E.S.E Hospital San José Viterbo Caldas

LINEA: Salud Sexual y Reproductiva

ESTRATEGIA: Vida Plena. Conexión Adolescente.

Nombre del profesional: Alejandra Muriel Cano.

Profesión: Enfermera.

Fecha de ejecución: 10-06-2025

Lugar de la capacitación: Institución Educativa Colegio La Milagrosa.

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:

Habilidades para la vida. Prevención del embarazo no deseado. Prevención de ITS- VIH.

2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:

Objetivo general:

Promover en los y las adolescentes la toma de decisiones informadas, responsables y autónomas sobre su salud sexual, brindando conocimientos actualizados sobre la prevención del embarazo no deseado, infecciones de transmisión sexual (ITS) y VIH, desde una perspectiva de derechos, autocuidado y bienestar emocional.

Objetivos Específicos:

- Educar sobre los riesgos y consecuencias físicas, emocionales y sociales de los embarazos no deseados en la adolescencia.
- Informar sobre las infecciones de transmisión sexual (ITS) y el VIH: qué son, cómo se transmiten, cómo prevenirlas y qué hacer en caso de sospecha o infección.
- Fortalecer habilidades psicosociales que permitan a los adolescentes negociar relaciones seguras, ejercer el consentimiento y protegerse de presiones sociales o sexuales.
- Explicar el uso correcto de métodos anticonceptivos y de barrera, especialmente el condón.
- Promover el acceso a servicios de salud amigables, confiables y confidenciales para adolescentes.

3. CURSO DE VIDA

Adolescencia.

METODOLOGÍA

El siguiente taller proporciona herramientas teórico-prácticas para comprender las habilidades para la vida. Prevención de embarazos no deseados. Prevención de ITS- VIH. Tiene una duración de mínimo una hora.

El proceso metodológico incluye aspectos conceptuales, emocionales y reflexivos que ayudan a los y las participantes a aprender de manera significativa.
El enfoque es práctico y vivencial. Se puede utilizar el análisis de casos y la reflexión sobre experiencias cotidianas para interiorizar los conceptos.

Materiales Necesarios:

- Salón con sillas para la comodidad de los y las estudiantes.
- Computador para proyectar diapositivas.
- Tablero y marcadores.
- Papel y lapiceros para trabajo.
- Material visual educativo impreso.

Desarrollo del Tema:

1. **Introducción.**
2. **Exposición teórica:** Presentación visual con diapositivas para explicar conceptos clave.
3. **Dinámicas participativas:** Preguntas abiertas y discusión en grupo para compartir experiencias y dudas.
4. **Casos prácticos:** Análisis de situaciones reales o simuladas para aplicar conocimientos.
5. **Material didáctico:** Entrega de folletos, guías y listas de recursos disponibles.
6. **Preguntas y respuestas:** Espacio para aclarar dudas y reforzar conceptos.

Introducción:

Se dará inicio al primer taller educativo con la presentación de la profesional a cargo y una introducción detallada de los temas a tratar y los objetivos del mismo. Los temas a tratar son: Habilidades para la vida, Prevención del embarazo no deseado. Prevención de ITS-VIH.

DESARROLLO TEMÁTICO

1. Introducción: Sexualidad, decisiones y consecuencias

- Actividad inicial: *"Mitos y realidades"* sobre sexualidad.
- La sexualidad es una parte natural de la vida, pero también conlleva responsabilidades.
- ¿Qué significa vivir la sexualidad con conciencia?

2. EMBARAZO EN LA ADOLESCENCIA

A. Causas comunes:

- Desinformación o información inadecuada.
- Falta de acceso o uso incorrecto de métodos anticonceptivos.
- Presión de pareja, entorno o creencias culturales.
- Violencia sexual o relaciones desiguales de poder.

B. Consecuencias del embarazo no planificado:

- Abandono escolar.
- Riesgos para la salud de la madre adolescente y el bebé.
- Impacto psicológico: ansiedad, depresión, culpa.
- Cambios en el proyecto de vida.

C. Prevención:

- Educación sexual integral.
- Acceso a anticoncepción.
- Desarrollo de habilidades para decir NO o para negociar el uso del condón.
- Fortalecer la autoestima y la proyección personal.

Actividad: Testimonio simulado de una adolescente embarazada (audio o dramatización breve).

3. INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL (ITS) Y VIH

A. ¿Qué son las ITS?

- Son infecciones que se transmiten, principalmente, por contacto sexual (oral, vaginal o anal).
- Algunas de las más comunes: clamidia, gonorrea, sífilis, virus del papiloma humano (VPH), herpes genital, VIH.

B. VIH y SIDA:

- El VIH ataca el sistema inmunológico.
- No tiene cura, pero sí tratamiento (antirretrovirales) que permite vivir muchos años con calidad de vida.
- La transmisión se da por contacto sexual sin protección, sangre, jeringas compartidas o de madre a hijo.

C. Síntomas frecuentes (aunque muchas ITS son asintomáticas):

- Flujo inusual, ardor al orinar, llagas, verrugas, dolor pélvico.

D. Prevención de ITS/VIH:

- **Uso correcto y constante del condón.**
- Evitar el consumo de sustancias que dificulten tomar decisiones.
- Realización de pruebas periódicas.
- Mantener relaciones basadas en el respeto y consentimiento.
- Acceso a la vacunación (por ejemplo, contra el VPH).

Dinámica visual: “El viaje del VIH” – Se simula cómo se transmite entre personas a través de una dinámica de grupo con una pegatina, para visibilizar lo fácil que puede propagarse si no hay protección.

Cierre

- Resumen de los puntos clave.
- Espacio para preguntas y comentarios.
- Entrega de material informativo y educativo y recomendaciones finales.



_____

Alejandra Muriel Cano
Enfermera

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA

