importante de cualquier programa de formación son las actividades en las que los educadores potenciales también pueden abordar sus necesidades personales.
2. Es necesario formar a los adultos en el uso de métodos activos de enseñanza. La educación para la salud basada en la adquisición de competencias potencia la participación de todos los estudiantes y, como consecuencia, puede crear una dinámica en el aula que algunos de los profesores no conocen. Sin embargo, las investigaciones muestran que los profesores que en un principio no se sentían cómodos con la idea de utilizar métodos participativos en sus clases se sobrepusieron a sus reticencias después de practicarlos durante las sesiones de formación. La confianza de los profesores es esencial para el éxito de la educación basada en la adquisición de competencias.
3. Los educadores pueden sentirse incómodos al abordar preguntas o temas delicados. Algunos educadores pueden sentir que no están preparados para hablar con sus alumnos de temas como la salud reproductiva y sexual, la violencia o las relaciones. También es posible que no sepan dónde acudir para buscar información sobre estos temas. De nuevo, la formación de los profesores sobre cómo tratar y responder preguntas o comentarios sobre temas delicados constituye la clave para afrontar este reto. También se debería animar a los educadores a compartir ideas y sugerencias durante el año escolar.
4. Los educadores cobran poco y tienen mucho trabajo. Los educadores pueden no tener ni la moral ni la energía necesarias para aprender nuevos métodos. Por lo tanto, deben entender cómo la educación basada en la adquisición de competencias puede ofrecer beneficios inmediatos y duraderos tanto para sus alumnos como para su propia vida personal y profesional. Los programas de formación deben incluir actividades que ayuden a los profesores a desarrollar estrategias que puedan necesitar en su vida diaria, como mejorar las relaciones, evitar la violencia sexual y el acoso o vencer el consumo de alcohol o drogas. Los estudios muestran que los programas de educación basados en la adquisición de competencias pueden, de hecho, mejorar la asistencia y la moral de los educadores. (Allegrante, 1998)

5. A menudo se exige a los profesores que implanten varios programas sin que sepan muy bien cómo están relacionados y cuáles son sus ventajas. Una falta de coordinación entre los administradores de la escuela, los coordinadores del programa y los sectores educativo y sanitario puede dar como resultado varios programas compitiendo entre sí. Esto les resultaría frustrante a los profesores sobrecargados, que pueden llegar a percibir estos programas como un trabajo añadido. La clave para superar este reto es una colaboración estrecha entre todos los implicados, incluyendo los profesores, de forma que exista un entendimiento claro de cómo el nuevo programa puede utilizarse de forma real para complementar lo ya implantado.

### **¿Cuáles son las claves del éxito a la hora de implantar la educación para la salud basada en la adquisición de competencias?**

*El centro de la implantación lo constituye un proceso de planificación que comienza con el objetivo en mente. Lo esencial es ajustar el programa a los intereses y necesidades de los educadores y de los jóvenes, y a las condiciones y recursos locales. Como cualquier otro reto, no se puede llevar a cabo la implantación sin los educadores no están entusiasmados ni se involucran en el proyecto.*

*Los educadores, ya sean profesores, sanitarios, orientadores o voluntarios, constituyen el componente esencial del proceso de implantación. De hecho, muchos programas han prosperado, incluso a pesar de la carencia de políticas nacionales, debido al talento y el compromiso de los ciudadanos locales. Otro factor importante es el examen, y su respuesta, de los intereses, las necesidades y las condiciones de trabajo del personal.*

*A pesar de los desafíos que puedan surgir en la implantación de la educación basada en la adquisición de competencias, las recompensas y los resultados positivos consecuencia de estos programas son inconmensurables. Creando un esfuerzo coordinado entre todas las partes interesadas, a nivel local y nacional, las personas que respaldan o planifican el programa pueden ayudar a asegurar que el programa educativo sea efectivo y sostenible.*

### **Obras de referencia**

Allegrante, J. (1998), "School-Site Health Promotion for Staff", en *Health is Academic: A Guide to Coordinated School Health Programs*. Editores: Marx, E. y Frelick Wolley, S.; Nueva York: Teachers College Press.

Bandura, A. (1977), *Social learning theory*. Englewood Cliffs, Nueva Jersey: Prentice-Hall.

Botvin, G.J., Schinke, S.P., Epstein, J. A. y Diaz, T. (1995), "The effectiveness of culturally focused and generic skills training approaches to alcohol and drug abuse prevention among minority youth: Two-year follow up results", *Psychology of Addictive Behaviours*, 9: 183-194.

Deffenbacher, J., Oetting, E., Huff, M., Thwaites, G. (1995), "Fifteen-month follow-up of social skills and cognitive-relaxation approaches to general anger reduction", *Journal of Counseling Psychology*, 42(3): 400-405

Deffenbacher, J., Lynch, R., Oetting, E., and Kemper, C. (1996), "Anger reduction in early adolescents", *Journal of Counseling Psychology*, 41(2): 149-157.

Elias, M., Gara, M., Schulyer, T., Brandon-Muller, L. y Sayette, M. (1991), "The promotion of social competence", *American Journal of Orthopsychiatry*, 6(13): 409-417.

