

Guía para facilitadoras(es)

Alguien como tú



República de Guatemala

Si sabe de salud



**Organización
Panamericana
de la Salud**



Oficina Regional de la
Organización Mundial de la Salud



MINISTERIO
DE ASUNTOS EXTERIORES
Y DE COOPERACIÓN



Guía para facilitadoras(es)
Alguien como tú

INTRODUCCIÓN

De acuerdo con los datos del Centro Nacional de Epidemiología, del 2002 al 2008 se evidencia un incremento en la tasa de prevalencia de VIH en las personas de 15 a 24 años de edad de 8.31 en el 2002 a 17.23 en el 2008 (tasa por 100,000 habitantes). El 21.84% de los casos reportados de VIH para el 2008 en jóvenes (15-24 años) corresponde a población maya y el 76.47% a población ladina. Según el Informe de Acceso Universal 2009, los casos reportados de VIH en jóvenes entre 15 y 24 años, muestran una razón hombre-mujer de 2.42 mujer por cada hombre.

A pesar del crecimiento de los índices de adolescentes y jóvenes indígenas que en los últimos años han adquirido VIH, se carece en Guatemala de material audiovisual dirigido a las y los adolescentes indígenas, que sirva como herramienta pedagógica para facilitar la temática. Para ello, se consideraron las sugerencias y comentarios realizados por las y los jóvenes participantes en el Primer Encuentro Nacional de Jóvenes Líderes Mayas **“A más información, menos infección”**, llevado a cabo en noviembre de 2009, y se tomaron como referencia documentos educativos sobre VIH y sida recomendados por la OPS.

Este proceso dio como resultado la producción del video *Alguien como tú*, con una duración de 14 minutos, el cual metodológicamente fue dividido en dos partes con el objetivo de facilitar el abordaje de su contenido, según las necesidades de la población con la que se trabaja. Para apoyar el desarrollo de las sesiones se propone la presente Guía, la cual pretende orientar a facilitadoras y facilitadores en la conducción del

grupo y favorecer un espacio formativo e informativo sobre los temas de ITS, VIH y sida, dirigido particularmente a adolescentes indígenas.

Para Facilitadoras(es)

Planificación de las sesiones

Para facilitar el desarrollo de la guía de trabajo del video *Alguien como tú* con las y los adolescentes, se requieren como mínimo tres horas, aproximadamente una hora y media para desarrollar cada parte del video. Sin embargo, la duración de las sesiones estará estrechamente vinculada con las necesidades de información del grupo, para lo que cada facilitador deberá asegurarse de cubrir adecuadamente el contenido y detectar aquellos temas necesarios de profundizar. Asimismo, el contenido del video puede ser trabajado en dos sesiones separadas, con la recomendación que no exista mucho tiempo de por medio entre cada sesión.

Esta es una “guía”, por lo que como facilitadora o facilitador puedes tomar como base las actividades sugeridas y modificarlas según el número de participantes, la edad de los mismos y sus necesidades específicas de abordar alguno de los temas contenidos en el video. Probablemente tengas dificultad para dar respuesta a todas las interrogantes que las y los jóvenes puedan plantear o bien limitación en los argumentos para fundamentar o ampliar alguno de los temas. En este caso, es recomendable aceptar esta dificultad, documentarte y referir a la persona a un servicio o profesional que pueda clarificar las dudas.

Es importante que:

- Estés capacitada/o en temas de salud sexual y reproductiva y de ITS, VIH y sida
- Estés familiarizada/o con el contenido de la Guía y la metodología de trabajo
- Utilices lenguaje técnicamente adecuado y elimines el uso de términos que puedan ser estigmatizantes
- Veas el video antes de proyectarlo a las y los adolescentes
- Te prepares adecuadamente y sigas las indicaciones de la Guía para cubrir el contenido y alcanzar los objetivos propuestos
- Recuerda que estás compartiendo información científica y no opiniones personales
- Promuevas la participación del grupo y permíteles sus propias reflexiones

Si el tiempo y el contexto lo permiten, es recomendable que precedas la proyección del video con una o dos sesiones con las y los adolescentes en donde se aborden temas que faciliten la integración del grupo y el desarrollo de un ambiente adecuado de intercambio, que permita posteriormente el abordaje de las temáticas. En caso necesario y de contar con la posibilidad, podrás complementar la información y orientación a las y los adolescentes invitando a un o una especialista en temas de salud, quien también se sugiere vea el video antes de trabajar con las y los adolescentes.

