



cómodo neate

Placer sin riesgo

SEXUALIDAD Y EDUCACIÓN SEXUAL

Organiza:



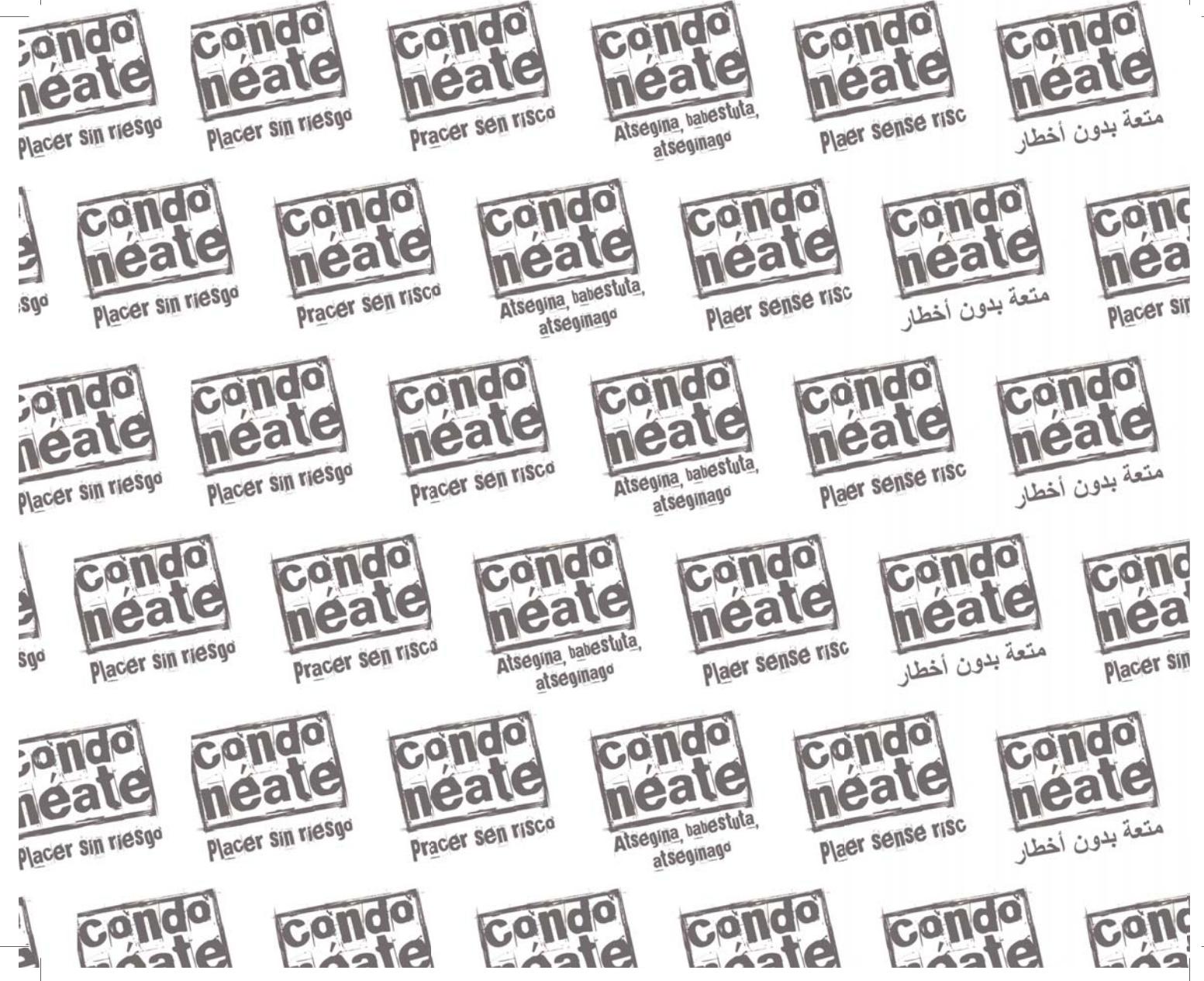
Consejo de la
JUVENTUD
de España
WWW.CJE.ORG

Campaña de Prevención del VIH/SIDA

Subvenciona:



SECRETARÍA GENERAL DE
INVESTIGACIONES
DIRECCIÓN GENERAL DE
SALUD PÚBLICA
SECRETARÍA DEL PLAN
NACIONAL SOBRE EL SIDA





PUNTO DE PARTIDA: La Sexualidad.

Teniendo en cuenta que actualmente la vía de transmisión más importante es la sexual, es necesario enmarcar la prevención de la transmisión del Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH) dentro de programas de Educación Sexual que permitan comprender las diferentes actitudes que influyen en las formas de relacionarnos y posibilitan que las relaciones sexuales sean más seguras y gratificantes.

Es necesario abordar las actividades preventivas de la transmisión del VIH con un enfoque global, en el contexto de la promoción de la salud sexual, prevención de Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) y de los embarazos no deseados. Sin embargo, la educación no puede reducirse a centrarse en la prevención de peligros o situaciones de riesgo, hay que prestar a la sexualidad la atención que se merece considerándola como una dimensión fundamental del ser humano, como algo positivo y enriquecedor que va más allá de lo exclusivamente genital, coital o reproductivo.

Por este motivo, consideramos de especial importancia tener claros diferentes conceptos que tienen relación y forman parte de la sexualidad así como la importancia de una Educación Sexual integral.

El objetivo principal de la Educación Sexual, es que los hombres y las mujeres, APRENDAN A CONOCERSE, ACEPTARSE Y EXPRESARSE DE FORMA QUE SEAN FELICES.

Desde este planteamiento, la Educación Sexual no se centra tanto en los “peligros”, sino en la expresión de los DESEOS, en el respeto, en la comunicación, se centra en lo POSITIVO, evitando con ello los “riesgos” (ITS y embarazos no deseados).

La sexualidad abarca a todos y a todas y habla de sexualidades diferentes, de sexualidades en plural, habla de la DIVERSIDAD.



● Vamos a Aclarar Conceptos

●SEXO:

Es el resultado de un proceso, el proceso de sexuación. El resultado es hombre y mujer.

Dicho proceso se inicia en la fecundación y acaba con la muerte. En este proceso van sucediendo una serie de niveles o estructuras que progresivamente van sexuando al individuo.

Todos estos elementos estructurantes y estructurales llevan a uno de los resultados: hombre o mujer. Y por supuesto cada uno de ellos, está lleno de matices porque estamos hablando de muchos niveles que son lo que intervienen en el proceso (cromosómico, hormonal, gonadal, de asignación de sexo, crianza diferencia...). De tal forma que cada uno se situará en un punto del continuo.

De cara a trabajar la Educación Sexual, tendríamos entonces que tener en cuenta que se trata de trabajar con seres únicos e irrepetibles, desde cada proceso peculiar y particular.

●SEXUALIDAD:

Es la manera que cada persona tienen de vivir “el hecho de ser sexuado”.

La referencia más clara de la sexualidad son las “vivencias”, lo que cada cual siente en su intimidad.

La sexualidad hace también referencia a la orientación del deseo: homo y hetero. De cara a trabajar la Educación Sexual, se trata de que cada persona se conozca y se acepte como es y lo que es.

●ERÓTICA:

Se refiere a la forma concreta de expresar lo anterior, lo que somos y lo que vivimos, que tiene múltiples formas en su expresión y que es personal y particular.

En el desarrollo de la erótica entran en juego muchos valores y creencias, la forma de pensar y de entender las relaciones sexuales y las relaciones de pareja, los sentimientos y la importancia que se den a los mismos, así como todas las demás cosas que se puedan considerar importantes. De todo esto, así como de otras influencias acabará surgiendo un tipo de erótica individual.

En este caso, la tarea educativa consiste en hacer que cada cual se sienta feliz con la forma de expresar su erótica.

● Educación Sexual

En este apartado podréis encontrar algunas pautas y claves para poder trabajar educación sexual con jóvenes y adolescentes. No se van a dar recetas mágicas ya que cada grupo o individuos con los que trabajemos pueden ser mundos completamente distintos unos de otros.

Para ello lo principal que hay que saber es el objetivo de la Educación Sexual:

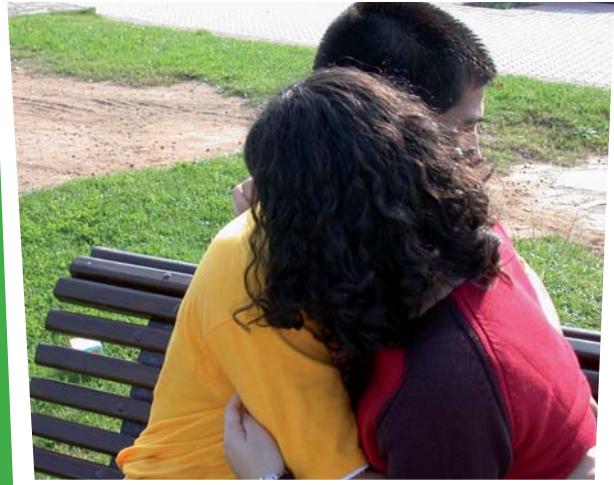
“Conseguir que chicos y chicas aprendan a conocerse, a aceptarse y a expresarse (expresar su erótica), para que sean felices y disfruten.”

La educación sexual debe contemplar dos marcos, el marco sexológico y el pedagógico. El primero debe amparar todas nuestras intervenciones y nos debe servir para trabajar con todos los grupos (para todas las sexualidades), el segundo nos llevará a hacer una educación sexual que vaya más allá de la buena voluntad y del “algo hay que hacer”.

● Educación Sexual con Sexología...

Como ya comentamos en el apartado anterior, no debemos tratar la educación sexual simplificándola como algo que nos ayudará a evitar concuencias negativas(ITS, embarazos no deseados,...) sino que nuestro punto de partida debe ser otro.

Nuestra educación sexual debe transmitir una postura positiva hacia las cuestiones relacionadas con la sexualidad, así como la información y las destrezas necesarias para disfrutarla sin riesgo.



© CNICE. Banco de Imágenes y Sonidos

Es importante no olvidar que la educación sexual debe abarcar a todos y todas, no solo a los que pueden ser susceptibles de esos “malos rollos”. Eso incluye hombres y mujeres sea cual sea su orientación sexual, su edad o sus condiciones físicas o psíquicas.

Mucha de la educación sexual que se ha realizado ha dejado un poco de lado lo que la gente es y cómo se vive, para prestarle casi toda la atención a lo que la gente hace. O, más concretamente, lo que hace con sus genitales.

Lo que no debemos olvidar que la sexualidad no es algo entre penes y vaginas, si no entre hombres y mujeres, ya sean homosexuales o heterosexuales. Esto significa que además del roce y los fluidos se mezclan expectativas, valores, miedos, deseos, creencias, identidades,... Y de que se tome conciencia de todo esto es de lo que se va a tratar la educación sexual.

•... y Educación Sexual con Pedagogía

El objetivo de la Educación Sexual apunta en la misma dirección que el objetivo general que plantea la Educación Obligatoria reglada, cuyo objetivo es:

-El desarrollo integral de la persona en los planos intelectual, motor, de equilibrio personal y afectivo, de relación interpersonal y de actuación e inserción social.

Desde el ámbito del Ocio y Tiempo Libre, aunque nos situamos en un plano distinto, se trabajará desde los mismos objetivos.

Dependiendo de las edades de los grupos o personas individuales con los/as que vayamos a trabajar tendremos que desgranar ese gran objetivo en objetivos más específicos, para poco a poco ir consiguiendo lo que buscamos: **ACEPTARSE, CONOCERSE Y EXPRESARSE.**

Algunos objetivos específicos en el trabajo con jóvenes:

- Posibilitar la aceptación personal de la sexualidad como fuente de placer, salud, afectividad y fecundidad.
- Comprender y conocer el desarrollo sexual humano.
- Tomar conciencia y aceptar la figura corporal.
- Desarrollar la autoestima, asumiendo una identidad sexual libre de elementos discriminatorios.

-Fomentar la assertividad como expresión de sentimientos y opiniones en el momento oportuno y de modo adecuado, aunque los demás no estén de acuerdo ("aprender a decir no cuando quieras decir no").

-Comprender y conocer los mecanismos de la reproducción para controlar y asumir esta capacidad.

-Conocer y analizar el deseo sexual humano, su orientación y sus manifestaciones.

-Conocer los elementos básicos de la Respuesta Sexual Humana y los afectos y emociones asociados.

-Reconocer las necesidades afectivas y su evolución.

-Desarrollar habilidades como la comunicación, la empatía, la expresión emocional que permitan vivir la erótica y las relaciones personales de manera adecuada.

-Aprender a reconocer y prevenir las situaciones de riesgo del comportamiento sexual.

-Desarrollar estrategias personales y colectivas para el análisis y la resolución de problemas que se pueden presentar en torno a la sexualidad.

No hay que olvidar que estos objetivos deben ser matizados en función de la edad del grupo o de las personas objeto de nuestra intervención y que sólo son pistas, la lista de objetivo podría ampliarse, o cambiar alguno de sus objetivos.

• Algunas Orientaciones Didácticas

👉 Asegurar la construcción de aprendizajes significativos

Para que se produzca aprendizaje es importante que sepamos “lo que ya conocen” y “lo que quieren conocer”, aunque con esto no es suficiente. También hay que tener en cuenta “las actitudes” y “las necesidades”. No sólo vamos a contestar lo que ellos/as quieren saber, ya que nosotros/as debemos saber que a cada edad hay cosas que “necesitan” saber y procuraremos trabajarlas. Recuerda: **INTERESES, NECESIDADES Y CAPACIDADES.**

👉 Contextualizar los procesos de enseñanza-aprendizaje

Tener siempre en cuenta que cada grupo tiene sus propias características y su propio entorno sociocultural.

El contexto de cada grupo es su propia realidad. Su entorno, su colegio o instituto, su familia, sus programas de televisión, sus creencias...hacer referencia al contexto hace de elemento motivador y facilita el proceso de aprendizaje al aproximarles a su realidad. Se trata de que entiendan que la educación sexual tiene que ver con ellos y con ellas.

Somos nosotros como mediadores, los que nos tenemos que adaptar al grupo.



© CNICE. Banco de Imágenes y Sonidos

👉 Posibilitar que las chicas y los chicos realicen aprendizajes significativos autónomamente.

No solo hay que saber transmitir conocimientos y de que aprendan de nosotros/as sino que lo ideal sería que buscásemos la manera en que los chicos y las chicas pudieran “aprender por sí solos”. Nosotros/as sólo estamos de paso, tenemos que ser prescindibles.

QUE APRENDAN A APRENDER. Que sepan plantearse un problema y sean capaces de analizar las diferentes posibilidades para solucionarlo. Que nuestra intervención les deje con ganas de seguir aprendiendo.

👉 Facilitar la globalización de aprendizaje

No se pueden parcelar ni la sexualidad ni la erótica. Tener siempre presente que la sexualidad abarca todo, hombres, mujeres, sus miedos, sus placeres, las vivencias presentes y pasadas, sus peculiaridades...

👉 Desarrollar estrategias de grupo e individualizarlas potenciando el trabajo autónomo y cooperativo

Sabemos que son muchas las maneras de vivir y de pensar sobre la sexualidad, y que es importante tanto para el chico como para la chica aprender que existen otras sexualidades distintas a la propia. Y aprender que “la sexualidad propia” es aceptada por el grupo.

No debemos olvidar la importancia del grupo de iguales en esta etapa ya que siempre está ahí y es un grupo de referencia en el que el/la adolescente se quiere sentir integrado. Si conseguimos que en el grupo se hable de sexualidad podemos lograr que lo sexual deje de ser algo tabú.

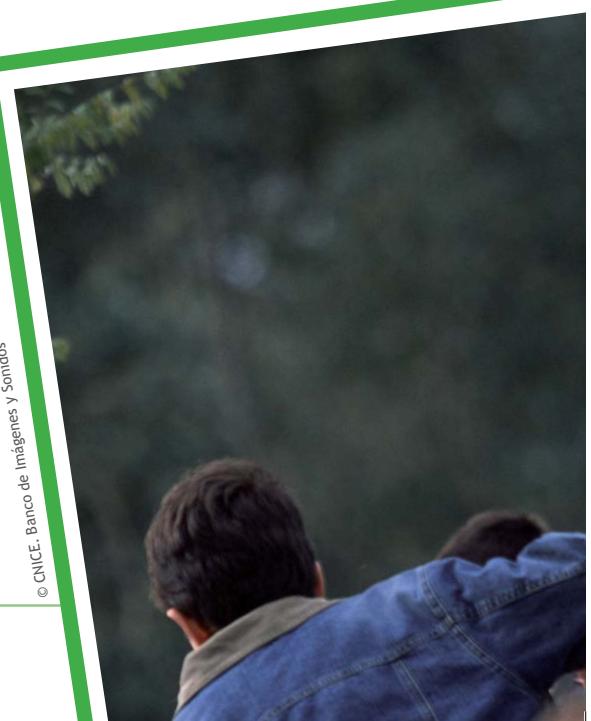
Además, los propios jóvenes son especialmente eficaces a la hora de poner en marcha intervenciones en prevención dirigidas a sus iguales y, por consiguiente, desarrollan un papel importantísimo en el desarrollo y ejecución de estas actividades.

👉 Desarrollar una orientación co-educativa

Hay que hablar de tal manera que tanto los chicos como las chicas se sientan identificados con lo que decimos.

La coeducación en Educación Sexual consiste en hablar de la sexualidad del hombre y de la sexualidad de la mujer.

- **Ejemplo 1:** el término homosexual generalmente se atribuye a los hombres gays, mientras que las mujeres lesbianas quedan invisibilizadas bajo este término que incluye tanto a gays como a lesbianas.



- Ejemplo 2: cuando hablamos de masturbación se tiende a pensar en conductas de autoplacer para y en los chicos u hombres, dejando en este caso a las mujeres también invisibilizadas bajo un término que también es aplicable a los dos sexos.



👉 Fomentar el uso de diferentes materiales didácticos

No hay un único medio de aprender. Para llegar más a los y las chicos/as es necesario utilizar varios materiales didácticos y animaremos a que los miembros del grupo utilicen otros por su cuenta.