Englander-Goldern, P., Jackson, J., Crane, K., Schwarkopf, A. y Lyle, P. (1989), "Communication skills and self-esteem in prevention of destructive behaviours", *Adolescence*, 14: 481-501.

Feindler, E., Ecton, R., Kingsley, D. y Dubey, D. (1986), "Group anger-control training for institutional psychiatric male adolescents", *Behaviour Therapy*, 17: 109-123.

Hansen, W., Johnson, C., Flay, B., Graham, J. y Sobel, J. (1988). "Affective and social influence approaches to the prevention of multiple substance abuse among seventh grade students: Results from Project SMART", *Preventive Medicine*, 17: 135-188

Kirby, D. (1994), *School-based programs to reduce sexual risk-taking behaviours: Sexuality and HIV/AIDS education, health clinics, and condom availability programs*. Artículo presentado en la Reunión Anual de la Asociación Americana de Salud Pública, San Diego, 31 de octubre de 1994.

Mize, J. y Ladd, G. (1990), "A cognitive-social learning approach to social skill training with low-status preschool children", *Developmental Psychology*, 26(3): 388-397

O'Donnell L et al. (1999), "The effectiveness of the *Reach for Health* Community Youth Service Learning Program in reducing early and unprotected sex among urban middle school students", *American Journal of Public Health*, 89:176-181.

Schinke, S., Blythe, B. y Gilchrest LD. (1981), "Cognitive-behavioural prevention of adolescent pregnancy", *Journal of Counseling Psychology*, 28 451-454.

Young, M., Kelley, R. y Denny, G. (1997), "Evaluation of selected life-skills modules from the contemporary health series with students in Grade 6", *Perceptual and Motor Skills*, 84: 811-818.

Wodarski, JS. y Feit, MD. (1997), "Adolescent Preventive Health: A Social and Life Group Skills Paradigm", *Family Therapy*, vol. 24, n°3,pág. 191-208.

Organización Mundial de la Salud (1993), Programme on Mental Health, *Life Skills Education in Schools*.

# Sección doce:

## Apéndices

### **A. Material adicional para las actividades:**

- **Transparencias para la presentación de las actividades.**
- **Evaluaciones.**
- **Nuevas plantillas para realizar las actividades.**

### **B. Recursos:**

- **Acción local: crear Escuelas Promotoras de Salud.**
- **Ciclos informativos de la OMS sobre la Sanidad Escolar.**  
**Documento n.º6: prevenir el VIH/SIDA y las enfermedades de transmisión sexual (ETS) y luchar contra la discriminación asociada: una de las principales responsabilidades de las Escuelas Promotoras de Salud.**
- **Prevención de la infección por el VIH.**
- **Precauciones generales para prevenir la transmisión del VIH.**
- **Medios para prevenir la transmisión del VIH en caso de accidente en las escuelas.**
- **Bibliografía.**

# Material adicional para las actividades

## TRANSPARENCIAS PARA LA PRESENTACIÓN DE LAS ACTIVIDADES

1. Actividad uno: comprensión del VIH/SIDA
2. Actividad dos: ¿correrías ese riesgo?
3. Actividad tres: por qué corremos riesgos (para contraer el VIH)
4. Actividad cuatro: competencias para protegernos a nosotros mismos (Comunicación y diálogo para unas relaciones sexuales más seguras)
5. El uso de preservativos (por hombres y mujeres).
6. Actividad seis: juegos de rol y trabajo en grupos para el desarrollo de técnicas de argumentación.
7. Actividad siete: te agradezco que me hagas esa pregunta (lluvia de ideas y análisis posterior de los compañeros).
8. Actividad ocho: por un programa educativo sobre el VIH/SIDA.
9. Actividad nueve: la familia y los amigos.
10. Actividad diez: ¿qué hago cuando me sienta...?
11. Actividad once: transmitir la información apropiada.
12. Actividad doce: se puede esperar.
13. Actividad trece: ¿qué entraña riesgos y cómo permanezco seguro?
14. Actividad catorce: todo sobre los preservativos.
15. Actividad quince: necesito saber.
16. Actividad dieciséis: nos hacemos mayores.
17. Actividad diecisiete: elegir uno mismo.
18. Actividad dieciocho: decisiones saludables.
19. Actividad diecinueve: negarse a mantener relaciones sexuales.

## EVALUACIONES

Número/Título de la actividad: **Actividad 1- Comprensión del VIH/SIDA**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: evaluar y reforzar el conocimiento del VIH/SIDA y sus formas de transmisión.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

3. Esta actividad:

- En cuanto a su desarrollo, ¿es apropiada para los destinatarios a los que se dirige?

Si  No

- ¿Es interesante para los destinatarios a los que se dirige?

Si  No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para que el desarrollo de la misma fuese más apropiado o para hacerla más interesante?

---

---

---

---

---

---

4. La actividad:

- ¿Cumple de manera apropiada con las necesidades de ambos sexos en tu cultura/país?

Si  No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías?

---

---

---

---

---

---

---

5. La actividad:

- ¿Utiliza materiales disponibles en tu entorno?

