

## Actividades de aprendizaje

Más adelante se brindan instrucciones detalladas sobre cada actividad de aprendizaje. A continuación figura una reseña de las actividades de aprendizaje que el instructor puede seleccionar:

Número	Nombre	Métodos	Duración
3.9.1	Conocimientos sobre el VIH/sida	Intercambio de ideas, debate en grupo	15 a 45 minutos
3.9.2	Demostración del uso de preservativos	Demostración	15 minutos
3.9.3	“Todos convivimos con el VIH”	Declaración, debate	25 minutos

## Actividad de aprendizaje

3.9.1

### Conocimientos sobre el VIH/sida

#### MÉTODO

Intercambio de ideas, debate en grupo

#### FINALIDAD

Aprovechar y reforzar lo que ya saben los participantes sobre el VIH/sida

#### DURACIÓN

Versión corta: 15 minutos

- Intercambio de ideas: 5 a 7 minutos
- Debate: 5 a 7 minutos

Versión larga: 45 minutos, integrados en la lección

#### INSTRUCCIONES

- ¿Qué es el VIH? ¿Qué es el sida?
- ¿Cómo se transmite el VIH?
- ¿Cómo se puede prevenir la transmisión del VIH?

#### RECURSOS

- Instrucciones sobre la actividad de aprendizaje

Nota sobre la utilización: esta actividad de aprendizaje debe desarrollarse como parte integrante de la lección 3.9, pues las respuestas correctas del trabajo en grupo figuran en el contenido de la lección. Muestre las diapositivas pertinentes y el contenido de la lección inmediatamente después.

### Preparación

- Seleccione algunas preguntas para propiciar el intercambio de ideas. Piense en cómo integrarlas en el temario de la lección. Imprima encabezamientos en letra grande y téngalos preparados para un intercambio de ideas espontáneo. Consulte la fotografía.

#### Ejemplos de preguntas:

- ¿Qué es el VIH? (Virus de la inmunodeficiencia humana: un virus que debilita el sistema de defensa del cuerpo humano contra las enfermedades).
- ¿Qué es el sida? (Síndrome de inmunodeficiencia adquirida).
- ¿Cómo se transmite el VIH? (A través de relaciones sexuales sin protección con una persona infectada, por medio de sangre o productos sanguíneos contaminados, por el intercambio de agujas contaminadas, de madres a hijos durante el embarazo, el parto o la lactancia materna).
- ¿Puede saberse si una persona tiene el VIH/sida por su aspecto? (No).
- ¿Cómo se reduce el riesgo de contraer el VIH? (Estrategia basada en la abstinencia, la fidelidad y el uso de anticonceptivos).
- ¿Qué debe hacer si averigua que puede haber estado expuesto al VIH? (Asesoramiento y análisis voluntarios. La única forma de saber si tiene el VIH es realizar un análisis serológico para la detección del VIH).
- Si le informan de que es seropositivo, ¿cómo reacciona? (Debe informarse a las parejas al respecto, solicitar asistencia médica para tratar o evitar distintos tipos de infecciones que pueden producirse con un sistema inmunitario debilitado, adaptar el modo de vida).
- ¿Cómo debe tratar a las personas que sabe que tienen el VIH o el sida? (Con el mismo respeto con el que trata al resto de personas. Las repercusiones de la estigmatización, el rechazo social y la exclusión pueden ser peores que los efectos del VIH o el sida en la salud. No fomente las habladurías. Las Naciones Unidas exigen a su personal que respete plenamente el derecho a la confidencialidad, la igualdad y la no estigmatización de todas las personas que viven con el VIH).
- Prepare las hojas de un rotafolio o una pizarra para anotar las respuestas.

