ESE HOSPITAL SAN JOSÉ

LINEA: SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

ESTRATEGIA: VIDA PLENA CONEXIÓN ADOLESCENTE

Nombre del profesional: SINDY YULIANA PATIÑO MUÑOZ

Profesión: ENFERMERA

Fecha de ejecución: 12/09/2025

Lugar de la capacitación: INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN ISIDRO

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:
DSDR – ANTICONCEPCIÓN
2. OBJETIVO DE LA CAPACITACIÓN:
Brindar a los padres de familia información clara, científica y adecuada a su edad sobre los derechos sexuales y reproductivos y los métodos anticonceptivos, con el fin de promover decisiones informadas, responsables y seguras respecto a su salud sexual.
3. CURSO DE VIDA
Adultez – Vejez
4. METODOLOGIA
La actividad se desarrollará utilizando una metodología participativa, dinámica y centrada en el estudiante, con el objetivo de promover el aprendizaje significativo, el pensamiento crítico y el respeto mutuo. 1. Inicio – Activación del conocimiento previo. • Dinámica rompe hielo: breve actividad para generar confianza (por ejemplo, "mito o realidad" sobre sexualidad). 2. Desarrollo – Presentación de contenidos • Exposición interactiva mediante presentación con apoyo visual (infografía). • Temas principales:

¿Qué son los derechos sexuales y reproductivos?

Son un conjunto de derechos humanos universales que garantizan que todas las personas puedan:

- Vivir su sexualidad de forma libre, segura y responsable, sin discriminación, violencia ni imposiciones.
- Decidir sobre su vida reproductiva, es decir, tener la libertad de elegir si desean tener hijos, cuándo y cuántos.
- Acceder a información y educación en salud sexual y reproductiva de manera clara, completa y veraz.
- Recibir servicios de salud de calidad, incluyendo acceso a métodos anticonceptivos, controles médicos, atención en embarazo y parto digno.
- Ejercer la igualdad y no discriminación, sin importar género, edad, orientación sexual, identidad de género, estado civil o situación social.

Anticoncepción:

1. **Métodos de barrera:**

Impedir que el espermatozoide llegue al óvulo.

- Preservativo masculino y femenino: además de prevenir embarazos, protegen contra infecciones de transmisión sexual (ITS).
- Diafragma y capuchón cervical: menos usados, pero también bloquean el paso de espermatozoides.

2. **Métodos hormonales:**

Regulan o bloquean la ovulación mediante hormonas.

- Pastillas anticonceptivas.
- Inyecciones mensuales o trimestrales.
- Implante subdérmico.
- Parche anticonceptivo.
- Anillo vaginal.

No protegen contra ITS, pero son muy efectivos si se usan correctamente.

3. **Métodos intrauterinos (DIU):**

Se colocan en el útero para impedir el embarazo.

- DIU de cobre: evita la fecundación, dura entre 5 y 10 años.
- DIU hormonal: libera hormonas para prevenir embarazo, dura entre 3 y 5 años.

4. **Métodos definitivos o quirúrgicos:**

Son permanentes, recomendados para quienes no desean tener más hijos.

- Ligadura de trompas (mujeres).
- Vasectomía (hombres).

5. **Métodos naturales:**

Requieren control del ciclo menstrual y disciplina, pero son menos seguros.

- Método del ritmo o calendario.
- Temperatura basal.
- Coito interrumpido (muy poco confiable).

3. Cierre – Reflexión y conclusiones

- Resumen de ideas clave.
- Ronda de preguntas y respuestas.
- Evaluación rápida: tarjeta verde/roja o encuesta breve de satisfacción/comprensión.

Firma



SINDY YULIANA PATIÑO MUÑOZ