



---

[saludmesoamerica2015.org](http://saludmesoamerica2015.org)

**Desarrollo de materiales de apoyo para  
proveedores de salud relacionados al tamizaje,  
control integral de adolescentes, actividad  
grupal y consejería individual y recomendación  
de kit educativo para proveedores**

**Propuesta de contenidos y diseño de materiales de apoyo**

**Costa Rica**

Julio 2014

## Contenidos

---

I.	Introducción .....	3
II.	Presentación de contenidos para materiales de apoyo.....	4
	a. Ficha de registro de atención en salud .....	4
	b. Manual Técnico y de Procedimientos Abreviado 1. Actividades para la consulta de atención integral..	4
	c. Manual Técnico y de Procedimientos Abreviado 2. Mecanismos de Referencia y Seguimiento.....	9
	d. Rotafolio de Métodos de Protección y Anticoncepción para personas adolescentes.....	14
	e. Juego “Exploración Misterio”.....	26
III.	Propuesta de diseño para materiales de apoyo .....	45
	a. Línea gráfica .....	45
	b. Personajes.....	46
	c. Ficha de registro de atención en salud .....	51
	d. Manual Técnico y de Procedimientos Abreviado 1. Actividades para la consulta de atención integral .....	52
	e. Rotafolio de Métodos de Protección y Anticoncepción para personas adolescentes.....	53
	f. Juego “Exploración Misterio”.....	55
IV.	Referencias bibliográficas.....	59

## I. Introducción

---

El Equipo de Asistencia Técnica de MSH-FCI para el Proyecto SM 2015, ha elaborado varios documentos normativos en los cuales se abordan los componentes y actividades para la atención integral de las y los adolescentes, con énfasis en salud sexual y salud reproductiva, como parte del fortalecimiento de capacidades en la prestación y gerencia de servicios de salud. Estos documentos son:

- *Norma Nacional de Atención Integral en salud de las personas adolescentes en su componente de Salud Sexual y Salud Reproductiva.*
- *Manual Técnico y de Procedimientos para la atención integral de las personas adolescentes, con énfasis en Salud Sexual y Salud Reproductiva.*
- *Manual de Actividades Grupales en Salud Sexual y Salud Reproductiva para personas adolescentes.*
- *Manual de Consejería en Salud Sexual y Salud Reproductiva para personas adolescentes.*

Entre las actividades que conforman la atención integral se encuentran la consulta de atención integral individual, la actividad grupal complementaria y la consejería en SS/SR, las cuales deben ser ejecutadas adecuadamente para garantizar resultados favorables en la salud de las y los adolescentes.

De esta forma, en reunión con la Comisión Técnica del Proyecto Mesoamericano, se eligieron cinco materiales de apoyo, respondiendo a las necesidades y expectativas frente a las realidades de las 11 áreas de salud que conforman el proyecto, estos son:

- a. Ficha de registro de atención en salud
- b. Manual Técnico y de Procedimientos Abreviado 1. Actividades para la consulta de atención integral.
- c. Manual Técnico y de Procedimientos Abreviado 2. Mecanismos de Referencia y Seguimiento.
- d. Rotafolio de Métodos de Protección y Anticoncepción para personas adolescentes.
- e. Juego “Exploración Misterio”.

Es así que el presente documento presenta la propuesta de contenidos y diseño de estos cinco materiales, de cada uno de estos materiales será sometido posteriormente a una validación con personas de la Comisión Técnica del Proyecto y representantes de los servicios de salud, así como con adolescentes, quienes son los destinatarios de la atención que se desea implementarse en las 11 Áreas de Salud seleccionadas en el proyecto, con el fin de apoyar al personal de salud que desarrollará las actividades para la atención integral de las personas adolescentes, procurando facilitar su labor y garantizar su correcta implementación.

Para cada uno de los materiales de apoyo seleccionados para facilitar el desarrollo de actividades para la atención integral de la salud de las personas adolescentes, con énfasis en salud sexual y salud reproductiva, se han desarrollado las siguientes propuestas de contenidos, por cada uno de ellos.

## II. Presentación de contenidos para materiales de apoyo

---

Para cada uno de los materiales de apoyo seleccionados para facilitar el desarrollo de actividades para la atención integral de la salud de las personas adolescentes, con énfasis en salud sexual y salud reproductiva, se han desarrollado las siguientes propuestas de contenidos, por cada uno de ellos.

### a. Ficha de registro de atención en salud

La ficha de registro de atención en salud, es el instrumento que se utilizará para el registro de la información referente a la situación de salud y de la evaluación del riesgo, de cada persona adolescente que asista a la consulta de atención integral individual en los servicios de salud. La misma se incluirá en el expediente de salud de cada adolescente.

*Objetivo:* Registrar la información de adolescentes que asisten a la consulta de atención integral individual, relacionada con sus datos y antecedentes personales y familiares, información básica de salud y la evaluación del riesgo.

*Usuarios-población meta:* Personal del EBAIS que realiza la consulta de atención integral de adolescentes.

#### Propuesta de contenidos:

Esta ficha está compuesta por tres partes:

- Parte I: Instrumento auto administrado sobre datos personales de la o el adolescente, información de su salud y antecedentes familiares de salud.
- Parte II: Instrumento de evaluación integral de adolescentes, compuesto por tres secciones correspondientes a la dimensión Social, Mental, y de Salud Sexual y Reproductiva de cada persona adolescente. Éste cuenta con 11 ámbitos de valoración: Hogar, Educación – empleo, Vida social, Drogas, Imagen corporal, Depresión – ideación suicida, Actividad sexual, Historia de embarazos, ITS / VIH, y Violencia– abuso sexual.
- Parte III: Registro de resultados de la evaluación del riesgo, así como de las acciones de salud efectuadas y las referencias realizadas, según corresponda.

### b. Manual Técnico y de Procedimientos Abreviado I. Actividades para la consulta de atención integral

Este material es un folleto resumen, de bolsillo, que orienta a las y los funcionarios de salud en la realización de tareas para la atención integral con énfasis en SS/SR para las personas adolescentes, sintetizando los principales procedimientos correspondientes a las actividades de la consulta de atención integral individual, con el fin de facilitar su desarrollo.

En este documento se encuentra la síntesis del proceso de recepción de las personas adolescentes, la espera informativa y autoregistro, la preconsulta y la consulta médica individual, con las respectivas tareas y acciones esperadas del personal de salud, enfatizando en la evaluación del riesgo.

*Objetivo:* Orientar y facilitar al personal de salud del EBAIS, en la realización de los procedimientos de la consulta de atención integral individual, durante el proceso de consulta.

*Usuarios-población meta:* Equipo de salud del EBAIS.

Propuesta de contenidos para Manual Abreviado I:

Página I. Portada:

MANUAL ABREVIADO  
Procedimientos para la atención integral de adolescentes  
con énfasis en Salud Sexual y Salud Reproductiva  
**Actividades para la Consulta de Atención Integral Individual**

Página 2. Introducción al manual + Paso I. Recepción de las personas adolescentes

Como parte de las acciones desarrolladas por el Proyecto Salud Mesoamérica 2015, se ha elaborado un “Manual Técnico y de Procedimientos para la atención integral de adolescentes con énfasis en Salud Sexual y Salud Reproductiva”, cuya finalidad es orientar el accionar del personal de salud, y favorecer la implementación de una atención diferenciada para adolescentes que responda a sus características y necesidades.

Este folleto constituye un resumen de dicho Manual Técnico y de Procedimientos, al cual puede recurrir si desea mayor detalle. Aquí se presenta una guía de las principales labores que debe realizar el personal del EBAIS para dar la consulta de atención integral individual a adolescentes, la cual implica las siguientes 4 actividades:



En este manual abreviado usted encontrará los principales procedimientos que debe desarrollar para cada una de estas actividades. Esperamos que sea de utilidad y facilite la atención diferenciada de las personas adolescentes en su centro de salud.

**PRIMERA ACTIVIDAD: RECEPCIÓN DE LAS PERSONAS ADOLESCENTES**

- ✓ Reciba a las y los adolescentes con cordialidad y calidez, mostrándose amigable y cercano.
- ✓ Oriénteles sobre los lugares y pasos a seguir para que reciban su atención.
- ✓ Infórmeles y asegure en todo momento su derecho a la confidencialidad y privacidad en la consulta.

A las personas adolescentes menores de edad NO se les puede negar la atención, aun cuando no tengan la documentación requerida o se presenten sin sus padres/madres o acompañante.

### SEGUNDA ACTIVIDAD: ESPERA INFORMATIVA Y AUTO REGISTRO

Idealmente el centro de salud debe contar con un espacio diferenciado (físicamente o por horarios), para la espera de las y los adolescentes que asisten a la consulta.

*Recomendaciones para él o la auxiliar de enfermería:*

- ✓ Aproveche para dar información en SS/SR, según las posibilidades y recursos locales.
- ✓ Entregue la ficha de registro, para que las personas adolescentes completen sus datos personales e información general de su salud.
- ✓ Si la o el adolescente necesita ayuda, procure orientarle o bien, completar la información durante la pre consulta.

### TERCERA ACTIVIDAD: PRE CONSULTA

Además de tomar los signos vitales, se deben desarrollar las siguientes actividades en este momento:

- ✓ Muéstrese amable y cordial, generando un ambiente de confianza para él o la adolescente.
- ✓ Explíquese la modalidad de atención y las normas de privacidad y confidencialidad establecidas para adolescentes.
- ✓ Dele a conocer los servicios de SS/SR que se brindan en el centro de salud, sus horarios y la forma de acceder a estos.
- ✓ Aproveche este momento para dar información y educación sobre SS/SR.

Si sospecha de alguna situación de posible violencia, infórmelo de inmediato al profesional de medicina.

### CUARTA ACTIVIDAD: CONSULTA MÉDICA

En la consulta médica con adolescentes, cuya duración corresponde a 2 cupos, debe realizar lo siguiente:



La persona adolescente puede asistir sola o acompañada a la consulta. Recuerde aclarar las normas de confidencialidad y privacidad durante la atención.

- ✓ Explore el motivo de consulta y genere un ambiente de confianza y empatía.
- ✓ Explíquelo los objetivos de la consulta y el tipo de preguntas a realizar en la evaluación del riesgo (para más detalles ver apartado siguiente). Indague si él o ella desea que su acompañante esté presente, o si prefiere privacidad para abordar temas personales.
- ✓ Al realizar el examen físico, explique en qué consiste y su importancia. Consúltele si en este momento desea que alguien más esté presente.
- ✓ Converse con la o el adolescente sobre el diagnóstico, el plan de tratamiento y seguimiento, según las necesidades y problemas identificados.
- ✓ A partir de los riesgos identificados, haga un plan de intervención y seguimiento con la persona adolescente, que incluya las acciones complementarias en salud, la orientación sobre recursos de apoyo, y la realización de las referencias correspondientes.

#### Página 5. Evaluación del riesgo

Utilice la ficha de evaluación integral de adolescentes, que es una guía para evaluar riesgos en las dimensiones Social, Mental, y de Salud Sexual y Reproductiva.

#### IMPORTANTE:

**Este instrumento debe incorporarse en el expediente de salud de cada adolescente.**

- ✓ Inicie con una explicación del motivo por el que se hace la evaluación, el tipo de preguntas que se le realizarán y su objetivo.
- ✓ Comience la evaluación con las preguntas sugeridas para cada ámbito, que son una guía de los aspectos que deben ser abordados en la entrevista.
  - Si hay preocupación por las respuestas dadas, continúe con las demás preguntas de sondeo para profundizar en esa dimensión.
  - Si no hay presencia de factores o conductas de riesgo en el ámbito evaluado, continúe con el siguiente.
- ✓ Recuerde tomar en cuenta la etapa del desarrollo y la edad de las personas adolescentes a la hora de realizar la evaluación del riesgo.
- ✓ Para la evaluación de la actividad sexual:
  1. Utilice la escala de PETTING, que identifica en cuál grado de acercamiento físico se ubica la o el adolescente.
  2. Explíquelo que debe preguntarle sobre los tipos de contactos físicos que ha tenido con otras personas (hombres o mujeres, en forma amplia).

3. Muéstrela la escala de PETTING y pídale que señale en qué grado se encuentra:

<b>GRADO 1:</b>	Tomarse las manos, darse besos, abrazarse.
<b>GRADO 2:</b>	Caricias sexuales sobre la ropa, que pueden incluso simular una relación sexual.
<b>GRADO 3:</b>	Caricias sexuales bajo la ropa, pero sin penetración. Incluye estar desnudos y practicar sexo oral o masturbación mutuas.
<b>GRADO 4:</b>	Coito o relación sexual con penetración vaginal o anal.

- ✓ A partir de la detección de riesgos y de necesidades particulares en SS/SR, brinde la atención oportuna requerida, así como las referencias requeridas ya sea a otro servicio o nivel de atención u otras instituciones según corresponda.

**IMPORTANTE:**  
**DEBE registrar en el expediente de la persona adolescente las acciones de salud y referencias realizadas.**

#### Página 6. Información en SS/SR y Asesoría en Anticoncepción y Protección Sexual

Según las necesidades y riesgos identificados, ofrezca a las personas adolescentes información en SS/SR, y/o asesoría en anticoncepción y protección sexual, siguiendo estas recomendaciones:

- ✓ Brinde información veraz y basada en conocimientos científicos sobre SS/SR, libres de sesgos morales y/o religiosos.
- ✓ Oriente para la toma de decisiones.
- ✓ Dé información sobre los diferentes métodos anticonceptivos y de protección sexual que ofrece la institución.
- ✓ Valore con la persona adolescente la opción que más se ajusta a sus características y necesidades.
- ✓ Explique con claridad el correcto uso del método seleccionado y sus posibles efectos.
- ✓ Asegúrese que la persona adolescente haya comprendido todas las indicaciones.
- ✓ Facilite el acceso a los métodos de forma ágil, respetando su intimidad y evitando exponerle a ser visto cuando se le entregan.
- ✓ Aproveche la consulta para informar sobre ITS/VIH y las medidas de prevención, así como la necesidad de acudir a los servicios de salud si se identifica algún síntoma.

