

PROYECTO

Amelia

Adolescentes mujeres empoderadas libres y autónomas

Formación de competencias para una atención con calidez y
calidad en los servicios de salud con adolescentes mujeres

FASCÍCULO 2

Abordaje de las adolescentes mujeres en los servicios
de salud, con enfoque en Derechos Humanos y Género

Guía metodológica dirigida a personal de salud

FUNDACIÓN •
paniamor



PROYECTO

Amelia

Adolescentes mujeres empoderadas libres y autónomas

Formación de competencias para una atención con calidez y
calidad en los servicios de salud con adolescentes mujeres

FASCÍCULO 2

Abordaje de las adolescentes mujeres en los servicios
de salud, con enfoque en Derechos Humanos y Género

Guía metodológica dirigida a personal de salud

Junio 2022



Créditos

Fundación Paniamor. Caja Costarricense de Seguro Social

San José, Costa Rica

Primera Edición, junio 2022

Formación de competencias para una atención con calidez y calidad en los servicios de salud con adolescentes mujeres. Fascículo II. Abordaje de las adolescentes mujeres en los servicios de salud, con enfoque en Derechos Humanos y Género. Guía metodológica dirigida a personal de salud.

Desarrollo Conceptual y metodológico:

Kattia Rojas Loría, Coordinadora Proyecto AMELIA

Erika Céspedes Oviedo, gestora social y facilitadora

Sharling Hernández Jiménez, gestora social y facilitadora AS Desamparados 1,3 y HOMACE

Melina Mora Piedra, Gestora social y facilitadora AS Aserri y Acosta

Marianne Lizana Moreno, Consultora

Coordinación y edición técnica:

Kattia Rojas Loría

Revisión de edición

Equipo técnico de Seguras y Fuertes. Fundación Paniamor.

Revisión filológica:

Lorena Moreno Salas

Diagramación y diseño gráfico:

Handerson Bolívar Restrepo - Jander Bore - www.altdigital.co

Este proyecto fue posible gracias al Convenio Interinstitucional de la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS) y la Fundación PANIAMOR, con el financiamiento de MSD for Mothers.

Los contenidos de esta publicación son de libre acceso. Se solicita que la utilización sea fidedigna y citar en forma completa la fuente. La referencia bibliográfica sugerida es la siguiente:

Fundación Paniamor. 2022. Formación de competencias para una atención con calidez y calidad en los servicios de salud con adolescentes mujeres. Fascículo 2. Abordaje de las adolescentes mujeres en los servicios de salud, con enfoque en Derechos Humanos y Género. Guía metodológica dirigida a personal de salud. San José.



Tabla de contenido

1.	Introducción a la guía	5
1.1.	¿Por qué fortalecer las competencias del personal de salud en el abordaje de las adolescentes mujeres?	6
1.2.	¿Cuál es el perfil de salida del personal de salud?	8
1.3.	Criterios de selección del personal de salud	8
1.4.	Puntos clave para la persona que facilita esta guía metodológica	9
2.	Objetivos de esta guía metodológica	10
2.1.	General	10
2.2.	Específicos.....	10
3.	Ruta metodológica de la guía	11
3.1.	Estructura del proceso.....	11
3.2.	Mapa metodológico	12
3.3.	Características generales de la capacitación	14
3.4.	Evaluación.....	14
4.	Estructura pedagógica de los bloques de trabajo.....	16
5.	Descripción de los bloques y de la estructura pedagógica de las sesiones.....	23
5.1.	Bloque 1. Conocimientos en materia de las características de desarrollo de las adolescentes en su contexto desde los enfoques del Proyecto AMELIA y la normativa institucional de la CCSS	23
	Sesión 1: “Conociendo las ideas fuerza de los enfoques de DDHH y de género y las normativas de la CCSS para su aplicación en los servicios de salud”	25
	Sesión 2: “Valorando mis recursos, desde la experiencia como adolescente y reconociendo el contexto de las adolescentes de mi centro de salud”	40
5.2.	Bloque 2. Capacidad de vinculación con la usuaria adolescente, en un marco empático y de escucha activa.....	48
	Sesión 3. “Identificando actitudes, lenguajes y habilidades comunicativas con las adolescentes”	49



5.3.	Bloque 3. Capacidad para garantizar el ejercicio de los derechos en salud sexual y reproductiva de las adolescentes y la atención y prevención de las violencias de género, con énfasis en relaciones impropias y en los servicios de salud, coordinadamente con los recursos comunales, internivel e interinstitucionales.....	57
	Sesión 4: “Reconociendo los propios mitos y estereotipos sobre la sexualidad de las personas adolescentes”	59
	Sesión 5: “Aplicando buenas prácticas de atención en salud sexual y salud reproductiva con las adolescentes mujeres.”	66
	Sesión 6: “Caminando en tus zapatos: ruta de atención de adolescentes mujeres en relaciones impropias, con énfasis en los servicios de salud”	71
	Sesión 7: “Una ruta con calidez dirigida a la atención de las adolescentes mujeres en los servicios de salud”	76
	Sesión 8: “Inventario de recursos y alianzas para acompañar a las adolescentes”	81
6.	Referencias Bibliográficas	86
7.	Anexos	89
	Anexo 1. Guía de roles y preguntas DDHH y condiciones de vulnerabilidad	89
	Anexo 2. Historias de casos.....	93
	Anexo 3. Tarjetas de juicios y necesidades.....	94
	Anexo 4. Argumentos para contrarrestar juicios sobre las personas adolescentes	96
	Anexo 5. Consignas de falso y verdadero.....	98

1. Introducción a la guía

El Proyecto AMELIA (Adolescentes, Mujeres, Empoderadas, Libres y Autónomas) se establece dentro del Convenio Interinstitucional de la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS) y la Fundación PANIAMOR con el apoyo financiero de MSD for Mothers.

Este fascículo II corresponde a la malla curricular y la guía metodológica para contribuir con la estrategia de fortalecimiento de competencias del personal de salud para brindar una atención, con calidez y calidad, a las adolescentes mujeres usuarias de los servicios de salud.

La población meta de esta estrategia es el personal de salud de los ámbitos de la medicina, enfermería, trabajo social, psicología y administrativo que se encuentran en la ruta de atención de las adolescentes mujeres usuarias de los servicios de salud implicados en el proyecto.

Para ello se realiza el curso: “Abordaje de las adolescentes mujeres en los servicios de salud, con enfoque de derechos humanos y de género”, durante el mes de noviembre del año 2020, en modalidad virtual, con personal de salud del Hospital de las Mujeres Dr. Adolfo Carit Eva (HOMACE) y las Áreas de Salud de Desamparados 1, Desamparados 3, Aserrí y Acosta.

Esta guía se realiza para que el personal de los servicios de salud públicos lo puedan implementar con el personal de salud de la institución a través de una modalidad virtual, no obstante, también se puede realizar de forma presencial.

Los apartados de esta guía se dividen en una primera parte con la introducción y preguntas claves relacionadas con las competencias por desarrollar y su alcance, los criterios de selección del personal de salud participante, así mismo las características del equipo facilitador del curso. Posteriormente, se encuentran los objetivos del curso y seguidamente, está el apartado donde se plantea la ruta metodológica en



el contexto de la mediación virtual, se explica la estructura del proceso, el mapa metodológico, las características generales de la capacitación y los aspectos de evaluación. En el cuarto apartado, aparecen los bloques pedagógicos con sus respectivas actividades y en secuencia, se presentan esos bloques y el desarrollo de las sesiones con la tabla de actividades y su descripción por actividad, incorporando en los anexos y enlaces los materiales requeridos para la implementación de la guía.

Es necesario, antes de aplicar los bloques y actividades de esta guía, revisar el Fascículo I: Marco referencial, conceptual y metodológico de las guías.

1.1. ¿Por qué fortalecer las competencias del personal de salud en el abordaje de las adolescentes mujeres?

El Consejo Interinstitucional de Atención a la Madre Adolescente (CIAMA) y la Iniciativa de Salud Mesoamérica SM-2015 señalan que una estrategia fundamental para proveer una atención de calidad a las personas adolescentes en general y también, disminuir el embarazo en la adolescencia. Es un recurso humano con capacidades aumentadas.

Esta determinación coincide con la Federación Latinoamericana de Sociedades de Obstetricia y Ginecología (FLASOG, 2011) quienes argumentan que se requiere un marco de política estatal en los niveles de atención de los servicios de salud y el fortalecimiento de la capacitación del personal de salud en áreas como la formación y orientación de la SS y SR de las adolescentes madres y embarazadas para que faciliten la prevención del embarazo y se puedan derrumbar las barreras que impiden el acceso a un ejercicio libre y responsable de los derechos sexuales y reproductivos con un enfoque de educación sexual participativo.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015) es cada vez mayor la certeza de que la formación del personal de salud en el abordaje de la persona adolescente mejora el desempeño clínico de los profesionales de la atención

sanitaria. Sin embargo, también señalan que, aunque las personas profesionales de la salud manifiestan un gran interés en adquirir competencias para trabajar mejor con esta población, sus necesidades de formación siguen siendo desatendidas.

