



UNIDAD DE SALUD PÚBLICA
PROGRAMA SEXUALIDAD: DERECHOS SEXUALES Y DERECHOS
REPRODUCTIVOS
ACTIVIDAD EDUCATIVA: VIH/TB Y DIVERSIDAD SEXUAL

1. Objetivo:

Dar a conocer la información correspondiente a los temas relacionados con VIH, Diversidad Sexual y Planificación familiar a grupos de apoyo para que estos sean replicadores de la misma en la comunidad.

2. Definiciones:

AMAMANTAR o LACTAR. Es cuando una madre alimenta a su bebé con leche materna.

ANTIRRETROVIRALES. Medicamentos utilizados para tratar el VIH

BACILOSCOPIA. Examen de esputo o flema, que al revisarse en el microscopio permite ver los bacilos de la tuberculosis.

BK. Baciloscopia.

COINFECCIÓN. Término utilizado para describir dos infecciones en una persona al mismo tiempo. En términos de este manual, “coinfectado” es tener VIH y tuberculosis (TB) a la vez.

PROFILAXIS. Es una terapia o tratamiento tomado por las personas para prevenir determinadas enfermedades.

SIDA. Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida.

TB. Tuberculosis.

TB/VIH. Coinfección e interacción entre la tuberculosis y el VIH.

VIH: VIH: Es el virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) ataca el sistema inmunitario y debilita los sistemas de defensa contra las infecciones y contra determinados tipos de cáncer. A medida que el virus destruye las células inmunitarias e impide el normal funcionamiento de la inmunidad, la persona infectada va cayendo gradualmente en una situación de inmunodeficiencia. (OPS)

PRUEBA RÁPIDA. Es una prueba que se puede realizar en el consultorio o en otros ambientes por una persona capacitada para ello, y que indica, muy rápidamente si una persona tiene una enfermedad específica.

DIVERSIDAD SEXUAL: hace referencia a la posibilidad que tiene una persona de vivir su orientación sexual e identidad de género de una manera libre y responsable.

ANTICONCEPCION: La anticoncepción impide la fecundación del ovulo por el espermatozoide, como resultado del acto sexual.



METODOS ANTICONCEPTIVOS: Cualquier método o dispositivo para prevenir el embarazo no deseado.

CICLO MENSTRUAL: El ciclo menstrual o ciclo ovárico consiste en una serie de cambios regulares que de forma natural ocurren en el sistema reproductor femenino los cuales hacen posible el embarazo o la menstruación.

ENFERMEDAD HEPÁTICA: Cualquier enfermedad que perjudique el hígado y no permite que funcione correctamente.

HTA: Hipertensión arterial.

ACV: Accidente cerebro-vascular.

TVP: Trombosis venosa Profunda.

IAM: Infarto Agudo de Miocardio.

CA: Cáncer.

SNC: Sistema Nervioso Central.

DM: Diabetes Mellitus.

ANTICONVULSIVANTES: Medicamentos para tratar las convulsiones cerebrales.

LUPUS: El lupus es una enfermedad autoinmune, es decir, el propio sistema inmunitario ataca las células y tejidos sanos por error.

3. Metodología:

- Actividad Rompe Hielo: Para esta actividad se está pendiente de conocer con que recursos cuentan en el centro penitenciario para hacerla acorde a estos. Se inicia solicitando a los participantes que se sienten ordenados puede ser: Orden alfabético por el nombre de su madre (si es hombre) o de su padre (si es mujer)

Posteriormente se les entregarán unas tarjetas para que se pongan el nombre con el cual se organizaron en orden alfabético uno a uno se presente con su nuevo nombre; por este nombre serán llamados durante toda la actividad.

Material requerido:

- Tarjetas o hojas de cartulina recortadas.
- Marcadores.
- Porta tarjetas.

● **Pre test para VIH – Diversidad sexual – Planificación Familiar:**

1. Complete los espacios

Género es _____ e identidad de género _____



- a. Es la experiencia personal de ser hombre, mujer o de ser diferente/característica cultural
 - b. Es el conjunto de características sociales y culturales asignadas a las personas en función de su sexo/hace referencia a la experiencia personal de ser hombre, mujer o de ser diferente que tiene una persona.**
 - c. La distinción genética con la que se nace/la experiencia cultural y social
 - d. Son las características biológicas que definen a los seres humanos como hombre o mujer/Normas establecidas acerca de los comportamientos de mujeres y hombres
 - e. Ninguna de las anteriores
2. Ubique en cada cajón la letra según corresponda el significado **(el orden sería f, d, b, a)**

- a. Sexo.
- b. Expresión de género
- c. Orientación genérica
- d. Orientación sexual
- e. Identidad de sexo
- f. Identidad sexual



3. El VIH significa:
- b. Virus de inmunidad humanitaria.
 - c. Virus de la inmunodeficiencia humana.**
 - d. Virus de integridad humanística
 - e. Virus inconsistente humano.
4. Los tipos de relaciones sexuales que existen son:
- a. Oral, vaginal, urinaria.
 - b. Oral, anal.
 - c. Vaginal, anal.
 - d. Oral, vaginal, anal.**
5. El VIH no se transmite:
- a. Picaduras de insectos, besos, abrazos o caricias, compartir lavamanos, inodoros, teléfonos, cubiertos, camas, piscinas, ropa, comida.
 - b.



- c. Besos, inodoros, relaciones sexuales sin preservativo.
- d. Tener múltiples parejas sexuales sin uso adecuado del preservativo.
- e. Por compartir espacios en común.
- f. **A y D son correctas**

6. ¿Que entiende usted por anticoncepción?