La persona adolescente que ya inició relaciones sexuales coitales tiene riesgo de embarazo y de ITS/VIH, por

lo que se debe indicar siempre DOBLE MÉTODO, tanto anticonceptivo como de barrera.

### c. Manual Técnico y de Procedimientos Abreviado 2. Mecanismos de Referencia y Seguimiento

Siguiendo el mismo formato del material anterior, este segundo manual abreviado constituye un folleto de bolsillo para facilitar el desarrollo de los mecanismos de referencia y seguimiento que deben realizarse posterior a la evaluación del riesgo de la persona adolescente que asiste a la consulta de atención integral individual.

Se incluyen, así, los mecanismos de referencia de adolescentes en situación de riesgos, los criterios sobre la valoración de la actividad sexual en adolescentes y los mecanismos de seguimiento.

*Objetivo:* Orientar y facilitar al personal de salud del EBAIS, los mecanismos de referencia y seguimiento de las y los adolescentes en situación de riesgo.

*Usuarios-población meta:* Equipo de salud del EBAIS.

Propuesta de contenidos para Manual Abreviado 2:

Página	I.	Portada:
--------	----	----------

#### MANUAL ABREVIADO

Procedimientos para la atención integral de adolescentes con énfasis en Salud Sexual y Salud Reproductiva

#### Mecanismos de referencia y seguimiento de adolescentes en condición de riesgo

Página	2.	Introducción	al	manual
--------	----	--------------	----	--------

Como parte de las acciones desarrolladas por el Proyecto Salud Mesoamérica 2015, se ha elaborado un “Manual Técnico y de Procedimientos para la atención integral de adolescentes con énfasis en Salud Sexual y Salud Reproductiva”, cuya finalidad es orientar el accionar del personal de salud, y favorecer la implementación de una atención diferenciada para adolescentes que responda a sus características y necesidades.

Este folleto constituye un resumen de dicho Manual Técnico y de Procedimientos, al cual puede recurrir si desea mayor detalle. Aquí se presenta una guía de las principales acciones a desarrollar para la referencia y seguimiento de adolescentes en riesgo, según la evaluación realizada en la consulta de atención integral individual.

Esperamos que sea de utilidad y facilite la atención diferenciada y el seguimiento de las personas adolescentes en su centro de salud.

Página 3.	Mecanismo de referencia de adolescentes en condición de riesgo
-----------	--

## MECANISMO DE REFERENCIA DE ADOLESCENTES EN CONDICIÓN DE RIESGO

A partir de la detección de riesgos en las dimensiones Social, Mental, y de Salud Sexual y Reproductiva, como resultado de la evaluación del riesgo realizada en la consulta médica, debe brindar la atención oportuna y referencias requeridas (para mayor detalle ver flujogramas en Manual Técnico y de Procedimientos), tal como se describe a continuación:

AMBITO EVALUADO	CRITERIOS DE REFERENCIA
Hogar	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sospecha de abandono y de adolescente menor de 15 años conviviendo con pareja: referencia al PANI.</li> <li>Sospecha de VIF: referencia al CEINNAA y seguir lineamientos de Norma de atención de VIF.</li> </ul>
Educación - Empleo	<ul style="list-style-type: none"> <li>Adolescentes menores de edad fuera del sistema escolar: referencia al MEP.</li> <li>Adolescentes menores de 15 años que se encuentren trabajando: referencia a la OATIA del Ministerio de Trabajo.</li> </ul>
Vida social	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sospecha de Bullying u otro tipo de violencia: referencia al CEINNAA para valoración.</li> </ul>
Drogas	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sospecha de consumo problemático de alcohol u otras drogas: seguir los lineamientos del Manual Técnico para la Atención Integral de Personas Consumidoras de Sustancias Psicoactivas de la CCSS.</li> </ul>
Imagen corporal	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sospecha de trastorno de la conducta alimentaria: referencia a psiquiatría o psicología.</li> </ul>
Depresión – ideación suicida	<ul style="list-style-type: none"> <li>Posible depresión: referencia a psiquiatría o psicología.</li> <li>Ideación o intención suicida: seguir protocolo institucional establecido, con criterios de urgencia según gravedad. Además se debe realizar una intervención inmediata ante la gravedad de ideación suicida.</li> </ul>
Actividad sexual	<ul style="list-style-type: none"> <li>Según resultados del Petting, se hace asesoría y prescripción de métodos.</li> <li>Personas adolescentes menores de 15 años con actividad sexual y/o con pareja 5 años mayor: referencia al CEINNAA para su respectiva valoración y denuncia en caso de abuso, y seguir lineamientos de la Guía de Atención Integral a NNA Víctimas de Abuso de la CCSS.</li> </ul>
ITS / VIH	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sospecha o diagnóstico de ITS/VIH: realizar la atención requerida y referencia necesaria.</li> </ul>
Violencia – abuso sexual	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sospecha de violencia sexual, abuso sexual o ESC: referencia al CEINNAA para su respectiva valoración y denuncia, y seguir lineamientos de la Guía de Atención Integral a NNA Víctimas de Abuso de la CCSS.</li> <li>Violencia, abuso y/o discriminación por actividades sexuales virtuales: referencia a Trabajo Social.</li> </ul>

### Referencia **URGENTE** a otros servicios y a red interinstitucional

- Adolescentes con sospecha de abuso sexual (adolescente menor de 15 años con actividad sexual, actividad sexual en situación de asimetría relacional o de poder, convivencia de persona menor de 15 años con adulto/a).
- Sospecha de explotación sexual.
- Adolescentes con ideación suicida activa.

### CRITERIOS SOBRE VALORACIÓN DE ACTIVIDAD SEXUAL EN ADOLESCENTES

A partir de la valoración de la actividad sexual de las personas adolescentes, y considerando sus riesgos y necesidades, se deben seguir las siguientes indicaciones<sup>1</sup>:

<i>¿Con quién?</i>	<i>¿Que acción realizar?</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Todas las personas adolescentes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Información y orientación en temas de salud sexual y salud reproductiva.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Adolescentes que así lo requieran</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Asesoría en anticoncepción, con información científicamente respaldada sobre los métodos anticonceptivos y de protección sexual, que les posibilite una toma de decisión adecuada.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Adolescentes que así lo requieran</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Prescripción de métodos de anticoncepción y protección adecuados a las necesidades de la persona adolescente, de acuerdo a la evaluación del riesgo realizada, que contribuya a la protección integral y especial que requiera cada caso en particular, en función del mejor interés de la persona adolescente.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Personas menores de 15 años</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Además de las acciones anteriores, se hacen las referencias a CEINNAA para valorar posible abuso, denuncia al Ministerio Público y notificación al PANI en caso de sospecha razonable.</li> <li>▪ Elaboración del plan de intervención integral, que incluya: acompañamiento y seguimiento individualizado, y referencia y coordinación con otros niveles o instituciones.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Adolescentes con Petting II, III y IV</li> <li>▪ Adolescentes con conducta sexual activa (Petting IV)</li> <li>▪ Adolescentes con Petting III</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Entrega de condones para su protección sexual, junto con la información y educación necesaria sobre su uso correcto.</li> <li>▪ Promoción del uso de método anticonceptivo y además uso de condón (doble método) desde ese mismo día.</li> <li>▪ Se estimula la toma de decisión responsable frente al eventual inicio de actividad sexual penetrativa, explicitando su derecho a la protección ante embarazo e ITS.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Adolescente hombre o mujer con antecedente de embarazo previo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Indagación de uso de método anticonceptivo, y causas de no uso. Se debe asegurar la prescripción del método e inicio ese mismo día.</li> </ul>

<sup>1</sup> En cumplimiento con los principios planteados en la Convención Internacional de Derechos del Niño y en el Código de Niñez y Adolescencia de Costa Rica.

<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Adolescentes post evento obstétrico</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Prescripción y/o colocación del método de anticoncepción y de protección sexual antes del egreso hospitalario. Si no es posible, coordinación con el primer nivel de atención para la respectiva prescripción y/o colocación en la primera cita postparto.</li></ul>
---	--

**IMPORTANTE:**

**DEBE registrar en el expediente de la persona adolescente las acciones de salud y referencias realizadas.**

Página 4. Mecanismo de seguimiento de adolescentes en condición de riesgo

MECANISMO DE SEGUIMIENTO DE ADOLESCENTES EN CONDICIÓN DE RIESGO

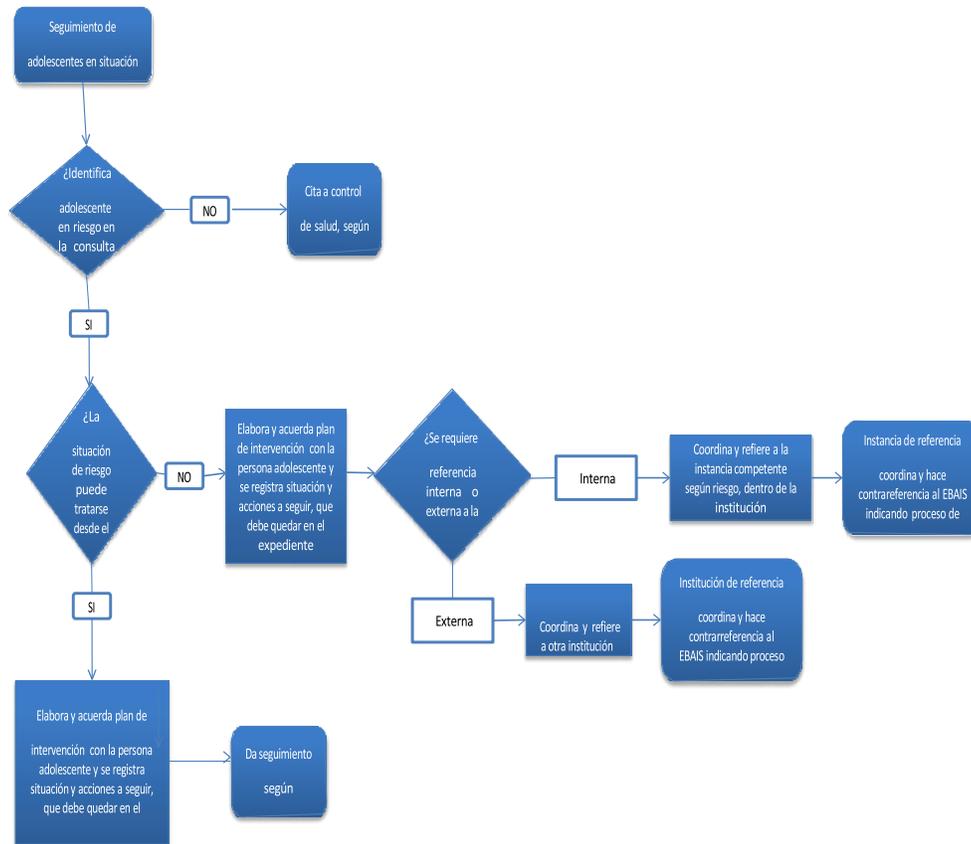
Para el seguimiento de las personas adolescentes en condiciones de riesgo debe realizar las siguientes tareas:

- ✓ Valore si la situación de riesgo puede ser abordada desde el EBAIS, o si debe realizar referencias a otros niveles de atención o a otras instituciones.
- ✓ Elabore y acuerde con la persona adolescente un plan de intervención y seguimiento.
- ✓ Realice las referencias correspondientes y asegure la adecuada referencia y contrareferencia entre los niveles de atención o instituciones según corresponda.
- ✓ Registre en el expediente de cada adolescente el diagnóstico clínico, el riesgo según la evaluación realizada, las intervenciones realizadas y referencias a otros niveles o instituciones. Asegure siempre la **confidencialidad** de los datos de las personas adolescentes.
- ✓ Dé seguimiento a adolescentes que no asistan a las citas programadas, realizando una visita al hogar o contactándolo por vía telefónica, a fin de que reciba la atención requerida.
- ✓ Colabore con las tareas de seguimiento que se encuentren a cargo de la UCL, facilitando la información requerida, realizando los registros necesarios y llevando a cabo los procesos solicitados para lograr respuestas integrales a los casos de mayor riesgo.

Página 5. Flujograma para el seguimiento de adolescentes en situación de riesgo

El flujo de acciones a seguir para garantizar el seguimiento de adolescentes en situación de riesgo es el siguiente:

**Flujograma 5. Seguimiento de adolescentes en situación de riesgo**



#### **d. Rotafolio de Métodos de Protección y Anticoncepción para personas adolescentes**

Este material de apoyo consiste en un rotafolio de escritorio de doble cara, con información pertinente sobre los métodos de protección y anticoncepción para persona adolescentes, para que el personal de salud pueda compartirla y discutirla con la o el adolescente, en aras de elegir el método que mejor se ajuste a sus necesidades y particularidades.

Los métodos contemplados son:

- Condón masculino.
- Anticonceptivos orales.
- Dispositivo intrauterino.
- Inyección mensual.
- Implante subdérmico.

De cada uno de ellos se explica que es, su funcionamiento o mecanismos de acción, ventajas y desventajas, como mitos sobre los mismos. En el caso del condón y la anticoncepción oral, se detalla la explicación de cómo se deben utilizar correctamente por parte de la persona adolescente.

