ESE HOSPITAL SAN JOSE

LINEA: SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

ESTRATEGIA: Vida plena conexión adolescente

Nombre del profesional: Dayana García Restrepo

Profesión: Enfermera

Fecha de ejecución: 10/03/2026

Lugar de la capacitación: Institución Educativa La Milagrosa

Hora de inicio: 8:00 am

Hora de finalización: 10:00 am

1. NOMBRE DE LA ACTIVIDAD:
TALLER 1: Derechos sexuales y reproductivos Anticoncepción y prevención de embarazos no deseados.
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

4. METODOLOGIA

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

Desarrollo educativo: Derechos sexuales y reproductivos (DSDR)

Durante este momento se abordaron los derechos sexuales y reproductivos como un componente fundamental del desarrollo integral de los adolescentes, explicando que estos hacen parte de los derechos humanos y garantizan la posibilidad de vivir la sexualidad de manera libre, informada y responsable. Se explicó el derecho a recibir información, a decidir sobre el propio cuerpo, a acceder

a servicios de salud y a vivir una sexualidad libre de violencia y discriminación. Se promovió la reflexión sobre la importancia de reconocer y ejercer estos derechos, fortaleciendo la autonomía y el respeto por sí mismos y por los demás.

1. 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.

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.

Dayana García R.

DAYANA GARCIA RESTREPO
Enfermera PIC DTSC