- a. La anticoncepción impide la fecundación del ovulo por el espermatozoide, como resultado del acto sexual, mediante el uso de medicamentos o dispositivos o métodos naturales que bloquean o alteran uno o más de los procesos de la reproducción.
- b. Cualquier método o dispositivo para prevenir el embarazo no deseado.
- c. La anticoncepción impide la fecundación del ovario por el espermatozoide.
- d. **ay b son correctas.**

7. ¿Que es un método anticonceptivo?

- a. Cualquier método o dispositivo usado para prevenir el embarazo.
- b. Son sustancias, objetos o procedimientos que evitan que la mujer quede embarazada.
- c. Es aquel que impide o reduce significativamente las posibilidades de una fecundación.
- d. **Todas son correctas.**

8. ¿Cuál es el método anticonceptivo de barrera que previene ITS?

- a. Píldoras.
- b. **Preservativo/condón.**
- c. Inyecciones mensuales.
- d. Pomeroy

9. ¿Cuáles son los síntomas más comunes, secundarios o esperados a la toma del método anticonceptivo?

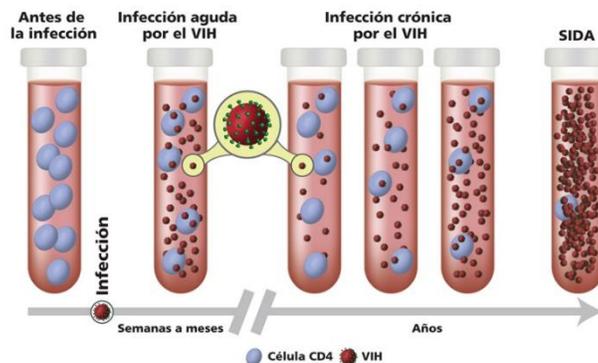
- a. **Nauseas, vomito, dolor de cabeza, sensibilidad en senos, cambios de humor.**
- b. Cólicos, dolor de cabeza, diarrea, nauseas.
- c. Dolor en los pies, dolor de espalda, nauseas.



d. Ninguna de las anteriores.

VIH

El VIH es el virus de la inmunodeficiencia humana, el cual transita por varios estadios si no se tienen las precauciones necesarias y se siguen las indicaciones dadas por el personal de salud, se puede llegar al último estadio llamado SIDA; el cual se caracteriza por la presencia de infecciones que solamente se producen cuando se tienen bajas las defensas en el organismo, a estas las llaman infecciones oportunistas.



Dentro de las vías de transmisión encontramos:

- Tener relaciones sexuales sin preservativo: Cuando se habla de relaciones sexuales se debe tener en cuenta que existe tres tipos de práctica sexual y son Oral, vaginal y anal, además estas se pueden tener en relaciones sexuales heterosexuales u homosexuales.
- De madre a hijo: Este tipo de transmisión se puede dar durante el periodo de embarazo, el parto o la lactancia materna.
- Por sangre o sus derivados: Este tipo de transmisión incluye el compartir agujas usadas, realizarse tatuajes o usar piercings (sin elementos estériles), pinchazos con agujas que han sido utilizadas por personas que viven con VIH, y por último por transfusión sanguínea con sangre infectada (esta última es muy rara, ya que por normatividad a nivel nacional y mundial se le hacen estudios para detectar anomalías en la sangre antes de ser transfundida).

Es común escuchar que las personas que viven con VIH manifiestan que no pueden tener una convivencia tranquila con el resto de la sociedad, lo cual es un pensamiento errado, dado por el desconocimiento sobre esta enfermedad y como esta no llega a ser transmitida.

No se transmite por:

ALCALDÍA DE MANIZALES

Calle 19 Ni 21-44 Propiedad Horizontal CAM

Teléfono 887 97 00 ext.71500 – Código postal 170001 – Atención al Cliente 018000 968988

www.manizales.gov.co



- Picaduras de insectos.
- Besos, abrazos o caricias.
- Compartir lavamanos, inodoros, teléfonos, cubiertos, camas, piscinas, ropa, comida.
- Por compartir espacios en común.

Es importante tener claro cómo se transmite y como no, para que las personas detecten si en algún momento han tenido conductas de riesgo.

No todas las personas que se han infectado con VIH llegan a presentar síntomas de forma temprana, algunos llegan en una etapa avanzada cuando son diagnosticados y para eso pueden haber pasado entre 5 -10 años de la infección sin tratamiento, por eso es importante no solo conocer los síntomas que ya van a ser mencionados, sino tener claro si se han tenido conductas de riesgo para solicitar la realización de una prueba diagnóstica llamada TAMIZAJE.

Los principales síntomas del VIH son:

- Pérdida de peso.
- Diarrea constante.
- Hongos en la boca.
- Infecciones del pulmón y otras partes del cuerpo.
- Sudoración nocturna.
- Malestar general.

Para el diagnóstico del VIH se debe hacer una prueba de sangre, la cual se puede hacer en el entorno hospitalario o en el comunitario, por medio de una prueba rápida, las pruebas rápidas son muestras tomadas desde una gota de sangre; también existen las pruebas estándar las cuales son tomadas en el laboratorio clínico, estas pruebas procesan diferentes tipos de células dentro de las cuales están:

Anticuerpos: estas son proteínas producidas por el cuerpo para defenderse del virus.

Antígeno: son sustancias externas al cuerpo que inducen a que el cuerpo se defiende.

ARN: con este se mide la carga viral (cantidad del virus en el cuerpo).

Cuando se van a realizar este tipo de pruebas, siempre se le debe dar información al usuario dentro de la cual se incluye la posibilidad de tomar una segunda prueba

ALCALDÍA DE MANIZALES

Calle 19 Ni 21-44 Propiedad Horizontal CAM

Teléfono 887 97 00 ext.71500 – Código postal 170001 – Atención al Cliente 018000 968988

www.manizales.gov.co



la cual es llamada dentro de los profesionales de salud como confirmatoria, esta segunda muestra se realiza si la primera prueba sale positiva.

