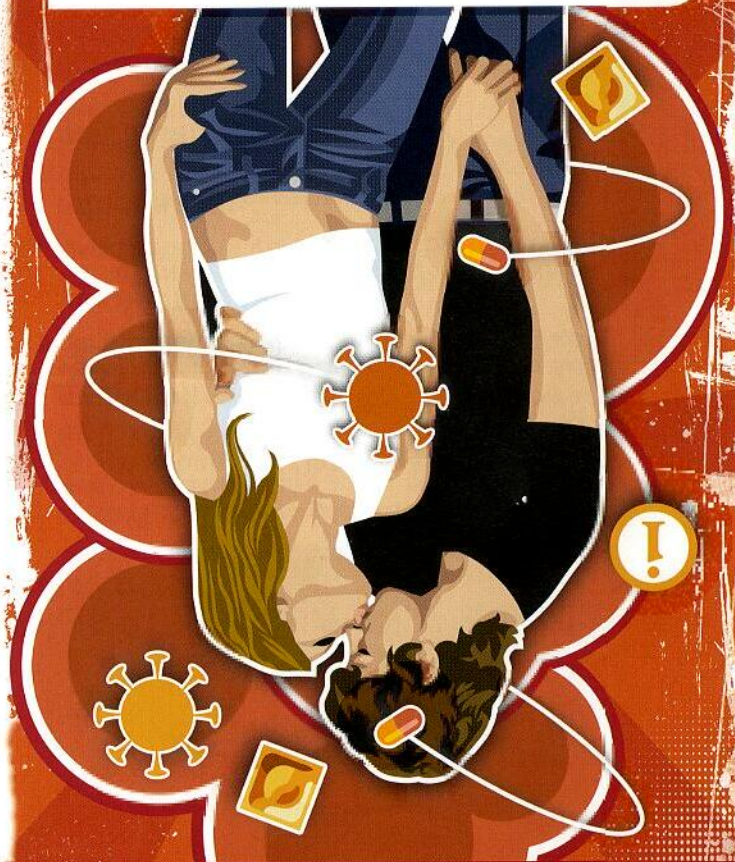


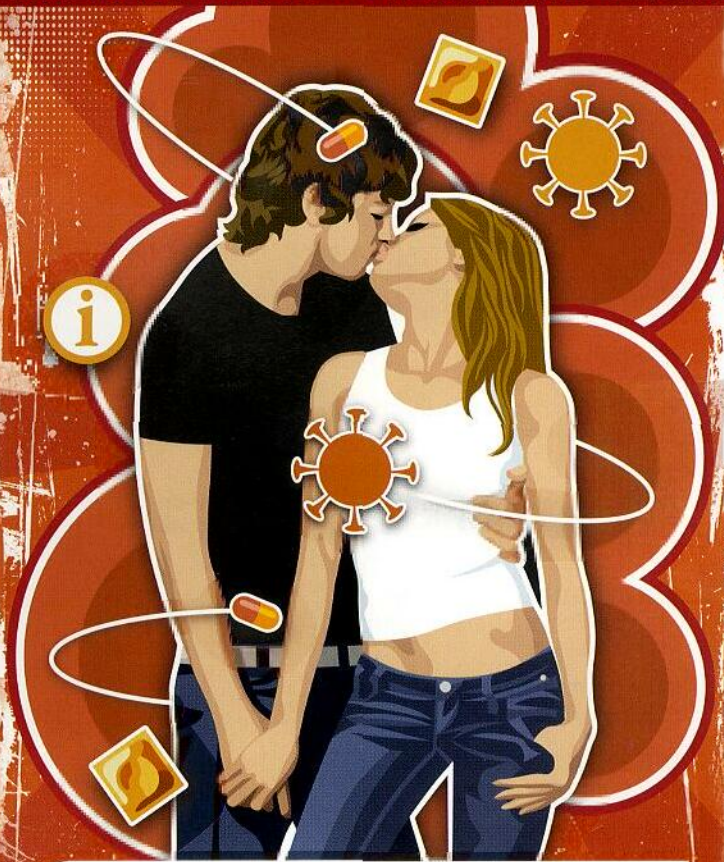


GIB/HIESA-REN, SEXU BIDEZ TRANSMITTUTAKO INFЕКЦИОН
ETA NAHI GABEKO HARRIDUNDAIREN PREBENTZIOA

SEXU SEGURUA

SEXO SEGURO

PREVENCIÓN DEL VIH/SIDA, INFECCIONES DE
TRANSMISIÓN SEXUAL Y EMBARAZO NO DESEADO



Osakidetza



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

OSASUN ETA KONTSUMO SAILA
HEZKUNTZA, UNIBERTSITATE ETA
IKERKETA SAILA
DEPARTAMENTO DE SANIDAD Y
CONSUMO
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN,
UNIVERSIDADES E INVESTIGACIÓN

PROGRAMA DE PREVENCIÓN DEL VIH/SIDA, INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL Y EMBARAZO NO DESEADO

VIDEO SOBRE "RELACIONES SEXUALES SEGURAS"

INTRODUCCIÓN

Este vídeo forma parte del Programa de prevención del VIH/sida, infecciones de transmisión sexual y embarazo no deseado que los Departamentos de Sanidad y Consumo, y de Educación, Universidades e Investigación, ponen a disposición de los centros educativos de la Comunidad Autónoma del País Vasco.

El objetivo del programa, dirigido fundamentalmente a jóvenes de entre 16 y 18 años, es trabajar la adquisición de conocimientos, habilidades y recursos personales que les permitan desenvolverse de forma responsable en su vida sexual, evitando así el riesgo de transmisión del VIH/sida y otras infecciones de transmisión sexual.

Además de este vídeo, el programa incluye una "Guía para jóvenes" y otra "Guía para el profesorado". El vídeo consta de 5 historias independientes concebidas para que sirvan de punto de partida del trabajo en el aula, siguiendo los contenidos y actividades propuestos en la "Guía para el profesorado".