Es importante saber escoger el recurso o material más oportuno en función del objetivo que se quiera conseguir.

RECUERDA que... no hay recursos buenos o malos, sino adecuados o inadecuados.

👉 Trabajar en coordinación con las madre y los padres y otros agentes implicados

Nuestro objetivo es “colaborar” con todos y no suplantar a nadie. La familia, los profesores, los medios de comunicación... forman parte del entorno social del/la adolescente. Por este motivo es importante que se realice alguna línea de intervención con estos agentes que son de gran importancia para los/as jóvenes.

👉 Desarrollar una labor evaluadora

No basta con la buena voluntad, es necesario evaluar para saber hasta qué punto nos aproximamos a los objetivos planteados.

Debemos marcarnos unos indicadores de evaluación y realizar una evaluación de proceso, antes, durante y después de la intervención.

Si en la evaluación detectamos que hemos cometido errores no debemos desanimarnos, para eso está la evaluación, para ir rectificando esas posibles cosas que nos hacen fallar.

Una Educación Sexual de calidad debe contemplar tres partes:

1-LA INFORMACIÓN: la información es importante, pero no es suficiente. La información da información, pero no cambia conductas.

La información por sí sola NO resolverá los embarazos no deseados, ni Infecciones de Transmisión Sexual, ni la homofobia, ni el resto de situaciones que son llamadas de “situaciones de exclusión”.

2-LA FORMACIÓN: debemos dotar a los grupos o personas con las que trabajemos de las herramientas necesarias que permitan y garanticen la adecuada interiorización y transmisión de los contenidos que tenga relación con la sexualidad.

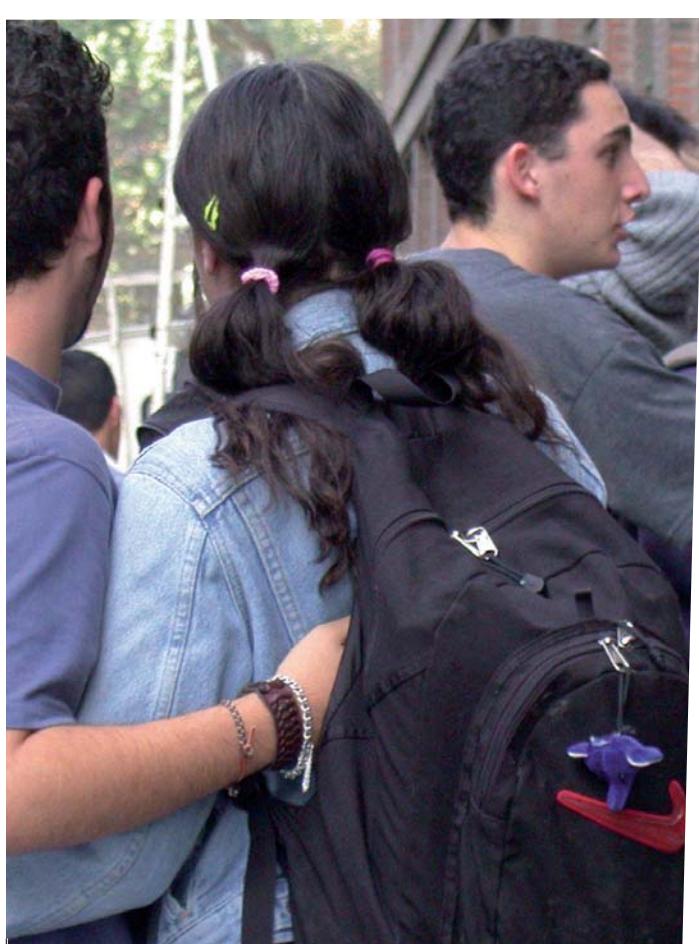
3-LAS ACTITUDES: este debe ser, si cabe, el punto central de toda intervención de Educación Sexual. Para ello lo primero que debemos plantearnos es ¿qué es una actitud? Y para ello damos varias definiciones:

- Predisposición aprendida (no innata) por parte de un sujeto hacia un objeto, persona, grupo o institución.
- “... un estado de disposición mental o neuronal, organizado a través de la experiencia y que ejerce una influencia directa o dinámica sobre la respuesta del sujeto”.

Podemos destacar cuatro características de las actitudes:

- Nos predisponen a favor de una respuesta preferida.
- Son aprendidas y relativamente duraderas y se pueden modificar.
- Condicionan nuestra conducta.
- Funcionan como un “filtro” pues nos hacen ver e interpretar la realidad de una determinada manera y en base a esta realidad nos comportaremos.