Si  No

Si la respuesta es NO, ¿tienes alguna sugerencia acerca de otros materiales que estén más a tu alcance?

---

---

---

---

6. ¿Harás uso de esta actividad cuando vuelvas a tu país?

Si  Quizás  No

Si la respuesta es NO o QUIZÁS, ¿por qué no?

---

---

---

---

7. ¿Te sentirías cómodo formando a otras personas para que utilicen esta actividad?

Si  Quizás  No

Si la respuesta es NO o QUIZÁS, ¿qué necesitarías para sentirte más cómodo?

---

---

---

---

8. a. ¿Qué es lo que más te ha gustado de la actividad? ¿Por qué?



Número/Título de la actividad: **Actividad 2- Recuerdo cuando... (corrí un riesgo)**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: que los participantes observen por qué corremos riesgos y reflexionen sobre cómo juzgamos a otros que corren el mismo riesgo.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 3 - ¿Por qué corremos riesgos?**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: examinar los motivos por los que la gente se arriesga a contraer el VIH y cómo las situaciones personales pueden influir en sus decisiones o acciones.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular

Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si

No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si

No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si

No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 4 - Competencias para protegernos a nosotros mismos.**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: aumentar las capacidades comunicativas y negociadoras de los participantes para ayudarles a disminuir el riesgo de contagio por el VIH.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 5 - El uso de preservativos.**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: aumentar el conocimiento de los participantes sobre cómo comprar preservativos y sobre cómo maximizar la seguridad de los mismos.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 6 - Juegos de rol y trabajo en grupos para el desarrollo de técnicas de argumentación.**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: consolidar las competencias de los participantes en el uso de los juegos de rol para educar acerca del VIH/SIDA y propugnar programas de prevención contra el VIH efectivos.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 7 - Te agradezco que me hagas esa pregunta.**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: demostrar que la lluvia de ideas es un método pedagógico efectivo y desarrollar las competencias comunicativas e interpersonales de los participantes.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 8 - Rompiendo el silencio. Por un programa educativo sobre el VIH/SIDA.**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: capacitar a los participantes para reunir apoyos y recursos para llevar a cabo e institucionalizar intervenciones que puedan prevenir el VIH/SIDA y la discriminación asociada en las escuelas.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 9 – La familia y los amigos.**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: ayudar a los estudiantes a comprender la importancia de comunicarse con los amigos y la familia, en especial si tienen miedo o se sienten intranquilos.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 10 – ¿Qué hago cuando me siento...?**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: ayudar a los estudiantes más jóvenes a desarrollar capacidades para hacer frente a emociones negativas de una manera positiva.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 11 – Transmitir la información apropiada.**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: informar sobre el VIH/SIDA a los familiares, a los amigos y a los miembros de la comunidad de una manera precisa y efectiva.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 12 – Se puede esperar.**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: que los jóvenes desarrollen la capacidad para comunicar la voluntad de retrasar el inicio de las relaciones sexuales.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 13 – ¿Qué entraña riesgos y cómo permanezco seguro?**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: dotar a los estudiantes con las habilidades para valorar el nivel de riesgo entorno a determinadas conductas y para negociar relaciones sexuales más seguras.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 14 – Todo sobre los preservativos.**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: aumentar el conocimiento de los estudiantes sobre el acceso a los preservativos y sobre su uso eficaz.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 15 – Necesito saber.**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: aumentar el conocimiento de los estudiantes acerca de la sexualidad, los servicios sanitarios o el abuso de sustancias que sean relevantes para su salud y bienestar.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 16 – Nos hacemos mayores.**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: incrementar la capacidad de los estudiantes para hablar de sexualidad con sus compañeros y con adultos.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 17 – Elegir uno mismo.**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: fomentar las capacidades el pensamiento crítico en los estudiantes para analizar situaciones complejas que exijan tomar una decisión de entre un abanico de posibilidades.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 18 – Decisiones saludables.**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: utilizar habilidades para resolver problemas y así identificar un conjunto de decisiones y sus consecuencias en relación con la salud de los jóvenes.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

---

Número/Título de la actividad: **Actividad 19 – Negarse a mantener relaciones sexuales.**

Nombre del revisor/País del revisor:

Objetivo de la actividad: adquirir la capacidad para negarse a mantener relaciones sexuales.

1. ¿Crees que esta actividad logra cumplir su objetivo de manera satisfactoria?

Regular       1       2       3       4       5      Muy bien

Utiliza el espacio inferior para desarrollar tu respuesta.

---

---

---

---

2. La actividad:

- ¿Utiliza un lenguaje/vocabulario apropiado para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza métodos pedagógicos apropiados para tu cultura/país?

Si       No

- ¿Utiliza ejemplos, estudios y juegos de rol apropiados para tu cultura/país?

Si       No

Si tu respuesta es NO, ¿qué cambios harías para mejorar la adecuación cultural de la actividad?

---

---

---

---

---

## NUEVAS PLANTILLAS PARA REALIZAR LAS ACTIVIDADES

ACTIVIDAD 1:

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:

Objetivo: Destreza: habilidad para desarrollar un sistema de valores personal e independiente de la influencia de los compañeros.

Fase del desarrollo: preadolescentes.

