

HABLEMOS DE LA SEXUALIDAD Y VIH/SIDA: **Promoción de una sexualidad saludable**

Material elaborado por el Departamento de Formación y Prevención de

SIDA STUDI



HABLEMOS DE LA SEXUALIDAD Y VIH/SIDA: Promoción de una sexualidad saludable

La misión del Departamento de Formación y Prevención del **SIDA STUDI** es la promoción de una sexualidad saludable a partir de la responsabilidad individual, que capacite a las personas para gestionar los riesgos relacionados con la infección por el VIH, otras ITS y embarazos no planificados.

Marco teórico

Las Acciones Educativas de **SIDA STUDI** adoptan el Modelo ASE (*Action Self-Efficacy*) propuesto por De Vries¹ como marco conceptual debido a que se trata de un modelo teórico integrador que nos permite evaluar los resultados y constituye una guía para el trabajo de los determinantes de la intención de conducta (actitud, norma social y autoeficacia). Los demás paradigmas que guían nuestras intervenciones son: la perspectiva de género, la promoción de la salud sexual y el paradigma de reducción de riesgos, los Derechos Sexuales y Reproductivos y los Derechos Humanos.

CUESTIONES GENERALES

Público destinatario: Personas con discapacidad intelectual leve, mayores de 18 años.

Duración: 6 sesiones de 2 horas.

Número máximo de participantes: 12-15 personas con capacidades cognitivas y comunicativas parecidas.

Ponentes: Pareja pedagógica (una educadora y un educador).

Reunión de preparación: Antes de la realización de la intervención, los/las responsables del grupo y del **SIDA STUDI** se reúnen para conocer la realidad específica de los/las participantes, para adaptar los contenidos y la metodología a seguir.

Reunión de evaluación: Una vez finalizada la intervención, los profesionales de **SIDA STUDI** presentan un informe a los/las responsables del grupo.

Las explicaciones van acompañadas de imágenes o material audiovisual para complementar los diversos temas tratados y el lenguaje utilizado es simple y sin tecnicismos.

Espacio: Aula que permita trabajar en círculo de sillas.

Material necesario: Pizarra y ordenador con proyector.

Al finalizar la intervención entregamos a los participantes nuestro contacto con un preservativo.

Coste de la Acción Educativa: 965 €+ IVA; este coste no contempla dietas ni desplazamientos.

Algunas de las Acciones Educativas del Departamento de Formación y Prevención de **SIDA STUDI** reciben financiamiento público y son gratuitas o cofinanciadas por la Administración.

Para saber más, contacta con nosotros:

<http://www.sidastudi.org/ca/talleres-cursos>

93 268 14 84

¹ Vries H de, Dijkstra & M, Kuhlman P.: *Self-efficacy: the third factor besides attitude and subjective norm as a predictor of behavioural intentions*; Health Ed Res. 1988; (3): 273-82.

HABLEMOS DE LA SEXUALIDAD Y VIH/SIDA: Promoción de una sexualidad saludable

Objetivos generales a nivel de contenido

- Presentar la sexualidad desde una visión amplia que contemple los aspectos culturales, sociales y biológicos que pueden influir.
- Trabajar la prevención del VIH y otras ITS de forma positiva desde el marco de la promoción de la salud, tanto desde su vertiente emocional como física, tomando la responsabilidad individual como punto de partida.
- Construir un concepto de sexualidad desde el respeto por las decisiones, sensaciones y deseos propios.
- Destacar la importancia de la capacidad de escucha, la comunicación y el respeto en las relaciones interpersonales.
- Dar una información básica y útil sobre el funcionamiento de los órganos sexuales, el embarazo y los métodos anticonceptivos.

Objetivos generales a nivel metodológico

- Ofrecer un espacio donde los/las participantes se sientan cómodos/as para hablar, poder resolver dudas y visibilizar falsas creencias en torno a la sexualidad y la prevención del VIH.
- Trabajar con elementos pedagógicos dinámicos que faciliten la participación, promoviendo que la demanda surja del grupo.
- Trabajar transversalmente las diferencias de género y de identidad sexual.
- Presentar situaciones con que los/las participantes se puedan identificar.
- Potenciar los recursos personales para llevar a la práctica las propias decisiones.
- Obtener el grado de satisfacción ante la Acción Educativa.