En el Informe Salud para los Adolescentes del mundo (OMS, 2014) se establece que, para lograr el abordaje de los problemas de salud de las adolescencias y su cobertura en los servicios de salud, se requiere prestar atención renovada a la formación de las personas trabajadoras de la salud, a fin de garantizar que adquieran conocimientos sobre la salud y el desarrollo de las personas adolescentes y sus repercusiones en la práctica clínica.

Entre las acciones recomendadas por la OMS (2015) está el diseño de programas de capacitación basados en competencias (saber, hacer y ser), en los cuales se haga énfasis en los aspectos de la salud de la persona adolescente, relativos a las necesidades de su desarrollo y su entorno, a la adopción de políticas y estrategias que respalden la supervisión de los servicios de salud y las competencias especializadas que prestan los servicios a esta población.

En el proyecto AMELIA, se ha construido una malla curricular y su guía metodológica con el objetivo de contribuir con el fortalecimiento de competencias para desarrollar las siguientes capacidades en el personal de salud, tomando en cuenta sus necesidades de capacitación para el abordaje de las adolescentes, los temas que abarca el proyecto y sus enfoques claves. A continuación, las competencias:

- 1.** Atención a las personas adolescentes mujeres, con conocimiento de las características de su proceso de desarrollo y con el manejo de enfoques rectores del Proyecto Amelia y de acuerdo con la normativa institucional de la CCSS en el contexto de la pandemia.
- 2.** Vinculación con la adolescente usuaria, en un marco empático y de escucha activa.
- 3.** Atención de la salud sexual y reproductiva de la persona adolescente, prevención y atención de las violencias de género, manifestadas en los servicios de salud y relaciones impropias y coordinación con los recursos comunales e interinstitucionales en el contexto de la pandemia.



1.2. ¿Cuál es el perfil de salida del personal de salud?

Se busca que al finalizar el curso las personas profesionales de la salud cuenten con competencias ampliadas para ofrecer una atención de calidez y calidad a las adolescentes, en específico para la protección de las violencias, en la salud sexual y reproductiva (SSSR), así como en el autocuidado y cuidado en el contexto de la pandemia por COVID-19, que sean capaces de convocarlas para ser participantes de sus procesos de salud, desde los enfoques de Derechos Humanos, Género, Juventudes y apegados a la implementación de las normativas institucionales de la CCSS en relación con el abordaje de las adolescencias.

Se considera que estas personas profesionales puedan tener un encuentro de diálogos y saberes entre ellos y ellas, y que, además, reconozcan, identifiquen, reflexionen y apliquen prácticas empáticas con las adolescentes.

1.3. Criterios de selección del personal de salud

La selección de las personas participantes debe tener un perfil interdisciplinario; estas deben formar parte de la ruta de atención de las adolescentes, tales como personal de medicina, enfermería, trabajo social, psicología, ATAPS, administración y otras personas profesionales de la salud que tienen atención de primera línea con las adolescentes. Deben ser seleccionadas por la jefatura del centro de salud.

Requisitos: Contar con permiso de la jefatura, tener computadora con cámara y micrófono, tener acceso a la plataforma Zoom, señal Wifi, un lugar adaptado en casa para recibir la capacitación.

Llenar algunos formularios y completar un instrumento de entrada y de salida al iniciar y finalizar el curso.

Formulario de inscripción:

Instrumento de perfil de entrada y de salida:

1.4. Puntos clave para la persona que facilita esta guía metodológica

Es recomendable que esta guía metodológica sea aplicada por personal de salud, que conozca metodologías participativas y lúdicas, con conocimientos de los enfoques de Derechos Humanos, Género y Juventudes. Es preferible que tenga experiencia trabajando con adolescentes.

Lo ideal es que sean dos personas quienes realicen la facilitación para garantizar un trabajo donde se motive a la participación grupal y cubrir diferentes elementos tanto logísticos como metodológicos. Además, la mediación virtual, implica que, al menos una de estas personas permanezca conectada por si falla la conexión de la otra persona.

Quienes facilitan deben propiciar un ambiente de confianza, de participación y reflexión dentro de un espacio lúdico. Su papel es acompañar, animar, estimular y promover el proceso de análisis y reflexión, con conocimientos y evidencias. Así como procurar la socialización de las experiencias, de forma respetuosa y confidencial.

Además, las personas facilitadoras deben tener la disposición de aprender junto con el grupo y visualizar a las personas participantes como gestoras de su propia realidad, observar al grupo y confiar en éste para sacar adelante las tareas. Deben contar con la capacidad de planificar adecuadamente y a la vez de responder espontáneamente a las circunstancias.

Es importante tomar en cuenta que:

- Dado que se trabajan temáticas sobre violencias de género, estas experiencias pueden ser parte de las historias de vida de las personas participantes y algunas de ellas, querrán compartir o expresar sus sentimientos. En ese caso, se brinda un lugar y acompañamiento a las personas y se fortalece al grupo para sostener y fortalecer a la persona.
- Es indispensable realizar pausas entre algunas de las actividades para que las personas se levanten y puedan movilizarse, dado que la modalidad virtual implica cansancio.



2. Objetivos de esta guía metodológica

2.1. General

Promover conocimientos, actitudes y prácticas sensibles y empáticas en el personal de salud con las características y necesidades de las adolescentes mujeres en relación con sus derechos en salud sexual y salud reproductiva y la atención de las violencias en el contexto de la pandemia por COVID-19, con enfoques de derechos humanos, perspectiva de género y diferenciado para la población adolescente.

2.2. Específicos

1. Reflexionar sobre las implicaciones de los enfoques rectores del Proyecto Amelia y la normativa institucional de la CCSS, así como de las características del proceso de desarrollo de las adolescencias en la atención de las adolescentes mujeres.
2. Establecer estrategias de vinculación con la adolescente usuaria en un marco empático y de escucha activa para promover un clima de consulta con confidencialidad, privacidad y confianza y libre de prejuicios en el contexto de la pandemia.
3. Promover el abordaje de la salud sexual y la salud reproductiva de las adolescentes mujeres, de acuerdo con sus derechos y libre de estereotipos y mitos.
4. Brindar herramientas de sensibilización y atención de las violencias de género, manifestadas en relaciones impropias y violencias institucionales en los servicios de salud que enfrentan las adolescentes, en coordinación con los recursos comunales e interinstitucionales.

3. Ruta metodológica de la guía

En este apartado se establecen los siguientes aspectos. En primer lugar, la estructura del proceso y cómo fue implementado el curso. En segundo lugar, el mapa metodológico por bloques y sesiones. Posteriormente, aspectos particulares de la capacitación con el personal de salud y la evaluación.

3.1. Estructura del proceso

La guía metodológica se basó en 3 bloques que estaban pensados para la mediación presencial, sin embargo, en este documento aparecen ya adaptados para una mediación virtual. Se estructura en sesiones por cada día de trabajo; la esencia de esta división obedece a las competencias que se busca fortalecer. El proceso en el que se desarrolla esta guía metodológica se implementó durante 4 semanas, en días completos, durante 8 horas en forma virtual, debido a las condiciones institucionales para organizar el trabajo en los servicios de salud.

Se recomiendan períodos más cortos, como, por ejemplo, durante 8 semanas, en horarios de 3 horas en modalidad virtual. Así como pausas activas durante las sesiones.

Antes de iniciar el curso, se hace entrega de materiales como folder, hojas, lapiceros para que puedan tener a mano durante las sesiones virtuales. Durante el curso se van colgando las presentaciones, documentos, tareas y formularios de evaluación, entre otros materiales, en la plataforma de Classroom de Google.



3.2. Mapa metodológico

Bloque 1	
1. Conocimientos en materia de las características de desarrollo de las adolescentes en su contexto desde los enfoques del Proyecto AMELIA y la normativa institucional de la CCSS.	Día 1 (Todo el día)
	Bienvenida e introducción. Sesión 1: “Conociendo las ideas fuerza de los enfoques de DDHH y de género y las normativas de la CCSS para su aplicación en los servicios de salud”.
	Día 2 (mañana)
	Sesión 2: “Valorando mis recursos desde mi propia experiencia como adolescente y reconociendo el contexto de las adolescentes de mi centro de salud”.
Bloque 2	
2. Capacidad de vinculación con la usuaria adolescente, en un marco empático y de escucha activa.	Día 2 (tarde)
	Sesión 3: “Identificando actitudes, lenguajes y habilidades comunicativas para establecer vínculos con las adolescentes”.

Bloque 3

3. Capacidad para garantizar el ejercicio de los derechos en salud sexual y reproductiva de las adolescentes y la atención y prevención de las violencias de género, con énfasis en relaciones impropias y en los servicios de salud, coordinadamente con los recursos comunales, internivel e interinstitucionales.

Día 3 (Todo el día)

Sesión 4: “Reconociendo los propios mitos y estereotipos sobre la sexualidad de las personas adolescentes.”