Desarrollo de contenidos de las sesiones:

PARTE 1

Contenido:

- Diferencia entre VIH y sida
- Identificación de conductas de riesgo
- Vías de transmisión de ITS y VIH
- Métodos de prevención de ITS y VIH

Objetivos:

- Proveer información que permita incrementar en las y los adolescentes su percepción de riesgo para la adquisición de ITS y VIH.
- Promover la adopción de métodos de prevención de ITS y VIH.

Resultados esperados:

Al finalizar la actividad las y los participantes estarán en condiciones de:

- Diferenciar los términos básicos de VIH y sida.
- Evaluar su riesgo para la adquisición de ITS y VIH, a partir de la identificación de conductas de riesgo y vías de transmisión.
- Identificar métodos que reducen el riesgo de transmisión de ITS y VIH.

Tiempo estimado	Actividad	Insumos
15 minutos	<p>Dinámica de presentación:</p> <p>Se indica al grupo que cada persona se acerque a 2 ó 3 personas que no conozca. Conversarán entre sí para conocer su nombre, las cosas que le gusta a cada uno y sus expectativas del taller.</p> <p>Al finalizar el tiempo para la actividad anterior, cada persona presentará al grupo a una de las personas que conoció y la información que más le agradó de lo que conversaron.</p> <p>La facilitadora(or) finaliza la dinámica comentando las expectativas de las y los participantes respecto al taller y los aspectos que mejor describen al grupo.</p>	Pizarrón o pliegos de papel y marcadores
10 minutos	<p>¿De qué hablaremos hoy?</p> <p>Se les explica a las y los participantes que se proyectará la primera parte del video <i>Alguien como tú</i>. Se les pide que en un cuaderno o en una hoja de papel anoten lo que les parezca interesante sobre el video porque al terminar de verlo lo comentarán.</p>	Cuadernos u hojas de papel y lapiceros para los participantes.
10 minutos	<p>Primera Parte del video <i>Alguien Como Tú:</i></p> <p>Se proyecta el video sin mayores explicaciones previas</p>	Reproductor de DVD y televisión; o computadora, cañonera y pantalla; o solamente una computadora con un monitor de tamaño aceptable para que sea bien apreciado por el grupo.

Tiempo estimado	Actividad	Insumos
15 minutos	<p>Compartir ¿qué vieron?</p> <p>Las y los participantes expresan lo que vieron. Rearman la historia a través de narrar lo que observaron en el video</p>	Opcional: pizarrón, pliegos de papel para anotar, marcadores
30 minutos	<p>Discusión</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se lanzan preguntas a las y los adolescentes, se les escucha y luego se facilita la explicación o se enriquece la información. 	Opcional: pizarrón, pliegos de papel o tarjetas de cartulina, marcadores

¿Qué es el VIH?

- El VIH significa Virus de Inmunodeficiencia Humana, y es una enfermedad crónica que puede ser tratada. No necesariamente presenta síntomas. Hasta el momento no se conoce una cura.

¿Cuál es la diferencia entre VIH y sida?

- El VIH es un virus que afecta el sistema inmunológico, disminuyendo los linfocitos T que son los que permiten al cuerpo defenderse de microorganismos que pueden provocar enfermedades. Para adquirir el VIH, la persona estuvo expuesta al virus a través de alguna de las formas de transmisión: sexual, sanguínea o transmisión vertical (madre-hijo). Existe un período de seis meses, llamado período de ventana, desde que se tuvo la conducta de riesgo hasta que se puede diagnosticar el virus, ya que antes de este tiempo no se han desarrollado los anticuerpos que permitan el diagnóstico. En este período inicial la persona puede presentar diarreas, tos, sudoraciones nocturnas, pérdida de peso, alteraciones del sueño, entre otros síntomas que posteriormente desaparecen. Una persona con VIH puede pasar un período largo de tiempo sin desarrollar síntomas o enfermedades definitorias de la fase sida.
- El sida es el síndrome de inmunodeficiencia adquirida; es la etapa avanzada de la infección por VIH que se caracteriza por la aparición de síntomas de enfermedades relacionadas con el avance de la infección ante el deterioro del sistema inmunológico. Con frecuencia oímos hablar del VIH y del sida como si fueran