Este material puede ser utilizado en la consulta de atención integral individual con la finalidad de brindar asesoría en anticoncepción y protección sexual, así como en la actividad grupal complementaria y en la consejería en SS/SR, a fin de profundizar la información y orientación sobre esta temática.

*Objetivo:* Brindar información útil, pertinente y actualizada sobre métodos de protección y anticoncepción, para que el personal de salud pueda compartirla y discutirla con adolescentes, durante la asesoría sobre AC y protección sexual, la consejería en SS/SR y/o la actividad grupal complementaria.

*Usuarios-Población Meta:* Personal de salud que realice la consulta de atención integral, consejería en SS/SR y actividad grupal complementaria. Dirigido a un público adolescente.

### Propuesta de contenidos para Rotafolio:

#### Hoja I. Portada:

##### **Cara frontal:**

Título: “CONOCER, DECIDIR, CUIDARME”  
“Para una sexualidad responsable, segura y placentera”

Subtítulo: Rotafolio sobre Métodos de Protección Sexual y Anticoncepción para adolescentes

Imagen: Cinco personajes interactuando.

##### **Cara posterior:**

##### Texto:

Rotafolio sobre Métodos de Protección Sexual y Anticoncepción para adolescentes.

Este rotafolio pretende ser un material de apoyo para que el o la funcionaria de salud pueda brindar información y acompañamiento sobre métodos de protección sexual y anticoncepción a las personas adolescentes.

El mismo contiene los siguientes métodos:

- Condón Masculino.
- Anticonceptivos orales.
- Dispositivo Intrauterino.
- Inyectable mensual.
- Implante subdérmico.

Podrá encontrar una explicación clara de cada uno de estos métodos, su funcionamiento o mecanismos de acción, ventajas, desventajas y mitos sobre los mismos, así como su uso correcto.

Es importante que luego de abordar los contenidos de cada lámina, verifique que la persona adolescente está comprendiendo lo que se le explica, y asegúrese de atender dudas, inquietudes o comentarios que ésta tenga con respecto al tema.

San José, Costa Rica. 2014

Imagen: Diseño

## Hoja 2. Sexualidad responsable, segura y placentera

### **Cara frontal:**

Título de la página: Sexualidad responsable, segura y placentera.

Imagen: Personajes: persona andrógina y estudiante mulato interactuando.

Texto: ¿Sexualidad? ¿Sexo? ¿Salud sexual y salud reproductiva? ¿Mis decisiones mis responsabilidades? ¿Métodos anticonceptivos y de protección?

### **Cara posterior:** Texto:

La sexualidad es parte de nuestra vida, tiene que ver con las experiencias, creencias, ideas, sentimientos y emociones hacia nuestro cuerpo, con la construcción de nuestra identidad, la forma como nos movemos, vestimos, expresamos y relacionamos con las demás personas, con nuestra capacidad de sentir placer y amor, y dentro de todo esto, la actividad sexual genital es solo una parte de ella.

Por otro lado, la salud sexual y salud reproductiva es la capacidad de las personas de disfrutar una vida sexual responsable, satisfactoria y segura, así como la libertad para decidir si tener o no relaciones sexuales, tener hijas/os y cuando tenerles, entre otras; e incluye el derecho a recibir información sobre su sexualidad, prevenir embarazos no planificados e ITS/VIH, y acceder a servicios de salud adecuados.

Como parte de tu SS/SR, tienes derecho a contar con información sobre tu sexualidad, que te permita tomar decisiones responsables y tener actitudes y comportamientos que te protejan, y así vivir tu sexualidad de manera segura y placentera.

Por eso es necesario conocer sobre métodos de protección y anticoncepción, pues saber sobre su diversidad, usos, ventajas y desventajas, puede ayudarte a elegir el que mejor se ajuste a tus necesidades y características.

**IMPORTANTE:** Debes saber que el uso de los métodos de protección y anticoncepción es responsabilidad de la pareja, no solo de una persona, por lo que es muy importante que puedes conversar sobre este tema con tu pareja y negociar su uso.

Imagen: Diseño.

## Hoja 3. Condón

### **Cara frontal:**

Título: Condón Masculino.

Imagen: Adolescente padre (sin el hijo) y la indígena.

Texto: alrededor de los personajes, colocar preguntas o frases como: ¿Cómo se pone?, ¿Qué vergüenza pedirlos!, ¿Y si no se siente nada?, ¿Y si se rompe?

Que las preguntas vengan en bolsitas de condones de colores, distribuidas por la página.

### **Cara posterior:**

Texto: Aunque también existe el condón femenino, en este caso hablaremos del condón masculino, que es el que pueden ofrecerte en los centros de salud.

*¿Qué es y cómo funciona?*

Es un forro protector para cubrir el pene durante el acto sexual, impidiendo que los espermatozoides o cualquier organismo causante de infecciones, que se encuentre en los genitales, se intercambie con la otra persona, protegiendo a ambas al mismo tiempo de la transmisión de una Infección de Transmisión Sexual ITS, del VIH o embarazos no planeados, en caso de relaciones heterosexuales.

Es conocido como un **método de barrera**, con una efectividad del 80% al 95% en la prevención de ITS/VIH. El mismo es generalmente elaborado con látex, cubierto con lubricante y espermicida (sustancia que altera o mata espermatozoides).

#### Ventajas

- Previene de ITS/VIH y de embarazos no planeados.
- Son seguros y su uso no tiene efectos secundarios.
- Se usa en cada acto sexual, no diariamente.
- Son fáciles de conseguir.
- Se obtienen en el centro de salud, y en caso de comprarlos, no son caros.
- Ayuda a que el hombre retrase la eyaculación cuando tiene relaciones sexuales.

#### Desventajas

- Si no se usa correctamente pierde su efecto.
- Su uso depende principalmente del hombre, pues es él quien lo utiliza en su pene.
- No se recomienda como única opción anticonceptiva, pues a pesar de ser un método altamente efectivo, no es 100% seguro, con lo cual, utilizar otro método anticonceptivo puede mejorar la protección y evitar embarazos.
- No se puede utilizar en personas con alergia al látex, aunque estos casos son mínimos.

#### Mitos y realidades

- **“Se siente menos placer con el condón”**: El látex hace que el condón sea delgado y permita sentir placer. En algunas parejas puede suceder que se pierda lubricación genital durante el roce, eso podría incomodar un poco, para ello puede usarse algún lubricante de agua sobre el condón, antes de penetrar, para mejorar la lubricación.
- **“Se pierde erección”**: Incorrecto, el uso del condón no tiene por qué afectar la capacidad de erección.

Se pueden utilizar formas creativas de colocarlo para no disminuir la intensidad de la excitación.

- **“No es necesario usar condón, saco el pene antes de llegar”**: esto se conoce como *coito interrumpido*, es un método no recomendado para adolescentes, pues no protege de ITS/VIH al permitir contacto entre genitales, pero además porque el líquido preseminal (fluido previo a la eyaculación) contiene grandes cantidades de espermatozoides, con lo cual se corre riesgo de un embarazo no planeado.
- **“Puede romperse o quedarse dentro de la pareja”**: El látex es bastante flexible, delgado y resistente, por lo cual si el condón se utiliza correctamente y se encuentra en óptimas condiciones, no debe romperse. Además, para retirar el condón correctamente el pene aún debe estar erecto, por lo que no es conveniente que el pene permanezca dentro de la vagina o ano de la pareja hasta perder la

erección.

- “El condón genera alergia”: El condón no genera alergia, hay algunas personas alérgicas al látex, que al usar condón (elaborado con ese material) notan enrojecimiento, ardor e irritación en genitales, pero si una persona no es alérgica al látex, no desarrollará la alergia por usar el condón.

#### Hoja 4. ¿Cómo usar correctamente el condón masculino?

##### **Cara frontal:**

Título: ¿Cómo usar correctamente el condón masculino?

Imagen: Esquema de colocación con indicaciones.

##### **Cara posterior:**

Texto:

*Paso a paso*

1. Revise la fecha del empaque para asegurarse que no esté vencido.
2. Apriete el empaque para revisar que conserva un “colchón de aire” y movilidad.
3. Abra el empaque con la yema de los dedos. No con tijeras o dientes.
4. Sujete la punta del condón y colóquelo sobre el pene erecto, a la vez que sujeta la punta para sacar su aire.
5. Sin soltar la punta del condón, desenróllelo hasta la base del pene.
6. Luego de la actividad sexual, sostenga la base del condón, para que no se deslicé, y distancie el pene, aún erecto, de su pareja.
7. Para quitar el condón, aún con el pene erecto, tome el condón por el anillo base y hale desde la punta hasta retirarlo.
8. Bote el condón o preservativo en un basurero, nunca en el inodoro.

**IMPORTANTE:** Recuerda que el condón debe usarse **SEMPRE** y en **TODAS** las relaciones sexuales orales, vaginales y anales, debiendo colocarse en el pene erecto, antes de cualquier contacto genital y hasta el final del acto sexual.

*¡Cuidado! Prácticas incorrectas*

- El condón no debe guardarse en la billetera o lugares calientes, porque el calor y la fricción hace que el látex se debilite y pueda romperse fácilmente.
- Se debe revisar siempre la fecha de vencimiento, porque al tenerlo guardado por mucho tiempo se pondrá seco y perderá su efecto.
- Si se desea más lubricante debe usarse productos para ello, a base de agua, nunca cosas como aceite, gel u otras.

- Un condón nunca se reutiliza ni se lava, luego de abierto, se utiliza y se bota.
- No se pueden usar dos condones al mismo tiempo, esto no mejora la protección y más bien pueden romperse.

**IMPORTANTE:** El uso del condón no es responsabilidad solo del hombre que lo coloca en su pene, sino de la pareja, por eso es necesario negociar su uso, hablando de las ventajas y beneficios del mismo, como identificando la necesidad de protegerse. No se debe sentir vergüenza de solicitar a la pareja que utilicen el condón, pues no es una muestra de desconfianza sino una forma de cuidarse mutuamente.

\*Pregunte a la persona adolescente si tiene dudas, inquietudes, comentarios o si ha escuchado algo sobre ese método. Conversen, discutan y aclaren esa información.

## Hoja 5. Anticonceptivos orales.

### **Cara frontal:**

Título: Anticonceptivos orales

Imagen: Mujer afrodescendiente (sin que sea visible su estómago),

Texto: Alrededor de la chica ¿y si engordan?, ¿luego podré tener hijos?, “¿yo decido si quiero tener hijas/os, cuando y cuantos!”, ¿me protegerán del VIH?, ¿protección dual?

### **Cara posterior:**

*¿Qué es y cómo funciona?*

Los anticonceptivos orales son pastillas que contienen una combinación de hormonas, en este caso etinilestradiol (0.03mg) y levonorgestrel (0.150mg), las cuales impiden la ovulación, que es ese momento en que el óvulo se desprende del ovario, pasa por las trompas de Falopio y llega al útero para ser fecundado. Es decir, previene de embarazos no planificados, y además producen cambios en los órganos reproductivos de las mujeres para prevenir la fecundación y/o implantación del óvulo.

Éste método anticonceptivo cuenta con un 99% de efectividad para evitar un embarazo no planificado.

### *Ventajas*

- Eficaces y no interfieren con la relación sexual.
- Estos anticonceptivos orales tienen una dosis hormonal adecuada para adolescentes, con lo cual se reducen los efectos secundarios de las hormonas.
- Regula el ritmo menstrual.
- Controla la dismenorrea, es decir, el dolor menstrual.
- Disminuye volumen de sangrado menstrual.
- Disminuye riesgo de cáncer de ovario y endometrio.

### *Desventajas*

- Se requiere disciplina para tomarlas diariamente.

- Puede producir cefalea o dolor de cabeza, náuseas, cambios en el peso y sensibilidad en los senos (tensión mamaria).
- No protege de adquirir una ITS o VIH.

#### Mitos y realidades

- “Las pastillas dan cáncer”: Por el contrario, se ha demostrado que su uso reduce el cáncer de ovario y útero.
- “Las hormonas de las pastillas me hacen engordar”: No en todas las mujeres se presentan variaciones en el peso, si estas suceden son mínimas y generalmente se deben a la retención de líquidos no a un incremento de grasa corporal.
- “Esas pastillas no funcionan bien, mi amiga quedo embarazada cuando las usaba”: Si la toma de anticonceptivos orales se hace diariamente son altamente efectivas, sin embargo, si su toma no es adecuada, se reduce la protección.

**IMPORTANTE:** Los anticonceptivos orales o pastillas son efectivas para prevenir embarazos no planificados pero NO protegen de ITS/VIH, por lo cual siempre debe acompañarse del uso del condón, esto se conoce como MÉTODO DUAL o PROTECCIÓN DUAL.

#### Hoja 6. ¿Cómo usar los Anticonceptivos orales?

##### **Cara frontal:**

Título: ¿Cómo se usan los anticonceptivos orales?

Imagen: Imagen de paquetes de pastillas (siendo visibles las pastillas). Debajo de ésta, la imagen del ciclo menstrual con la demarcación: 7 días = menstruación, y 21 días = Toma diaria de pastillas.

##### **Cara posterior:**

###### *Paso a Paso*

Comúnmente, el ciclo menstrual tiene una duración de 28 días, de los cuales, durante 21 días se deben tomar anticonceptivos orales, luego de ello, se deben pasar 7 días libres de hormonas, en los cuales sucede la menstruación. Una vez completado el ciclo de 28 días, se reanuda la toma diaria de anticonceptivos orales, en el día 1 del nuevo ciclo menstrual.