Sesión 5: “Aplicando buenas prácticas de atención en salud sexual y salud reproductiva con las adolescentes mujeres.”

Día 4 (Todo el día)

Sesión 6: “Caminando en tus zapatos: ruta de atención de adolescentes mujeres en relaciones impropias, con énfasis en los servicios de salud”.

Sesión 7: “Ruta de atención de las adolescentes mujeres en los servicios de salud”.

Sesión 8: “Inventario de recursos y alianzas para acompañar a las adolescentes”.



3.3. Características generales de la capacitación

Para alcanzar el perfil de salida que aspira esta malla curricular y su guía metodológica, es necesario realizar los tres bloques y sus sesiones. Es decir, cubrir 32 horas de capacitación en un ambiente interdisciplinario. No obstante, cada bloque por sí mismo puede ser implementado en el Hospital y/o área de salud para su multiplicación, ya que tiene sus propios objetivos, metodología, actividades de apertura y cierre.

Es importante tomar en cuenta que la implementación de esta guía durante la ejecución del Proyecto AMELIA sí exige una secuencia y frecuencia regular.

3.4. Evaluación

En relación con la evaluación del curso, la asistencia a las sesiones es obligatoria dado que se realiza en tiempo laboral de los centros de salud. No obstante, se hace énfasis en que cada encuentro genera riqueza e intercambio para motivar la asistencia.

Las personas participantes tienen que realizar actividades asincrónicas después de cada jornada, un total de 4 tareas que estarán indicadas cuando termina el día de la capacitación sincrónica. Todos los materiales se pueden colgar en la plataforma Classroom, o bien, enviar por correo electrónico a las personas facilitadoras.

Con la finalidad de identificar los aprendizajes obtenidos y el impacto de todo el proceso de capacitación en el personal, es importante que completen un instrumento de perfil de entrada y salida tal como se mencionó anteriormente. No se recomienda completar estos formularios en otras sesiones debido a que puede sesgar la información.

Al final de cada jornada, cada participante podrá expresar los aprendizajes obtenidos mediante una actividad de cierre. Además, deberá completar de forma anónima y virtual un formulario que le permitirá a cada participante evaluar las actividades realizadas, el desempeño de las personas facilitadoras y tanto su propio desempeño como el grupal.

Formulario de Evaluación:

Es importante señalar que este curso se realizó en modalidad de aprovechamiento, por tanto, los compromisos de personal de salud para aprobar el curso fueron:

- Asistencia en las 32 horas de capacitación.
- Realización de 4 tareas asignadas.
- Llenado de formularios de entrada y salida.
- Participación en las sesiones y actividades propuestas.



4. Estructura pedagógica de los bloques de trabajo

Presentamos un esquema del proceso de capacitación en su totalidad, donde podemos observar los bloques que buscan fortalecer las competencias necesarias para una atención con calidez y calidad para las personas adolescentes. Cada bloque tiene una serie de sesiones, con los objetivos de las sesiones y los objetivos pedagógicos que se deben alcanzar a partir de las actividades tanto sincrónicas como asincrónicas.

El bloque 1 lo constituyen dos sesiones, el bloque 2 tiene una sesión y por último, el bloque 3 está compuesto por 3 sesiones. Estas sesiones pueden adaptarse a las necesidades de cada centro de salud y sus tiempos.

Bloque 1		
Conocimientos en materia de las características de desarrollo de las adolescentes en su contexto desde los enfoques del Proyecto AMELIA y la normativa institucional de la CCSS.		
Sesión	Objetivos de la sesión	Evidencias de aprendizaje
Sesión 1: “Conociendo las ideas fuerza de los enfoques de DDHH y de género y las normativas de la CCSS para su aplicación en los servicios de salud”.	<ul style="list-style-type: none">Conocer el impacto del Proyecto AMELIA en la atención a las adolescentes usuarias en el HOMACE y áreas de salud.	<ul style="list-style-type: none">Identifican las premisas de los enfoques de derechos humanos, igualdad de género y juventudes y su aplicación en los servicios de salud.

Sesión	Objetivos de la sesión	Evidencias de aprendizaje
	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar las ideas fuerza de los enfoques de DDHH y de género y juventudes, así como de las normativas de la CCSS para su aplicación en los servicios de salud. • Aplicar los enfoques y la normativa de la CCSS para la atención de las adolescentes en sus centros de trabajo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Analizan los cambios necesarios que permitan integrar en los servicios de salud una atención con en base a los enfoques adecuados y la aplicación en la práctica de las normativas de la CCSS para la atención de las adolescentes en sus centros de trabajo. • Promueven la aplicación en la práctica de la normativa de la CCSS para la atención de las adolescentes en sus centros de trabajo.
<p>Sesión 2: “Valorando mis recursos desde mi propia experiencia como adolescente y reconociendo el contexto de las adolescentes de mi centro de salud”.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer las características del desarrollo de las adolescentes y su contexto, incorporando las experiencias personales y laborales para realizar prácticas en salud con calidez y calidad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Identifican las vivencias personales y los conocimientos acerca de la adolescencia que pueden ser barreras o facilitadores en la práctica laboral. • Reflexionan sobre las creencias limitantes y fortalezas personales que influyen en atención que brinda a las personas adolescentes.



Sesión	Objetivos de la sesión	Evidencias de aprendizaje
		<ul style="list-style-type: none"> • Identifican las características y necesidades de las adolescentes en el contexto de la pandemia. • Analizan las características y necesidades del contexto de las personas adolescentes mujeres del área de salud/hospital. • Establecen una práctica de atención que tome en cuenta las características diversas de la adolescente. • Proponen cambios para superar las barreras y debilidades personales en el abordaje de las adolescentes.

Bloque 2:

Capacidad de vinculación con la usuaria adolescente,
en un marco empático y de escucha activa.

Sesión	Objetivos de la sesión	Evidencias de aprendizaje
Sesión 3: "Identificando actitudes, lenguajes y habilidades comunicativas para establecer vínculos con las adolescentes."	<ul style="list-style-type: none">• Establecer estrategias de vinculación con la adolescente usuaria en un marco empático y de escucha activa para promover un clima de consulta con confidencialidad, privacidad y confianza y libre de prejuicios.	<ul style="list-style-type: none">• Reflexionan sobre las propias fortalezas y debilidades en la comunicación con las personas adolescentes en los servicios de salud.• Aplican un lenguaje, los canales y los medios para una comunicación de calidad y calidez con las personas adolescentes.• Promueven el fortalecimiento de un clima de consulta con confidencialidad, privacidad, confianza, actitudes neutrales exentas de juicios de valor, el respeto y la empatía con las adolescentes.



Bloque 3:

Capacidad para garantizar el ejercicio de los derechos en salud sexual y reproductiva de la persona adolescente y en la prevención de las violencias de género con los recursos comunales e interinstitucionales.

Sesión	Objetivo de la sesión	Evidencias de aprendizaje
Sesión 4: “Reconociendo los propios mitos y estereotipos sobre la sexualidad de las personas adolescentes”.	<ul style="list-style-type: none">• Identificar el abordaje de la salud sexual y salud reproductiva de las adolescentes mujeres de acuerdo con sus derechos, libre de estereotipos y mitos.	<ul style="list-style-type: none">• Analizan la importancia de un abordaje de la salud sexual y la salud reproductiva de las adolescentes, de acuerdo con sus derechos, prácticas de calidad y libre de estereotipos y mitos.• Conocen las buenas prácticas y modelos, con evidencia científica, en salud sexual y salud reproductiva de las adolescentes a nivel internacional y nacional.
Sesión 5: “Aplicando buenas prácticas de atención en salud sexual y salud reproductiva con las adolescentes mujeres.”	<ul style="list-style-type: none">• Reconocer las características del ejercicio de los derechos relacionados con la salud sexual y reproductiva de las adolescentes y en situación de pandemia.	<ul style="list-style-type: none">• Identifican el papel vital como acompañantes para que las adolescentes encuentren las capacidades propias en la generación de cambios y el fortalecimiento en diferentes ámbitos económicos, sociales, comunitarios y en los servicios de salud.

Sesión	Objetivo de la sesión	Evidencias de aprendizaje
		<ul style="list-style-type: none"> • Determinan la oferta anticonceptiva de la CCSS para las adolescentes mujeres y las ventajas y desventajas de cada método anticonceptivo para acompañarlas en la toma de decisiones. • Reflexionan sobre las relaciones de poder con el fin de avanzar en el “empoderamiento” como estrategia viable y necesaria para la participación de las adolescentes en sus procesos de SSSR y la prevención y la atención de las violencias en la vida de las adolescentes.
<p>Sesión 6: “Caminando en tus zapatos: ruta de atención de adolescentes mujeres en relaciones impropias, con énfasis en los servicios de salud”.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Impulsar el fortalecimiento de la capacidad de reconocimiento y prevención de las violencias de género, manifestadas en relaciones impropias de salud que enfrentan las adolescentes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Identifica las relaciones impropias y su impacto en las personas menores de edad que las sufren, además de los condicionamientos sociales que las propician. • Construir alternativas de prevención y atención de las violencias de género, manifestadas en las relaciones impropias.