sinónimos, sin embargo vivir con VIH no quiere decir que se haya desarrollado sida. La fase sida se inicia cuando la persona tiene menos de 350 CD4 (conteo de linfocitos T) o ha desarrollado alguna infección oportunista. El término de infecciones oportunistas hace referencia a las enfermedades que se manifiestan en las personas que viven con VIH, debido a que algunos microorganismos (hongos, bacterias, virus) se aprovechan del deterioro del sistema inmunológico para desarrollarse. Es importante resaltar que con el avance de los nuevos tratamientos se puede vivir con VIH sin desarrollar las manifestaciones clínicas del sida.

¿Cuáles son las formas como se transmite el VIH?

- Relaciones sexo-genitales: como toda infección de transmisión sexual, el VIH puede ser transmitido a través de relaciones sexo-genitales de tipo anal, oral o vaginal, siendo la de tipo anal la de mayor riesgo debido a la alta posibilidad de ruptura del tejido y a que el semen es depositado en el intestino delgado, lo que implica una absorción directa del virus y el traslado de éste al torrente sanguíneo. Estas relaciones pueden darse de hombre a hombre, de hombre a mujer, de mujer a hombre o de mujer a mujer.
- Sanguínea: el compartir jeringas cuando se usan drogas inyectadas, cuando se pone un tatuaje, a través de transfusiones sanguíneas.
- Madre-hijo (vertical): de una mujer que vive con VIH a su hijo durante el embarazo, parto o lactancia materna.

¿Cómo puedes reducir el riesgo para adquirir el VIH?

- Retraso de la primera relación sexual.
- Si ya se es sexualmente activo/a, el uso correcto de condones o preservativos. Cuando una persona decide iniciar una vida sexualmente activa, el uso correcto del condón es la mejor manera de prevenir la transmisión del VIH y de otras ITS.
- Es importante recalcar sobre el uso "correcto" del condón; el hecho de usar un condón nuevo por cada relación sexo-genital; y nunca utilizar dos condones a la vez (revisar sección Recursos en el DVD). Se recomienda que el facilitador utilice un dildo o modelo de entrenamiento para colocar condones. Debe discutirse la importancia de negociar el uso de condón en la pareja y ofrecer herramientas para ello. Las mujeres necesitan especial apoyo en este

tema, ya que a algunos hombres no les gusta y se niegan a usarlo. En algunos casos la situación se complica dado que es la seguridad económica e inclusive la supervivencia de la mujer la que está en riesgo. Es esencial enfocar el trabajo con hombres para que los condones se usen de forma sistemática (en cada relación sexo-genital).

- Algunos beneficios del condón son:
 - Protege de las ITS
 - Previene el embarazo no deseado
 - Puede ayudar a prevenir la eyaculación precoz
 - No es un método permanente
 - No tiene prácticamente ningún efecto colateral y no requiere acudir a una clínica
- Fidelidad mutua, una sola pareja sexual
- Reducción del número de parejas sexuales

¿Qué es la prueba de ELISA?

ELISA son las siglas en inglés de la Enzyme-linked immunosorbent assay, que es la prueba sanguínea que se practica para la detección del VIH.

Luego de tener una relación de riesgo, la persona debe inmediatamente hacerse una prueba de VIH para descartar un diagnóstico previo de esta enfermedad. Posteriormente, debe repetirla a los tres y seis meses debido al período de ventana. El diagnóstico positivo debe ser confirmado con una prueba de diferente principio y de mayor sensibilidad y especificidad al de la prueba rápida utilizada. La prueba es voluntaria y el resultado es confidencial y debe ser entregado en una consejería, en la cual se debe ofrecer orientación a la persona respecto a estilos de vida, autocuidados, referencia para la atención integral, acompañamiento e implicaciones del diagnóstico.

¿Que son las Infecciones de Transmisión Sexual, ITS?