Los paquetes de anticonceptivos orales pueden venir en dos presentaciones diferentes: 1. paquetes con 28 pastillas, pero 7 de ellas están libres de hormonas, 2. paquete con 21 anticonceptivos orales, por lo que se deben pasar 7 días sin tomar ninguna pastilla, hasta que termina el ciclo menstrual y corresponde reanudar la toma.

###### *¡Cuidado! Prácticas incorrectas*

- No puedes olvidar tomar la pastilla. Los anticonceptivos orales son de toma diaria, si esto no ocurre pierden su efectividad y el riesgo de embarazo no planificado aumentará.
- No varíes las horas de consumo de tu anticonceptivo oral, si las varías su efectividad puede también disminuir y con ello puede aumentar el riesgo de embarazo.

\*Pregunte a la persona adolescente si tiene dudas, inquietudes, comentarios o si ha escuchado algo sobre ese método. Conversen, discutan y aclaren esa información.

## Hoja 7. DIU (Dispositivo Intrauterino)

### **Cara frontal:**

Título: DIU (Dispositivo Intrauterino).

Imagen: Adolescente indígena y persona andrógina.

Texto: Alrededor de las personas adolescentes, las siguientes frases: ¿qué es eso?, ¿y si se me va a otro lado?, ¿luego podré tener hijas/os?, ¿será doloroso?

### **Cara posterior:**

*¿Qué es y cómo funciona?*

El dispositivo intrauterino o DIU, es un dispositivo de plástico en forma de “T” que se coloca dentro del útero, preferiblemente en los primeros 7 días después de iniciada la menstruación, ya que se debe tener certeza y seguridad de que no hay un embarazo.

Éste método anticonceptivo se aplica cada 5 o 10 años, dependiendo su tipo, por lo que favorece la anticoncepción a largo plazo, siendo recomendado para adolescentes.

La colocación del DIU es realizada por personal entrenado para ello, quien primero debe hacer una prueba para valorar si la mujer puede utilizarlo. Después de su colocación, se debe ir a control de salud transcurridas 4 semanas.

Es importante mencionar que el momento de la colocación puede causar cierto dolor, pero no su uso cotidiano.

*Útil:* La mujer, luego de cada ciclo menstrual, puede revisar los hilos del DIU si quiere tener la seguridad de que permanece en su sitio, para ello debe lavarse primero las manos con agua y jabón, luego introducir sus dedos dentro de su vagina para sentir los hilos, si no los siente o siente otra parte del DIU que no sean los hilos, puede estar mal colocado, si eso sucede debe asistir lo antes posible a cita médica.

### *Mitos y realidades*

- “**Se sube al estómago**”: El DIU, cuando es bien colocado, se queda en el útero hasta que sea retirado por un/a profesional, sin hacer ningún desplazamiento a otra parte del cuerpo.
- “**El DIU es abortivo**”: Los DIU poseen un componente activo que puede ser cobre u hormona, que actúa evitando la capacidad de movimiento y fecundación de los espermatozoides pero no pueden provocar un aborto.
- “**Provocan infertilidad**”: No, una vez retirado el DIU, la mujer puede quedar embarazada.

**IMPORTANTE:** Ningún tipo de DIU protege de ITS/VIH, por lo cual debe usarse acompañado del condón.

\*Pregunte a la persona adolescente si tiene dudas, inquietudes, comentarios o si ha escuchado algo sobre ese método. Conversen, discutan y aclaren esa información.

Hoja 8. Tipos de DIU de DIU

### **Cara frontal:**

Título: Tipos de DIU

Imagen: “T” cobre y DIU hormonal, cada uno con su nombre.

### **Cara posterior:**

Texto:

Existen dos tipos de DIU disponibles, a continuación se explican cada uno de ellos como sus ventajas y desventajas:

a. DIU o T de cobre (380A)

En este caso la “T” se encuentra recubierta de alambres de cobre, que evitan un embarazo al hacer que el líquido del cuello del útero, sea más espeso y pegajoso, con lo que impide que el esperma entre al útero y se una con un óvulo, pero además, el cobre actúa como espermicida, es decir, alterna y puede matar el esperma, a la vez que tiene un efecto alterador en el pH del endometrio, impidiendo que el óvulo se implante en el útero. Se aplica cada 10 años.

#### *Ventajas*

- Alta efectividad.
- Aplicación cada 10 años, por lo que favorece anticoncepción a largo plazo.
- No es hormonal.
- Podría asociarse a disminución de incidencia de neoplasias en endometrio y cérvix, es decir, a disminuir el crecimiento de tumores por causa de la multiplicación acelerada de las células de un tejido.

#### *Desventajas*

- Puede provocar dismenorrea, es decir, dolor menstrual.
- Aumento de volumen de sangrado menstrual.
- Riesgo de enfermedad pélvica inflamatoria, que es una infección en útero, ovarios y trompas de Falopio, causada por bacterias, cuando hay presencia de agentes infecciosos durante la inserción del DIU.
- Riesgo de perforación del útero.

b. DIU con levonorgestrel

El DIU hormonal es también un dispositivo plástico en forma de “T”, pero en este caso libera diariamente pequeñas cantidades de un componente hormonal llamado levonorgestrel, que reduce el crecimiento del endometrio, evitando la implantación del óvulo y disminuyendo el sangrado menstrual, además hace más espeso el flujo del cuello uterino, dificultando la entrada de espermatozoides, además de limitarles su movilidad dentro del útero.

Se aplica cada 5 años.

#### *Ventajas*

- Alta eficacia.
- No interfiere en la relación sexual.
- Inserción cada cinco años lo que favorece la protección a largo plazo.
- Disminuye significativamente el volumen de sangrado.
- Control de dismenorrea o dolor menstrual.
- Protege contra enfermedad inflamatoria pélvica.
- Reduce calambres menstruales.

#### Desventajas

- Manchado intermenstrual.

\*Pregunte a la persona adolescente si tiene dudas, inquietudes, comentarios o si ha escuchado algo sobre ese método. Conversen, discutan y aclaren esa información.

Hoja	9.	Inyección	mensual
------	----	-----------	---------

#### **Cara frontal:**

Título: Inyección Mensual.

Imagen: Imagen de la inyección mensual.

Texto: Frases alrededor de la inyección: ¿qué es?, ¿qué miedo una inyección!, ¿este método me gusta!, ¿de verdad una inyección sirve?

**Cara posterior:** Texto:

*¿Qué es y cómo funciona?*

La inyección mensual es una sustancia que se inyecta dentro del músculo (1ml) cada mes o cada 28 días, y contiene dos sustancias: valerato de estradiol (5mg, estrógeno natural) y enantato de noretisterona (50mg, progestágeno), las cuales evitan la ovulación, es decir, el ovulo no madura y no se libera por lo que no puede ser fecundado, y ocasionan cambios en el moco cervical, evitando el paso de espermatozoides.

#### Ventajas

- Alta eficacia.
- No interfiere con la relación sexual.
- Aplicación mensual.
- Controla del ritmo menstrual.
- Disminuye volumen de sangrado.
- Control de dismenorrea o dolor menstrual.

- Retorno a la fertilidad al dejar de usarla.

#### Desventajas

- Dolor en sitio de inyección, en el momento de aplicación.
- Puede provocar cambios en el peso.
- Puede provocar cefaleas o dolor de cabeza y náuseas.
- Su efecto continúa cierto tiempo después de la última inyección.

#### Mitos y realidades

- “La inyección mensual da cáncer”: Por el contrario, su uso más bien reduce el riesgo de algunos tipos de cáncer como el de ovario y el de la pared interior del útero.
- “Si la uso por mucho tiempo puedo quedar estéril”: la inyección no afecta la capacidad de tener hijas/os. Está comprobado que luego de dejar de usar la inyección, se recupera la capacidad de tener hijas/os.

**IMPORTANTE:** La inyección mensual no protege de ITS/VIH, por lo cual se recomienda su uso conjunto con condones.

\*Pregunte a la persona adolescente si tiene dudas, inquietudes, comentarios o si ha escuchado algo sobre ese método. Conversen, discutan y aclaren esa información.

## Hoja 10. Implante subdérmico

### **Cara frontal:**

Título: Implante subdérmico

Imagen: Imagen de implante subdérmico con etonorgestrel.

Texto: Alrededor de la imagen, las siguientes frases: ¿Qué es?, ¿Cómo funciona?, ¿subdérmico?

**Cara posterior:** Explicar que es, colocación, como ventajas y desventajas.

### *¿Qué es y cómo funciona?*

El implante subdérmico es un dispositivo que se coloca bajo la piel del brazo de la mujer, en forma de tubo o barrita, que libera hormonas, en este caso una llamada etonorgestrel (8mg), la cual inhibe la ovulación, es decir, hace que el ovulo no madure y no se libere del ovario, por lo cual no es fecundado. Al mismo tiempo, modifica el moco en el cuello del útero, haciéndolo más espeso y viscoso, dificultando el paso de espermatozoides, además de provocar que el tamaño y grueso del endometrio no sea adecuado para que el óvulo fecundado se implante, es decir, previene de embarazos no planificados.

Este método anticonceptivo es insertado cada 3 años por personal entrenado, lo que favorece la protección a largo plazo.

### *Ventajas*

- Alta eficacia.

- No interfiere con relación sexual.
- Favorece protección a largo plazo.
- Disminuye volumen de sangrado.
- Control de dismenorrea o dolor menstrual.

#### Desventajas

- Manchado intermenstrual, es decir, durante otras fases del ciclo menstrual además de la menstruación.
- Dolor en lugar de inserción.
- Acné.

#### Mitos y realidades

- “Los implantes se van al corazón”: No, los implantes permanecen donde fueron colocados, no se mueven dentro del cuerpo de la mujer.
- “Causan cáncer”: Por el contrario, pueden reducir probabilidades de cáncer de ovario y pared interior del útero.
- “La inserción es dolorosa”: en el momento se utiliza anestesia local, por lo cual su inserción no debería doler, pero en algunos casos puede presentarse un leve dolor que no debe durar más de 3 días.
- “Dejan cicatriz en la piel”: No, el implante subdérmico es colocado cuidadosamente para no dejar cicatriz evidente.

**IMPORTANTE:** La inyección mensual no protege de ITS/VIH, por lo cual se recomienda su uso conjunto con condones.

\*Pregunte si tiene dudas, inquietudes, comentarios o si ha escuchado algo sobre ese método. Conversen, discutan y aclaren esa información.

## Hoja 11. Medidas para protegerme

### **Cara frontal:**

Título: Medidas para proteger mi salud sexual y reproductiva.

Imagen: 5 personajes adolescentes interactuando.

Texto: ¿Qué puedo hacer para protegerme? ¿Cómo podemos cuidarnos mutuamente?, ¡Postergar!, ¡Tener una sola pareja sexual!

### **Cara posterior:** Texto:

Existen algunas otras medidas para proteger la salud sexual y reproductiva, evitar ITS/VIH como embarazos no planificados, estas son:

- **Postergación el inicio de la actividad sexual:** Demorar el iniciar la actividad sexual, hasta encontrar el momento en que se sienta seguridad de estar lista/o para asumir las responsabilidades que ello implica,

así como sentir confianza y comodidad con la persona con que se compartirá esta experiencia, es una forma de autocuidarse y cuidar mutuamente a la pareja.

- **Única pareja sexual:** Tener actividad sexual con una única pareja sexual podría ser una medida de protección si antes de compartir esta experiencia, se hacen la prueba para asegurarse de no portar ITS/VIH, además de acordar y mantener relaciones exclusivas entre sí.

**IMPORTANTE:** Ahora los centros de salud, como EBAIS, Clínicas y Hospitales, ofrecen a las personas adolescentes una serie de servicios amigables, en los cuales puedes encontrar información sobre tu salud sexual y salud reproductiva, además de brindar asesoría en métodos de protección y anticoncepción y estar abiertos para cualquier consulta, duda o inquietud que tengas sobre tu salud.

Te esperamos!

## Hoja 12. Contra portada

Imagen: Diseño y Logos de CCSS, MS y SM2015.

### e. Juego “Exploración Misterio”

Para realizar la actividad grupal complementaria se ha diseñado un juego de piso llamado “Exploración Misterio”, en el cual se abordan los contenidos mínimos que deben desarrollarse en dicha actividad, los cuales son:

- Toma de decisiones para la vivencia de una sexualidad responsable, segura y placentera.
- Medidas de protección para prevenir embarazo en la adolescencia e ITS/VIH: Postergación de la edad de inicio de las relaciones sexuales, Pareja única y Uso correcto del condón.
- Uso correcto del condón y métodos anticonceptivos.
- Signos de ITS: secreción vaginal, descarga uretral, llagas o ulcera, ganglios o nodos inguinales inflamados.
- Oferta de servicios que ofrecen los centros de salud para la población adolescente: Atención integral en salud, Consejería, Asesoría y prescripción de método de anticoncepción/protección.

Este juego pretende trabajar con adolescentes sobre como asumir su sexualidad de una forma responsable, segura y placentera, reconociendo que las personas adolescentes están en un proceso de exploración de su sexualidad, entendida integralmente, lo cual no solo despierta curiosidad por los cambios y transformaciones en sí mismas, como en las y los otros, sino también por las nuevas sensaciones y experiencias. Dicha exploración puede ser excitante, pero si no se toman las medidas de protección puede ser riesgosa, lo cual se ve reflejado en el juego, es por ello que se abordan los recursos básicos para una exploración segura.

**Objetivo:** Facilitar el aprendizaje de conceptos básicos para la protección de la salud sexual y reproductiva, a través de información útil, pertinente y actualizada que el personal de salud comparte con las y los adolescentes, siendo un apoyo lúdico para la realización de la actividad grupal complementaria.