Métodos:

Materiales:

Tiempo:

Perspectiva general:

INTRODUCCIÓN: 5 Minutos.

EJERCICIOS:

EJERCICIOS (continuación):

CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

ACTIVIDAD 2:

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:

Objetivo:

Destreza: habilidad para discutir sobre la conducta sexual y otros asuntos personales con confianza y autoestima positiva.

Fase del desarrollo: preadolescentes.

Métodos:

Materiales:

Tiempo:

Perspectiva general:

INTRODUCCIÓN: 5 Minutos.

EJERCICIOS:

EJERCICIOS (continuación):

CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

ACTIVIDAD 3:

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:

Objetivo:

Destreza: habilidad para mostrar empatía hacia las personas que puedan estar infectadas por el VIH.

Fase del desarrollo: preadolescentes.

Métodos:

Materiales:

Tiempo:

Perspectiva general:

INTRODUCCIÓN: 5 Minutos.

EJERCICIOS:

EJERCICIOS (continuación):

CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

ACTIVIDAD 4:

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:

Objetivo:

Destreza: habilidad para buscar e identificar fuentes en las que se puedan obtener preservativos.

Fase del desarrollo: adolescentes.

Métodos:

Materiales:

Tiempo:

Perspectiva general:

INTRODUCCIÓN: 5 Minutos.

EJERCICIOS:

EJERCICIOS (continuación):

CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

ACTIVIDAD 5:

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:

Objetivo:

Destreza: habilidad para buscar e identificar fuentes de ayuda en relación con problemas de abuso de sustancias, incluyendo fuentes para obtener agujas limpias o para cambiarlas.

Métodos:

Materiales:

Tiempo:

Perspectiva general:

INTRODUCCIÓN: 5 Minutos.

EJERCICIOS:

EJERCICIOS (continuación):

CIERRE DE LA ACTIVIDAD: 5 minutos

# Recursos

**ACCIÓN LOCAL: CREAR ESCUELAS PROMOTORAS DE SALUD.**

**CICLOS INFORMATIVOS DE LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD  
SOBRE LA SANIDAD ESCOLAR.**

Documento n°6: Prevenir el VIH/SIDA y las Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS) y luchar contra la discriminación asociada: una de las principales responsabilidades de las Escuelas Promotoras de Salud

## PREVENCIÓN DE LA INFECCIÓN POR EL VIH

Para prevenir la expansión de la infección por el VIH, evita conductas que impliquen el contacto con sangre, semen, secreciones vaginales o fluidos corporales con presencia de sangre. Sobre todo evita las relaciones sexuales con alguien que pueda ser seropositivo y no compartas “instrumental para drogas inyectables”.

**Las siguientes medidas preventivas se aplican a las prácticas sexuales personales y al uso de drogas inyectables.**

- **No mantener relaciones sexuales con una persona seropositiva.**
- **No compartir agujas con una persona seropositiva.**

### PARA PREVENIR LA INFECCIÓN POR EL VIH:

1. Para prevenir la transmisión sexual del VIH, abstente de mantener relaciones sexuales con una persona seropositiva.
2. Pregunta por el historial sexual a tu pareja, bien sea la actual o la futura.
3. Practica la abstinencia o la fidelidad a una sola pareja. Reducir el número de parejas sexuales también minimiza el riesgo de infección por el VIH.
4. Utiliza siempre un preservativo, de principio a fin, durante cualquier tipo de relación sexual (vaginal, anal y oral). Haz uso de preservativos de látex en lugar de los de membrana natural. Utilizados de manera apropiada, los condones de látex ofrecen mayor protección contra los agentes patógenos transmitidos por vía sexual, incluyendo el VIH.
5. Utiliza únicamente lubricantes de base acuosa. No uses saliva o lubricantes de base oleosa, como por ejemplo vaselina o margarina vegetal. Si decides emplear un espermicida junto con un preservativo, es preferible que sea uno de aplicación vaginal siguiendo las indicaciones de los fabricantes.
6. Evita el sexo anal o la brusquedad en las penetraciones vaginales. No hagas nada que pueda dañar la piel o las membranas mucosas de los genitales, del ano o de la boca y que pueda provocar hemorragias.
7. Utiliza preservativos incluso para el sexo oral.
8. Evita los besos “de tornillo” profundos y húmedos con una persona seropositiva. Podría producirse alguna herida en la boca, con el consiguiente intercambio de sangre. Por el contrario, los abrazos, las caricias y los besos “secos” con tu pareja son seguros.

9. Evita las bebidas alcohólicas y las drogas ilegales, ya que pueden dañar tu sistema inmunológico y empañar tu juicio. Si utilizas drogas, no compartas “instrumental para drogas inyectables”. Tampoco compartas agujas, jeringuillas o cucharas para diluir la droga.
10. No compartas objetos de uso personal, tales como cepillos de dientes, maquinillas de afeitar o aparatos que se hayan utilizado durante alguna relación sexual y que puedan tener restos de sangre, semen o fluidos vaginales.
- 11. Si eres una persona seropositiva, has compartido agujas o mostrado conductas sexuales que hayan derivado en el contagio del VIH, no dones sangre, plasma, esperma, órganos o tejidos.**

---

Última actualización: 1 de octubre de 1997. Centers for Disease Control & Prevention, National Center for HIV, STD, and TB Prevention, Divisions of HIV/AIDS Prevention (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, Centro Nacional para la Prevención del VIH, Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS) y Tuberculosis, Divisiones para la Prevención del VIH/AIDS).