Sesión	Objetivo de la sesión	Evidencias de aprendizaje
Sesión 7: “Ruta de atención de las adolescentes mujeres en los servicios de salud”.	<ul style="list-style-type: none"> • Impulsar el fortalecimiento de la capacidad de reconocimiento y prevención de las violencias de género, manifestadas violencias en los servicios de salud que enfrentan las adolescentes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Participa activamente en la prevención y atención de las relaciones impropias y las violencias en los servicios de salud. • Reflexiona sobre las capacidades de los centros de salud para abordar violencias en los servicios de salud de forma eficaz.
Sesión 8: “Inventario de recursos y alianzas para acompañar a las adolescentes”.	<ul style="list-style-type: none"> • Propiciar la coordinación con los recursos comunales, interinstitucionales e intersectoriales para la atención y el acompañamiento de las adolescentes mujeres en condiciones de vulnerabilidad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Valorar la coordinación con los recursos comunales, interinstitucionales e intersectoriales para fortalecer la garantía de derechos de las personas adolescentes y reducir sus condiciones de vulnerabilidad.

5. Descripción de los bloques y de la estructura pedagógica de las sesiones

5.1. Bloque 1. Conocimientos en materia de las características de desarrollo de las adolescentes en su contexto desde los enfoques del Proyecto AMELIA y la normativa institucional de la CCSS

Descripción

En este bloque el personal de salud realiza una reflexión crítica sobre cómo fueron sus propias vivencias como adolescentes, analizando el impacto que tuvieron éstas en la forma con la cual hoy en día abordan la ruta de atención. También, se hace un análisis sobre las implicaciones que han tenido los paradigmas tradicionales en el abordaje de la atención en salud de las personas adolescentes y sobre cómo se están aplicando las ideas fuerza de los enfoques de derechos humanos, género y juventudes en estos servicios.

Es importante tener una visión crítica sobre los paradigmas que muestran el curso de vida de la adolescencia, homogenizante, como si se manifestara de una misma forma, o bien, como un período preparatorio haciendo énfasis en el problema y los riesgos. De ahí la importancia de nuevos enfoques donde se reconozca que las personas adolescentes son sujetos sociales, con saberes y actores estratégicos de su desarrollo, capaces de efectuar con éxito las acciones de promoción del desarrollo y la prevención de problemas que tendrán repercusiones más severas durante la adultez si no son abordadas a tiempo (Krauskopf, 1994).



A partir de lo anterior, se busca que las personas participantes puedan reflexionar desde qué paradigmas quieren colocarse. Se espera que la sensibilización y la capacitación en torno a este tema permita comprender que las personas adolescentes tienen características y contextos específicos que demanda una atención para fortalecer sus derechos para acceder a los servicios de salud, con calidez y calidad en su atención, contando con una robusta normativa institucional.

Los contextos no siempre favorecen por igual a todas las personas adolescentes de todos los estratos sociales y por género, las formas de intervención deben estar ajustadas y propiciar opciones y derechos en salud, para aumentar el valor de la preservación de la vida.

Por otro lado, con el trabajo de esta sesión se busca que las personas funcionarias de la salud reconozcan las condiciones del recorrido de vida diferenciado de las adolescentes por su género, y que tiene implicaciones en un modo concreto de abordar la salud.

La perspectiva de género es una propuesta que intenta explicar las desigualdades entre los hombres y las mujeres y sus relaciones, las cuales son susceptibles de cambios y transformación en la cultura, en las políticas y en la salud. Se focaliza en el análisis a las relaciones de poder para así avanzar en el “empoderamiento” como estrategia viable y necesaria en los procesos de salud y enfermedad, de manera que se faciliten las capacidades propias de las mujeres para influir en su realidad (Sojo, Sierra y López, 2002). En este sentido, el empoderamiento es una estrategia imprescindible para la salud sexual y la salud reproductiva y la prevención y atención de las violencias en las vidas de las adolescentes mujeres.

Este bloque se desarrolla durante todo el día 1, las 8 horas completas y el día 2, las primeras 4 horas.

Sesión 1: “Conociendo las ideas fuerza de los enfoques de DDHH y de género y las normativas de la CCSS para su aplicación en los servicios de salud”

Estructura pedagógica de la sesión

Objetivo general de la sesión 1: Impulsar al personal de salud a reconocer las implicaciones que tiene, en la calidez y la calidad de la atención de las adolescentes, los enfoques de derechos humanos y género y la aplicación práctica de la normativa de la CCSS.

Objetivos específicos	Contenidos	Resultados de aprendizaje
<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer el impacto del Proyecto AMELIA en la atención a las adolescentes usuarias en el HOMACE y en las áreas de salud. 2. Identificar las ideas fuerza de los enfoques de DDHH y de género y juventudes, así como de las normativas de la CCSS para su aplicación en los servicios de salud. 3. Aplicar los enfoques y las normativas de la CCSS para la atención de las adolescentes en sus centros de trabajo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Calidad y calidez en los servicios de salud para las adolescentes mujeres: objetivos, estrategia e impacto del Proyecto AMELIA. • Las personas jóvenes: sujetos de derechos y actores estratégicos del desarrollo. • Perspectiva de género en salud. 	<ul style="list-style-type: none"> • Explica las premisas principales de los enfoques de derechos humanos y perspectiva de género. • Enumera las características de los servicios que integren los enfoques de derechos humanos, perspectiva de género y de juventudes. • Contrasta las implicaciones de los enfoques tradicionales en comparación con aquellos que se basan en los derechos humanos.

Objetivos específicos	Contenidos	Resultados de aprendizaje
	<ul style="list-style-type: none"> • Enfoque de juventudes. Paradigmas tradicionales frente a paradigmas avanzados sobre las adolescencias y las juventudes. • Normativas institucionales de atención a las personas adolescentes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Define las estrategias adecuadas para implementar los cambios en los servicios de salud. • Describe las normativas institucionales respecto a la atención a la población adolescente. • Explica las implicaciones de integrar las normativas en su práctica profesional en los servicios de salud. • Identifica responsabilidades de acuerdo con las normativas de la CCSS. • Desarrolla nuevas opciones para promover los enfoques de derechos humanos, de género y de juventudes en los servicios de salud basados en la aplicación de las normativas institucionales.

- Presentación del Proyecto AMELIA.
- Presentación “Enfoques de Derechos Humanos, Género y Juventudes en Salud”.
- Presentación “Marco institucional de la CCSS para la atención de las personas adolescentes”.
- Videos
 - ▶ ¿Qué es el proyecto AMELIA?
 - ▶ Texto El rostro de AMELIA.
 - ▶ Audio El rostro de AMELIA.
 - ▶ Video. “Las desigualdades de género crean las desigualdades de salud”.
 - ▶ Video “Cambiemos nuestra forma de pensar”



Tabla de actividades

Sesión 1	
Estrategias didácticas	Materiales
1. Bienvenida y presentación de participantes	Introducción al Zoom y plataforma Classroom Normas de convivencia Materiales Creación de chat para fines del curso Perfil de entrada Formulario de inscripción
2. Presentación del Proyecto AMELIA	Presentación del Proyecto AMELIA Video: Proyecto Amelia Texto: “El rostro de Amelia” Audio “El rostro de Amelia”
3 Sociometría	Consignas de la sociometría
4. Derechos humanos y condiciones de vulnerabilidad	Guía de roles y preguntas DDHH y condiciones de vulnerabilidad.
Receso 15 minutos	
5. ¿Cómo el género forma parte de nuestra vida?	Video “Las desigualdades de género crean desigualdades en salud” Creación de subgrupos en Zoom Papel y lápiz

Estrategias didácticas	Materiales
6. Presentación de ideas fuerza de los enfoques del Proyecto Amelia	Presentación “Enfoques de Derechos Humanos, Género y Juventudes en Salud” Video Cambiemos nuestra forma de pensar
Almuerzo 60 minutos	
7. Actividad reactivante	
8. Lineamientos institucionales de la CCSS para la atención de las personas adolescentes	Presentación Marco institucional para la atención de las adolescentes en la CCSS
9. Construyendo una matriz	Guía de trabajo de subgrupos
10. Teatro espontáneo	Participación grupal
11. Cierre. Evaluación lúdica y escrita	Formulario de evaluación Pizarra de Zoom/Mural/ Miró Asignación de tarea



Descripción de actividades¹

1. Bienvenida

Duración: 30 minutos

Materiales: plataforma Zoom, Classroom.

Descripción: esta actividad tiene como objetivo presentar al equipo facilitador del curso y los enlaces en cada centro de salud del Proyecto Amelia, la forma en cómo se programa y llevará a cabo por la plataforma Zoom y las condiciones del curso de aprovechamiento. Además, el uso del Classroom donde tendrán colgados los materiales, tareas y documentos.