Modelos Actitudinales desde donde se Aborda el Tema de la Sexualidad



©CNIIC, Banco de Imágenes y Sonidos

1- ACTITUD PROHIBITIVA.

La idea fundamental de esta actitud es que el tema sexual es algo a esconder, oculto, prohibido... Las razones que pueden sustentar estas actitudes pueden ser varias: morales, religiosas, políticas, por ignorancia...

Si se hace educación sexual desde esta actitud se transmitirán mensajes negativos en torno a la sexualidad, tipo “eso no se hace”, “los hombres no dicen mariconadas”, “no te toques ahí”,...

2- ACTITUD PERMISIVA.

Es lo opuesto a prohibir. Si se toma esta actitud “todo vale”, nada se cuestiona en temas sexuales.

Las razones que pueden sustentarla son también variadas: porque esta de moda, para reivindicar algún cambio en contraposición a posturas catalogadas como “antiguas”, por dejarse llevar...

Pero ¡OJO!, pasar de la prohibición al “todo vale” también tiene sus peligros ya que nos puede hacer creer que todo está solucionado y que ya se sabe todo. Llevado al campo de la Educación Sexual, una postura permisiva nos vendría a decir cosas como por ejemplo: “debemos tener relaciones sexuales para estar satisfechos/as”.

3- ACTITUD DE CULTIVO:

La actitud de cultivo no es ni un extremo ni el otro, el punto intermedio. Trata de ver la sexualidad no como algo prohibido ni permitido, sino como un hecho incuestionable e inseparable de la persona, cultivable y potenciable.

Con respecto a la Educación Sexual, nos situará en una posición privilegiada, desde la que fomentar el desarrollo y vivencias personales, ofreciendo un espacio donde todos y todas se sientan identificados/as, cómodos/as y seguros/as.

La Educación Sexual es la base para lograr los conocimientos y las habilidades necesarias para una percepción adecuada del riesgo por parte de los jóvenes, un planteamiento responsable de la edad de inicio de las relaciones sexuales, una comunicación efectiva con la pareja, la normalización del uso del preservativo y el respeto a la diversidad.

Es importante tener en cuenta que el trabajo de mediador/a requiere una formación amplia y una metodología de trabajo que facilite la transmisión de los contenidos y que sea flexible para poder adaptarla a las diferentes realidades de los grupos con los que se trabaje.

No debemos olvidarnos de las variables que influyen en los y las jóvenes en el momento de adoptar medidas

preventivas, ya que la internalización de toda esta información se verá mediatisada por dichas variables.

Ya hemos comentado con anterioridad que la información es necesaria pero no suficiente a la hora de adoptar medidas preventivas. Es necesario que, ante una relación sexual, las chicas y los chicos tengan las herramientas necesarias para desarrollar conductas seguras y evitar situaciones de riesgo. A continuación, vamos a considerar algunos aspectos importantes para trabajar con jóvenes.

Comencemos con el uso propiamente dicho de los preservativos. A veces, los y las chicas/as carecen de **HABILIDADES PERSONALES** que les permitan ir a una farmacia a adquirirlos porque les da "corte", temen encontrarse con alguien conocido o piensan que el farmacéutico les hará preguntas incómodas o para las que no tienen una respuesta clara. Por otro lado, pueden tener dudas en cuanto a los pasos para su uso correcto, momento en que han de utilizarlo o cómo planteárselo a su pareja. Todas estas cuestiones deben ser abordadas en los talleres ensayando su utilización, analizando miedos, proponiendo alternativas, y reproduciendo situaciones de la vida cotidiana para ofrecer respuestas concretas a situaciones concretas. En este sentido, trabajaremos también las **HABILIDADES DE NEGOCIACIÓN**, de modo que sean capaces de dialogar con su pareja, plantear el



uso del preservativo, expresar lo que opinan, sienten y desean, capacitándoles también para “decir no” de modo adecuado cuando lo consideren oportuno.

Otra de los planteamientos frecuentes que utilizan muchas/os jóvenes para no hacer uso del preservativo es la supuesta pérdida de placer y espontaneidad que les supone, ya que lo vivencian como algo externo e impuesto asociado siempre a la prevención de enfermedades y embarazos. Por este motivo, es muy importante trabajar con ellos su **EROTIZACIÓN** y su inclusión como un elemento divertido cuyo uso correcto nos aporta una seguridad que nos permitirá disfrutar con la tranquilidad de evitar ITS y embarazos no deseados.