Cuando se realizan este tipo de pruebas y la persona a tenido conductas de riesgo, es importante que, si llega a salir esta negativa, continua con medidas de autocuidado y se practique de nuevo la prueba a las 12 semanas de la que se acaba de realizar, esto dado al tiempo que se puede demorar la persona en desarrollar los anticuerpos.

Otro de los puntos clave para la toma de este tipo de pruebas consiste en el diligenciamiento del consentimiento informado, con el cual explican los riesgos y beneficios de la misma.

Luego de ser diagnosticado, la persona debe de iniciar un tratamiento con lo que se busca mejorar la capacidad de respuesta del organismo, estos medicamentos se llaman ANTIRRETROVIRALES, estos son de consumo diario y no deben ser suspendidos, este tratamiento no tiene ningún costo, son proporcionados por la EAPBS, de no contar con aseguramiento estos deben ser suministrados por los entes territoriales. De la adherencia al tratamiento antirretroviral, depende la respuesta de los mismos. Al ser un tratamiento continuo y de por vida, es importante que se sigan los controles médicos y con los demás integrantes del grupo interdisciplinario, con lo que se garantiza que el tratamiento recibido cumpla con el objetivo planteado.

Dentro del grupo interdisciplinario se cuenta con profesionales en:

- Infectología
- Medicina experta.
- Enfermería.
- Nutricionista.
- Psicología.
- Trabajo social.

Para evitar el contagio del VIH o de otro tipo de infección de transmisión sexual (llamadas ITS), se deben tener practicas seguras, dentro de las medidas que existen se cuenta con:

- Utilizar siempre de forma adecuada el preservativo – condón (las personas tienen derecho a pedir al médico hasta 15 condones al mes).
- No compartir jeringas o agujas.
- Usar siempre material estéril para tatuajes, pircings y procedimientos estéticos.

ALCALDÍA DE MANIZALES

Calle 19 Ni 21-44 Propiedad Horizontal CAM

Teléfono 887 97 00 ext.71500 – Código postal 170001 – Atención al Cliente 018000 968988

www.manizales.gov.co



- Si se esta en estado de gestación, asistir a los controles prenatales según las citas dadas, cumplir con la toma de exámenes de laboratorio, usar siempre preservativo – condón y si es portadora del virus del VIH, ser adherente al tratamiento antirretroviral.
- Administrar el tratamiento antirretroviral de forma constante y continua según las indicaciones medicas al recién nacido, hijo de madre positiva para VIH.
- Si se es victima de abuso sexual o se tiene ruptura accidental del preservativo o condón, consultar antes de las primeras 72 horas para ser valorado para toma de pruebas y si es el caso iniciar tratamiento antirretroviral preventivos.
- Iniciando tratamiento antirretroviral si se sufren accidentes de riesgo como son pinchazos, contacto con sangre de una persona infectada.

Cuando se hablan de relaciones sexuales se deben conocer las tres practicas (oral, vaginal y anal) que se pueden tener y ser conscientes de que para las tres se debe tener en cuenta el adecuado uso del preservativo o condón.

El preservativo se debe usar en todas las relaciones sexuales, sean orales o penetrativas, para garantizar un adecuado uso del mismo se deben seguir las indicaciones según el tipo de preservativo:

Uso del preservativo masculino

1. Confirme el buen estado del empaque del condón y verifique la fecha de vencimiento. Es importante que el almacenamiento de estos garantice la integridad tanto en el empaque como en la información.
2. Deseche condones con empaques alterados, rotos o con fecha expirada.
3. Verifique la presencia de aire dentro del empaque.
4. Para abrir el empaque tenga en cuenta que este tiene dos lados lisos y dos lados dentados, estos últimos son los lados por los cuales se hace apertura de este con los dedos; nunca utilice tijeras, cuchillas o los dientes pues esto puede ocasionar rupturas imperceptibles.
5. Si no está circuncidado, descubra la punta del pene.
6. Identifique el derecho y el revés del condón. Si lo toma por el revés, no podrá desenrollarlo.
7. Oprima el extremo del condón con los dedos índice y pulgar para mantenerlo libre de aire y póngalo en la punta del pene erecto.
8. Manteniendo la punta oprimida, desenrolle con la otra mano el condón hasta que llegue a la base del pene.

ALCALDÍA DE MANIZALES

Calle 19 Ni 21-44 Propiedad Horizontal CAM

Teléfono 887 97 00 ext.71500 – Código postal 170001 – Atención al Cliente 018000 968988

www.manizales.gov.co



9. Después de la relación sexual, retire el condón usando papel higiénico con lo que se busca evitar el contacto con las secreciones.
10. Envuélvalo en el papel y deposítelo en el cesto de la basura. Nunca lo deposite en el sanitario, ni lo reutilice.

Uso de preservativo femenino:

1. Confirme el buen estado del empaque del condón y verifique la fecha de vencimiento.
2. Deseche condones con empaques alterados, rotos o con fecha expirada.
3. Frote el empaque con los dedos para repartir uniformemente el lubricante que se encuentra dentro.
4. Para abrir el empaque tenga en cuenta que este tiene dos lados lisos y dos lados dentados, estos últimos son los lados por los cuales se hace apertura de este con los dedos; nunca utilice tijeras, cuchillas o los dientes pues esto puede ocasionar rupturas imperceptibles.
5. Identifique la burbuja de aire.
6. Elija una posición confortable para colocarlo: con una pierna levantada, sentada con las piernas abiertas, en cuclillas o acostada con las piernas abiertas.
7. Tome el condón por la parte externa, identifique la burbuja de aire e introdúzcala en la vagina, con el dedo índice empuje la burbuja hasta el fondo de la vagina, cuando llegue al fondo cerciórese de que las alas externas se encuentren cubriendo la vulva.
8. Guíe el pene de su pareja e introdúzcalo, manteniendo la parte externa fija a la piel de la vulva con la otra mano.
9. Evite que el pene entre lateralmente y por fuera del condón.
10. Cuando termine la relación sexual, dé tres vueltas a la parte externa del preservativo y hale para retirarlo.
11. Envuélvalo en papel higiénico y deposítelo en el cesto de la basura. Nunca lo deposite en el sanitario ni lo reutilice.

Uso de la pantalla bucal (como realizarla desde un preservativo masculino)

1. Confirme el buen estado del empaque del condón y verifique la fecha de vencimiento.
2. Deseche condones con empaques alterados, rotos o con fecha expirada.
3. Frote el empaque con los dedos para repartir uniformemente el lubricante que se encuentra dentro.
4. Para abrir el empaque tenga en cuenta que este tiene dos lados lisos y dos lados dentados, estos últimos son los lados por los cuales se hace apertura de este con



Alcaldía de Manizales

SECRETARÍA DE SALUD PÚBLICA

los dedos; nunca utilice tijeras, cuchillas o los dientes pues esto puede ocasionar rupturas imperceptibles.

5. Desenrolle el preservativo con los pulgares.

6. Corta ambos externos del mismo y luego a lo largo.

7. Estíralo con el índice y el pulgar para luego colocarlo sobre la vagina o el ano.

8. Luego de terminar la relación sexual, envuélvalo en papel higiénico y deposítelo en el cesto de la basura. Nunca lo deposite en el sanitario ni lo reutilice.

ALCALDÍA DE MANIZALES

Calle 19 Ni 21-44 Propiedad Horizontal CAM

Teléfono 887 97 00 ext.71500 – Código postal 170001 – Atención al Cliente 018000 968988

www.manizales.gov.co



DIVERSIDAD SEXUAL

La diversidad sexual hace referencia a todas las posibilidades que tienen las personas de asumir, expresar y vivir la sexualidad, así como de asumir expresiones, preferencias u orientaciones, identidades sexuales y de género.

Al hablar de diversidad se debe tener conocimiento sobre la siguiente terminología:
Sexo: determinado genéticamente e incluye aspectos tales como los genes, la fórmula cromosómica, las gónadas, los órganos sexuales externos e internos y los niveles hormonales.

Género: hace referencia a las distinciones socialmente construidas a partir de los sexos biológicos, estableciendo pautas de comportamiento a seguir por hombres y mujeres, se identifica como género femenino y género masculino. Este puede ser aprendido, educado, cambiado o manipulado.

Rol de género: son las expectativas de comportamientos de lo femenino y masculino.

Identidad de género: Concepto que hace referencia a cómo se identifica la persona, a la forma en que se reconoce a sí misma y se siente identificada, indistintamente de su sexo, orientación sexual, edad, nivel socio-económico.

Expresión de género: Es la forma como una persona expresa su género a través del vestuario, comportamientos sociales, intereses y afinidades. Esto lo define la sociedad desde lo masculino, femenino o andrógino.

Orientación sexual: deseo sexual o erótico de una persona hacia otra y se determina a partir de contrastar la identidad sexual del sujeto con el de la persona deseada.

Sistema binario del género/sexo: modelo social y cultural dominante en la cultura occidental que “considera que el género y el sexo abarcan dos, y sólo dos categorías rígidas, a saber, masculino/hombre y femenino/mujer. Tal sistema o modelo excluye a aquellos que no se enmarcan dentro de las dos categorías (como las personas trans o intersex).

La población sexualmente diversa describe los grupos de personas que no se ajustan a las nociones convencionales y/o tradicionales de lo femenino o masculino con las siglas LGBTI (Lesbiana, Gay, Bisexual, Trans o Transgénero e Intersex).



Es importante tener en cuenta que emergen diariamente diferentes grupos entre los cuales se pueden incluir a las personas Asexuales, Queers, Travestis, Transexuales, entre otras.

Cada una de las letras hace referencia a un término diferente dentro de los cuales se hace referencia a orientación e identidad.

Orientación sexual

Bisexual: persona que se siente atraída por ambos sexos.

Heterosexual: Mujeres que se sienten emocional, afectiva y sexualmente atraídas por hombres; u hombres que se sienten emocional, afectiva y sexualmente atraídos por mujeres.

Homosexual: Se refiere a la atracción emocional, afectiva y sexual por personas de un mismo género, así como a las relaciones íntimas y sexuales con estas personas. Los términos gay y lesbiana se encuentran relacionados con esta acepción. De allí se desprenden los términos:

Lesbiana: Mujer que se siente atraída por otra mujer.

Gay: hombre que se siente atraído por otro hombre.

Identidad de genero

Cisgénero: Cuando la identidad de género de la persona corresponde con el sexo asignado al nacer.

Transgénero o persona trans: Cuando la identidad o la expresión de género de una persona es diferente de aquella que típicamente se encuentran asociadas con el sexo asignado al nacer. Las personas trans construyen su identidad independientemente de un tratamiento médico o intervenciones quirúrgicas.

Intersexual: hace referencia a todas aquellas situaciones en las que la anatomía sexual de la persona no se ajusta físicamente a los estándares culturalmente definidos para el cuerpo femenino o masculino. Una persona intersexual nace con una anatomía sexual, órganos reproductivos o patrones cromosómicos que no se ajustan a la definición típica del hombre o de la mujer. Esto puede ser aparente al nacer o llegar a serlo con los años. Una persona intersexual puede identificarse como hombre o como mujer o como ninguna de las dos cosas. La condición de intersexual no tiene que ver con la orientación sexual o la identidad de género: las personas intersexuales experimentan la misma gama de orientaciones sexuales e identidades de género que las personas que no lo son.