Tomar en cuenta:

- Se les recuerda que todos deben haber llenado el formulario de inscripción y el perfil de entrada. Así mismo, se pedirá al final del curso llenar un perfil de salida.
- Se comenta que se les ha enviado un folder con materiales, entre ellos la historia de Amelia, una llave maya y hojas para apuntes.
- Es importante enfatizar el tipo de metodología que busca que cuando salgamos del curso hayamos modificado nuestros conocimientos y formas de relacionarnos con las adolescentes, por eso buscamos aprender a través de la experiencia y de herramientas donde haya participación, interacción y diálogos, además, juego y que se disfrute la sesión.
- Podemos realizar un acercamiento al manejo del Zoom para familiarizar a todas las personas participantes y señalar que todos y todas estamos aprendiendo en este nuevo contexto.
- Es importante el uso de la cámara, preferiblemente mantenerla encendida, los micrófonos apagados, anotar el nombre de la persona en la base del cuadro. Se puede usar el chat mensajes.

¹ Al inicio de todas las sesiones se realiza una bienvenida y al finalizar se aplica una actividad de cierre que incluye una evaluación escrita y lúdica de la sesión. Además, si se mantiene el trabajo con una jornada de 8 horas, después del almuerzo se recomienda realizar una actividad de activación. Esto aplica para todos los bloques.

2. Presentación del Proyecto Amelia

Duración: 20 minutos

Materiales:

- Presentación del Proyecto Amelia.
- Se puede utilizar:
 - ▶ Video ¿Qué es el Proyecto AMELIA?
 - ▶ Texto
 - ▶ Audio “El Rostro de Amelia”.

Descripción: En el audio y texto se narra la Historia de AMELIA, enfatizando la experiencia que da sentido a la Ley 9406 y las acciones que se deben realizar para erradicar la cultura de violencia hacia las niñas y las adolescentes. También, se puede utilizar el video ¿Qué es el proyecto AMELIA? El cual describe el objetivo de éste en los servicios de salud. Con estos materiales se pueden derivar preguntas generadoras, por ejemplo, ¿Cómo pensamos que este proyecto puede impactar nuestras vidas y la vida de las adolescentes? ¿Por qué es importante generar prevención y atención a la violencia de género hacia las niñas y adolescentes? ¿Qué características tiene la atención en los servicios de salud hacia las adolescentes?

Tomar en cuenta:

En la plataforma “Classroom” se van colgando los documentos, presentaciones, formularios y videos, así como las tareas para que las personas participantes profundicen en los temas.



3. Sociometría

Duración: 30 minutos

Materiales: consignas de la sociometría, preferiblemente contar con cámaras en los dispositivos móviles.

Descripción: la sociometría permite visualizar cómo se constituye el grupo. Iniciamos con la presentación de cada participante (nombre, puesto, cómo interactúa en su trabajo con las adolescentes y qué espera del curso). Luego, se plantea que, al realizar una lista de preguntas al grupo, algunas personas tendrán que dejar sus cámaras encendidas, mientras otros las apagan, evidenciando las semejanzas y los hilos comunes entre las personas participantes.

Consignas de la Sociometría

- a. ¿Quiénes se encuentran en este momento en un lugar físico compartido? ¿Quiénes en uno privado?
- b. ¿Quiénes han recibido una capacitación virtual?
- c. ¿Para quién es su primera experiencia de capacitación virtual?
- d. ¿Quiénes han recibido capacitación sobre el abordaje de personas adolescentes?
- e. ¿Quiénes comparten con adolescentes en sus vidas familiares?
- f. ¿Quiénes sólo han tenido contacto con las adolescentes en su trabajo?

Tomar en cuenta:

- Es importante asegurarse de que todas las personas puedan encender sus cámaras. Si no es posible, la persona puede hacer un sonido.
- Realizar preguntas de lo general a lo más específico.
- Trate de preguntar qué descubrieron con el ejercicio y cómo se sintieron a fin de crear un clima de confianza.
- Señalamos las distintas experiencias que tienen las personas del grupo.
- También, se puede sugerir, si alguien quiere preguntar algo al grupo como un todo para conocerlo mejor, lo puede hacer en ese momento.

4. Derechos humanos y condiciones de vulnerabilidad

Duración: 75 minutos

Materiales:

- Guía de roles y preguntas: DDHH y condiciones de vulnerabilidad.
- Video. Las desigualdades de género crean desigualdades en salud.

Descripción: el objetivo de esta actividad es experimentar, bajo un rol asignado, sentimientos de justicia, desigualdad, superioridad e inferioridad, por razones de género, edad, entre otros. Se indica a todas las personas que apaguen las cámaras, y a medida que se le plantean una serie de preguntas las enciendan o dejen apagadas en la medida que puedan realizar la actividad desde el rol asignado. Posteriormente, se realiza la reflexión alrededor de una guía de preguntas y el video: Las desigualdades de género crean desigualdades en salud.

Tomar en cuenta:

- A cada participante se le envía el rol asignado, vía chat privado, que describe una persona diferente con características como edad, lugar, trabajo, sexo, hijos/as, étnico, entre otras. Se pide no compartir.
- La persona facilitadora utiliza una hoja con preguntas y provee una guía de discusión para el trabajo en subgrupos, o bien, en plenaria.

Contemple hacer un receso de al menos 15 minutos.



5. ¿Cómo el género forma parte de nuestra vida?

Duración: 40 minutos

Materiales: lapicero y papel.

Descripción: el objetivo de esta actividad es explorar las relaciones de género en la vida y el lugar de trabajo de las personas participantes y darles la oportunidad de hablar sobre sí mismas. Se le pedirá anotar lo siguiente: dos cosas típicas de su género que les gusta hacer; dos cosas típicas de su género, que detestan hacer, dos cosas no tradicionales para su género que les gusta hacer y, por último, dos cosas que realmente desearían hacer, que no sean tradicionales. A partir de esto se realizará un primer trabajo en subgrupos del mismo sexo para que socialicen y comparen; en un segundo momento, se realizarán grupos mixtos y al final, una plenaria.

En cada subgrupo se pedirá exponer las principales ideas asociadas a la discusión guiada por las siguientes consignas:

- ¿Cuál es el origen de estos roles asignados?
- ¿Son estos roles asignados por género o por sexo?
- Elaboren una definición de género.

Tomar en cuenta:

- Algunas personas relatarán historias propias, las cuales permitimos que afloren y buscamos enlazar con los conceptos de sexo/género, socialización de géneros y las desigualdades. Si los subgrupos no pueden ser conformados por personas del mismo sexo, inicie con grupos mixtos.

6. Presentación de los enfoques del Proyecto AMELIA

Duración: 30 minutos

Materiales:

- Presentación “Enfoques de Derechos Humanos, Género y Juventudes en Salud”
- Video “Cambiemos nuestra forma de pensar”

Descripción: el objetivo de esta actividad es explorar las ideas fuerza y las implicaciones de los enfoques de DDHH de la niñez y las adolescencias, la perspectiva de género y de Juventudes en la atención de las personas adolescentes y en los centros de salud.

Tomar en cuenta:

Las personas encargadas de desarrollar el curso promueven la participación y la discusión con base en las actividades previas y se puede presentar una pregunta generadora sobre cómo pueden contribuir estos enfoques en mi trabajo en el centro de salud.

Es posible que, en esta actividad, algunas personas relaten sus propias historias, las cuales vamos a permitir que afloren y buscaremos enlazar con los enfoques que se están estudiando.

Finalice proyectando el video “Cambiemos nuestra forma de pensar”

Se realiza una pausa de al menos una hora para el almuerzo.



7. Actividad reactivante

Duración: 10 minutos

Materiales: ninguno.

Descripción: Al ingresar a la sala, realizamos una actividad corta, que nos ayude a reactivarnos. Invitamos a las personas, desde sus lugares de trabajo a ponerse de pie, mover el cuerpo con estiramientos, promovemos que alguna persona del grupo salude de una forma divertida y el resto la imita. Así unas 5 personas. Invitamos a sentarnos y a trabajar en la siguiente actividad.

Tomar en cuenta:

- Promueva la participación y la alegría en esta actividad. Estas actividades son importantes cuando el grupo regresa de un receso o los observamos cansados por la mediación grupal.

8. Presentación de Lineamientos institucionales de la CCSS para la atención de las personas adolescentes

Duración: 20 minutos

Materiales: presentación “Marco institucional de la CCSS para la atención de las personas adolescentes”

Descripción: se realiza una presentación sobre la Política de atención integral a las personas adolescentes (PAIA), la Norma para la atención integral para la salud de las personas adolescentes: componentes de salud sexual y reproductiva (MS, 2015) y el Manual de gestión de servicios diferenciados y amigables para población adolescente.

Tomar en cuenta:

- Tomar en cuenta: la presentación incluye una serie de principios rectores y ejemplos con casos recopilados en entrevistas al personal de salud de las áreas de salud y el hospital, por tanto, se presta para promover la participación.