**Usuarios-Población meta:** Adolescentes que participan de la actividad grupal complementaria. **Propuesta de contenidos para el Juego “Exploración Misterio”:**

## 1. Logo del juego

El logo del juego puede ser circular, simulando una rosa de los vientos o puede ser una lupa, lo que quede mejor, y en el centro el nombre “exploración misterio”. Este círculo puede aparecer sobre un pergamino tipo mapa, donde se utilice la simbología topográfica para demarcar comúnmente ríos, montañas y otros, pero que en este caso los términos que aparezcan sean los siguientes:

- Protegerme.
- Placer.
- Excitación.
- Cuidado.
- Responsabilidades.
- Embarazo.
- Infecciones de transmisión sexual
- Mi cuerpo.
- Mi sexualidad.
- Decisiones.
- Condomes.
- DIU.

## 2. Instrucciones del juego

### **Cara frontal:**

#### Instructivo

Lee las instrucciones antes de empezar a jugar.

[Edades: entre 10 y 19 años]

[2 equipos]

- Aprender sobre sexualidad a través de un juego:

En la adolescencia, descubrir la sexualidad se convierte en una exploración emocionante, pero el camino puede ser riesgoso e inseguro si no contamos con los implementos básicos para realizarla: los conocimientos mínimo que nos ayudarán a tomar decisiones responsables para vivir una sexualidad segura y placentera.

Este juego te permitirá obtener esos implementos básicos, a través de una exploración para descifrar un misterio: lo que necesitas para vivir tu sexualidad de forma segura, responsable y placentera.

No esperemos más ¡A Explorar!

- ¿En qué consiste el juego?  
Debés ganar la mayor cantidad de implementos para hacer la exploración hasta descifrar ¡el misterio!
- Incluye:
  - 2 Caminos de exploración: 2 juegos de 6 fichas diferentes con los implementos (un juego para cada equipo).
  - 30 Desafíos: 30 tarjetas con diferentes tipos de desafíos. Son 5 desafíos para cada implemento.
  - 1 Listado de respuestas correctas.
  - 1 Lista de utilidades: donde se encuentra la utilidad de cada implemento.
  - 6 Misterios: 2 juegos de 3 rompecabezas que contienen 3 misterios diferentes.
  - 2 libretas para dibujar.
  - 2 lápices.
  - 1 reloj.

Además, para jugar este juego debes buscar hojas blancas y 2 lápices para dibujar, además de un reloj o cronómetro para medir el tiempo.

- Preparación:
  - 1) Dividir a las y los participantes en dos equipos, con igual o similar cantidad de participantes.
  - 2) Ubicar los caminos de exploración: Frente a cada equipo se colocarán, en el suelo, las 6 fichas que conformarán su camino de exploración, de forma que el logo de “exploración misterio” sea la cara visible.  
  
Póngalas en línea, el orden de estas no importa y puede variar entre equipos. Asegúrese de que cada equipo reciba 6 fichas con implementos diferentes.
  - 3) Colocar desafíos: en una superficie deben colocarse los desafíos, divididos según el implemento al que correspondan: reloj, maletín básico, etc. Deben ser visibles las caras frontales (logo del implemento).
  - 4) El o la facilitador/a del juego, tendrá el papel de guía de exploración y tomará en sus manos el listado de respuestas correctas y la lista de utilidades. Además guardará los misterios (rompecabezas) hasta que los equipos lleguen al final.
- Tu turno  
  
En cada turno, el equipo debe seleccionar un jugador o jugadora diferente, que buscará ganar un implemento para su equipo. Para ello deberá ir al camino de exploración y voltear la ficha correspondiente en el suelo.

¡Implemento descubierto! ¿Cómo ganarlo?

Luego de que él o la guía de exploración explique la utilidad de ese implemento, el o la jugadora de tu

equipo, deberá elegir al azar uno de los desafíos para ese implemento, y tendrá **un minuto** para enfrentarlo. El tiempo corre desde que el jugador o jugadora toma la tarjeta de desafío en su mano.

¡Lee la tarjeta en voz alta y enfrenta el desafío!

Él o la guía de exploración leerá la respuesta correcta:

Si ganas el desafío, el implemento quedará visible en el suelo ¡Implemento ganado!

Si pierdes, debes voltear de nuevo la ficha y tu equipo seguirá el camino de expedición sin ese implemento

¡Cuidado con los riesgos!

Al final del camino tu equipo descifrará el misterio ¿Cuántos implementos tienes para descubrirlo?

1-2 = ¡Peligro!

3-5 = ¡Alerta!

6 = ¡Zona Segura!

### **Cara posterior:**

- Explicación de los desafíos

Al tomar un desafío debes saber qué hacer ¡Prestá atención!

*¡Adivinador!*

¿Te gusta adivinar? Éstas no son adivinanzas comunes, por eso deberás usar tu ingenio para adivinar la respuesta correcta. Este es un desafío que debes enfrentar sola/o. Hay varias opciones: ordenar frases, completar espacios o simplemente responder.

*¡Preguntador!*

¡Elige! Para cada pregunta existe una única respuesta, y como jugador o jugadora deberás descubrir cuál de todas las opciones que hay en la tarjeta, es la correcta. No podés tener ayuda de tu equipo.

*¡DibujArte!*

¿Artista, pintor? Luego de leer la pregunta en voz alta, deberás dibujar la respuesta para que tu equipo la adivine. No podés decir ni escribir palabras, ni hacer gestos, solo dibujar.

*¡MimicAdivina!*

¿Actriz o actor? Después de leer la pregunta en voz alta, deberás actuar, hacer mímica o mimo para que tu equipo adivine la respuesta. No podés usar palabras ni sonidos, solo movimiento.

*¡DescribiTodo!*

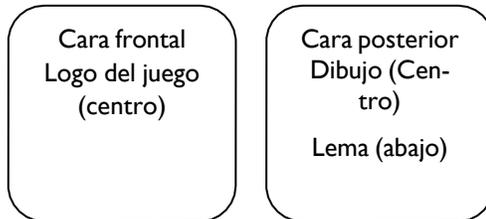
¡A dar pistas! Lee la pregunta en voz alta y después describe la respuesta para que tu equipo la adivine. No podés usar gestos, ni decir las palabras que componen la respuesta, ni partes de éstas (por ejemplo si la respuesta.

### **3. Fichas de piso (Dobles)**

Estas son 6 fichas de piso que se imprimirán dobles, pues debe colocarse un juego para cada equipo. El tamaño de cada una de ellas corresponde a 40x60.

Con doble cara, por el frente tendrán el logo del juego y en su cara posterior mostrarán el dibujo o imagen de uno de estos implementos, con su lema:

- Reloj: “¡llévela al suave!”
- Maletín básico: “¡a cachete!”
- Tienda de acampar: “¡en todas!”
- Sleeping: “¡promete!”
- Binóculos: “¡pele el ojo!”
- Linterna: “¡estoy volando!”



#### 4. Lista de utilidades

La lista de utilidades es una hoja que él o la funcionaría tendrá para explicar a las/os adolescentes, en qué consiste cada categoría, una vez que se descubren el implemento que deben obtener.

El diseño de esta lista no debe ser sobrecargado, dándosele principal énfasis a las palabras que vienen subrayadas en el texto.

Las utilidades de cada implemento se muestran a continuación.

Implemento	Explicación
Reloj	<p><i>¡Llévela al suave!</i></p> <p><i>Explique cómo <b>Postergar</b> la edad de inicio de las relaciones sexuales es esperar el momento adecuado para tenerlas, cuando se posea la seguridad de estar listas/os para asumirlas de forma responsable. Clarifique como ello previene de una ITS/VIH y evita un embarazo en la adolescencia.</i></p> <p><i>Muestre que la postergación es una medida de protección sexual.</i></p>
Maletín básico	<p><i>¡A cachete!</i></p> <p><i>Comente que tener una <b>Única Pareja sexual</b>, es cuando dos personas deciden tener relaciones sexuales coitales únicamente entre sí, luego de conocer, mediante un examen, que ninguno/a de las/os dos tiene una ITS o VIH.</i></p> <p><i>Explique que tener una única pareja sexual es una medida de protección sexual, pero no es suficiente, se deben utilizar métodos de protección y anticoncepción para prevenir una ITS/VIH pero también para evitar un embarazo, enfatizando como eso no es signo de desconfianza, sino de ¡cuidado mutuo!</i></p>

Implemento	Explicación
Tienda de acampar	<p>¡En todas!</p> <p>Explique cómo el <b>uso correcto del condón</b> en <b>TODAS</b> las relaciones sexuales previene de una ITS/VIH y evita un embarazo.</p> <p>Mencione que el uso correcto del condón es una medida de protección pero también de autocuidado.</p>
Slepping	<p>¡Promete!</p> <p>Explique cómo los <b>Métodos anticonceptivos</b> evitan embarazos en la adolescencia, pero no protegen de una ITS/VIH, y por eso lo más recomendable es utilizarlos conjuntamente con un método de protección, como el condón, en cada relación sexual coital, lo que se conoce como <b>Método de protección dual</b>.</p>
Binóculos	<p>¡Pele el ojo!</p> <p><b>Signos de una ITS</b></p> <p>Mencione los signos más comunes de una ITS: secreción vaginal, descarga uretral, llagas o ulcera, ganglios o nodos inguinales inflamados. Explique que si una persona adolescente sospecha que tiene una ITS, debe recurrir de inmediato al centro de salud.</p> <p>Detalle cómo las ITS son de fácil y rápida transmisión cuando no se usan medidas de protección como la postergación y tener una única pareja sexual, además de métodos como el condón.</p> <p>Enfatice que la prevención de una ITS no puede dejarse a la suerte, pues expone la salud sexual y salud reproductiva.</p>
Linterna	<p>¡Estoy volando!</p> <p>Explique que los centros de salud como los EB AIS, tienen una <b>oferta de servicios amigables para personas adolescentes, con énfasis en salud sexual y salud reproductiva</b>, detallando cada uno de los componentes de dicha atención, desde la consulta individual en horario diferenciado hasta la consejería, ejemplificando las razones por las que puede ir a consultar al EB AIS u otros centros de salud.</p>

## 5. 30 tarjetas con desafíos:

Por cada uno de los 6 implementos o categorías, se tendrán 5 tarjetas que por su cara frontal tendrán el dibujo o imagen del implemento con el nombre de la categoría a la cual pertenecen, y por su cara posterior deben tener el tipo de desafío que les toca enfrentar y el desafío mismo.

<p>Cara Frontal Dibujo de imple- mento (centro) Nombre de catego- ría abajo)</p>	<p>Cara Posterior Tipo de desafío (arriba centro) Desafío (centro)</p>
--	--

Los nombres de las categorías por cada implemento son:

- Reloj: postergación.
- Maletín básico: única pareja sexual.
- Tienda de acampar: condón.
- Sleeping: métodos anticonceptivos.
- Binóculos: Signos de ITS.
- Linterna: Servicios de salud amigables.

En total son 30 tarjetas de desafíos. El contenido de las mismas se presenta a continuación:

### • 5 tarjetas para reloj “¡llévela al suave!” (postergación):

#### a. ¡Adivinador!

Haz decidido esperar un tiempo antes de empezar a tener relaciones sexuales, pero estas *pegándote los besos* con tu pareja y empiezan a excitarse mucho ¿Qué podés hacer?

Ordena y adivina...

esperan de necesitan que y conversar lo y detenerse sienten.

#### b. ¡Preguntador!

Si decidís postergar, es decir, *aguantar* el inicio de tu actividad sexual hasta sentirte seguro/a ¿Cómo sabrás cual es el mejor momento para iniciarla?

- a) Cuando estés absolutamente enamorada/o.
- b) Cuando tengas mucha curiosidad e interés de saber qué se siente.
- c) Cuando las hormonas se alborotan y no las podás controlar.
- d) Cuando considerés estar lista/o y sintás confianza y comodidad con tu pareja, decidiendo y negociando con ésta el momento correcto.

e) Por complacer a la pareja.

c. ¡DibujarArte!

Postergar o atrasar el inicio de tus relaciones sexuales puede ser difícil por algunas situaciones, como por ejemplo cuando hay:

- Presión de grupo.

d. ¡MimicAdivina!

Si decido postergar el inicio de mis relaciones sexuales coitales ¿Qué estrategias puedo usar para hacerlo?

- Comunicar mi decisión a mi pareja.
- Evitar situaciones que aumenten la excitación.

e. ¡DescribiTodo!

No está mal sentir curiosidad e interés por la sexualidad, eso es normal, pero iniciar la actividad sexual debe ser una decisión responsable, eso quiere decir, entre otras cosas, que has pensado en:

(Por ser una respuesta larga, en la descripción podés usar las palabras subrayadas en la frase):

- Las capacidades que tienes para asumir las consecuencias de tus actos.

• 5 tarjetas para maletín básico “¡A cachete!” (única pareja sexual)

a. ¡Adivinador!

Tener solo una pareja sexual podría ser una medida de protección para evitar una ITS o el VIH, si además de hacerse la prueba respectiva, también:

Ordena y adivina...

esa tener persona sexuales acuerdan solo y respetan con relaciones

b. ¡Preguntador!

Tener una pareja sexual única puede evitarte una ITS o el VIH si:

- Se aman mucho.
- Tienen una relación larga.
- Antes de iniciar la actividad sexual se hacen una prueba para comprobar que no tienen una ITS/VIH.
- Solo han tenido relaciones sexuales una vez.

c. ¡DibujarArte!