En principio las infecciones de transmisión sexual, como su nombre lo indica, se transmiten por contacto sexual sin una adecuada protección y no se limita su aparición al área genital. Es común, que se utilice indistintamente el término "enfermedades venéreas" para referirse a las ITS.

Algunos ejemplos de ITS son: sífilis, gonorrea, papilomatosis, chancros, herpes genital, proctitis, la infección por ladillas y vaginosis. El VIH puede considerarse una ITS cuando es transmitido por vía sexual. En caso de presencia de algún síntoma relacionado con ITS, se recomienda consultar a un servicio de salud y no automedicarse.

Tiempo estimado	Actividad	Insumos
10 minutos	<p>Dinámica de cierre:</p> <p>Evaluación de la autopercepción de riesgo:</p> <p>La facilitadora(or) entrega a cada uno de los participantes un cuestionario (en sección recursos DVD) que contiene preguntas relacionadas con prácticas de riesgo. Se solicita a cada participante que lo complete de manera individual y evalúe su propio nivel de riesgo.</p> <p>La facilitadora(or) hará una reflexión sobre el tema.</p>	Cuestionario y lápices
	<p>El papel secreto:</p> <p>Se reparte a cada uno de los participantes un papel doblado que contenga una palabra escrita. Esta palabra debe ser algo que se relacione con el contenido de la primera parte del video; por ejemplo: "sexo", "relaciones sexo-genitales", "ITS", "sida", "virus", etc.</p> <p>Se les indica que no deben abrir el papel hasta que se les diga.</p> <p>La facilitadora(or) debe contar con unas tarjetas previamente elaboradas con las palabras generadoras.</p> <p>Posteriormente, se indica que abran todos/as los papeles sin enseñarlos a los demás.</p> <p>La facilitadora(or) menciona una palabra en voz alta y el o la participante que tenga la palabra deberá compartir en voz alta el concepto.</p>	<p>Tarjetas de cartulina</p> <p>Papel</p> <p>Lápices o lapiceros</p>

La persona que no sepa el significado o que indique un significado erróneo será apoyada por el resto del grupo y por la facilitadora(or) para que todas las personas tengan claro el significado de cada uno de los conceptos brindados en esta primera sesión.

PARTE 2

Contenido:

- Mitos sobre el VIH
- Estigma y discriminación hacia las personas que viven con VIH

Objetivos:

- Proveer información que permita reducir el estigma hacia las personas que viven con VIH y los grupos en más alto riesgo.
- Promover comportamientos libres de estigma y discriminación

Resultados esperados:

Al finalizar la actividad las y los participantes estarán en condiciones de:

- Identificar sentimientos personales, actitudes y creencias acerca de las personas que viven con VIH y de los grupos en más alto riesgo.
- Hacer una lista de conductas libres de estigma y discriminación factibles de llevar a cabo en su vida cotidiana.

Tiempo estimado	Actividad	Insumos
15 minutos	Dinámica de presentación: nidos, nudos o aves	Pizarrón o pliegos de papel y marcadores
	<ul style="list-style-type: none"> • El grupo se coloca en rueda, en donde se les da la explicación. Cuando el facilitador(a) dice “nidos” se hacen parejas y se toman de las manos. Cuando la facilitadora(or) dice “nudos” se hacen grupos de tres y se toman de las manos. Cuando la facilitadora(or) dice aves, las y los participantes se mueven como aves en el salón. • Cuando los adolescentes están en “nudos” o en “nidos” deben presentarse entre ellos; decirse sus nombres y conocerse. • Cuando la dinámica termina se colocan en rueda. • Las y los participantes comparten los nombres de al menos cinco de las y los participantes con quienes hicieron “nudos” o “nidos” y comparte su expectativa del taller. • Cuando ya han sido presentados todos los participantes, se da por terminada la dinámica. 	
10 minutos	<p>¿De qué hablaremos hoy?</p> <p>Se les explica a las y los participantes que se verá la segunda parte del video <i>Alguien como tú</i>. Se les pide que en un cuaderno u hoja de papel anoten lo que les parezca interesante sobre el video para comentarlo posteriormente.</p>	Cuadernos u hojas de papel y lapiceros para los participantes.
10 minutos	<p>Segunda Parte del video <i>Alguien Como Tú:</i></p> <p>Se proyecta el video sin mayores explicaciones previas</p>	Reproductor de DVD y televisión; o computadora, cañonera y pantalla; o solamente una computadora con un monitor de tamaño aceptable para que sea bien apreciado por el grupo.