9. Construyendo una matriz

Duración: 40 minutos

Materiales: guía de trabajo con preguntas para los subgrupos.

Descripción: el objetivo es analizar en forma conjunta las herramientas que nos brindan los documentos institucionales (planes, normas y modelos) que apoyan el abordaje de las personas adolescentes. En subgrupos compartimos las siguientes preguntas:

- Cada persona piensa en alguna experiencia que conozca sobre la atención a una adolescente. Comparte en el subgrupo.
- Escogen un ejemplo de situaciones donde no se aplican y un ejemplo, donde se aplican los enfoques rectores de estas normas.
- Se escoge una persona relatora que explique lo discutido, los principales obstáculos y factores facilitadores que encontraron. Usamos las cámaras cada vez que la relatora pasa al frente.

En la plenaria, la persona facilitadora, anota en una pizarra o matriz los principales aportes generados.

Tomar en cuenta:

- Tomar en cuenta: Se puede utilizar la pizarra del zoom o diferentes herramientas para la plenaria que permitan la interacción como Miró o Mural. Por otro lado, en esta sesión podemos asignar como actividad asincrónica el Tutorial Autogestionado sobre las Normativas institucionales para una atención de las adolescentes. Lo puede encontrar en el Micrositio PAIA.



10. Sesión de Teatro espontáneo

Duración: 70 minutos

Materiales: participación del grupo de Teatro Espontáneo Triqui
Traque de la Universidad Nacional de Costa Rica.

Descripción: el grupo de teatro espontáneo realiza una obra con los temas de la sesión, en la que se permita evidenciar los enfoques y conceptos claves de la sesión, los sentimientos y reflexiones que se generaron para el abordaje de las adolescentes, de acuerdo con los temas aprendidos y aplicando los principios de las normas institucionales de la CCSS.

Tomar en cuenta:

- Al ser una sesión interactiva se promueve la participación grupal.

11. Cierre: Evaluación lúdica y escrita

Duración: 10 minutos

Materiales: formulario de evaluación.

Descripción: compartimos la experiencia y los aprendizajes que nos llevamos el día de hoy a través de alguna palabra o frase que compartimos al grupo.

Tomar en cuenta:

- Recordamos llenar el formulario de evaluación, así como que para la próxima sesión las personas participantes deben hacer y enviar la tarea que está colgada en el Classroom. Para las dudas tienen el acompañamiento del equipo facilitador.

Tarea del día

Realice una exploración de la matriz de las normativas aportadas en el día 1 del curso. Comparta en el foro de la clase un párrafo donde señale 2 obstáculos y 2 facilitadores para la aplicación de los enfoques rectores del Proyecto AMELIA y de la normativa institucional en su lugar de trabajo. Lea los párrafos de sus otros compañeros, e intercambie, al menos con dos de ellos, sus comentarios.



Sesión 2: “Valorando mis recursos, desde la experiencia como adolescente y reconociendo el contexto de las adolescentes de mi centro de salud”

Estructura de la sesión

Objetivo general de la sesión 2: Conocer las características del desarrollo de las adolescentes y su contexto incorporando las experiencias personales y laborales para realizar prácticas en salud con calidez y calidad.		
Objetivos específicos	Contenidos	Resultados de aprendizaje
<ol style="list-style-type: none"> Identificar las vivencias personales y los conocimientos acerca de la adolescencia que pueden ser barreras o facilitadores en mi práctica laboral. Analizar las características y necesidades del contexto de las personas adolescentes mujeres de mi área de salud/hospital. 	<ul style="list-style-type: none"> Características psicosociales de las adolescentes mujeres en Costa Rica. Fortalezas, oportunidades, desventajas y amenazas del servicio que ofrecemos a las personas adolescentes en nuestro centro de salud de acuerdo con las condiciones en las que viven en sus comunidades. 	<ul style="list-style-type: none"> Enumera las características de las adolescentes mujeres en el contexto costarricense. Describe las necesidades de las adolescentes mujeres de acuerdo con su contexto. Enlista las fortalezas y barreras de las adolescentes para el acceso a los servicios de salud. Reporta actividades innovadoras de atención a las personas adolescentes. Formula un plan individual con metas alcanzables en un plazo determinado para superar las barreras en el abordaje a las adolescentes. Describe experiencias personales de su adolescencia.

Objetivos específicos	Contenidos	Resultados de aprendizaje
<p>3. Establecer una práctica de atención que tome en cuenta las características diversas de la adolescente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Actividades innovadoras de atención a las personas adolescentes 	<ul style="list-style-type: none"> ● Comparte las fortalezas y dificultades en su dinámica de relacionamiento desde su lugar de adolescente. ● Describe las fortalezas y debilidades en el ejercicio. ● Distingue prácticas, comportamientos y habilidades necesarias para la atención a las adolescentes.

Apoyo didáctico

- Presentación: “Características psicosociales de las adolescencias”.
- Infografías sobre la situación de las adolescentes mujeres en Costa Rica.
- Seminario virtual: Ser adolescente mujer en pandemia ¿Qué sabemos? ¿En qué estamos?



Tabla de actividades

Sesión 2	
Estrategias didácticas	Materiales
1. Bienvenida	
2. Fotografías de mi adolescencia	Materiales que tengan a mano en su lugar de trabajo
3. Presentación Características psicosociales de las adolescencias e Infografías Situación de las adolescentes mujeres en Costa Rica”	Presentación de Características Psicosociales Infografías Situación de las adolescentes mujeres en Costa Rica
Receso de 15 minutos	
4. FODA	Guía de preguntas Hojas blancas Pizarra Zoom, Miró o Mural
5. Análisis de historias	Historias de casos Guía de preguntas Pizarra Zoom, Miró o Mural
Almuerzo 60 minutos	

Descripción de actividades

1. Bienvenida

Duración: 10 minutos

Materiales: ninguno.

Descripción: Iniciamos la sesión con una bienvenida, tratamos de estirarnos desde el espacio donde cada cual está y de buscar la ocasión de “jugar con la pantalla”. ¿Dónde me ubico más lejos?, ¿dónde más cerca?, ¿dónde no me veo del todo?”, etc.

2. Fotografías de mi adolescencia

Duración: 50 minutos

Materiales: ninguno.

Descripción: el objetivo de esta actividad es acompañar a las personas participantes en el reconocimiento de sus propias vivencias como adolescente para crear una conexión empática con las adolescentes.

Se aplican las siguientes consignas:

- Sentarse y respirar tres veces en posición de concentrarnos en el día de hoy, con el objetivo de valorar qué hay dentro de mí, de mi propia experiencia como adolescente que fui, que puede ser un recurso o fortaleza para el trabajo que hago.
- Se invita a las personas participantes a cerrar los ojos y visualizar imágenes de momentos sobre su adolescencia, sensaciones de esa experiencia como los cambios en el cuerpo, sus ilusiones, miedos, alegrías y relaciones familiares. ¿En dónde viví esa adolescencia y cuáles eran las exigencias como adolescente que tenía? Se da la consigna: Vamos a ver en nuestra mente como si fuera una serie de fotografías y trataremos de quedarnos con alguna. Cuando ya la tengan, respiraremos tres veces y abriremos nuestros ojos.
- Se hacen subgrupos para compartir los sentimientos que les evocaron esas imágenes y posteriormente, harán una lluvia de ideas de las principales sensaciones y necesidades que tenían. Luego planearán una expresión artística (dibujo, collage, frase, canción, actuación), para compartir con el resto del grupo lo que compartieron sobre la adolescencia.

- Se discute lo creado en una plenaria.

Tomar en cuenta:

Es importante que todos los grupos puedan compartir conjuntamente lo creado. Para realizar la expresión artística grupal, las personas participantes utilizarán ideas creativas tomando en cuenta que han tenido conocimiento de las técnicas de teatro espontáneo.

3. Presentación características psicosociales de las adolescencias e infografías sobre la situación de las adolescentes mujeres en Costa Rica. 2020.

Duración: 40 minutos

Materiales:

- Presentación características psicosociales de las adolescencias
- Infografías sobre la situación de las adolescentes mujeres en Costa Rica

Descripción: se proyectará la presentación de las características psicosociales de las adolescencias y unas infografías que nos revelan datos sobre la situación de las adolescentes en nuestro país.

Tomar en cuenta:

Tomar en cuenta: es importante promover la participación mientras se expone la presentación. Invite a las personas participantes a ver de forma opcional y asincrónica el Seminario Virtual: Ser adolescente mujer en pandemia ¿Qué sabemos? ¿En qué estamos?

Contemple hacer un receso de al menos 15 minutos

4. FODA²

Duración: 60 minutos

Materiales:

- Guía de preguntas.
- Hojas blancas.
- Pizarra Zoom, Miró o Mural.

Descripción: el objetivo es intercambiar y discutir sobre las fortalezas, oportunidades, desventajas y amenazas que percibimos que tiene el servicio que ofrecemos a las personas adolescentes en nuestro centro de salud.