Karim le propone a su pareja que solo tengan relaciones sexuales entre sí y se hagan una prueba de ITS/VIH, para tener sexo seguro. Eso muestra que Karim y su pareja:

- Se cuidan entre sí.

d. ¡MimicAdivina!

Haz decidido tener solo una pareja sexual, se hicieron la prueba para asegurar que no tienen una ITS o VIH y acordaron tener relaciones exclusivas entre ustedes, eso muestra que hay:

- Cuidado mutuo ó se cuidan entre las/os dos.

e. ¡Describi Todo!

Tener solo una pareja sexual no es suficiente para protegerte de una ITS/VI H y embarazos, para ello necesitan:

- Prueba de ITS o VIH.
- Usar métodos de protección y anticoncepción.
- Acordar y mantener relaciones exclusivas entre la pareja.

• 5 tarjetas para tienda de acampar “¡En todas!” (uso correcto del condón)

a. ¡Adivinador!

Gaby está decidiendo con su pareja qué método de protección usar, ella prefiere usar condón, pero su pareja le dice que no hace falta porque cuando él esté a punto de llegar *la saca*. ¿Qué le recomendarías a Gaby para que negocie con su pareja el uso del condón?

b. ¡Preguntador!

Si una pareja está besándose, se excitan y deciden tener relaciones sexuales ¿cuándo se deben poner el condón?

- Antes del primer contacto genital o anal.
- Justo antes de penetrar.
- A punto de *venirse* o eyacular.

c. ¡DibujarArte!

Un compa de Surin le recomendó usar condón, pero no le explicó bien su uso y está cometiendo dos prácticas incorrectas. Haz que tu equipo adivine esas 2 prácticas:

- Guardar el condón en billetera.
- Cortar empaque con los dientes o tijeras.

d. ¡MimicAdivina!

Existen algunos mitos por los cuales las personas no quieren usar condón. Ayuda que tu equipo descubra al menos 2 de los más comunes:

- Más rico sin condón.
- La otra persona se puede ofender si le pido usarlo.
- La primera vez no pasa nada.

e. ¡DescribiTodo!

Carlin usa condón SIEMPRE que tiene una relación sexual, porque tiene varias ventajas, haz que tu equipo descubra dos de ellas:

- Fácil de usar.
- Previene de ITS y embarazo.

• 5 tarjetas para sleeping “¡Promete!” (métodos anticonceptivos)

a. ¡Adivinador!

Para tener relaciones sexuales seguras, recomiendan el *método doble*, que es usar condón y pastillas anticonceptivas también ¿Por qué crees que es más útil que usar solo uno?

b. ¡Preguntador!

Si se usan pastillas anticonceptivas, se deben tomar:

- a) Diariamente.
- b) Solo los días en que se tienen relaciones sexuales.
- c) Inmediatamente después de terminar la relación sexual.

c. ¡DibujarArte!

Existen diversos métodos anticonceptivos. Ayuda a tu equipo a descubrir al menos 3 de ellos:

- Pueden ser: Anticonceptivos orales o pastillas, DIU o la “T”, Inyección mensual, Implante.

d. ¡MimicAdivina!

Arani es adolescente y debe decidir qué método anticonceptivo usar. Ayuda a tu equipo a descubrir 2 de los métodos recomendados para personas adolescentes: DIU, dispositivo intrauterino o “T”.

- Inyección mensual.

e. ¡DescribiTodo!

¿Cuáles son dos características de métodos anticonceptivos como el DIU e inyección mensual?

- No debe consumirse diariamente.
- Necesitan control médico.

• 5 tarjetas para binóculos “¡pele el ojo!” (signos de ITS)

a. ¡Adivinador!

Morin se da cuenta que hace poco aparecieron llagas y heridas en sus genitales, cree tener una ITS. ¿Cuáles pudieron ser las formas en que la adquirió?

b. ¡Preguntador!

De las opciones que se presentan a continuación ¿Cuál NO es un signo común de ITS?

- a) Flujo vaginal más abundante, amarillento o verdusco y mal oliente, en ocasiones.
- b) Coloración oscura en genitales.
- c) Pus saliendo del pene, gotitas de color amarillento con ardor o dolor al orinar.
- d) Llagas, heridas o úlceras en genitales, ano o zonas cercanas.
- e) Inflamación en la zona de la ingle.

c. ¡DibujarArte!

Mario cree tener una ITS, porque en sus genitales, ano y zonas cercanas han aparecido\_\_\_\_\_.

- Llagas, heridas o úlceras.

d. ¡MimicAdivina!

Tanei se pregunta cómo puede estar segura de que ni ella ni su pareja tienen una ITS o VIH. Haz que tu equipo descubra la respuesta:

- Solo haciéndose una prueba de ITS/VIH.

e. ¡DescribiTodo!

Una mujer puede tener un signo común de ITS cuando nota que\_\_\_\_\_.

- Su flujo vaginal es más abundante, amarillento o verduzco y en ocasiones maloliente.

• 5 tarjetas para navaja multiusos “¡Estoy volando!” (Servicios de salud amigables).

a. ¡Adivinador!

Si tengo dudas sobre mi sexualidad, por ejemplo que métodos de protección utilizar, puedo consultar al personal de salud para que me den información:

Completa y adivina...

Parte del huevo que no es la yema:\_\_\_\_\_.

Mujer que trabaja en laboratorio de ciencia:\_\_\_\_\_. Persona en que se cree:\_\_\_\_\_.

b. ¡Preguntador!

Ahora los servicios de salud son más amigables para adolescentes, parte de ello es solicitar el *consentimiento informado*, que es cuando:

- Personal informa sobre el procedimiento que debe hacer, para que la persona adolescente esté consciente de lo que significa y dé su permiso para realizarlo.
- Personal consiente con cariños a una persona adolescente.
- Personal está consciente de la información que da la persona adolescente.

c. ¡DibujarArte!

En los servicios de salud, las y los adolescentes pueden recibir información, discutir, conversar y elegir:

- Métodos de protección y anticoncepción

d. ¡MimicAdivina!

A las y los adolescentes nos da pereza ir a los EBAIS porque siempre está todo el mundo o porque suelen tener el mismo horario en que vamos a clases, entonces no se puede ir. Para solucionar ese problema, los EBAIS ahora ofrecen:

- Horarios solo para adolescentes

e. ¡DescribiTodo!

Paula cuenta que no le gusta ir al EBAIS por que la enfermera la atiende donde todo mundo escucha, mientras le hace preguntas personales sobre su sexualidad, pero lo peor es que su mamá siempre llega a regañarla porque la enfermera le cuenta todo lo que ella le dice. Por situaciones como ésta, ahora los servicios de salud y su

personal garantizan a las personas adolescentes dos condiciones muy importantes:

- Confidencialidad y privacidad.

## 6. Listado de respuestas correctas

En el presente listado encontrará la respuesta correcta a cada desafío, resaltada en otro color, la cual deberá leer luego de que la persona adolescente enfrente su desafío. Además se presentan algunas aclaraciones importantes que puede realizar para facilitar la comprensión del contenido de algunos desafíos.

Es importante aclarar que las respuestas deben ser tan precisas como sea posible según el nivel de comprensión de las personas adolescentes, por lo cual se requiere tener flexibilidad para valorarlas como acertadas o no.

- 5 tarjetas para reloj “¡llévela al suave!” (postergación):

Tipo de desafío	Desafío y respuesta	Aclare
¡Adivinador!	<p>Haz decidido esperar un tiempo antes de empezar a tener relaciones sexuales, pero estas <i>pegándote los besos</i> con tu pareja y empiezan a excitarse mucho ¿Qué podés hacer?</p> <p>Ordena y adivina....</p> <p>esperan de necesitan que y conversar lo y detenerse sienten. R/. Detenerse y conversar de lo que de lo que sienten, esperan y necesitan.</p>	Puede agregar que también pueden hacerse actividades divertidas o juegos, que eviten el aumento de la excitación sexual.
¡Preguntador!	<p>Si decidís postergar, es decir, <i>aguantar</i> el inicio de tu actividad sexual hasta sentirte seguro/a ¿Cómo sabrás cual es el mejor momento para iniciarla?</p> <p>a. Cuando estés absolutamente enamorada/o.  b. Cuando tengás mucha curiosidad e interés de saber qué se siente.  c. Cuando las hormonas se alborotan y no las podás controlar.  d. Cuando <i>considerés estar lista/o y sientas confianza y comodidad con tu pareja, decidiendo y negociando con ésta el momento correcto.</i></p>	
¡DibujArte!	<p>Postergar el inicio de tus relaciones sexuales es una forma de prevenir una ITS/VIH o evitar un embarazo no planificado. Dos de sus ventajas son:</p> <p>Protege de ITS/VIH y es un método seguro.</p>	
¡MimicAdivina!	<p>Si decido postergar el inicio de mis relaciones sexuales coitales ¿Qué estrategias puedo usar para hacerlo?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Comunicar mi decisión a mi pareja.</i></li> <li>- <i>Evitar situaciones que aumenten la excitación.</i></li> </ul>	

Tipo de desafío	Desafío y respuesta	Aclare
¡DescribiTodo!	Postergar o atrasar el inicio de tus relaciones sexuales puede ser difícil por algunas situaciones, como por ejemplo la: Presión de grupo.	Puede ejemplificar como puede presionar un grupo para que una persona inicie su actividad sexual.

• 5 tarjetas para maletín básico “¡A cachete!” (única pareja sexual)

Tipo de desafío	Desafío y respuesta	Aclare
¡Adivinador!	Tener solo una pareja sexual podría ser una medida de protección para evitar una ITS o el VIH, si además de hacerse la prueba respectiva, también:  Ordena y adivina...  esa tener persona sexuales acuerdan solo y respetan con relaciones  R/. Acuerdan y respetan tener relaciones sexuales solo con esa persona.	
¡Preguntador!	Tener una pareja sexual única puede evitarte una ITS o el VIH si: a) Se aman mucho. b) Tienen una relación larga. c) <b>Antes de iniciar la actividad sexual se hacen una prueba para comprobar que no tienen una ITS/VIH.</b> d) Solo han tenido relaciones sexuales una vez.	
¡DibujArte!	Karim le propone a su pareja que solo tengan relaciones sexuales entre sí y se hagan una prueba de ITS/VIH, para tener sexo seguro. Eso muestra que Karim y su pareja:  Se cuidan entre sí.	Mencione que algunas personas piensan que eso es una muestra de desconfianza, lo cual es erróneo pues ello implica más bien una muestra de cuidarse mutuamente.
¡MimicAdivina!	Haz decidido tener solo una pareja sexual, se hicieron la prueba para asegurar que no tienen una ITS o VIH y acordaron tener relaciones exclusivas entre ustedes, eso muestra que hay: <b>Cuidado mutuo ó se cuidan entre las/os dos.</b>	
¡DescribiTodo!	Tener solo una pareja sexual no es suficiente para protegerte de una ITS/VIH y embarazos, para ello necesitan:  - Prueba de ITS o VIH. - Usar métodos de protección y anticoncepción. - Acordar y mantener relaciones exclusivas entre la pareja.	

Tipo de desafío	Desafío y respuesta	Aclare
¡Adivinador!	<p>Gaby está decidiendo con su pareja qué método de protección usar, ella prefiere usar condón, pero su pareja le dice que no hace falta porque cuando él esté a punto de llegar <i>la saca</i>. ¿Qué le recomendarías a Gaby para que negocie con su pareja el uso del condón?</p> <p>R/ Con calma, conversar sobre riesgos de no usar condón, beneficios de usarlo, como que es un método para evitar embarazos y protege de ITS/VIH. Expresar su preocupación por la salud tanto de ella como de él.</p>	<p>Explique que eso de “sacar” el pene antes de eyacular se conoce como <i>coito interrumpido</i> y es una práctica poco efectiva para prevenir embarazos e ITS/VIH, porque desde antes de eyacular el pene segrega un líquido que contiene espermatozoides.</p>
¡Preguntador!	<p>Si una pareja está besándose, se excitan y deciden tener relaciones sexuales ¿cuándo se deben poner el condón?</p> <p>a) Antes del primer contacto genital o anal. b) Justo antes de penetrar. c) A punto de <i>venirse</i> o eyacular.</p>	
¡DibujArte!	<p>Un compa de Surin le recomendó usar condón, pero no le explicó bien su uso y está cometiendo dos prácticas incorrectas. Haz que tu equipo adivine esas 2 prácticas: Guardar el condón en billetera.</p> <p>Cortar empaque con los dientes o tijeras</p>	
¡MimicAdivina!	<p>Existen algunos mitos por los cuales las personas no quieren usar condón. Ayuda que tu equipo descubra al menos 2 de los más comunes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Más rico sin condón.</li> <li>- La otra persona se puede ofender si le pido usarlo.</li> <li>- La primera vez no pasa nada.</li> </ul>	
¡DescribiTodo!	<p>Carlin usa condón SIEMPRE que tiene una relación sexual, porque tiene varias ventajas, haz que tu equipo descubra dos de ellas:</p> <p>Fácil de usar.</p>	

□ 5 tarjetas para binóculos “¡pele el ojo!” (signos de ITS)

Tipo de desafío	Desafío y respuesta	Aclare
¡Adivinador!	Para tener relaciones sexuales seguras, recomiendan el <i>método doble</i> , que es usar condón y pastillas anticonceptivas también ¿Por qué crees que es más útil que usar solo uno? R/. Porque protege doble, tanto para evitar un embarazo como prevenir una ITS/VIH.	Explique que eso se conoce como <i>método dual</i> , siendo la forma más segura de protegerse. De ITS/VIH y prevenir embarazos.
¡Preguntador!	Si se usan pastillas anticonceptivas, se deben tomar: a) <b>Diariamente.</b> b) Solo los días en que se tienen relaciones sexuales. c) Inmediatamente después de terminar la relación sexual.	
¡DibujArte!	Existen diversos métodos anticonceptivos. Ayuda a tu equipo a descubrir al menos 3 de ellos:  Pueden ser: Anticonceptivos orales o pastillas, DIU o la “T”, Inyección mensual, Implante.	
¡MimicAdivina!	Arani es adolescente y debe decidir qué método anticonceptivo usar. Ayuda a tu equipo a descubrir 2 de los métodos recomendados para personas adolescentes:  <b>DIU, dispositivo intrauterino o “T”.</b> <b>Inyección mensual.</b>	
¡DescribiTodo!	¿Cuáles son dos características de métodos anticonceptivos como el DIU e inyección mensual?  - No debe consumirse diariamente. - Necesitan control médico.	