Otra de las variables actitudinales que influyen en la adopción de medidas preventivas es la **PERCEPCIÓN DEL RIESGO**. ¿A qué nos referimos? A la capacidad de ser consciente de las probabilidades que tenemos de adquirir VIH u otra Infección de Transmisión Sexual si mantenemos prácticas de riesgo. En los/las jóvenes, esta percepción suele ser baja por varios motivos:

-Falsa ilusión de invulnerabilidad. Se tiende a infravalorar el riesgo personal (“eso les pasa a los otros”) junto con la creencia errónea de que el VIH afecta sólo a determinados grupos de personas. También la representación interna del binomio juventud-salud constituye un obstáculo en la percepción adecuada del riesgo.

-Habituación al riesgo. Está muy relacionada con la inmediatez de consecuencias, ya que si una práctica de riesgo se repite sin que ocurra nada malo a corto plazo, tenderá a repetirse. En el caso del no uso de preservativo, las consecuencias positivas son inmediatas mientras que la posibilidad de transmisión de VIH se percibe como algo más improbable y a largo plazo.

-Falsa sensación de seguridad. Los jóvenes tienden a considerarse como pareja estable al poco tiempo de comenzar su relación, sin tener en cuenta que normalmente, cada uno de los miembros de la pareja ha tenido sucesivas relaciones durante un tiempo determinado. Esa monogamia temporal se vive como un elemento que aporta seguridad en las prácticas sexuales y garantía de no infección.

Debemos ofrecer a las/los jóvenes una información coherente y una formación de calidad que les permita percibir que las consecuencias dependen de su propia conducta y no de factores externos ni de la “mala suerte”. En esta misma línea, nuestra intervención irá dirigida a acercarles en el tiempo las consecuencias negativas de una relación sexual desprotegida (adquirir el VIH) potenciando las consecuencias positivas de utilizar el preservativo. A través de los talleres debemos conseguir que los y las jóvenes se cuestionen que la confianza en la pareja no debe ser entendida como abandono de prácticas seguras, sino todo lo contrario, como un elemento que enriquecerá

la relación, ya que la tranquilidad supondrá una alternativa mucho más placentera y relajada.

No debemos olvidar los **IDEALES Y EXPECTATIVAS ROMÁNTICAS**, que suelen expresar a través de pensamientos como “si me quiere, no me pasará nada”, “es la persona de mis sueños”,... Las fantasías en las que recrean cómo será su primera relación sexual (el lugar, la persona,...) no suelen incluir el preservativo (“pensaría que ya no le quiero”) ya que se vivencia como un elemento de desconfianza que además, rompería ese momento de espontaneidad tan sublimado.

Los **ROLES DE GÉNERO Y LOS ESTEREOTIPOS** condicionan y limitan la capacidad de prevenir conductas de riesgo. El género supone una serie de atribuciones predefinidas social, histórica y culturalmente en función del sexo de cada persona por las que se asignan (e incluso se imponen) tareas y valores diferenciados para varones y mujeres. Los roles de género son una compleja red de valores, creencias y conductas que se esperan de nosotros/as por el hecho de ser varón o mujer. Pongamos algunos ejemplos : de los chicos se espera un inicio temprano de sus relaciones sexuales, así como un alto número de “conquistas” que se afrontan como mera diversión reafirmando así su masculinidad . En el caso de las chicas, el rol les asigna una actitud pasiva, depositaria de los deseos del varón y unida a un cierto grado de compromiso afectivo. Todo esto tiene implicaciones muy importantes en la prevención del VIH y

de otras ITS, ya que muchas jóvenes llegan a asumir con naturalidad que han de ser ellos quienes compren y lleven los preservativos. Por otro lado, muchas chicas piensan que pueden ser rechazadas por ser ellas quienes los lleven, ya que esto sería una forma explícita de promiscuidad, algo que en las mujeres tiene connotaciones negativas.

Por tanto, nuestra labor deberá dirigirse a analizar y cuestionar estos roles tradicionales fomentando la igualdad,



respectando la diversidad y aportando elementos que favorezcan la comunicación y la capacidad de negociación en las relaciones sexuales. De este modo, el uso del preservativo como método preventivo en la transmisión del VIH e ITS será un elemento común para ellos y ellas.