---

## PRECAUCIONES GENERALES PARA PREVENIR LA TRANSMISIÓN DEL VIH

Las actividades docentes y de aprendizaje normales no representan ningún riesgo para ti en lo que se refiere al contagio por el VIH. No obstante, los accidentes y lesiones en la escuela pueden provocar situaciones en las que te encuentres expuesto a los fluidos corporales de otra persona. Normalmente, la gente no es consciente de su condición de seropositiva y, a simple vista, tampoco se puede deducir quién lo es. Por este motivo, deberías adoptar una serie de precauciones generales con todas las personas y ante cualquier situación en la que haya presencia de fluidos corporales.

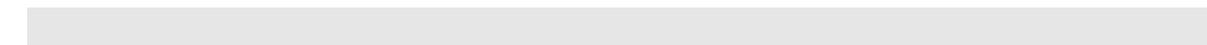
1. Evita el contacto directo con la sangre o los fluidos corporales de cualquier persona. Utiliza guantes cuando tengas que atender a alguien que esté sangrando o cuando limpies sangre, vómitos, heces, pus, orina, piel dañada o membranas mucosas (ojos, nariz y boca). Los guantes no deben utilizarse más de una vez. Los estudiantes no deben tocar sangre o heridas. Éstos deberían pedir ayuda a los empleados si se produce algún tipo de lesión o hemorragia nasal.
2. Detén cualquier hemorragia lo antes posible. Ejerce presión directa sobre la zona con la primera toalla o trapo que tengas a mano. A menos que la persona herida esté inconsciente o muy grave, deberías indicarle cómo hacerlo ella misma. En el caso de una hemorragia nasal, muéstrale la manera de aplicar presión sobre el puente de la nariz.
3. Ayuda a los heridos a lavar las rozaduras o las heridas en agua limpia con antiséptico, si está disponible, o con lejía corriente diluida en agua (1 parte de lejía por 9 de agua). Cubre las heridas con apósitos resistentes al agua o con tiritas. Mantén tapadas en todo momento las heridas, rozaduras, llagas o lesiones (con la piel abierta).
4. Lávate las manos o cualquier parte de la piel que haya entrado en contacto con sangre u otros fluidos corporales inmediatamente y de manera concienzuda. También deberías lavártelas tras quitarte los guantes. El lavado se debe realizar bajo el grifo con abundante agua. Si no hay ningún grifo, vierte agua limpia de algún recipiente sobre la zona a lavar. Si se dispone de antiséptico, haz uso del mismo. En caso contrario, diluye lejía corriente en agua (1 parte de lejía, por nueve de agua). Si la sangre te ha salpicado el rostro, en especial los ojos o las membranas mucosas de la nariz y boca, deberías aclararlo bajo el grifo con abundante agua durante 3 minutos.
5. Limpia las superficies o suelos contaminados con agua y lejía (1 parte de lejía, por 9 de agua). Deposita los vendajes y los trapos ensangrentados en una bolsa de plástico e incinéralos (hasta reducirlos a cenizas) o envíalos a la compañía de desecho de residuos adecuada. Cualquier instrumento o equipo contaminado ha de ser lavado, desinfectado en lejía durante una hora y secado. Asegúrate de que los cuartos de baño y servicios estén limpios, higienizados y libres de manchas de sangre.

6. Todas las escuelas deben asegurarse de disponer de puntos para depositar las compresas y los tampones. Todas las empleadas y las estudiantes deben tener conocimiento de estos puntos, y evitar así que otras personas tengan contacto con estos artículos.

---

Adaptado de: Centers for Disease Control. Recommendations for prevention of HIV transmission in health-care settings. MMWR 1987;36 (suppl no. 2S) [Centros para el Control de las Enfermedades. Recomendaciones para la prevención de la transmisión del VIH en el marco de la asistencia sanitaria. Informe Semanal sobre la Morbilidad y la Mortalidad (MMWR) 1987; 36 (suplemento núm. 2S)]: <http://aepo-xdv-www.epo.cdc.gov/wonder/prevguid/p0000318/p0000318.asp#head001000000000000>; y : Ministry of Education of South Africa. The HIV/AIDS Emergency Guidelines for Educators (Ministerio de Educación de Suráfrica. Directrices de emergencia sobre el VIH/SIDA para educadores). [http://education.pwv.gov.za/HIVAIDS\\_Folder/AIDS\\_book.pdf](http://education.pwv.gov.za/HIVAIDS_Folder/AIDS_book.pdf)