Tipo de desafío	Desafío y respuesta	Aclare
¡Adivinador!	<p>Morin se da cuenta que hace poco aparecieron llagas y heridas en sus genitales, cree tener una ITS. ¿Cuáles pudieron ser las formas en que la adquirió?</p> <p>R/Tener relaciones sexuales (genital, oral, anal) SIN PROTECCIÓN con persona portadora de ITS, o contacto con sangre de persona portadora de ITS.</p>	<p>Mencione que otra forma adquirir una ITS/VIH es cuando una mujer da de mamar a su hijo, o puede adquirirla durante el embarazo.</p>
¡Preguntador!	<p>De las opciones que se presentan a continuación ¿Cuál NO es un signo común de ITS?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Flujo vaginal más abundante, amarillento o verduzco y mal oliente, en ocasiones.</li> <li>b) <b>Coloración oscura en genitales.</b></li> <li>c) Pus saliendo del pene, gotitas de color amarillento con ardor o dolor al orinar.</li> <li>d) Llagas, heridas o úlceras en genitales, ano o zonas cercanas.</li> <li>e) Inflamación en la zona de la ingle.</li> </ul>	<p>Refuerce que las otras tres opciones SI son signos comunes de ITS.</p>
¡DibujArte!	<p>Mario cree tener una ITS, porque en sus genitales, ano y zonas cercanas han aparecido _____</p> <p>. Llagas, heridas o úlceras.</p>	
¡MimicAdivina!	<p>Tanei se pregunta cómo puede estar segura de que ni ella ni su pareja tienen una ITS o VIH. Haz que tu equipo descubra la respuesta:</p> <p><b>Solo haciéndose una prueba de ITS/VIH.</b></p>	
¡DescribiTodo!	<p>Una mujer puede tener un signo común de ITS cuando nota que _____.</p> <p>Su flujo vaginal es más abundante, amarillento o verduzco y en ocasiones maloliente.</p>	

Tipo de desafío	Desafío y respuesta	Aclare
¡Adivinador!	<p>Si tengo dudas sobre mi sexualidad, por ejemplo que métodos de protección utilizar, puedo consultar al personal de salud para que me den información:</p> <p>Completa y adivina...</p> <p>Parte del huevo que no es la yema: Clara.</p> <p>Mujer que trabaja en laboratorio de ciencia: Científica.</p> <p>Persona en que se cree: Confiable.</p>	<p>Explique que en los centros de salud pueden encontrar esa información clara, científica y confiables para cuidar su salud sexual y salud reproductiva.</p>
¡Preguntador!	<p>Ahora los servicios de salud son más amigables para adolescentes, parte de ello es solicitar el <i>consentimiento informado</i>, que es cuando:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Personal informa sobre el procedimiento que debe hacer, para que la persona adolescente esté consciente de lo que significa y dé su permiso para realizarlo.</li> <li>Personal consiente con cariños a una persona adolescente.</li> <li>Personal está consciente de la información que da la persona adolescente.</li> </ol>	<p>Es decir, a la persona adolescente se le debe explicar que procedimientos se le harán, y ésta tiene el derecho de dar o no su permiso para llevarlo a cabo.</p>
¡DibujArte!	<p>En los servicios de salud, las y los adolescentes pueden recibir información, discutir, conversar y elegir:</p> <p>Métodos de protección y anticoncepción</p>	
¡MimicAdivina!	<p>A las y los adolescentes nos da pereza ir a los EBAIS porque siempre está todo el mundo o porque suelen tener el mismo horario en que vamos a clases, entonces no se puede ir. Para solucionar ese problema, los EBAIS ahora ofrecen:</p>	
¡DescribiTodo!	<p>Paula cuenta que no le gusta ir al EBAIS por que la enfermera la atiende donde todo mundo escucha, mientras le hace preguntas personales sobre su sexualidad, pero lo peor es que su mamá siempre llega a regañarla porque la enfermera le cuenta todo lo que ella le dice. Por situaciones como ésta, ahora los servicios de salud y su personal garantizan a las personas adolescentes dos condiciones muy importantes:</p> <p>Confidencialidad y privacidad.</p>	<p>Explique que con ello se quiere decir que se garantiza que la información que la persona adolescente dé, no será expuesta, sino que estará segura y se respetará.</p>

## 7. Tres rompecabezas (doble impresión).

Los rompecabezas pueden ser de 25 a 40 piezas. Que sea posible armarlos en menos de 5 minutos. Son tres

rompecabezas diferentes, doble impresión de cada uno de ellos. Su contenido se especifica a continuación:

\*El diseño de los rompecabezas debe permitir diferenciarlos, por ejemplo usar diferente énfasis de color.

### De 1 a 2 implementos ¡Peligro!

*Sobresale:* ¡Peligro!

*Imagen:* Afrodescendiente embarazada y blanco padre.

*Texto:*

¡La sexualidad no es un juego!

Toda expedición puede ser una aventura emocionante, pero realizarla sin tener los implementos necesarios te pone en peligro, por eso, explorar tu sexualidad sin las medidas de protección te expone a adquirir una ITS/VIH, así como a embarazos no planificados.

¡Ten cuidado! Buscá en tu EBAIS o centro de salud más cercano información que te ayude a tomar decisiones responsables sobre tu sexualidad.

Los resultados muestran que aún necesitás más conocimiento básico en sexualidad y practicar conductas protectoras para que la exploración de tu sexualidad, sea segura, responsable y placentera.

### De 3 a 5 implementos ¡Alerta!

*Sobresale:* ¡Alerta!

*Imagen:* Indígena deportista, estudiante y persona andrógina.

*Texto:*

¡No te confiés, aún falta!

Tenés algunos implementos que te protegen, pero no son suficientes ¡debés estar alerta! Para explorar tu sexualidad es importante que tengás los conocimientos mínimos básicos para prevenir una ITS/VIH como un embarazo en la adolescencia, por eso, lo mejor es que busqués en tu EBAIS o centro de salud más cercano, la información y apoyo que necesitás para explorar tu sexualidad de forma segura y responsable.

Toda expedición es divertida, pero asegurate de tomar las decisiones que mejor protejan tu salud sexual y reproductiva y prevengan una ITS/VIH o un embarazo no planeado.

### 6 implementos ¡Zona segura!

*Sobresale:* ¡Zona segura!

*Imagen:* 5 personajes.

*Texto:*

La sexualidad no debe ser un misterio, por ello, explorarla requiere que tomemos decisiones responsables que hagan de ésta, una aventura segura y placentera. ¡En buena hora! Cuentas con conocimientos básicos que van a serte útiles para ir descubriendo más sobre tu sexualidad. Pero ¡cuidado! Los riesgos siguen existiendo, por eso, recordá utilizar lo que has aprendido de la forma correcta y no olvidés tomar medidas que te protejan de una ITS/VIH y eviten un embarazo no planeado, poniendo en práctica lo que conocés. ¡Aún puedes aprender más, así que usá los servicios en salud sexual y salud reproductiva que el centro de salud te ofrecen!



### III. Propuesta de diseño para materiales de apoyo

La propuesta de diseño procura retomar los enfoques y principios establecidos en el Manual Técnico y de Procedimientos para la atención integral de la salud de las personas adolescentes, con énfasis en salud sexual y reproductiva, reflejándolos gráficamente, con el fin de que las y los adolescentes puedan identificarse y sentirse atraídas/os por esta propuesta, pero a la vez, que las y los funcionarios de salud que utilicen estos materiales, se sientan a gusto con ellos, y los consideren realmente un apoyo favorecedor para el ejercicio de su labor.

#### a. Línea gráfica

La línea gráfica elegida consta de una gama de 7 colores, seleccionados por ser llamativos, y diferentes, pero armónicos, entre sí, con lo cual, la diversidad de adolescentes podrá identificarse con ellos, a la vez, los mismos son vivos, enérgicos, intensos y frescos, como las y los adolescentes, despertando así diversidad de sensaciones. Los colores son: naranja, fucsia, morado, celeste, azul y dos tonos de verde, que constituyen la paleta de color que atraviesa la totalidad de los materiales.

Por su parte, el patrón gráfico fue escogido por transmitir movimiento, dinamismo, juego y creatividad, características que pueden asociarse a la adolescencia, al ser una etapa de cambios; por esta misma razón fue elegida la tipografía para los textos.

## Línea Gráfica Seleccionada

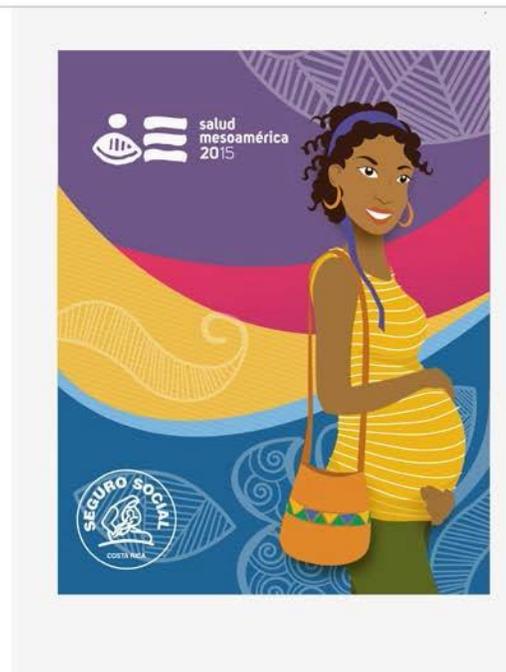
Tipografía para textos

Trebuchet Ms  
Salud Mesoamerica

Ejemplo patrones de diseño



Gama de Color



## b. Personajes

Se diseñaron 5 personajes ilustrados, para facilitar la identificación de las y los adolescentes con los materiales. Con los mismos se busca visibilizar la diversidad, por un lado intercultural, considerando que la población de las 11 Áreas de salud del proyecto, constituya una amplia gama de culturas y etnias, mostrando, además, la ruralidad propia de la zona, y por otro lado, la diversidad sexual y de género, permitiendo que los personajes reflejaran esa realidad; por último, se representa la diversidad etaria entre los mismos/as adolescentes, así como los diferentes gustos, interés y actividades que pueden tener unas y otros.

De esta forma se desarrollaron los siguientes 5 personajes:

- Indígena mujer, deportista de 14 años.
- Afrodescendiente mujer, embarazada de 16 años.
- Persona andrógina mestiza (indígena-blanco), trabajadora de 13 años.
- Blanco hombre, bailarín de hip-hop y padre de 17 años.
- Mulato hombre, estudiante con diversidad funcional (visual) de 19 años.

Los mismos se presentan a continuación:

*Indígena mujer, deportista de 14 años*



*Afrodescendiente mujer, embarazada de 16 años*



Afrodescendiente mujer,  
16 años y embarazada

Persona andrógina mestiza (indígena-blanco), trabajadora de 13 años



*Blanco hombre, bailarín de hip-hop y padre de 17 años*



**Blanco hombre, 17 años,  
bailarín hip-hop y padre**

Mulato hombre, estudiante con diversidad funcional (visual) de 18 años



### c. Ficha de registro de atención en salud

La ficha de registro de la atención en salud, es aquella en que se registra la evaluación de riesgos de salud. La misma ha sido diseñada en forma de hoja desplegable, tamaño carta, para distribuir la información de forma que sean visibles las diferentes dimensiones evaluadas al mismo tiempo, lo cual facilita su registro y la identificación de situaciones de riesgos.

Basada en dos colores, permite un diseño formal, propio de los documentos de registro oficial, pero a la vez atractivo, refrescante y que guía el uso adecuado de esta ficha.

## Ficha de evaluación de riesgos



Desplegable 11"x17".  
Tamaño cerrado Carta para facilitar uso de archivadores  
Diseñado a dos tintas.