Otra variable que debemos tener en cuenta es la **INFLUENCIA DEL GRUPO DE IGUALES**. En la adolescencia, el grupo supone un importante apoyo y referente en la búsqueda de identidad de los y las chicos/as. La pertenencia a un grupo proporciona apoyo y seguridad y contribuye a la socialización mediante una serie de ideas y valores compartidos. En ocasiones, la necesidad de aceptación por parte de ese grupo puede implicar la práctica de conductas sexuales de riesgo. En concreto, la presión por mantener la primera relación sexual puede contribuir a que la lleven a cabo sin estar convencidos/as, con escasos conocimientos sobre preservativos y métodos anticonceptivos. En cuanto a la información manejada, la que proviene del grupo es la que el y la adolescente más valora. Por tanto, si en el grupo se transmite que el preservativo “corta el rollo” o “quita placer”, probablemente el/la adolescente tomará una decisión basada en esta presión y en la necesidad de pertenencia y aceptación de los otros. Es preciso, trabajar con ellos/as para que desarrollen habilidades de crítica sobre lo que piensa el grupo, siendo capaces de analizar esa influencia y fomentando las conductas asertivas para expresar lo que opinan de modo adecuado y en el momento oportuno.

Algunas Sugerencias Interesantes a la Hora de Realizar un Taller de Educación Sexual y Prevención de la Transmisión del VIH.

👁 Cada grupo mantiene características comunes pero también aspectos diferenciales que hemos de tener muy en cuenta a la hora de trabajar con ellos.

👁 Es imprescindible planificar cualquier actividad que vayamos a desarrollar. Para ello, es importante conocer previamente las peculiaridades propias del grupo al que hemos de dirigirnos (edad, número de participantes, conocimientos previos sobre el tema, recursos disponibles, duración de la actividad,...). Todos estos datos nos permitirán marcarnos unos objetivos más claros y realizables así como una optimización del tiempo.

👁 La información que transmitamos debe ser clara, concisa y adaptada al nivel del grupo de jóvenes. Nadie puede saber de todo y esto implica que, ante una pregunta que no sepamos responder, es mejor aplazar la respuesta hasta que obtengamos la información necesaria o derivar esa consulta a otra persona que tenga ese conocimiento.

👁 En esta misma línea, no debemos perdernos en complejidades técnicas que probablemente serán olvidadas con rapidez, sino utilizar un lenguaje más cercano, poniendo ejemplos, realizando juegos,...La metodología más útil es la participación. Las técnicas y dinámicas que empleemos deberán estar en función de los conceptos que queramos transmitir, el grupo y el tiempo disponible.

👁 Debemos recordar que la sexualidad y las relaciones sexuales forman parte de un todo que es la persona y por ello, se pueden despertar emociones y sentimientos íntimos y personales. Es fundamental que el mediador o mediadora tenga capacidad de observación y reacción ante estas situaciones.



Otros aspectos de índole más práctica que debemos tener en cuenta son:

- Preparar adecuadamente el lugar donde vaya a realizarse la actividad (sillas, espacio,...)
- Tener preparado con anticipación el material que necesitemos para el desarrollo de la misma (fichas de trabajo, fotocopias, diapositivas, hojas y bolígrafos,)
- Para romper resistencias iniciales, es útil comenzar con una pequeña presentación de cada participante y que al final, tú mismo/a hagas la tuya propia
- Asegurarnos de que las indicaciones sobre lo que se va a realizar son comprendidas por los participantes
- Si formamos subgrupos de trabajo, intentar que sus miembros roten para evitar la tendencia a que se junten personas que ya se conocen entre sí
- Las actividades tienen siempre un tiempo límite que han de conocer los participantes. Es recomendable que, si has formado varios grupos de trabajo, pases por cada uno de ellos recordando el tiempo disponible
- Mantener siempre un clima de respeto y tolerancia, favoreciendo la escucha y la participación activa.

Algunos contenidos básicos que deben quedar afianzados en un taller de Prevención de la transmisión del VIH:

- Diferencias entre VIH y SIDA.**
- Vías de transmisión del VIH.** Existen prácticas de riesgo, no grupos de riesgo. Desmontar creencias erróneas y falsos mitos.
- Adopción de medidas preventivas.** Sexo más seguro. Lograr cambios actitudinales y reducir las conductas de riesgo, promoviendo la aceptación y erotización del preservativo y su normalización en las prácticas sexuales.
- Capacitación en el uso correcto del preservativo.** Enfatizar los aspectos positivos que conlleva su utilización, tanto en prevención de infecciones de transmisión sexual como en embarazos no deseados. Trabajar la perspectiva de género en la adopción de medidas preventivas.
- La prueba del VIH** (cuándo está indicada, en qué consiste, dónde se realiza, confidencialidad-voluntad-anonimato de la misma,...)
- Todas las sexualidades son posibles.**
- Recursos locales**







Consejo de la
JUVENTUD
de España
WWW.CJE.ORG



MINISTERIO
DE SANIDAD
Y CONSUMO

SECRETARÍA GENERAL DE
SANIDAD
DIRECCIÓN GENERAL DE
SALUD PÚBLICA
SECRETARÍA DEL PLAN
NACIONAL SOBRE EL SIDA