Tiempo estimado	Actividad	Insumos
15 minutos	<p>Compartir ¿qué vieron?</p> <p>Las y los participantes expresan lo que vieron. Rearman la historia a través de narrar lo que observaron en el video. Quienes tuvieron la oportunidad de ver la primera parte del mismo también podrán comentar al respecto.</p>	Opcional: pizarra, pliegos de papel o tarjetas de cartulina, marcadores
30 minutos	<p>Discusión</p> <p>Se lanzan preguntas a las y los adolescentes, se les escucha y luego se facilita la explicación.</p>	Opcional: pizarra, pliegos de papel o tarjetas de cartulina, marcadores
<p>¿Qué es un mito?</p> <p>En este contexto, puede considerarse a un mito como un tipo de creencia establecida, en la que se designan cualidades o características que en realidad no posee la persona o tema en cuestión.</p> <p>Hay mitos muy frecuentes sobre el VIH, o sobre el sida; ¿cuáles han escuchado?</p> <p>Se da el tiempo para que las y los participantes expresen algunas ideas al respecto; luego se aclaran las ideas erróneas y se complementan con la explicación del cuadro sobre mitos.</p>		

Estigma y discriminación

Dos términos diferentes pero que igualmente responden negativamente a la realidad de quienes viven con VIH.

Estigmatizar se describe como una característica que “desprestigia considerablemente” a una persona ante los ojos de los otros.

También tiene importantes consecuencias sobre el modo en que las personas se perciben a sí mismas.

La estigmatización no es una característica de la persona, sino una idea que la otra se hace de ella o que los demás hacen de ella. A partir de esto se facilita la discriminación. El término discriminar, por su parte, significa dar trato de inferioridad a una persona, implica una conducta que provoca daño a los demás. Con frecuencia la familia y la comunidad perpetúan la estigmatización y la discriminación en parte por miedo e ignorancia.

Podemos decir entonces que como estigmatizar y discriminar son prácticas cotidianas, las personas no hacen nada por cambiar estas actitudes y conductas, mientras que continúan repitiéndolas, pues es más cómodo y no implica compromiso con los demás.

Todos y todas merecemos el mismo respeto y tenemos la misma dignidad, sea cual sea su posición social y su estado de salud. La discriminación contra las personas que viven con VIH, es una violación de los derechos humanos. La ignorancia, la falta de conocimientos, el miedo y la negación han generado consecuencias graves, y han negado el acceso a tratamientos, servicios y apoyo a las personas que viven con VIH, dificultando el trabajo de prevención.

Las y los jóvenes debemos comprender que estigmatizar y discriminar son conductas negativas. Podemos aprender más bien, que las personas que viven con el VIH tienen derecho a la salud, al trabajo, a la familia, a la protección y a ser tratados con igualdad, atendiendo a sus necesidades específicas.

Preguntas al grupo:

- ¿Qué es estigma?
- ¿Qué es discriminación?
- ¿Cuál es la diferencia entre estigmatización y discriminación?
- ¿Conocen algún caso de estigma o discriminación en la comunidad? (se puede motivar a las y los participantes a expresarse preservando el anonimato del caso que van a comentar).

- ¿Por qué es común el estigma y la discriminación respecto a quienes viven con VIH?

Elaboración del cartel:

Se les pide que se reúnan en grupos de un máximo de cinco personas.

Cada grupo debe elaborar un cartel en el que escriban lo siguiente:

- Lista de conductas libres de estigma y discriminación factibles de llevar a cabo en su vida cotidiana
- ¿Cómo puedo aplicar lo aprendido en estas sesiones en mi vida personal?
- ¿Cómo podemos aplicar lo relacionado a estigma y discriminación en nuestra comunidad?

Al terminar de dialogar y de escribir el cartel, cada grupo expone sus conclusiones y recomendaciones o propuestas.