Es recomendable utilizar una metodología de trabajo que facilite la participación activa de los jóvenes y favorezca su entrenamiento en las habilidades necesarias para que, cuando mantengan relaciones sexuales, lo hagan sin riesgos:

- Habilidades para la comunicación asertiva: que los jóvenes sean capaces de comunicarse en cuestiones relacionadas con la sexualidad.
- Habilidades para proponer y negociar relaciones sexuales seguras.
- Habilidades relacionadas con el preservativo: saber comprar, llevar, proponer y usar correctamente el preservativo.

"VIDEO SOBRE SEXO SEGURO"

EDICIÓN:

1ª Enero 2011.

© Administración de la Comunidad Autónoma del País Vasco.

EDITA:

Departamentos de Sanidad y Consumo, y de Educación, Universidades e Investigación del Gobierno Vasco.

DIRECCIÓN TÉCNICA:

Plan de Prevención y Control del Sida.
Osakidetza.

PRODUCCIÓN:

Sincro & La Tentación.

DISEÑO:

Pelcons.

IMPRESIÓN:

Gráficas Irudi S.L.

D.L.:

VI-629/10.



"HABLANDO DE SEXO" **HABLAR SOBRE SEXUALIDAD**

BREVE DESCRIPCIÓN DE LA ESCENA

El vídeo muestra un aula con chicos y chicas de alrededor de 15-17 años, en la que se está desarrollando una sesión de educación sexual. Una profesora dinamiza el grupo con objeto de que los alumnos vayan planteando los aspectos que más les interesan. Se comienza analizando las razones por las que es tan difícil hablar de sexualidad, como la vergüenza, el miedo, etc. y a continuación se van planteando una gran variedad de temas como las dificultades para llevar y utilizar preservativo, las infecciones de transmisión sexual, el sida, la homosexualidad, etc.

CONTENIDOS A TRABAJAR

- Indagar en las razones por las que cuesta tanto hablar sobre sexualidad.
- Entrenarse a hablar de sexo seguro con una pareja en distintas situaciones.

