

Dinàmica: “Kit de la salut¹”. Habilitats tècniques en l’ús del material preventiu.

Dinàmica: “Kit de la salut¹”. Habilitats tècniques en l’ús del material preventiu

*L’estructura de la dinàmica que a continuació es detalla és una proposta de treball que des del Departament de Formació i Prevenció de **SIDA STUDI** suggerim. Aquesta estructura, de la mateixa manera que els conceptes clau que en s’hi inclouen, és susceptible de canvi segons el criteri de l’educador/a. Qualsevol aportació, comentari o dubte que vulgueu compartir amb **SIDA STUDI** podeu fer-nos-el arribar a través de l’adreça de correu electrònic n_prevencio@sidastudi.org.*

Objectius:

- Fer visible el material preventiu (preservatiu per a penis, preservatiu per a vagina, banda de làtex i lubricant) i altres recursos de prevenció
- Donar informació molt clara i contrastada sobre les habilitats tècniques en l’ús del material preventiu

Durada: 10 – 15 minuts

Destinataris: joves de dins i fora de l’àmbit escolar, persones amb discapacitat intel·lectual lleu, pares i mares, formadors/es

Espai: una sala prou àmplia perquè els/les participants puguin seure còmodament

Material: material preventiu (preservatiu per a penis, preservatiu per a vagina, banda de làtex i lubricant), reproducció d’un penis i reproducció d’una vagina (que permetin mostrar la col·locació del material preventiu)

Metodologia: modelat

Desenvolupament de l’activitat

La dinàmica comença reunint els participants en semicercle. L’educador/a agafarà el preservatiu per a penis i explicarà tots els conceptes relacionats mentre en mostra la correcta col·locació sobre la rèplica d’un penis.

A continuació s’agafarà el preservatiu per a vagina i es repetirà el procés, aquesta vegada utilitzant com a suport per a l’explicació la rèplica d’una vagina.

Una vegada mostrats els dos preservatius, s’abordaran aquells conceptes relacionats amb l’ús de lubricants. Com a suport explicatiu es mostrarà algun tipus de lubricant compatible amb aquests mètodes barrera de prevenció.

Per finalitzar la dinàmica l’educador/a presentarà als/les participants la banda de làtex i en mostrarà la correcta col·locació sobre la rèplica de la vagina.

¹ Aquesta dinàmica ha estat elaborada per **SIDA STUDI** com a part d’una acció educativa global. Els conceptes clau que s’hi treballen es basen, en moltes ocasions, en els coneixements adquirits en altres dinàmiques anteriors (segons l’ordre en l’esquema de l’acció educativa que **SIDA STUDI** proposa). Si es desitja treballar aquesta dinàmica de manera independent, **SIDA STUDI** recomana que es realitzi una revisió dels conceptes clau tractats en les altres dinàmiques per poder incloure-hi aquells que posseeixin relació amb els que aquí es tracten.

Dinàmica: “Kit de la salut¹”. Habilitats tècniques en l’ús del material preventiu.

Alternatives:

- En cas de no disposar de rèpliques de penis i/o de vagina es recomana l’ús de qualsevol altre tipus de suport que faciliti la comprensió de l’exposició teòrica.

Rol de l’educador/a: explicar les característiques sobre els preservatius i l’ús d’aquests. Fer una demostració de la col·locació

Escales relacionades²: autoeficàcia i percepció de control; coneixements

Conceptes clau

Generals:

- La pràctica com a aspecte clau per a la correcta col·locació i ús de les diferents mesures preventives

Específic de cadascun dels mètodes de prevenció:

- La data de caducitat i la presència de les sigles de la Comunitat Europea com a requisits mínims per assegurar una bona qualitat del material preventiu. (Preservatiu per a penis, preservatiu per a vagina i banda de làtex)
- La calor, les claus, la pressió excessiva, etc. com a factors que deteriorenen el preservatiu (per a penis i per a vagina) i la banda de làtex
- L’obertura de l’embolcall del preservatiu per a penis, per a vagina i la banda de làtex com a moment de possible trencament si es realitza amb la boca