Persona Queer: Describe a las personas cuyas identidades de género u orientación sexual se encuentran fuera de las normas sociales, con un término general que las abarque a todas.

Por todo lo mencionado anteriormente es importante tener en cuenta que las personas que hacen parte de algunos de los grupos antes mencionados o de los emergentes, tienen derecho a:

- Derecho a tener una vida sexual libre, segura y placentera.
- Derecho a decidir si tener o no tener relaciones sexuales.
- Derecho a expresar y ser respetado por la orientación sexual y/o identidad de género.
- Derecho a que se respete la intimidad sexual y confidencialidad.
- Derecho a acceder a métodos anticonceptivos que se adapten a las necesidades y deseos.
- Derecho a decidir si se quiere o no tener hijos, así como el número y el espacio que transcurre entre cada uno.
- Derecho a decidir si conformar o no una familia y el tipo de familia que se desea.
- Derecho a obtener información clara, científica, objetiva y accesible sobre el cuerpo y la salud sexual y reproductiva.
- Derecho a acceder a servicios de salud sexual y salud reproductiva que se adapten a las necesidades.
- Derecho a recibir apoyo y que se realicen ajustes para poder tomar decisiones libres e informadas sobre el cuerpo, la sexualidad y reproducción.



Planificación Familiar

¿Qué es la anticoncepción?

La anticoncepción impide la fecundación del ovulo por el espermatozoide, como resultado del acto sexual, mediante el uso de medicamentos o dispositivos o métodos naturales que bloquean o alteran uno o más de los procesos de la reproducción.

El uso de métodos anticonceptivos modernos permite el ejercicio satisfactorio y seguro de la sexualidad tanto de mujeres como de hombres. Las mujeres pueden postergar o evitar un embarazo cuando así lo deseen, ejerciendo su derecho fundamental a la autonomía reproductiva.

La doble protección consiste en el uso simultáneo del preservativo o condón (masculino o femenino) como método de barrera previniendo las infecciones de transmisión sexual y un embarazo no deseado.

Generalidades

- Toda mujer que desee usar método anticonceptivo, debe de tener una consulta inicial para asesoramiento o consejería por talento humano capacitado e idóneo (Enfermera o medico), para la resolución de preguntas o dudas que se generen en la consulta, teniendo en cuenta: la edad de la usuaria, hábitos, enfermedades y si tiene pareja.
- Se debe de tener adherencia al método de anticoncepción para garantizar efectividad de ello, y prevenir posibles embarazos no deseados o en el caso del solo uso del preservativo o condón para prevención de ITS.
- Los efectos esperados, secundarios a la toma o al uso de los métodos anticonceptivos, pueden ser diferentes para cada mujer.
- Si los efectos esperados persisten o no se consideran normales, debe consultar a urgencias si es el caso o pedir una cita en su EPS en el Programa de Planificación Familiar para reevaluar la situación y de acuerdo a ello, si se debe suministrar otro método de anticoncepción.
- Ningún método hormonal o mecánico previene las ITS, solo el uso del preservativo.

Signos de alarma

- Sangrado vaginal inexplicable.
- Dolor de cabeza intenso.

ALCALDÍA DE MANIZALES

Calle 19 Ni 21-44 Propiedad Horizontal CAM

Teléfono 887 97 00 ext.71500 – Código postal 170001 – Atención al Cliente 018000 968988

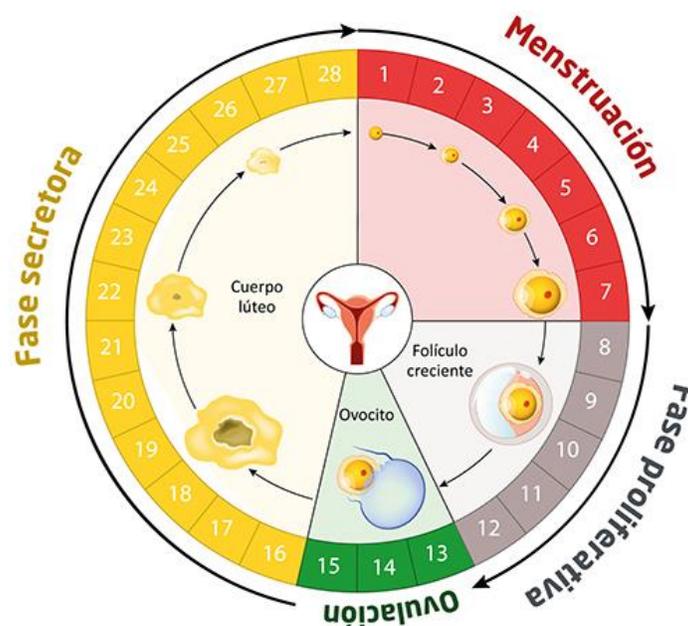
www.manizales.gov.co



- Exceso de aumento de peso.
- Distensión y molestia abdominal.
- Cambios de humor (depresión).
- Mareos-Vomito.

¿Qué es el ciclo menstrual?

Ciclo menstrual



ALCALDÍA DE MANIZALES

Calle 19 Ni 21-44 Propiedad Horizontal CAM

Teléfono 887 97 00 ext.71500 – Código postal 170001 – Atención al Cliente 018000 968988

www.manizales.gov.co



Clasificación de los métodos anticonceptivos

Métodos Anticonceptivos Femeninos	Métodos Anticonceptivos Masculinos	Métodos Anticonceptivos (Situaciones especiales).
Métodos Temporales	Métodos Temporales	<ul style="list-style-type: none"> • Anticoncepción en la adolescencia
<ul style="list-style-type: none"> • Naturales (Abstinencia, Ritmo, Coito interrumpido). 	<ul style="list-style-type: none"> • Naturales (Abstinencia, Coito interrumpido). 	<ul style="list-style-type: none"> • Anticoncepción en la peri-menopausia.
<ul style="list-style-type: none"> • De barrera (Condón). 	<ul style="list-style-type: none"> • De barrera (Condón). 	<ul style="list-style-type: none"> • Anticoncepción en el post parto, post aborto y cesárea.
<ul style="list-style-type: none"> • Mecánicos (DIU). 	Métodos Permanentes	<ul style="list-style-type: none"> • Anticoncepción de emergencia.
<ul style="list-style-type: none"> • Hormonales (AO, Inyecciones, Implantes.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Vasectomía 	
Métodos Permanentes		
<ul style="list-style-type: none"> • Oclusión Tubárica Bilateral (OTB). 		