ACTIVIDAD PROPUESTA:

LOGRAR UN CONSENSO SOBRE EL LENGUAJE SEXUAL

Dividir el aula en grupos y dar a cada uno de ellos una de las siguientes palabras incluidas en la lista (pene, vagina/vulva, mama, ano, coito, masturbación, orgasmo, felación (sexo oral que se hace a un hombre), cunnilingus (sexo oral que se hace a una mujer).

Pedir que, durante 5 minutos, cada grupo escriba todos los sinónimos que se utilizan en el lenguaje coloquial para referirse a ella y a continuación realizar una puesta en común.

Fomentar el debate sobre el lenguaje sexual y consensuar el que se va a utilizar en el aula.

"LA PRUEBA"

LA PRUEBA DEL VIH/SIDA

BREVE DESCRIPCIÓN DE LA ESCENA

Saioa llama por teléfono a Patxi, transmitiéndole su preocupación por el mal olor que nota en sus genitales. Está preocupada porque mantuvo una relación sexual sin preservativo con un chico extranjero y piensa que le ha podido contagiar el VIH o alguna infección de transmisión sexual. Van al ginecólogo que finalmente desvela que la causa del mal olor era un tampón que se le olvidó a Saioa en su última regla. Aun así le recomienda realizarse la prueba del VIH.

CONTENIDOS A TRABAJAR

- Entender que cualquier persona puede ser susceptible de llegar a encontrarse en una situación de riesgo en relación al VIH/sida o a otras ITS.
- Hacer ver la rapidez con que se puede difundir una ITS en diferentes personas a través de prácticas sexuales de penetración no protegidas.

ACTIVIDAD PROPUESTA:

LA CADENA DE TRANSMISIÓN DEL VIH Y OTRAS ITS

Preparar una tarjeta para cada alumno. Una de las tarjetas ha de tener una **E** en la parte de atrás que representa a alguien con una ITS, que puede ser el VIH/sida. Un 25% de las tarjetas ha de tener una **C** (han tenido una relación coital con una persona con una ITS, pero han utilizado condón), otro 50% una **O** (han

tenido una relación sexual que no ha incluido la penetración y por tanto no se han infectado) y el resto la letra **N** (han mantenido relaciones sexuales coitales sin preservativo).

- Invitar a los alumnos a ponerse en pie y mezclarse, eligiendo una persona con la que hablar sobre "la influencia que ha tenido la aparición del sida en la vida sexual de la gente joven".
- Tras 3 minutos, cada persona ha de escribir su nombre en la tarjeta de su interlocutor/a y buscar una nueva pareja con la que charlar sobre el mismo tema.
- Tras el 5º intercambio, cada persona se sentará en su sitio.
- Se invita a levantarse a la persona que tenga una **E** en la parte posterior de su tarjeta: esta persona representa a alguien con una ITS, que puede ser el sida.
- A continuación han de levantarse todas aquellas personas que tengan el nombre de la persona infectada en sus tarjetas: también han podido resultar infectadas.
- Posteriormente, quienes tengan los nombres de todas las personas anteriores en sus tarjetas han de levantarse también: han podido resultar infectados.
- Indicar que las personas que estando de pie tengan una **C** en la parte posterior de sus tarjetas pueden sentarse: han tenido una relación coital con una persona con una ITS, pero ¡han usado condón!
- Las personas que estando de pie tienen una **O** en sus tarjetas pueden sentarse. ¡Han tenido una relación sexual que no ha incluido la penetración, y no se han infectado!
- Finalmente, las personas que permanecen en pie se han expuesto al riesgo de contraer una ITS, que podía ser el sida, y pueden haberse infectado. La letra **N** de las tarjetas significaba "ninguna medida de protección". Recordar que, aunque no es muy probable, es suficiente una única relación coital para infectarse.

"LAS NOTAS" PREVENIR EL EMBARAZO NO DESEADO

BREVE DESCRIPCIÓN DE LA ESCENA

Miren y Eli están en clase, haciendo prácticas en el laboratorio. Comienzan a intercambiarse notas. Miren está preocupada porque no le baja la regla. Mientras esperan el resultado del predictor, las dos amigas charlan sobre el asunto: por qué no utilizaron el preservativo, las posibilidades de embarazo con el líquido preseminal, el sentimiento de invulnerabilidad, etc.