---



## **INSTRUMENTAL NECESARIO PARA PREVENIR LA TRANSMISIÓN DEL VIH EN CASO DE ACCIDENTE EN LA ESCUELA.**

### **TODAS LAS ESCUELAS DEBERÍAN TENER A MANO EL SIGUIENTE INSTRUMENTAL PARA PREVENIR LA TRANSMISIÓN DEL VIH**

- Dos BOTIQUINES de primeros auxilios que contengan:
  - cuatro pares de guantes de látex (dos de talla mediana y dos de talla grande)
  - Llevarlos puestos en todo momento cuando se atienda a una persona que esté sangrando como consecuencia de alguna herida o de alguna hemorragia nasal.
  - Cuatro pares de guantes de goma de uso doméstico (dos de talla mediana y dos de talla grande).
  - Cualquier persona que limpie sangre de alguna superficie, del suelo o de trapos también debería llevar guantes.
  - Apósitos para cubrir heridas, cortes o rozaduras (ej.: tela de hilo o gasa), tiritas resistentes al agua, desinfectante (ej.: lejía corriente), tijeras, algodón hidrófilo, esparadrapo para sujetar los apósitos y pañuelos de papel.
  - Una boquilla para realizar el boca a boca.
  - Aunque el VIH no se transmite a través de la saliva, para minimizar los riesgos de el boca a boca en caso de emergencia debería disponerse de boquillas.
  
- Una botella de lejía corriente
  
- Un fardo de bolsas de la compra de plástico que no tengan agujeros

Si no hay guantes disponibles las bolsas de plástico se pueden poner en las manos, siempre y cuando no tengan agujeros y se tomen precauciones para que no entre sangre o agua utilizada para limpiarla en el interior de las mismas.

- Un recipiente para verter agua

Si en tu escuela no hay agua corriente, se debería tener en todo momento un bidón de 25 litros de agua limpia para su uso en caso de emergencia.

---

Adaptado de: Centers for Disease Control. Recommendations for prevention of HIV transmission in health-care settings. MMWR 1987;36 (suppl no. 2S) [Centros para el Control de las Enfermedades. Recomendaciones para la prevención de la transmisión del VIH en el marco de la asistencia sanitaria. Informe Semanal sobre la Morbilidad y la Mortalidad (MMWR) 1987; 36 (suplemento núm. 2S)]: <http://aepo-xdv-www.epo.cdc.gov/wonder/prevguid/p0000318/p0000318.asp>; y : Ministry of Education of South Africa. The HIV/AIDS Emergency Guidelines for Educators (Ministerio de Educación de Suráfrica. Directrices de emergencia sobre el VIH/SIDA para educadores). [http://education.pwv.gov.za/HIVAIDS\\_Folder/AIDS\\_book.pdf](http://education.pwv.gov.za/HIVAIDS_Folder/AIDS_book.pdf)

---

## BIBLIOGRAFÍA

Allegrante, J. (1998). School-Site Health Promotion for Staff. In *Health is Academic: A Guide to Coordinated School Health Programs*. Editors Marx, E and Frelick Wolley, S. New York: Teachers College Press. [“La promoción de la salud para el personal en el ámbito escolar”, en *La salud es educación: guía para los programas de promoción de la salud*].

Bandura, A (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.(Teoría del aprendizaje social.)

Botvin, G.J. Schinke, S.P. Epstein, J. A., & Diaz, T. (1995). The effectiveness of culturally focused and generic skills training approaches to alcohol and drug abuse prevention among minority youth: Two-year follow up results. *Psychology of Addictive Behaviours*. 9: 183-194. [“La efectividad de un acercamiento cultural y de formación de habilidades genéricas sobre la prevención del abuso del alcohol y las drogas entre los jóvenes: resultados de dos años de seguimiento”. *Psicología de las conductas de la adicción*].

Centers for Disease Control and Prevention, Division of HIV/AIDS Prevention, National Center for HIV, STD, and TB Prevention. (1998, November, 2). *AIDS Prevention Guide*. [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, División para la Prevención del VIH/SIDA, Centro Nacional para la Prevención del VIH, Enfermedades de Transmisión Sexual y Tuberculosis. Guía para la prevención contra el SIDA].

Centers for Disease Control & Prevention, Division of HIV/AIDS Prevention, National Center for HIV, STD, and TB Prevention. (1999, September). *Condoms and Their Use in Preventing HIV Infection and Other STD* (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, División para la Prevención del VIH/SIDA, Centro Nacional para la Prevención del VIH, Enfermedades de Transmisión Sexual y Tuberculosis. Los preservativos y su uso para prevenir el contagio del VIH y otras Enfermedades de Transmisión Sexual). <http://www.cdc.gov/spanish/vih/pubs/facts/condoms.htm>.

Centers for Disease Control & Prevention, Division of HIV/AIDS Prevention, National Center for HIV, STD, and TB Prevention. (1998, November 30). *How is HIV Passed from one Person to Another?* (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, División para la Prevención del VIH/SIDA, Centro Nacional para la Prevención del VIH, Enfermedades de Transmisión Sexual y Tuberculosis. ¿Cómo se contagia el VIH de una persona a otra? <http://www.cdc.gov/spanish/vih/pubs/faq/s-faq16.htm>).