Que son los métodos anticonceptivos orales

Los anticonceptivos orales (ACO) imitan a las hormonas ováricas (estrógeno y progesterona).

Mecanismo de acción: Una vez ingeridos, inhiben la liberación de la hormona liberadora de gonadotropina (GnRH) por el hipotálamo, inhibiendo así la liberación de las hormonas hipofisarias que estimulan la ovulación.

Los anticonceptivos orales también afectan el revestimiento del útero y hacen que el moco cervical se espese, haciéndolo impermeable a los espermatozoides. Si se usan sistemática y correctamente, los anticonceptivos orales son un método efectivo de anticoncepción.



Efectos secundarios

- Cambios en los patrones de sangrado.
- Dolor de cabeza.
- Mareos.
- Nauseas.
- Sensibilidad en los senos.
- Cambios de peso.
- Cambios de humor.
- Acné.
- Incremento de TA.

Criterios de elegibilidad

- Enfermedad Hepática Grave o de Vesícula (Ictericia, Hepatitis activa, Cirrosis grave, Tumor Hepático).
- HTA (>140/90mmHg)
- DM por más de 20 años o lesiones provocadas por la diabetes en arterias, visión, riñones o SNC.
- ACV, TVP, IAM.
- Mujer >35 años y si es fumadora activa.
- Si ha tenido CA de seno.
- Cefalea con aura migrañosa
- Anticonvulsivantes- TBC.
- Cirugía mayor que impida caminar durante una semana o más.
- Lupus.

¿Qué son los métodos anticonceptivos inyectables?

- La inyección anticonceptiva es un método anticonceptivo inyectable que contiene hormonas, las cuales pueden variar según el tipo de inyección. La inyección mensual está compuesta por estrógenos y progesterona, mientras que la inyección trimestral solo contiene progesterona.

ALCALDÍA DE MANIZALES

Calle 19 Ni 21-44 Propiedad Horizontal CAM

Teléfono 887 97 00 ext.71500 – Código postal 170001 – Atención al Cliente 018000 968988

www.manizales.gov.co



Alcaldía de Manizales

SECRETARÍA DE SALUD PÚBLICA

- Mecanismo de acción: Impiden fundamentalmente la liberación de óvulos de los ovarios (ovulación).



Efectos secundarios

- Cambio en los patrones de sangrado: sangrado más leve y menos días, sangrado irregular, infrecuente, prolongado, sin menstruación.
- Aumento de peso.
- Cefaleas.
- Mareos.
- Sensibilidad en los senos.

Criterios de elegibilidad

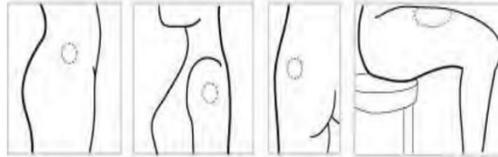
- Si es mujer > de 35 años y fuma más de 15 cigarrillos diarios.
- Enfermedad hepática grave.
- TA > 140/90 mmHG
- DM o lesiones asociadas a DM.
- CA mama.
- Migrañas con aura.
- Cirugía mayor que le impida caminar.
- Antecedentes de cardiopatía.
- Terapia con ritonavir (VIH).
- Anticonvulsivantes.

Sitios de aplicación



5. Inyecte el preparado

- Introduzca profundamente la aguja estéril en la zona de la cadera (músculo glúteo, zona ventroglútea), la parte superior del brazo (músculo deltoides) o la nalga (músculo glúteo, cuadrante superior externo) o la parte externa (anterior) del muslo, según prefiera la usuaria. Inyecte el contenido de la jeringa.
- No masajee el lugar de la inyección.



¿Qué es el implante subdérmico?

- Son pequeños cilindros o capsulas de plástico, cada uno del tamaño de un fósforo, que liberan un progestágeno.
- No contiene estrógeno (lactancia y mujeres que no pueden utilizar estrógenos).
- Mecanismo de acción: Espesa el moco cervical lo que favorece el paso del espermatozoide al óvulo y fecundarlo.
- Distorsión del ciclo menstrual.



Efectos secundarios



Los primeros meses:

- Sangrado más liviano y menos días de sangrado.
- Sangrado irregular.
- Sangrado infrecuente.
- No hay menstruación.

Después de alrededor de 1 año:

- Sangrado más liviano y menos días de sangrado.
- Sangrado irregular.
- Sangrado infrecuente.
- Cefaleas
- Dolor abdominal
- Acné
- Cambios de peso
- Mareos
- Cambios de humor
- Sensibilidad en los senos.

Criterios de elegibilidad

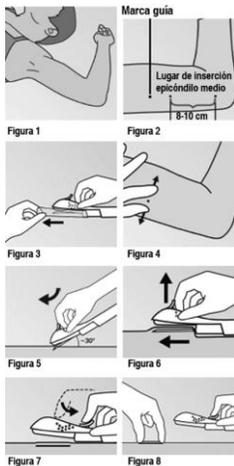
- Enfermedad Hepática grave.
- Coagulopatías.
- Sangrado vaginal inexplicable.
- CA de mama.
- Lupus eritematoso.