CONTENIDOS A TRABAJAR

- Hacer ver que la satisfacción sexual no se relaciona necesariamente con el coito. El sexo no coital puede ser una alternativa real y satisfactoria de cara a mantener relaciones sexuales sin riesgos.
- Las relaciones sexuales han de ser consensuadas. Si ambos miembros de la pareja desean incluir el coito en el repertorio de su actividad sexual deben valorar los riesgos y, en consonancia, adoptar medidas preventivas.

ACTIVIDAD PROPUESTA:

JUEGO DE ROLES "¿RELACIONES COITALES O NO COITALES?"

Escenificar una situación en la que una pareja desea mantener relaciones sexuales, pero no se pone de acuerdo en qué tipo de relación. Uno de ellos desea que sean relaciones coitales, pero su pareja no está de acuerdo, pues piensa que pueden tener relaciones sexuales sin incluir coito.

Dividir el alumnado en grupos de alrededor de 5 personas, de forma que cada uno de ellos realice la escenificación. Una vez realizada la representación en pequeños grupos solicitar a una pareja de uno de los grupos que repita la interpretación ante toda el aula.

Terminar la actividad con un coloquio en el aula sobre la situación planteada, los argumentos expuestos en uno y otro sentido, el acuerdo al que llegan finalmente, etc.

Situación a plantear

A y **B** salen juntos desde hace algún tiempo. El personaje **A** (chico o chica) quiere mucho a **B**, pero aún no desea mantener relaciones de penetración. Piensa que no es necesario tener relaciones coitales para estar bien en una relación de pareja y que hay otras formas de relacionarse sexualmente que le agradarían.

El personaje **B** (chico o chica) quiere a **A** y desea hacer el amor (incluyendo el coito). Sabe que **A** no lo ha hecho aún y que no lo desea. Utiliza todos los argumentos posibles para hacerle cambiar de opinión.

* Argumentos para no tener relaciones coitales: se elimina el riesgo de un embarazo no deseado o de contraer una ITS (incluido el VIH/sida), se aprende a obtener placer de distintas partes del cuerpo, aumenta la capacidad orgásmica, aumenta la capacidad de control del hombre, no se necesitan condones ni anticonceptivos.

"EN CASA DE LOS PADRES" LA COMUNICACIÓN CON LOS PADRES

BREVE DESCRIPCIÓN DE LA ESCENA

Miren y Peru están estudiando en la habitación de Miren. Mientras, los padres de Miren están acostados en la habitación de al lado. La madre está tranquila, parece que previamente ya ha hablado con su hija sobre cuestiones sexuales, sin embargo el padre está muy nervioso, pensando si estarán aprovechando la ocasión para tener un contacto sexual.

CONTENIDOS A TRABAJAR

- Donde quién acuden los jóvenes para informarse sobre cuestiones relacionadas con la sexualidad.
- ¿Por qué es tan difícil hablar con los padres y madres sobre sexualidad?

ACTIVIDAD PROPUESTA:

"ANALIZAR LOS MENSAJES SOBRE SEXUALIDAD"

Comenzar la sesión preguntando a los jóvenes de dónde reciben los mensajes sobre sexualidad que creen que tienen influencia en su vida: amigos, familia, personal sanitario, escuela, publicidad, películas, música.

A continuación pedir que, en pequeños grupos, vayan escribiendo, para cada una de esas fuentes, los mensajes que reciben, su grado de utilidad (en el sentido de favorecer una sexualidad sana y responsable) y su influencia real, así como

las razones que fundamentan esa valoración.

Realizar una puesta en común en la que se analicen cuál es la situación real y cuál creen que sería la situación más deseable.

