FICHA METODOLÓGICA
"EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL Y AUTOCUIDADO"

Tema
Educación sexual integral, derechos sexuales, métodos anticonceptivos y prevención de infecciones de transmisión sexual (ITS).

Población objetivo: Comunidad en general.

Objetivo general

Fortalecer los conocimientos y prácticas de autocuidado relacionados con la sexualidad, los derechos sexuales y reproductivos y la prevención de ITS, promoviendo decisiones responsables e informadas.

Objetivos específicos

- Sensibilizar sobre la importancia de la educación sexual integral.
- Promover el reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos.
- Brindar información clara sobre métodos anticonceptivos y prevención de ITS.
- Identificar mitos y realidades relacionados con la sexualidad.
- Fortalecer hábitos de autocuidado y acceso oportuno a servicios de salud.

Metodología

Participativa, educativa y reflexiva, basada en el diálogo, la escucha activa y el intercambio de conocimientos y experiencias.

Materiales

- folletos informativos

Desarrollo de la actividad

1. Bienvenida e introducción

Se realiza un saludo de bienvenida y una dinámica corta de integración para generar confianza y participación. Posteriormente, se presenta el tema y los objetivos de la actividad.

2. Exploración de conocimientos previos

Se realizan preguntas al grupo como:

- ¿Qué entienden por educación sexual integral?
- ¿Qué métodos anticonceptivos conocen?
- ¿Qué mitos sobre sexualidad han escuchado?

Las respuestas se socializan para identificar conocimientos y dudas.

3. Desarrollo temático

Se explica de manera sencilla y participativa:

- Derechos sexuales y reproductivos.
- Métodos anticonceptivos y prevención de ITS.
- Importancia del uso del condón.
- Mitos y realidades sobre sexualidad.
- Rutas de atención en salud y planificación familiar.

Se promueve el diálogo y la resolución de inquietudes.

4. Cierre y reflexión final

Se realiza una conclusión grupal sobre la importancia del autocuidado, el respeto y la toma de decisiones responsables. Finalmente, cada participante comparte un aprendizaje significativo adquirido durante la actividad.

Resultados esperados

- Mayor conocimiento sobre salud sexual y reproductiva.
- Identificación de métodos anticonceptivos y formas de prevención de ITS.
- Reducción de mitos y desinformación sobre sexualidad.
- Fortalecimiento del autocuidado y la toma de decisiones responsables.
- Promoción del acceso a servicios de salud y planificación familiar.

Evaluación

La evaluación se realizará mediante la participación activa, preguntas de retroalimentación y una reflexión final:
¿Qué aprendizaje considera más importante para aplicar en su vida cotidiana?