Si no se cuenta con material para elaborar carteles o si las y los participantes no saben leer y escribir puede hacerse una mesa de diálogo abarcando los tres ítems propuestos.

Tiempo estimado	Actividad	Insumos
10 minutos	<p>Actividad de cierre</p> <p>Al finalizar se sugiere realizar una actividad lúdica para reflexionar sobre los temas abordados.</p> <p>El juego de la botella:</p> <p><i>Descripción</i></p> <p>Esta actividad consiste en formar un círculo con los participantes y colocar una botella en el centro. Gire la botella y la persona a quien señala la botella, deberá responder si es MITO o REALIDAD, basándose en la información recibida.</p>	<p>Botella de vidrio o plástico rellena con arena u otro material para que pese.</p>

Mitos	Realidades
El sida es una enfermedad principalmente de homosexuales y trabajadoras sexuales.	Cualquier persona puede adquirir el VIH. No importan la orientación sexual e identidad de género: todas y todos podemos estar en riesgo, principalmente por nuestras prácticas sexuales.
No importa si adquiero el VIH; los antirretrovirales actualmente me pueden curar.	Los antirretrovirales limitan la reproducción del virus y facilitan la reproducción de CD4 (linfocitos T). No te confundas, por ahora no existe una cura para el VIH.
Si beso a alguien que tiene VIH me contagiare.	El VIH no se contagia, se transmite. La cantidad de virus existente en la saliva no es suficiente para transmitir la enfermedad, por lo que un beso no transmite el VIH. No obstante, siempre es importante hacer una evaluación de riesgos: heridas, llagas, etc.
Es posible saber a simple vista si alguien tiene VIH.	Una persona con VIH puede que no muestre síntomas visibles por muchos años y se vea saludable.
Una persona que vive con VIH debe utilizar sus propios vasos, platos y cubiertos, porque pone en riesgo a los demás.	Los cubiertos, platos y vasos que utiliza una persona que vive con VIH deben ser lavados al igual que los utensilios que son utilizados por otras personas. Utilizar los mismos utensilios y cubiertos que usa una persona que vive con VIH no pone en riesgo a otros de adquirir el virus.
Si utilizo el mismo baño que una persona que vive con VIH estoy en riesgo.	El utilizar el mismo baño que una persona que vive con VIH no pone en riesgo a nadie. El lugar debe ser higienizado como normalmente se recomienda y se haría en circunstancias cotidianas.
El VIH se transmite por la picadura de un mosquito que antes ha picado a una persona que vive con el VIH.	El VIH no se transmite por la picadura de mosquitos ni de otros insectos. El virus para poder vivir necesita una célula humana, no animal.

Mitos	Realidades
<p>Al momento de saber que se ha adquirido el VIH o alguna ITS no hay que decírselo a nadie... que vergüenza.</p>	<p>Si una persona cree que ha adquirido el virus, debe contárselo a alguien de su entera confianza y lo más importante, asistir a un servicio de salud para realizarse las pruebas correspondientes y recibir la orientación adecuada.</p>

Fuentes de información electrónicas para consulta y referencia

www.paho.org/adolescencia

www.adolesc.org

www.sexualidadjoven.org

www.unaids.org/es

www.jovenesredlac.org

Esta guía ha sido producida en Guatemala gracias al apoyo de la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo, en el marco del proyecto Juventud Indígena, Salud, Desarrollo e Inclusión que ejecuta la OPS.



Revisión técnica de contenidos y guía pedagógica:

- Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social de Guatemala
 - Componente de Adolescentes, Coordinación de Ejes Transversales
 - Unidad de Prevención, Programa Nacional de VIH y sida
- Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud
 - Área de Salud Familiar y Comunitaria, Representación en Guatemala
- Asociación Comunicares

Esta guía puede reproducirse y/o traducirse, en parte o en su totalidad, sólo si se usa para fines educativos, no comerciales citando la fuente.

Guatemala, marzo de 2010

ISBN: 978-9929-554-36-8

ISBN: 978-9929-554-36-8



9 789929 554368



**Organización
Panamericana
de la Salud**

Oficina Regional de la
Organización Mundial de la Salud



República de Guatemala

Si sale de salud



C aacid