"EL CONCIERTO" PROPOSICIÓN Y UTILIZACIÓN DEL PRESERVATIVO

BREVE DESCRIPCIÓN DE LA ESCENA

La acción transcurre en un bar en el que Xabi y Eli están enrollándose en el baño de las chicas y se dan cuenta de que no disponen de preservativo. Deciden ir a buscar uno y finalmente lo encuentran, pero con tan mala fortuna que se les rompe. Ante eso optan por no seguir adelante y buscar otras alternativas.

CONTENIDOS A TRABAJAR

- Examinar los sentimientos y actitudes hacia el uso del preservativo.
- Ser capaz de comprar y llevar preservativos.
- Adquirir habilidades personales para proponer y negociar el uso del preservativo, así como para mantener la decisión de utilizarlo, superando las posibles resistencias de la pareja y ofreciendo alternativas cuando sea necesario.

ACTIVIDAD PROPUESTA:

JUEGO DE ROLES: "¿CON O SIN CONDÓN?"

Escenificación de una situación en la que una pareja que va a mantener una relación sexual no se pone de acuerdo en la utilización del preservativo. Una de las dos personas de la pareja intenta convencer a la otra para utilizar el condón, pero ésta se resiste exponiendo diversos argumentos. Finalmente han de llegar a negociar una solución.

Se pueden pedir dos personas voluntarias para representar la situación, otorgando un papel de observadores activos al resto del alumnado.

Una vez terminada la representación, se favorecerá el debate en el grupo sobre la situación escenificada y las dificultades que pueden surgir en la vida real a la hora de plantear la utilización del preservativo.

Otra posibilidad es dividir el aula en grupos de 4 o 5 personas, de forma que cada uno de ellos realice la escenificación. A continuación se elige una pareja de uno de los grupos para que repita la representación ante toda el aula, pasando después al debate.

Situación a plantear

A y **B** salen juntos desde hace algún tiempo. Ambos desean mantener relaciones sexuales. Lo han hablado y lo han decidido. Pero no se ponen de acuerdo en el uso del condón.

Algunos argumentos a favor de utilizar el condón: previene las ITS, incluyendo el sida; te proteges y proteges a tu pareja; es un anticonceptivo seguro; te proporciona un sentimiento de seguridad y responsabilidad con tu vida; crees que es una forma de respetar y de que te respeten, etc.

Algunos argumentos para no utilizar el condón: no utilizarlo es una muestra de confianza; no has tenido nunca una ITS; el condón disminuye el placer; utilizarlo es poco natural, ya que es engorroso y rompe la espontaneidad, etc.

bat negoziatu behariko dute.

Egoera hori antzetzeko bi boluntario eska daitezke, eta gainerako ikasleak beharizaille aktiboak izango dira. Antzetzpena bukatu ondoren, antzetzitako egoerari buruz eta preserbatiboaren erabilera planteatzeko orduan bizitza errealean gerta daitezkeen zailtasunei buruz hitz egingo da.

Beste aukera bat ikasgela 4 edo 5 pertsonatako taldetan banatzea eta talde bakoitzak antzetzpen bat egitea da. Jarraian, talde bakoiko aukeratuako da gela osoaren aurrean antzetzpena errepikatzeko eta ondoren eztabaida hasiko da.

Planteatu beharreko egoera

A eta **B** elkarrekin ateratzen dira duela zenbait denbora. Biek sexu-harremanak izan nahi dituzte. Horretaz hitz egin dute eta edukitzea erabaki dute, baina ez dira ados jarzen kondoa erabiltzeko orduan.

Kondoa erabiltzearen aldeko zenbait argudio: Sexu-transmisiozko infekzioei (STI) aurrea hartzen die, hiesa barne; zeure burua babeste eta zure bikotea babesten duzu; antisorgailu segurua da; zure bizitzarako erantzukizun-eta segurtasun-sentimendua ematen dizu; errespetatzeko eta errespetatua izateko modu bat dela uste duzu, etab.

Kondoa ez erabiltzeko zenbait argudio: ez erabiltzea konfiantzaren adierazgarria da; inoiz ez duzu STIrik izan; kondoiak plazer gutxi ematen du; erabiltzea ez da oso naturala; gogaitzarria delako eta berezkoztasuna apurtzen duelako, etab.