Centers for Disease Control and Prevention. (1987). Recommendations for prevention of HIV transmission in health-care settings. *MMWR*;36 (suppl no. 2S). [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Recomendaciones para la prevención de la transmisión del VIH en el marco de la asistencia sanitaria. *MMWR*(Informe Semanal sobre la Morbilidad y la Mortalidad); 36 (suplemento núm. 2S)]. <http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/00023587.htm>

Deffenbacher, J., Oetting, E., Huff, M., Thwaites, G. (1995). Fifteen-month follow-up of social skills and cognitive-relaxation approaches to general anger reduction. *Journal of Counseling Psychology*. 42(3): 400-405 [“Quince meses de seguimiento de las habilidades sociales y de acercamientos cognitivos y de relajación a la reducción de la agresividad general”. *Revista de Psicología Orientativa*].

Deffenbacher, J., Lynch, R., Oetting, E., and Kemper, C. (1996). Anger reduction in early adolescents. *Journal of Counseling Psychology*. 41(2): 149-157.[“Reducción de la agresividad en las primeras etapas de la adolescencia”. *Revista de Psicología Orientativa*. 41 (2): 149-157].

Education Development Center, Inc. (1991). *Teenage Health Teaching Modules*. EDC: Newton, MA.[Centro para el Desarrollo Educativo, S.A.. Módulos Formativos para la Salud en los Adolescentes. EDC: Newton, Massachusetts.]

Elias, M., Gara, M., Schulyer, T., Brandon-Muller, L., and Sayette, M. (1991). The promotion of social competence. *American Journal of Orthopsychiatry*. 6(13): 409-417.[“La promoción de las habilidades sociales”. *Revista americana de Ortopsiquiatria*. 6(13): 409-417].

Englander-Goldern, P., Jackson, J., Crane, K., Schwarkopf, A., and Lyle, P. (1989). Communication skills and self-esteem in prevention of destructive behaviours. *Adolescence*, 14: 481-501.[“Competencias comunicativas y autoestima en la prevención de conductas destructivas. *Adolescencia*, 14: 481-501].

Feindler, E., Ecton, R., Kingsley, D., and Dubey, D. (1986). Group anger-control training for institutional psychiatric male adolescents. *Behaviour Therapy*. 17: 109-123.[Capacitación para el control de la agresividad de grupo en adolescentes varones con problemas psiquiátricos. *Terapia conductual*. 17: 109-123].

Hansen, W., Johnson, C., Flay, B., Graham, J., and Sobel, J. (1988.) Affective and social influence approaches to the prevention of multiple substance abuse among seventh grade students: Results from Project SMART. *Preventive Medicine*. 17: 135-188[“Acercamiento afectivo y desde la influencia social en la prevención del abuso de múltiples sustancias entre los estudiantes de 7º grado: Resultados del proyecto SMART”. *Medicina Preventiva*].

Health Education and HIV/AIDS & STI Prevention in Southern Africa, Seminar Report. (1999, September 6-9). Harare, Zimbabwe. Organized by Education International with the support of WHO & UNAIDS in collaboration with UNESCO and Education Development Center, Inc. (EDC).[“Educación para la Salud y Prevención del VIH/SIDA y de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) en el sur de África, Informe del Seminario. Harare, Zimbabwe. Organizado por la Internacional de la Educación con el apoyo de la OMS y el ONUSIDA en colaboración con la UNESCO y el Centro para el Desarrollo Educativo, S.A. (EDC)].

Healthy Foundations. (1992). The Center for Family Life Education, Planned Parenthood of Greater Northern NJ.[Fundamentos saludables. Centro para la Educación sobre la Vida Familiar, Paternidad/Maternidad Planificada del Norte del Estado de Nueva Jersey].

Jemmott, Jemmott & McCaffree. (1996). *Be Proud! Be Responsible! Strategies to Empower Youth to Reduce Their Risk for HIV Infection*. Select Media, Inc.: New York.[*¡Estate orgulloso! ¡Sé responsable! Estrategias para capacitar a los jóvenes para reducir los riesgos de contagio del VIH*. Medios Selectos, S.A.].

Kirby, D. (1994). School-based programs to reduce sexual risk-taking behaviours: Sexuality and HIV/AIDS education, health clinics, and condom availability programs." Paper presented at the American Public Health Association Annual Meeting, San Diego, October 31, 1994. ["Programas escolares para reducir las conductas sexuales de riesgo: Sexualidad y educación sobre el VIH/SIDA, centros de salud y programas para la disponibilidad de preservativos". Informe presentado en el Encuentro Anual de la Asociación Americana para la Sanidad Pública, San Diego, 31 de octubre de 1994].

Mangrulkar, L; Vince-Whitman, C; and Posner, M. (unpublished document). *Life Skills Approach to Child and Adolescent Healthy Human Development*. Health and Human Development Programs, Education Development Center, Newton, MA. [*Acercamiento a las habilidades sociales para un desarrollo humano y saludable de los menores y los adolescentes*. Programas para el Desarrollo Sanitario y Humano, Centro para el Desarrollo Educativo, Newton, Massachussets]

Matheson, I. (1999, November 7). "Zambia's Amazing Potato Cure" in BBC News.["La increíble cura de la patata de Zambia", en Informativos de la BBC].