Para ello se conforman subgrupos y cada uno analizará las 4 palabras del FODA de acuerdo con su experiencia. Comparten sobre el conocimiento que tienen de las comunidades de donde provienen las usuarias. Nombran a una persona relatora para exponer en plenaria. En plenaria, el equipo facilitador inicia con las fortalezas y cada subgrupo expone y el resto escucha. Una de las facilitadoras anotará lo descrito en la pizarra de Zoom. Luego pasamos con las dificultades, luego con las amenazas y finalmente, con las oportunidades. Visualizamos el material producido y comentamos las coincidencias y las diferencias. Este material quedará en la Classroom para consulta.

2 Fortalezas: situaciones y atributos que construyen una atención de calidez y calidad a la salud, de las personas adolescentes, relacionadas tanto con los recursos materiales y su condición de uso como a los recursos humanos y su nivel de capacitación para generar los mejores resultados.

Oportunidades: las condiciones externas, que pueden afectar de forma positiva a construir procesos, situaciones de salud y una atención de calidez y calidad para las personas adolescentes. Son aspectos que, aunque no podemos controlar, sí podemos aprovechar para mejorar o hacer crecer nuestro objetivo.

Debilidades: en este cuadrante debemos añadir lo que es perjudicial o los factores que pueden ser desfavorables para una atención de calidez y calidad para las personas adolescentes. Son factores internos, por lo que la opinión del personal juega un papel fundamental, y como es algo que se refleja al exterior, también cuenta la opinión de las personas adolescentes.

Amenazas: añadiremos lo perjudicial, todo lo que puede amenazar la situación de salud de las personas adolescentes y su atención de calidad en nuestro centro de salud. Estos aspectos no los podemos controlar, pero sí podemos contraatacar para enfrentarlos.



Tomar en cuenta:

El análisis FODA enlista situaciones que obedecen a factores internos (fuerzas y debilidades) y factores externos (oportunidades y amenazas), en este caso el servicio que ofrecemos a las personas adolescentes en nuestro centro de salud. En definitiva, es una conversación, una forma intencional para crear una red viva de comunicación, para intercambiar percepciones y la parte subjetiva que no está en las estadísticas, es un diálogo colaborativo del cual pueden surgir acciones para realizar como un plan.

5. Análisis de historias:

Duración: 60 minutos

Materiales: guía de trabajo, historias de casos (Anexo 2), pizarra Zoom, Miró o Mural.

Descripción: el objetivo de esta actividad es realizar un análisis de las historias de situaciones en la consulta de adolescentes mujeres, las cuales se han recopilado de entrevistas previas elaboradas por el Proyecto Amelia. Se conforman subgrupos y cada uno realizará la guía de trabajo basado en una historia, posteriormente, nombran una persona relatora para exponer en plenaria. El equipo facilitador anotará en la pizarra de zoom los aportes de cada equipo.

Guía de trabajo:

- ¿Qué sienten al leer la historia? Con sinceridad comparto cuáles son mis temores, mis enojos u otros sentimientos que me evoca la historia.
- ¿Qué oportunidades, desafíos, amenazas y fortalezas nos presenta la historia?
- Analizamos qué podemos hacer frente a la situación desde lo personal y desde mi profesión y disciplina.
- Enlistamos como subgrupo, tres actividades en las cuales podemos realizar un acercamiento a las adolescentes.

Para plenaria se nombra una persona relatora del caso, marcan lo que sintieron con esta historia y las acciones propuestas con sentimientos y acciones.

Tomar en cuenta:

Anotamos los insumos de la relatoría de cada subgrupo para poder visualizar la producción grupal en la pizarra de Zoom, buscamos que comenten sobre las coincidencias y las diferencias.

Se realiza una pausa de al menos una hora para el almuerzo.

Recordar: En el transcurso de la tarde de este día 2 se trabajará la sesión 3, correspondiente al siguiente bloque.



5.2. Bloque 2. Capacidad de vinculación con la usuaria adolescente, en un marco empático y de escucha activa

Descripción general

Con el Bloque 2, el personal de salud realiza una reflexión crítica de los sesgos adultocéntricos y de género, los valores y mitos, desde sus propias vivencias y contextos, que obstaculizan la escucha activa, la aceptación, el respeto y la valoración de las adolescentes usuarias.

Se cumple con el objetivo de visualizar las actitudes que influyen positivamente en la comunicación humana desde el reconocimiento y la aceptación, los filtros que nos alejan de un diálogo intergeneracional, tales como ideas preconcebidas, prejuicios y juicios, el papel de la palabra, las pautas de la escucha activa y la empatía.

Identifican conceptos y recursos para revisar las propias formas de vinculación durante la ruta de atención de las adolescentes y deshabilitar o desaprender creencias y actitudes que impiden una comunicación empática. De manera que se propone una nueva mirada de su rol como personal de salud.

Además, se busca comprender las implicaciones del papel del personal de salud procurando crear espacios confiables, confidentes y cálidos que posibiliten en las adolescentes la confianza, la consulta, la capacidad para ejercer sus derechos en salud sexual y salud reproductiva y expresar sus necesidades en relación con situaciones de violencia.

Este bloque se desarrolla durante las 4 horas de la tarde del día 2.

Sesión 3. “Identificando actitudes, lenguajes y habilidades comunicativas con las adolescentes”

Objetivo general de la sesión 3: Establecer estrategias de vinculación con la adolescente usuaria en un marco empático y de escucha activa para promover un clima de consulta con confidencialidad, privacidad y confianza y libre de prejuicios.

Objetivos específicos	Contenidos	Resultados de aprendizaje
<ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar los sesgos adultocéntricos, de género y técnicos que dificultan un lenguaje de fácil comprensión para las personas adolescentes mujeres, una escucha activa y un vínculo empático. 2. Enumerar los factores generadores de un ambiente de confianza y calidez en la atención a las adolescentes. 3. Analizar las fortalezas y debilidades en la comunicación de un equipo de salud que atiende a las personas adolescentes en los servicios de salud. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conceptos de Adultocentrismo, el Adultismo, el bloqueo generacional. • El papel de la identidad de género en la comunicación. • Diálogo intergeneracional. • Habilidades para la empatía y la escucha en servicios amigables de los equipos de salud. 	<ul style="list-style-type: none"> • Describe los sesgos de adultocéntricos, de género y técnico médicos que obstaculizan un clima de confidencialidad y confianza, con privacidad y libre de juicios en los procesos de comunicación en la ruta de atención de las adolescentes. • Enumera los factores generadores de un ambiente de confianza y calidez en la atención a las adolescentes. • Explica las características del lenguaje que es de fácil comprensión para la población adolescente. • Compara el lenguaje médico y adulto, con el lenguaje adolescente. • Describe el uso del lenguaje apropiado a la población adolescente en los servicios de salud. • Aporta un listado de iniciativas para fortalecer las capacidades del personal de salud en sus habilidades de comunicación. • Propone estrategias para el uso de los canales y medios oportunos con el fin de mejorar la comunicación con la población adolescente.

Apoyo didáctico

- Presentación “Desafíos del diálogo intergeneracional”.
- Presentación “Características del Equipo de Salud que atiende Adolescentes Equipos”.
- Video: “Desmontando mitos sobre los adolescentes. Daniel J. Siegel, psiquiatra y profesor.
- Video: “Por qué la adolescencia es una etapa maravillosa de la vida.” Daniel J. Siegel.
- Video “Tu mirada puede transformar a las personas”. Alex Rovira.
- Video. Convertite en una experiencia positiva para las adolescentes.

Tabla de actividades

Sesión 3	
Estrategias didácticas	Materiales
1. Bienvenida y actividad reactivante	
2. Presentación sobre Diálogo intergeneracional	Presentación “Desafíos del diálogo intergeneracional” Video: Desmontando mitos sobre los adolescentes

Estrategias didácticas	Materiales
3. Escenas sobre las barreras en la comunicación con adolescentes mujeres	
Receso 15 minutos	
4. Actividad reflexiva sincrónica: ¿Soy una adolescente, y vos?	<p>Tarjetas de juicios y necesidades</p> <p>Argumentos para contrarrestar los juicios sobre las personas adolescentes</p>
5. Presentación: Características del Equipo de Salud que atiende Adolescentes Equipos	<p>Presentación de Equipos de salud que atienden a las adolescentes</p> <p>Video “Tu mirada puede transformar a las personas”</p> <p>Video. Convertite en una experiencia positiva para las adolescentes.</p>
6. Cierre. Evaluación lúdica y escrita	<p>Formulario de evaluación de la sesión</p> <p>Asignación de tarea</p>



Descripción de actividades

1. Actividad reactivante

Duración: 5 minutos

Materiales: ninguno.

Descripción: Dado que esta actividad inicia en la tarde, tras una pausa para almorzar, realizaremos un ejercicio que nos permita tener energía y concentración. Podemos invitar a las personas a ponerse de pie, moverse y que cada uno realice una mirada a través de la pantalla que nos invite a saludar o nos de algún mensaje. Algo que nos haga reír y disfrutar como regalo al grupo.