### Instrucciones

1. Siga el plan de la lección e integre en él las preguntas y el intercambio de ideas. Recapite las respuestas correctas al término de la lección.
2. Realice un resumen y concluya con ideas centrales:
  - a) Es posible prevenir la transmisión del VIH.
  - b) Protéjase mediante la estrategia basada en la abstinencia, la fidelidad y el uso de anticonceptivos en aquellos casos en que sea necesario.
  - c) Hágase pruebas para saber si tiene el VIH o el sida. Protéjase y proteja a su pareja.
  - d) Respete a las personas que viven con el VIH y el sida. Cualquiera puede infectarse.
  - e) Evite el VIH/sida para proteger la legitimidad de una misión de mantenimiento de la paz, así como su propia seguridad y salud.

### Variaciones

Seleccione a distintos participantes para que sean los primeros en responder a preguntas clave durante el intercambio de ideas.

## Actividad de aprendizaje

3.9.2

### Demostración del uso de preservativos

#### MÉTODO

Demostración

#### FINALIDAD

Garantizar que todos los participantes sepan cómo utilizar correctamente los preservativos masculinos y femeninos

#### DURACIÓN

15 minutos

- Presentación: 2 minutos
- Puntos clave: 6 minutos
- Demostración: 6 minutos, incluidas las preguntas y respuestas
- Cierre: 1 minuto

#### INSTRUCCIONES

- Observe la demostración
- ¿Tiene alguna pregunta?

#### RECURSOS

- Instrucciones sobre la actividad de aprendizaje
- Material para la actividad

### Preparación

- Tenga preservativos preparados para la demostración (uno masculino y otro femenino). Si no dispone de ningún preservativo femenino, descargue una imagen.
- Siga las instrucciones de apoyo. Practique las demostraciones.
- Tenga preparados paquetes de preservativos para que los participantes puedan pasárselos durante la demostración.

### Instrucciones

1. Presente la actividad con naturalidad. Saber cómo utilizar un preservativo es una técnica de supervivencia tan importante como la seguridad vial. Las dos personas que componen la pareja sexual necesitan ese conocimiento.
2. Siga los pasos de la demostración. Anime a formular preguntas y respóndalas.
3. En un resumen de conclusión, ponga de relieve que las Naciones Unidas quieren que todo el personal de mantenimiento de la paz esté seguro. El VIH se puede evitar. Siga unas directrices básicas para reducir el riesgo al mínimo.

### 3.9.2 Material para la actividad de aprendizaje: Demostración del uso de preservativos

#### Preservativo masculino

1. Compruebe la fecha de caducidad. Asegúrese de que el paquete del preservativo está intacto. (*Muestre a los participantes dónde está la fecha en el paquete. Presione el paquete para mostrar la bolsa de aire que demuestra que el embalaje no está dañado.*)
2. Abra el paquete con cuidado por el borde dentado sin dañar el preservativo. No use los dientes, las uñas ni instrumentos cortantes para evitar desgarrar el preservativo.
3. No coloque el preservativo hasta que el pene no esté totalmente erecto. No lleve a cabo ningún acto sexual con penetración sin utilizar un preservativo.
4. Extraiga el aire de la punta del preservativo para dejar espacio para el semen. Coloque el preservativo en el extremo del pene erecto. Tenga cuidado de no desgarrar el preservativo si tiene las uñas largas.
5. Estire el preservativo con cuidado sobre el pene erecto hasta que esté completamente desenroscado o hasta que todo el pene erecto esté cubierto. Asegúrese de que no queda aire dentro del preservativo.
6. Si necesita lubricación adicional, no utilice vaselina, aceite para bebés ni ningún otro lubricante a base de aceite. Pueden debilitar el preservativo. Utilice lubricantes elaborados a base de agua, como líquido o gel KY.
7. Al acabar el acto sexual, retire el preservativo con el pene todavía semierecto: sujetela base del pene para asegurarse de que el preservativo no se caiga.
8. Quite el preservativo: sujételo por la base y deslícelo hasta retirarlo por completo. Tenga cuidado de que no se le derrame esperma en las manos.
9. No vuelva a llevar a cabo la penetración después de quitar el preservativo. No deje que su pareja toque el pene desprotegido, ya que todavía puede tener esperma en la piel o el glande.
10. Envuelva el preservativo usado en un pañuelo o en papel higiénico y deséchelo de manera adecuada: tírelo a la papelera, quémelo o entiérralo. No lo tire por el retrete, ya que puede atascar las tuberías.