Ministry of Education of South Africa. *The HIV/AIDS Emergency Guidelines for Educators*. [Ministerio de Educación de Suráfrica. *Directrices para situaciones de emergencia provocadas por el VIH/SIDA para educadores*]. [http://education.pwv.gov.za/HIVAIDS\\_Folder/AIDS%20book.pdf](http://education.pwv.gov.za/HIVAIDS_Folder/AIDS%20book.pdf).

Mize, J. and Ladd, G. (1990). A cognitive-social learning approach to social skill training with low-status preschool children. *Developmental Psychology*. 26(3): 388-397. ["Una propuesta desde el aprendizaje cognitivo-social para la capacitación de las habilidades sociales en niños de clase baja en edad preescolar". *Psicología del Desarrollo*. 26(3): 388-397].

O'Donnell L et al. (1999). The effectiveness of the *Reach for Health* Community Youth Service Learning Program in reducing early and unprotected sex among urban middle school students. *American Journal of Public Health*. 89:176-181. ["La efectividad del programa de aprendizaje sobre la cobertura del servicio sanitario para los jóvenes de la comunidad en la reducción de las relaciones sexuales prematuras y sin protección entre los escolares medios de la ciudad". *Revista Americana de Salud Pública*].

Schinke, S, Blythe, B, and Gilchrest LD. (1981) Cognitive-behavioral prevention of adolescent pregnancy. *Journal of Counseling Psychology* 28 451-454. [Prevención cognitivo-conductual del embarazo entre adolescentes. *Revista de Psicología Orientativa*, 28 451-454].

School Health and HIV/AIDS Prevention, International Conference. (1995, July 24-26). Harare, Zimbabwe. Organized by Education International, WHO, UNESCO, with participation of: Center for Disease Control and Prevention (CDC), Education Development Center, Inc. (EDC), National Education Association (NEA). [La sanidad en la escuela y la prevención del VIH/SIDA, Conferencia Internacional, 24-26 de julio, 1995, Harare, Zimbabwe. Organizada por la Internacional de la Educación, la OMS, la UNESCO, con la participación de: Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), Centro para el Desarrollo Educativo S.A. (EDC), Asociación Nacional para la Educación (NEA)].

Welbourn, A. (1995). *Stepping Stones: A training package on HIV/AIDS, communication and relationship skills*. Eds., Williams, G & A. ACTIONAID: London, England. [Peldaños: un ciclo formativo sobre el VIH/SIDA, la comunicación y las habilidades para relacionarse. AYUDA EN ACCIÓN].

UNAIDS Program Coordinating Board Report, *HIV/AIDS and the Education Sector*, Ninth Meeting, Geneva, Switzerland, 25-26 May, 2000. [Informe de la Junta Coordinadora sobre el Programa del ONUSIDA, *El VIH/SIDA y el Sector Educativo*, novena reunión, Ginebra, Suiza, 25-26 de mayo, 2000].

U.S. Department of Health and Human Services Public Health Service. *Caring for Someone with AIDS at Home: A Guide*. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). [Departamento de Sanidad y Servicios Humanos de los Estados Unidos, Servicio para la Sanidad Pública. *Guía para los cuidados de un enfermo de SIDA en casa*. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC). <http://www.cdc.gov/hiv/pubs/brochure/careathome.htm>

Young, M., Kelley, R. and Denny, G. (1997). Evaluation of selected life-skills modules from the contemporary health series with students in Grade 6. *Perceptual and Motor Skills*. 84: 811-818. [Evaluación de módulos de habilidades sociales seleccionadas de la serie sobre la salud contemporánea entre estudiantes de sexto grado. *Habilidades perceptivas y motoras*, 84: 811-818].

Wodarski, JS and Feit, MD. (1997) Adolescent Preventive Health: A Social and Life Group Skills Paradigm. *Family Therapy*. v. 24. no.3. 191-208. ["Sanidad preventiva en los adolescentes: Un paradigma de las habilidades sociales de grupo". *Terapia Familiar*, vol. 24, núm. 3, págs. 191-208].

World Health Organisation (WHO). (2000, July). Fact Sheet 242: Women and HIV/AIDS. [Organización Mundial de la Salud (OMS), julio, 2000, Hoja informativa 242: *La mujer y el VIH/SIDA*] <http://www.who.int/inf-fs/en/fact242.html>.

World Health Organization. (1993). Programme on Mental Health. Life Skills Education in Schools. [Organización Mundial de la Salud. (1993). Programa para la Salud Mental. Educación para el desarrollo de las habilidades sociales en las escuelas].

WHO/UNESCO (1994). *School Health Education to Prevent AIDS and STD*. World Health Organization, Geneva. [OMS/UNESCO (1994). Educación para la salud en la escuela para

prevenir el SIDA y las Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS). Organización Mundial de la Salud, Ginebra].

WHO Information Series on School Health, Document Six, *Preventing HIV/AIDS/STI and Related Discrimination: An Important Responsibility of Health-Promoting Schools*, Geneva, 1999.[Ciclos Informativos de la OMS sobre la Sanidad Escolar, Documento seis, “Prevenir el VIH/SIDA, las Enfermedades de Transmisión Sexual (ETS) y la Discriminación Asociada: una de las principales responsabilidades de las Escuelas Promotoras de Salud”].