HABLEMOS DE LA SEXUALIDAD Y VIH/SIDA: Promoción de una sexualidad saludable
Objetivos específicos vinculados a los contenidos que se tratan en cada uno de los 6 talleres

	Objetivos	Contenidos
1º Taller	<ul style="list-style-type: none"> • Establecer el funcionamiento de la dinámica de las próximas sesiones. • Facilitar que los/las asistentes se desinhiban y tomen confianza. • Consensuar una definición del concepto sexualidad, a partir de la cual trabajaremos. • Promover que se verbalicen aspectos propicios y no tan propicios en el momento de tomar decisiones. • Reconocer los sentimientos que nos despierta la sexualidad. • Facilitar la expresión de sensaciones, deseos y dudas sobre la sexualidad, las relaciones de amistad y de pareja. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ La sexualidad, un concepto pluridimensional: el placer, los sentimientos y las emociones, los posibles riesgos a gestionar y sus soluciones. ▪ La sexualidad como una forma de comunicación e intercambio de placer entre personas. ▪ Identificación de sentimientos positivos y negativos. ▪ La capacidad de expresar lo que sentimos y las dificultades a la hora de decir "no". ▪ El apoyo y la ayuda de las personas próximas. ▪ El género en la relación de pareja: la importancia de los roles sexuales. ▪ La importancia del respeto en las relaciones interpersonales. ▪ La comunicación como un instrumento indispensable y posible solución en la mayoría de conflictos. ▪ Identificación de los miedos y/o dudas que se pueden vivir en las relaciones de pareja.
2º Taller	<ul style="list-style-type: none"> • Recordar los aspectos más importantes de la sesión anterior. • Situar y conocer las partes de los órganos reproductores del hombre y la mujer. • Aclarar dudas sobre la sensibilidad y el funcionamiento sexual del hombre. • Dar información útil para conseguir mayores conocimientos del propio cuerpo y unas relaciones sexuales más satisfactorias. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ La importancia del conocimiento del propio cuerpo: reconocimiento de sensaciones y respeto por el propio cuerpo. ▪ Los cambios en el desarrollo del cuerpo: diferencias entre personas, edades y sexos. ▪ El cuidado y la imagen de nuestros cuerpos: la higiene. ▪ Conceptos fisiológicos básicos de la sexualidad masculina: zonas erógenas, la masturbación y el orgasmo. ▪ Los mitos sobre la sexualidad masculina.

HABLEMOS DE LA SEXUALIDAD Y VIH/SIDA: Promoción de una sexualidad saludable

	Objetivos	Contenidos
3º Taller	<ul style="list-style-type: none"> • Recordar los aspectos más importantes de las sesiones anteriores. • Aclarar dudas sobre la sensibilidad y el funcionamiento sexual de la mujer. • Dar información útil para conseguir mayor conocimiento del propio cuerpo y unas relaciones sexuales más satisfactorias. • Consensuar cuál es el ritmo habitual en que se dan los distintos contactos sexuales y cuál es el espacio más idóneo. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ El cuidado y la imagen de nuestros cuerpos: la higiene. ▪ Conceptos fisiológicos básicos de la sexualidad femenina: zonas erógenas, la masturbación y el orgasmo. ▪ Los mitos sobre la sexualidad femenina. ▪ Las prácticas sexuales: diversidad de prácticas para el intercambio de placer. ▪ Relaciones sexuales alternativas a la penetración vaginal. ▪ El consentimiento, respeto por las propias decisiones y las del otro/a. ▪ El marco en que se dan las relaciones sexuales entre una pareja: intimidad y espacio íntimo.
4rt Taller	<ul style="list-style-type: none"> • Recordar los aspectos más importantes de las sesiones anteriores. • Aclarar qué es la regla y cuál es el proceso del embarazo. • Debatir sobre los requisitos socio-económicos y la responsabilidad que implica la maternidad/paternidad. • Aclarar el funcionamiento de los métodos anticonceptivos. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Características del ciclo menstrual. ▪ El embarazo a nivel físico: gestación y nacimiento. ▪ El embarazo a nivel social: condiciones necesarias para hacer frente a un embarazo. ▪ La prevención de embarazos no planificados: los anticonceptivos y su efectividad. ▪ Diferencias de funcionamiento entre los métodos anticonceptivos hormonales y de barrera.

HABLEMOS DE LA SEXUALIDAD Y VIH/SIDA: Promoción de una sexualidad saludable

	Objetivos	Contenidos
5º Taller	<ul style="list-style-type: none"> • Recordar los aspectos más importantes de las sesiones anteriores. • Aclarar dudas y ofrecer información contrastada necesaria para la prevención del VIH y otras ITS. • Aportar conceptos clave sobre el VIH/sida. • Distinguir entre prácticas de riesgo de transmisión del VIH y otras prácticas sin riesgos. • Relacionar cada una de las prácticas de riesgo con el método de prevención que se puede utilizar. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conceptos básicos relacionados con las ITS y de manera específica sobre el VIH/sida: detección y mecanismos de transmisión. ▪ La prevención del VIH/sida teniendo en cuenta la reducción de sus riesgos. ▪ La prevención del VIH/sida en prácticas de riesgo de transmisión sanguínea. ▪ La prevención del VIH/sida en prácticas de riesgo de transmisión sexual. <p>El VIH/sida como una enfermedad social (percepción de riesgo, invisibilización, estigmatización...).</p>
6º Taller	<ul style="list-style-type: none"> • Recordar los aspectos más importantes de las sesiones anteriores. • Fomentar el aprendizaje de habilidades personales y técnicas en el uso de los preservativos para pene y para vagina. • Evidenciar dificultades o facilidades para adoptar hábitos sexuales más saludables. • Incluir el preservativo como medio para hacer la salud compatible con las relaciones placenteras. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Habilidades técnicas en la colocación correcta de los preservativos. ▪ Prácticas de la correcta colocación del preservativo. ▪ Habilidades personales y sociales: los procesos de la negociación del condón. ▪ La variedad de recursos preventivos disponibles.