EVALUACIÓN DE RIESGO	
Fecha:	_____
Centro de Salud:	_____
Nombre de la persona adolescente:	_____
Nº. Documento de identidad:	_____
<b>A. SOCIAL</b>	
<b>1. HOGAR</b>	
¿Con quién vivió?	Solo/a _____
Con su familia (Indicar con quién)	_____
Con pareja	_____ Edad de pareja _____
<i>(menor de 15 años conviviendo con pareja)</i>	
Otros	_____
¿En tu familia se dan situaciones de violencia?	No _____ Si _____
Tipo _____	
¿Contas con una persona adulta a quien recurrir si tienes un problema?	No _____ Si _____ ¿Quién es? _____
¿Tienes hijos/as?	No _____ Si _____ ¿Cuántos? _____
<b>2. EDUCACIÓN - EMPLEO</b>	
¿Estas estudiando?	No _____ Si _____
¿En qué grado/año estás en escuela/colegio?	_____
¿Has trabajado alguna vez?	No _____ Si _____ ¿Cuántos? _____
¿Trabajas?	Menor de 15 años No _____ Si _____
Mayor de 15 años No _____ Si _____	
¿En qué trabajas?	_____
<b>3. VIDA SOCIAL</b>	
¿Eres o has sido víctima de bullying /discriminación/ maltrato o abuso/ violencia?	No _____ Si _____
<i>(amigos, escuela/colegio, otros) ¿De qué tipo? _____</i>	
¿Participas en algún grupo artístico/cultural/deportivo/ religioso/otro?	Si _____ No _____ ¿Cuál? _____
¿Tienes algún/a amigo/a con quien puedes hablar de tus problemas, inquietudes o preocupaciones?	Si _____ No _____
<b>REFERENCIA A GRUPOS JUVENILES</b> (salud, comunidad, otras instituciones):	
2 o más azules = Carencia en red de apoyo (familia, amigos, grupos)	<input type="checkbox"/>
<b>RIESGO SOCIAL - REFERENCIA</b>	
• Sospecha de abandono	<input type="checkbox"/>
• Adolescente menor de 15 años conviviendo con pareja	<input type="checkbox"/>
• Sospecha de violencia intrafamiliar	<input type="checkbox"/>
• Personas menores de edad fuera del sistema escolar	<input type="checkbox"/>
• Personas menores de 15 años trabajando	<input type="checkbox"/>
• Sospecha de situaciones de bullying /violencia	<input type="checkbox"/>

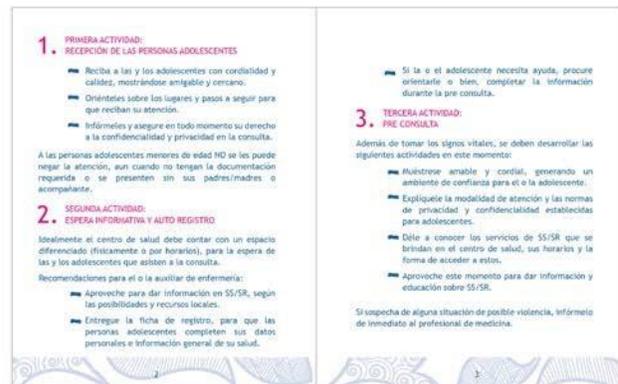
#### d. Manual Técnico y de Procedimientos Abreviado I. Actividades para la consulta de atención integral

Se elaboró la propuesta para el Manual Técnico y de Procedimientos Abreviado I, correspondiente a las actividades para la consulta de atención integral, como referente para el diseño del segundo manual. Estos manuales son de bolsillo, para permitir su fácil portabilidad. En los mismos, se muestra un diseño llamativo, atractivo y dinámico para su portada, que invite a su utilización, mientras se mantiene un diseño más formal y discreto para su interior, por estar dirigido al personal de salud de los EBAIS, no obstante, los colores elegidos, tamaño de letra y distribución, facilitan la orientación a través de las actividades y procedimientos por realizar.

## Manuales de Procedimiento Abreviado



Portada y Contraportada.



Páginas Internas.

Tamaño de Bolsillo 4,5" x 5,5". Encuadernado engrapado.

Patrones de diseño en unidad con los demás productos.

Numeración de actividades y letra legible considerando el tamaño reducido.

### e. Rotafolio de Métodos de Protección y Anticoncepción para personas adolescentes

El rotafolio de métodos de protección y anticoncepción está dirigido a las personas adolescentes, pero es utilizado por el personal de salud en las diversas actividades que componen la atención integral de salud de las personas adolescentes, con énfasis en SS/SR, por ello su diseño procura ser atractivo para la población adolescente, como práctico para el personal de salud.

Por ello se utiliza la amplitud de la gama de colores como los cinco personajes ilustrados, a través de todo el documento. En tamaño oficio, con orientación horizontal, este rotafolio presenta por su cara frontal la lámina dirigida a la persona adolescente, con ilustraciones tanto de personajes como de métodos de protección y anticoncepción, según corresponda, mientras su cara posterior muestra la información veraz, confiable y científica que el personal de salud compartirá con las personas adolescentes.

A continuación se exponen tres hojas de este rotafolio:

Portada y contra portada

Rotafolio / Portada, página 1 y2.



**CONOCER, DECIDIR, CUIDARME**  
Para una sexualidad responsable, segura y placentera

Rotafolio sobre Métodos de Protección Sexual y Anticoncepción para adolescentes

salud mesoamérica 2015

SEGURO SOCIAL



Rotafolio sobre Métodos de Protección Sexual y Anticoncepción para adolescentes.

Este rotafolio pretende ser un material de apoyo para que el o la funcionaria de salud pueda brindar información y acompañamiento sobre métodos de protección sexual y anticoncepción a las personas adolescentes.

El mismo contiene los siguientes métodos:

- Condón Masculino.
- Anticonceptivos orales.
- DIU.
- Inyectable mensual.
- Implante subdérmico.

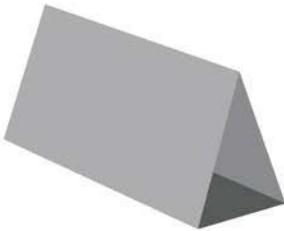
Podrá encontrar una explicación clara de cada uno de estos métodos, su funcionamiento o mecanismos de acción, ventajas, desventajas y mitos sobre los mismos, así como su uso correcto y colocación.

San José, Costa Rica. 2014

Tamaño Oficio, 8,5" x 14".

Patrones de diseño en unidad con los demás productos e ilustraciones.

Rotafolio para colocar sobre escritorio.



Introducción

Rotafolio / Páginas 3 y 4.



Tamaño Oficio, 8,5" x 14".

Patrones de diseño en unidad con los demás productos e ilustraciones.

Rotafolio para colocar sobre escritorio.

Condón masculino

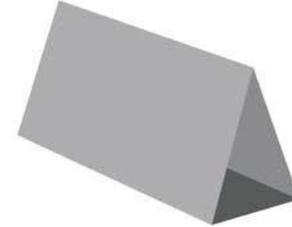
Rotafolio / Páginas 5 y 6.



Tamaño Oficio, 8,5" x 14".

Patrones de diseño en unidad con los demás productos e ilustraciones.

Rotafolio para colocar sobre escritorio.



**f. Juego “Exploración Misterio”**

El juego “Exploración Misterio”, será utilizado en la actividad grupal complementaria, por lo cual, al igual que el rotafolio, está dirigido tanto a las personas adolescentes que lo jugarán, como al personal de salud que facilitará la actividad. El mismo contempla la diversa gama de colores elegida, incluyendo un paquete de ilustraciones que responden a la lógica de exploración, aventura y descubrimiento, que implica el juego.

Se procura que al ser el material con que más contacto tendrán las personas adolescentes, el diseño del mismo sea llamativo, dinámico, enérgico y atractivo, para incentivar el interés y la atención de las y los adolescentes en el mismo, facilitándole la coordinación de la dinámica de grupo al personal de salud.

A continuación se presentan tres componentes del juego:

*Logo del juego y fichas de piso*

En las fichas de piso puede apreciarse el diseño de los cinco implementos, los lemas y la diversidad de colores del juego.

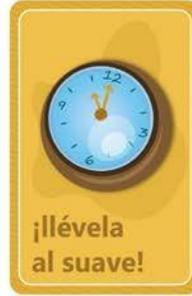
## Juego / Fichas de Piso



Lado A

6 Fichas de Piso

Variantes Lado B



### Tarjetas de desafíos

Las mismas presentan la misma tendencia del diseño que las fichas de piso, con la ilustración de los implementos, pero con el nombre de la categoría debajo suyo, permitiendo que él o la adolescente pueda ir familiarizándose con estos temas.

## Juego / 30 tarjetas

6 Variantes / Categorías



Ejemplo pregunta:

### ¡Adivinador!

Haz decidido esperar un tiempo antes de empezar a tener relaciones sexuales, pero estás pegándote los besos con tu pareja y empiezan a excitarse mucho. ¿Qué puedes hacer?

Ordena y adivina....

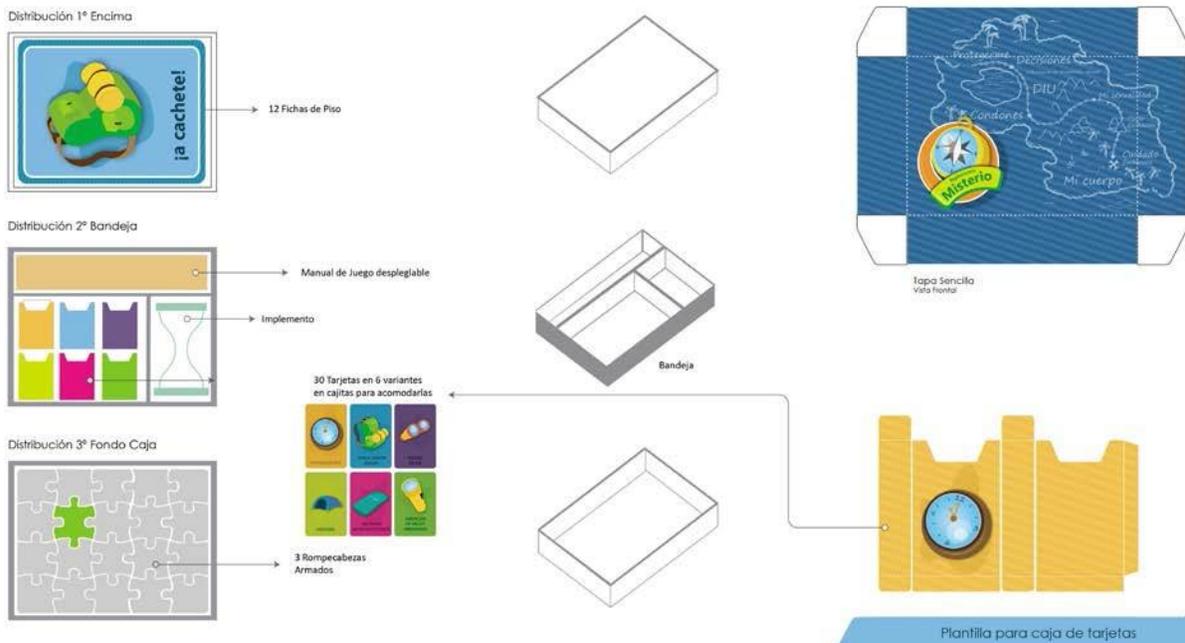
esperan de necesitan que y conversar lo y detenerse sienten.

5 preguntas por cada elemento

### Caja contenedora

En esta caja se guardará el juego, la misma muestra la distribución que deben tener los materiales en ella y mantiene la propuesta de diseño para el juego, convirtiéndose en parte del material de apoyo.

## Juego



#### IV. Referencias bibliográficas

---

- Asociación Demográfica Costarricense. & IPPF. (s.f). *Manual básico de métodos Anticonceptivos*. Costa Rica.
- Caja Costarricense del Seguro Social. (2014). *Manual Técnico y de Procedimientos para la atención integral de las personas adolescentes con énfasis en salud sexual y salud reproductiva* [Versión preliminar no publicada]. San José, Costa Rica.
- Departamento de Salud Reproductiva e Investigación de la Organización Mundial de la Salud. & Facultad de Salud Pública Bloomberg de Johns Hopkins. (2007). *Planificación familiar. Un Manual para proveedores*. Baltimore y Ginebra: CCP y OMS.
- Family Care International. (2002). *¡Infórmate! Un rotafolio para adolescentes*. República Dominicana.
- Gayón, E., Hernández, H., Sam, S. & Lombardo, E. (2008). Efectividad del preservativo para prevenir el contagio de infecciones de transmisión sexual. *Ginecología y Obstetricia de México*, 76(2), 88-96. México.
- Ministerio de Salud de Argentina. (s.f). *Sexualidad y cuidados: reproducción, anticoncepción, ITS y VIH-sida. Material de apoyo para el trabajo cara a cara*. Buenos Aires, Argentina.
- Organización Mundial de la Salud. (2012). *Criterios médicos de elegibilidad para el uso de anticonceptivos* (4ª Ed). Ginebra, Suiza.
- UNFPA., Bogotá Bicentenario., Que tu primer amor sea el amor propio. & Alcaldía Mayor de Bogotá D.C. (2010). *Asesoría Integral en Salud Sexual y Reproductiva* (rotafolio). Bogotá, Colombia.
- USAID., El Salvador., Salud Familiar. & Ministerio de Salud de El Salvador. (2009). *Rotafolio de Salud Sexual y Reproductiva para una familia saludable. Tu y Yo decidimos con responsabilidad*. El Salvador.
- Valverde, O., Vega, M., Rigioni, M., Solano, A. & Solano, E. (2002). "Toques para estar en todas". *Módulo Socioeducativo para el Fortalecimiento de Conductas Protectoras y la Prevención de Conductas de Riesgo en los y las Adolescentes*. San José, Costa Rica: PAIA, CCSS.
- Vega, M. & Alvarado, C. (2005). *La sexualidad y la salud sexual reproductiva de las y los adolescentes con énfasis en prevención de VIH/SIDA. Módulo de capacitación para adolescentes multiplicadores en salud*. San José, Costa Rica: Programa de Atención Integral a la Adolescencia.
- Weller, SC. & Davis- Beaty, K. (2002). Condom effectiveness in reducing heterosexual HIV transmission (Review). *The Cochrane Library, Issue 4*. Recuperado de: <http://apps.who.int/whl/reviews/CD003255.pdf>
- Zamberlin, N. (2007). *Tu cuerpo, tu salud, tus derechos. Guía sobre salud sexual y reproductiva*. Buenos Aires, Argentina: CEDES y UNFPA.