### **3.9.2 Material para la actividad de aprendizaje: Demostración del uso de preservativos**

#### **Preservativo femenino**

1. Compruebe la fecha de caducidad. Asegúrese de que el paquete del preservativo está intacto.
2. Abra el paquete con cuidado, rasgándolo desde la flecha situada en la parte superior. No use los dientes, las uñas ni instrumentos cortantes para evitar desgarrar el preservativo.
3. Coloque el preservativo siempre antes de la penetración. El preservativo femenino puede colocarse hasta 8 horas antes de que se inicie el acto sexual.
4. Apriete el anillo más pequeño, situado en el extremo cerrado, e introduzca el preservativo en la vagina. Utilice los dedos para empujarlo hacia el interior de la vagina hasta que quede colocado contra el cuello del útero, detrás del pubis, en una posición cómoda. El anillo externo permanece fuera.
5. La mujer debe sujetar el anillo externo contra su cuerpo y guiar a su pareja para que el pene no se introduzca de forma accidental por el lateral y para que no empuje el preservativo al interior de la vagina. Cuando el hombre penetra a la mujer, el pene debe quedar "envuelto" por el anillo externo.
6. Una vez terminado el acto sexual, sujeté el anillo externo y gírelo dos veces antes de extraerlo para impedir que el semen se derrame y evitar el contacto con él.
7. No vuelva a llevar a cabo la penetración después de quitar el preservativo. No toque el pene desprotegido de la pareja, ya que todavía puede tener esperma en la piel o el glande.
8. Deseche el preservativo utilizado de forma adecuada: tírelo a la papelera, quémelo o entiérrelo.

## Actividad de aprendizaje

3.9.3

### “Todos convivimos con el VIH”

#### MÉTODO

Declaración, debate

#### FINALIDAD

Examinar los distintos modos en que el VIH/sida afecta a las personas

#### DURACIÓN

25 minutos

#### INSTRUCCIONES

- Analice la declaración del Secretario General de las Naciones Unidas sobre el VIH
- ¿Qué significa “todos debemos asumir la responsabilidad de responder a la epidemia”?

#### RECURSOS

- Instrucciones sobre la actividad de aprendizaje

## Preparación

- Prepare una diapositiva o un folleto con esta cita del Secretario General de las Naciones Unidas.

“Sea cual sea nuestra función en la vida, vivamos donde vivamos, todos convivimos con el VIH de una u otra manera. A todos nos afecta. Todos debemos asumir la responsabilidad de responder a la epidemia”.

Ban Ki-moon, Secretario General de las Naciones Unidas

- Seleccione varias preguntas para que sirvan de orientación durante el debate.  
Ejemplos:
  - ¿Conoce a alguien que haya contraído el VIH? ¿Conoce a alguien que haya fallecido por el sida? ¿Conoce a alguien que viva con el VIH? ¿Cómo han afectado las muertes por el sida o las infecciones por el VIH a las parejas, familias y comunidades?
  - ¿Qué cobertura informativa reciben los temas del VIH y el sida en su país? ¿Ha notado algún cambio en la cobertura de estos temas en los últimos decenios?
  - Sobre la base de la información facilitada hasta ahora en esta lección, ¿qué cree que quiere decir el Secretario General cuando declara que “todos debemos asumir la responsabilidad de responder a la epidemia”? (Algunos de los puntos clave son la ausencia de discriminación y estigmatización, así como la reducción de riesgos personales, siguiendo la estrategia basada en la abstinencia, la fidelidad y el uso de anticonceptivos).

## Instrucciones

1. Presente la actividad leyendo la cita de la diapositiva proyectada. Pida a los asistentes que reflexionen sobre ella.
2. Abra el debate preguntando a los participantes qué creen que quiere decir el Secretario General.

## Variaciones

- Invite a un participante a que lea la cita.
- Pida que se analice la cita en grupos de mesas durante unos 5 minutos antes de pasar al debate general.