HABLEMOS DE LA SEXUALIDAD Y VIH/SIDA: Promoción de una sexualidad saludable

Metodología

Esta intervención se basa fundamentalmente en la utilización de dinámicas participativas de grupo, dada su eficacia a la hora de incidir sobre los conocimientos, creencias, actitudes y conductas del grupo al que van dirigidas.

Relación de las técnicas usadas en las dinámicas de cada uno de los 6 talleres

1er TALLER - LA SEXUALIDAD y LOS SENTIMIENTOS

	Dinámica	Técnica
d1	¿Qué entendemos por sexualidad? Definición de la sexualidad	Lluvia de ideas y construcción colectiva de conceptos
d2	Sentir que sí, sentir que no Identificar situaciones que nos hacen sentir Sí o No	Visionado de un audiovisual y rueda de aportaciones
d3	El caso de Núria y Manel Los sentimientos en la pareja	Role-playing y debate dirigido

2º TALLER - CONOCER EL PROPIO CUERPO Y EL DEL OTRO

	Dinámica	Técnica
d4	Los cambios del cuerpo El paso de niños a adultos	Trabajo en grupos y puesta en común con imágenes de apoyo
d5	El juego de las palabras Identificar y situar los órganos reproductores	Tarjetones y trabajo en grupos
d6	El funcionamiento sexual del hombre Higiene, zonas erógenas y orgasmo	Imagen de apoyo y explicación

3º TALLER - CONOCER EL PROPIO CUERPO Y EL DEL OTRO II

	Dinámica	Técnica
d7	El funcionamiento sexual de la mujer Higiene, zonas erógenas y orgasmo	Imagen de apoyo y explicación
d8	Las prácticas sexuales Marco de relación en que se dan y el espacio idóneo	Construcción colectiva de conceptos

4º TALLER - EL EMBARAZO

	Dinámica	Técnica
d9	El ciclo menstrual y el embarazo A nivel físico y a nivel social	Imagen de apoyo y explicación
d10	Prevención de embarazos no planificados Los anticonceptivos	Construcción colectiva de conceptos

5º TALLER - EL VIH/SIDA Y OTRAS ITS

	Dinámica	Técnica
d11	¿Qué son las ITS? ¿y el sida? Conceptos clave sobre las infecciones de transmisión sexual	Visionado de un DVD y construcción colectiva de conceptos
d12	Mecanismos de transmisión y prevención ¿Cómo se transmite y cómo puedo prevenir?	Construcción colectiva de conceptos
d13	El juego del counselling Identificar si existe riesgo en diversas situaciones	Role-playing y debate dirigido

6º TALLER – EL USO DEL PRESERVATIVO

	Dinámica	Técnica
d14	El preservativo para pene y para vagina Habilidades técnicas para el uso de los preservativos	Los gigantes encantados: práctica de colocación y modelaje
d15	Kit sensorial Recursos materiales para hacer sexo seguro y personal	Aproximación lúdica a los materiales preventivos

Evaluación

Los instrumentos de evaluación utilizados son:

- Análisis del contexto, mediante la reunión de preparación con los responsables, previa a la intervención, para obtener información sobre el grupo participante.
- Evaluación del proceso (o satisfacción) mediante un breve cuestionario completado por los/las participantes en finalizar la Acción Educativa.
- Revisión y evaluación interna, durante la realización de las actividades, por parte del equipo de Formación y Prevención de **SIDA STUDI** mediante un diario de campo.
- Coordinación con el equipo educativo de centro durante la realización de las actividades.
- Retorno de un informe que recoge información cualitativa de la respuesta del grupo ante las actividades y aquellos aspectos a destacar de la evaluación de proceso. Este documento se da a conocer en finalizar la Acción Educativa, en una reunión con los/las responsables del grupo para que puedan darle continuidad al trabajo empezado.


SIDA STUDI

Asociación declarada de utilidad pública
 Bisbe Laguarda, 4 – 08001 Barcelona
 Tel: +34 93 268 14 84 - Fax: +34 93 268 14 84
www.sidastudi.org



[Licencia Creative Commons. Reconocimiento-No comercial-Compartir bajo la misma licencia 2.5 España](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/2.5/es/)