Tipos de implante

JADELLE	2 cilindros, eficaz durante 5 años.
IMPLANON	1 cilindro, eficaz durante 3 años.
SINO- IMPLANT	2 cilindros, también conocido como Femplant, Trust Implant y Zarin: 2 capsulas, su eficacia dura 4 años.
NORPLANT	6 capsulas, 5 años de uso

Sitio de inserción



Tarjeta recordatorio del implante

Nombre de la usuaria: _____

Tipo de implante: _____ Brazo: I. ___ D. ___

Fecha de inserción: _____

Retirada o sustitución en: Mes: _____ Año: _____

Si tiene algún problema o duda, dirijase a:

(Nombre y ubicación del establecimiento)

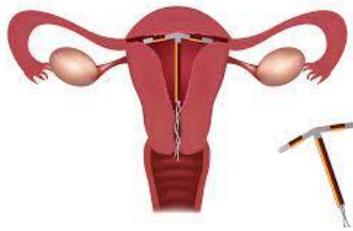
Recomendaciones



- Tiene dolor, calor, pus o rubor en el sitio de inserción que empeora o que no desaparece, o que ve un cilindro que se está saliendo.
- Ha aumentado mucho de peso. Esto puede reducir el tiempo de eficacia alta de sus implantes.

¿Qué es el dispositivo intrauterino (DIU)?

- El DIU de cobre es pequeño, de plástico y flexible rodeado de mangas o alambres de cobre.
- Se inserta en el útero de la mujer, llevan atados uno o dos hilos o hebras quedando en el canal vaginal.
- MECANISMO DE ACCION: Provocan una modificación química que daña el esperma y al ovulo antes de su unión.



Efectos secundarios

Cambios en los patrones de sangrado en especial los primeros 3 a 6 meses (menstruación prolongada y abundante, sangrado irregular, más calambre y dolor durante la menstruación).

Tarjeta recordatorio del DIU	
Nombre de la usuaria:	_____
Tipo de DIU:	_____
Retirada o sustitución en:	Mes: _____ Año: _____
Si tiene algún problema o duda, diríjase a:	

<small>(Nombre y ubicación del establecimiento)</small>	

Criterios de elegibilidad



- Inserción 4 semanas o más después del parto.
- Infecciones uterinas o aborto.
- Sangrado vaginal inexplicable.
- CA cervical, endometrial, ovárico, enfermedad trofoblástica gestacional.
- Mujer con sida No colocar, a menos que este clínicamente estable. (EPI).

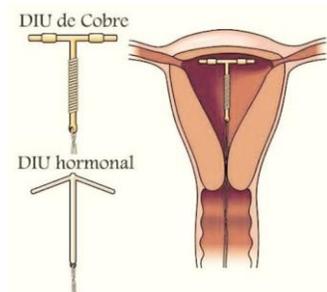
A tener en cuenta:

- Si la mujer está infectada con VIH, pero no tiene SIDA, puede utilizar DIU. (EPI)
- Si la mujer tiene colocado un DIU y desarrolla SIDA puede mantenerlo.
- Mujeres expuestas a ITS (Clamidia o Gonorrea) EPI
- Lupus eritematoso.

¿Qué es el dispositivo intrauterino con levonorgestrel?

DIU-LNG es un dispositivo plástico en forma de T, que libera constantemente pequeñas cantidades de levonorgestrel cada día.

MECANISMO DE ACCION: Evita la proliferación del revestimiento del útero (endometrio).



Efectos secundarios

- Cambios en los patrones de sangrado:
- Sangrado más leve y de menos días.
- Sangrado infrecuente, irregular, ausencia de menstruación.
- Sangrado prolongado.

ALCALDÍA DE MANIZALES

Calle 19 Ni 21-44 Propiedad Horizontal CAM

Teléfono 887 97 00 ext.71500 – Código postal 170001 – Atención al Cliente 018000 968988

www.manizales.gov.co



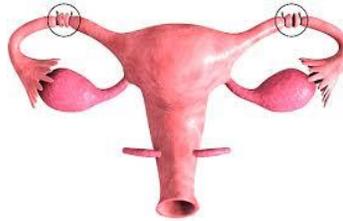
- Acné, náuseas, mareos, aumento de peso, dolor o sensibilidad en los senos, cambios de humor.

Criterios de elegibilidad

- Inserción 4 semanas o más después del parto.
- Infecciones uterinas o aborto.
- Sangrado vaginal inexplicable.
- CA cervical, endometrial, ovárico, enfermedad trofoblástica gestacional.
- Mujer con sida No colocar, a menos que este clínicamente estable. (EPI).

¿Qué es la esterilización femenina?

- Anticoncepción permanente para mujeres que no quieren tener hijos.
- Se cortan o bloquean las trompas. Los óvulos liberados por los ovarios no pueden moverse por las trompas, por lo tanto, no entran en contacto con el esperma.



Criterios de elegibilidad

- Trastornos o problemas ginecológicos.
- Enfermedad Cardiovascular.
- Complicaciones de DM.
- Enfermedad hepática, ACV

Cuidados post cirugía

- Descansar durante 2 a 5 días y evitar trabajo fuerte o levantar objetos pesados durante una semana.
- Mantener la incisión limpia y seca durante una semana.
- Evitar frotar la incisión durante una semana.
- Abstenerse de tener sexo durante por lo menos una semana

ALCALDÍA DE MANIZALES

Calle 19 Ni 21-44 Propiedad Horizontal CAM

Teléfono 887 97 00 ext.71500 – Código postal 170001 – Atención al Cliente 018000 968988

www.manizales.gov.co



- presenta sangrado, dolor, pus, calor, hinchazón o enrojecimiento de la herida que empeoran o no ceden;
- tiene fiebre alta (temperatura superior a 38 °C);
- presenta algún desmayo, sensación persistente de mareo, o mareos muy intensos en las 4 primeras semanas y especialmente en la primera semana.