➤ **Preservatiu per a penis:**

- L’existència de preservatius per a penis de poliuretà com a alternativa per a les persones al·lèrgiques al làtex
- La presència de diverses talles de preservatiu com a alternatives per a una millor adaptació del preservatiu al penis i una major comoditat
- La direcció en què està enrotllat el preservatiu com a aspecte important per a la correcta col·locació del preservatiu
- Desenrotllar el preservatiu fins a arribar a la base del penis com a mètode per assegurar la posició correcta del preservatiu durant la pràctica sexual i evitar que es desplaci o surti
- Mantenir el dipòsit pressionat i buit d’aire durant la col·locació del preservatiu com a mesura per evitar el trencament del preservatiu durant l’ejaculació. Si el semen troba aire en sortir del penis a l’interior del preservatiu hi pot augmentar la pressió interna i provocar que el làtex es trenqui

² Les Accions Educatives de **SIDA STUDI** es basen en el Model ASE (Action Self-Efficacy) proposat per De Vries (1988) com a marc conceptual. Les dinàmiques que les integren i que aquí descrivim es fonamenten en un conjunt d’escales, nivells o dimensions que es deriven d’aquest marc teòric i que **SIDA STUDI** recull durant l’avaluació de resultats. Aquest conjunt de dimensions sobre les quals **SIDA STUDI** fonamenta les seves intervencions corresponen a: autoeficàcia i percepció de control, costos i beneficis, coneixements, actituds cap a les mesures preventives, norma subjectiva i percepció de risc i gravetat.

Dinàmica: “Kit de la salut¹”. Habilitats tècniques en l’ús del material preventiu.

- Agafar el preservatiu per la base i enretirar el penis una vegada s’hagi ejaculat (abans de perdre l’erecció) com a mètode per a enretirar-lo correctament i que no es quedi a dins
- Realitzar un nus i dipositar-lo en una paperera com a forma de desfer-se del preservatiu correctament.

➤ **Preservatiu per a vagina:**

- El preservatiu per a vagina (fabricat a partir de poliuretà) com a alternativa per a les persones que són al·lèrgiques al làtex
- Agafar amb una mà l’anella interior del preservatiu (l’anella que no està unida al preservatiu) col·locant el dit polze i l’índex en extrems oposats d’aquesta. A continuació pressionar-la amb els dits fins a aconseguir una forma ovalada que en faciliti la introducció a la vagina. La introducció a la vagina es realitzarà fins on s’arribi amb els dits. En iniciar la penetració vaginal el penis desplaçarà el preservatiu cap a la part més interna de la vagina i acabarà de col·locar-lo correctament
- Col·locar l’anella externa (l’anella que es troba unida al preservatiu) sobre la vulva, cobrint completament l’entrada a la vagina, com a forma d’assegurar que el preservatiu quedi correctament fixat i no es desplaci cap a l’interior de la vagina
- La possibilitat d’usar-lo a l’anus (encara que no estigui dissenyat específicament per a la penetració anal)
- L’estimulació que produeix l’anella interior sobre el gland, l’estimulació que produeix l’anella exterior sobre la vulva i la possibilitat que l’home perdi l’erecció a la vagina (sense enretirar el penis) una vegada hagi ejaculat com a principals diferències i beneficis del preservatiu per a vagina enfront del preservatiu per a penis
- Realitzar un nus i dipositar-lo en una paperera com a forma de desfer-se del preservatiu correctament

➤ **Lubricant:**

- Els materials a partir dels quals es fabriquen els lubricants com a factor important per conèixer la compatibilitat amb els preservatius. Aquells lubricants obtinguts a partir d’olis deterioren el làtex. Els lubricants compatibles amb els preservatius són aquells obtinguts a partir d’aigua (base d’aigua) o els obtinguts a partir de silicona

➤ **Banda de làtex:**

- La banda de làtex com a mètode de prevenció en el cunnilingus. Per fer-ne una correcta utilització cal desplegar la banda de làtex sostenint un extrem amb cada mà. Una vegada desplegada i sense deixar anar els extrems, es col·loca sobre la vulva. Ben col·locada, la banda de làtex permet l’estimulació oral (amb la boca) de la vulva actuant com a barrera impermeable als líquids potencialment infecciosos però permetent un alt nivell de sensibilitat a l’estimulació oral.

Dinàmica: “*Kit de la salut¹*”. Habilitats tècniques en l’ús del material preventiu.



SIDASTUDI

Associació declarada d'utilitat pública
Bisbe Laguarda, 4 – 08001 Barcelona
Tel.: +34 93 268 14 84 - Fax: +34 93 268 14 84
www.sidastudi.org