¿Cómo puede ayudar la pareja?

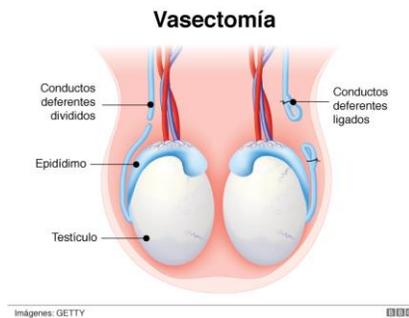
La pareja de la usuaria puede participar en el asesoramiento, familiarizarse con el método anticonceptivo y con el tipo de apoyo que puede dar a su pareja.

La pareja de la usuaria puede:

- Entender que la esterilización femenina es permanente
- Comentar con la mujer si querrán tener más hijos.
- Apoyar la decisión de la mujer de poner fin a su fertilidad si no quieren tener más hijos.
- Comentar la opción de la vasectomía.
- Demostrar comprensión y apoyo a la mujer durante el procedimiento y la recuperación.
- Usar sistemáticamente preservativos además de la esterilización femenina si el varón tiene una ITS o una infección por el VIH o cree que corre el riesgo de contraerlas.

¿Qué es la vasectomía?

- Es un método de anticoncepción masculina permanente para aquellos hombres que no quieren más hijos.
- Actúa cerrando el paso a través de ambos conductos deferentes, impidiendo el pasaje de los espermatozoides del semen. Se eyacula semen, pero no puede generar embarazo.



Criterios de elegibilidad

- Problemas genitales



- Infecciones
- Tumefacción o bultos en el pene o el escroto.
- Lupus, trombocitopenia, infección sistémica grave.

Cuidados post cirugía

- Descansar durante 2 días, de ser posible.
- De ser posible aplicar compresas frías sobre el escroto las primeras 4 horas, para reducir el dolor y el sangrado.
- Usar ropa interior ajustada durante 2 a 3 días para sostener el escroto, esto ayuda a disminuir la hinchazón, el dolor y sangrado.
- Mantener el sitio de punción/incisión limpio y seco durante 2 o 3 días.
- Abstenerse de tener sexo durante al menos 2 o 3 días.
- Usar condones u otro método de planificación familiar durante 3 meses después del procedimiento.

Otros métodos anticonceptivos

NATURALES: Retiro-coito interrumpido.

METODOS DE BARRERA: Condón masculino y femenino.

METODOS HORMONALES: Parche combinado y Anillo vaginal.

QUIMICOS: Espermicidas y Diafragmas.



ALCALDÍA DE MANIZALES

Calle 19 Ni 21-44 Propiedad Horizontal CAM

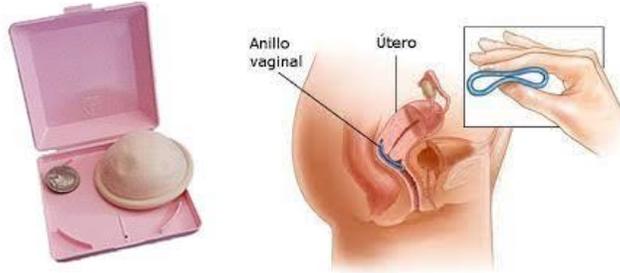
Teléfono 887 97 00 ext.71500 – Código postal 170001 – Atención al Cliente 018000 968988

www.manizales.gov.co



Alcaldía de Manizales

SECRETARÍA DE
SALUD PÚBLICA



Interrupción Voluntaria del Embarazo (IVE)

¿Qué decidió la Corte Constitucional en la Sentencia C-055 de 2022?

1 Modificar el artículo 122 del Código Penal, despenalizando el aborto cuando se realice antes de la semana 24 de gestación. Después de este periodo, se mantienen las 3 causales despenalizadas en 2006, sin límite de tiempo de gestación: i) peligro para la salud o la vida de la mujer; ii) cuando existe grave malformación del feto que haga inviable su vida; iii) cuando el embarazo sea resultado de una violación, incesto o inseminación no consentida.

- ✓ Garantía de los derechos Sexuales y Reproductivos.
- ✓ El deber de suministrar información oportuna, suficiente y adecuada en materia reproductiva.
- ✓ El deber de tratar de forma digna a las usuarias y no discriminarlas.
- ✓ El deber de guardar la confidencialidad

ALCALDÍA DE MANIZALES

Calle 19 Ni 21-44 Propiedad Horizontal CAM

Teléfono 887 97 00 ext.71500 – Código postal 170001 – Atención al Cliente 018000 968988

www.manizales.gov.co



10. Taller

Di algo bueno de tu compañera.

Una palabra amable en el momento correcto puede marcar la diferencia. Para realizar esta dinámica sencilla cada miembro del equipo deberá compartir tres rasgos positivos del compañero que tiene a ambos lados, las otras personas deben estar atentas porque no se deben repetir rasgos.

11. Post test: Se tendrá en cuenta la misma metodología aplicada en el pre test, teniendo en cuenta que según las respuestas se hará la realimentación correspondiente.

Bibliografía:

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/hiv-aids>

<https://www.paho.org/es/temas/vihsida>

<https://www.cdc.gov/hiv/spanish/basics/whatishiv.html>

<https://www.infopalante.org/hc/es-co/articles/360057621913--Qu%C3%A9-es-la-diversidad-sexual->

Manual Mundial para proveedores, Planificación Familiar, actualización modificada 2019

*Ángela María Franco Torres – Natalia Andrea Tabares Tayac
Profesional de Apoyo - Programa Sexualidad
Derechos Sexuales y Reproductivos*