Tomar en cuenta:

Promover la participación y la relajación.

2. Presentación “Desafíos del diálogo intergeneracional” y Video “Desmontando mitos sobre los adolescentes.”

Duración: 30 minutos

Materiales:

- Presentación “Desafíos del diálogo intergeneracional”
- Video “Desmontando mitos sobre los adolescentes”

Descripción: el objetivo de esta actividad es apoyar conceptualmente las formas de vinculación con adolescentes, cuál es nuestra mirada de ellas y cómo nos las abordamos. Se amplían conceptos como adultocentrismo, adultismo, bloqueos del diálogo intergeneracional, socialización de género y comunicación. Además, identificamos las herramientas para el diálogo como la escucha y la empatía.

Tomar en cuenta:

El video es largo por lo cual escogeremos un mensaje que queramos enfatizar, el resto del video quienes quieran lo completan asincrónicamente. Para ello queda colgado en la plataforma de Classroom.

3. Escenas sobre las barreras en la comunicación con adolescentes mujeres.

Duración: 45 minutos

Materiales: materiales que las personas participantes tengan a mano en su lugar de trabajo.

Descripción: el objetivo es reflexionar sobre las barreras de comunicación con las adolescentes. Hacemos 5 subgrupos en la plataforma de Zoom, a cada uno se le asigna un concepto: adultocentrismo (2 grupos), adultismo (2 grupos), brecha intergeneracional (1 grupo). Cada subgrupo reflexiona y comparte alguna experiencia personal donde hayan vivido estos constructos y con base en ello, van a crear una escultura corporal que presentarán en plenaria. Pueden usar elementos que tienen en casa a la mano.

Tomar en cuenta:

Cada vez que termina una escena preguntamos ¿qué tendríamos que cambiar de nuestra escultura corporal para estar más cómodos o qué otro elemento podríamos traer para salirnos de esa barrera comunicacional? Siempre preguntamos cómo se sienten con el cambio a las personas que lo actúan.

Contemple hacer un receso de al menos 15 minutos



4. ¿Soy una adolescente y vos?

Duración: 30 minutos

Materiales:

- Tarjetas de juicios y necesidades
- Argumentos para contrarrestar los juicios sobre las personas adolescentes

Descripción: en esta actividad el objetivo es identificar las necesidades de las personas adolescentes por su curso de desarrollo y los juicios que hacemos de ellas. Buscamos transformar esos juicios para empatizar con las necesidades.

Se realizan los siguientes pasos:

- Introducción de la comunicación empática como herramienta que ayuda a conectar con nosotras mismas y otras personas. Enfatizar en la importancia de la conexión y el vínculo como el corazón de una relación con la persona adolescente. Se hace una visualización para conectar con esto.
- Se presentará la lista de necesidades universales para introducir la comunicación empática, así como la lista propiamente de las necesidades de las personas adolescentes.
- Luego se les mostrará una lista de juicios sobre las adolescentes, se les deberá preguntar si hay algún otro juicio que quieran incluir.
- Se invita a hablar de los juicios que hacemos de las necesidades de las adolescentes y desde las posiciones que lo hacemos.
- Se realizan subgrupos de 3 personas para reflexionar sobre los argumentos que contrarrestan los juicios sobre las personas adolescentes.

Tomar en cuenta:

Recordar la importancia de las necesidades afectivas para el desarrollo de las adolescentes. Invitar a reflexionar a la luz de estos ejercicios que todas las personas, sin importar la edad, tenemos las mismas necesidades, sin embargo por mucho tiempo no hemos reconocido las necesidades de las personas adolescentes.

Priorizar para esta actividad el espacio de práctica en grupos pequeños, ya que se tiene como objetivo que las personas participantes comprendan la utilización de la comunicación empática como herramienta para análisis futuros.

5. Presentación: Características del equipo de salud que atiende adolescentes

Duración: 30 minutos

Materiales:

- Presentación “Características del Equipo de Salud que atiende Adolescentes Equipos”
- Video “Convertite en una experiencia positiva para las adolescentes”

Descripción: el objetivo de esta actividad es apoyar conceptualmente las características ideales de un equipo de salud que trabaja con personas adolescentes, desde un acercamiento amigable en correspondencia con las normativas institucionales de la CCSS.

Tomar en cuenta:

Promovemos la participación durante la presentación.

Finalizamos con la proyección del video.



6. Cierre: Evaluación lúdica y escrita

Duración: 15 minutos

Materiales: formulario de evaluación

Descripción: Nos preparamos para hacer la evaluación del día con una actividad que permita hacer un recorrido de los temas que vimos hoy desde la mañana. Preguntamos a las personas participantes ¿Qué recuerdan de lo aprendido durante la sesión? Pedimos al grupo que piense en la siguiente metáfora ¿cómo y de qué están hechos los lentes que llevo el día de hoy para verme y ver a las personas adolescentes?, entonces apuntamos lo que las personas dicen o escriben en el chat, en la pizarra de Zoom.

Tomar en cuenta:

Recordamos llenar el formulario de evaluación, así como que para la próxima sesión las personas participantes deben hacer y enviar la tarea que está colgada en el Classroom. Para las dudas tienen el acompañamiento del equipo facilitador.

Tarea del día

Revise los videos:

- “Tu mirada puede transformar a las personas”
- “Desmontando mitos sobre los adolescentes”

Con base en ellos haga un párrafo donde reflexione sobre mitos acerca de las adolescencias y aquellas fortalezas que pueden generar las personas adolescentes en nuestras vidas. Además, enlista tres actividades en las cuales podemos realizar un acercamiento a las adolescentes y las características deseables de un equipo de atención para las personas adolescentes.

5.3. Bloque 3. Capacidad para garantizar el ejercicio de los derechos en salud sexual y reproductiva de las adolescentes y la atención y prevención de las violencias de género, con énfasis en relaciones impropias y en los servicios de salud, coordinadamente con los recursos comunales, internivel e interinstitucionales

Descripción general

Durante el bloque 3, el personal de salud reflexiona críticamente sobre su papel en el acompañamiento a las adolescentes para garantizarles sus derechos a una salud sexual y salud reproductiva, libre de violencias.

Es importante que comprenda las características del curso de vida de la adolescente, ya que es diferente abordar con respecto en una persona a una mujer adulta. El personal de la salud se apoya en las normativas de la CCSS en materia de salud sexual y salud reproductiva y adolescencia, para promover un clima de respeto y empatía, que reconozca los sentimientos de miedo, la vergüenza que puede sentir la adolescente. Además, el personal de salud se apoya para una atención integral en diferentes referentes institucionales locales y comunitarios, así como una articulación internivel.

En este bloque, buscamos desmitificar los estereotipos de la sexualidad de las adolescentes que pueden incidir en las prácticas para la atención de la salud reproductiva y el entendimiento de la sexualidad. Además, plantear que el empoderamiento de las adolescentes es una estrategia fundamental para el ejercicio de los derechos sexuales y los derechos reproductivos. El reto del personal de salud es convertirse en alguien que utiliza como herramienta el empoderamiento, apoyando la autonomía de la adolescente sin dejar de lado el acompañamiento requerido.



Por otra parte, para una salud sexual y salud reproductiva está el derecho a vivir una vida libre de violencia. En este bloque, se abordará la prevención y atención de las violencias de género que pueden sufrir las adolescentes y que podrían estar manifestadas en relaciones impropias y/o en el ámbito de los servicios de salud.

Se reflexiona sobre los mitos y estereotipos que justifican las violencias de género, reconociendo las historias y la ruta de las adolescentes en relaciones impropias y visualizando nuevas formas y alternativas de atención, con las cuales el personal de servicios de la salud puede marcar la diferencia en la vida de una adolescente, Una actitud empática, respetuosa de los derechos de la adolescente usuaria, con una escucha activa durante la ruta que realizan las adolescentes por los servicios de salud puede marcar una diferencia. Entender el curso de vida de las adolescentes es imprescindible para una atención cálida, no revictimizando y que procurando que accedan a los servicios de salud que necesitan de forma segura.

Este bloque se desarrolla durante todo el día 3, abordando las sesiones 4 y 5. Y durante el día 4 en donde se abordan las sesiones 6, 7 y 8.

Sesión 4: “Reconociendo los propios mitos y estereotipos sobre la sexualidad de las personas adolescentes”

Estructura pedagógica de la sesión

Objetivo de la sesión 4: Identificar el abordaje de la salud sexual y salud reproductiva de las adolescentes mujeres de acuerdo con sus derechos, libre de estereotipos y mitos.

Objetivos específicos	Contenidos	Resultados de aprendizaje
<ol style="list-style-type: none"> 1. Analizar la importancia de un abordaje de la salud sexual y la salud reproductiva de las adolescentes, de acuerdo con sus derechos, prácticas de calidad y libre de estereotipos y mitos. 2. Comprender buenas prácticas y modelos con evidencia científica en salud sexual y salud reproductiva de las adolescentes a nivel internacional y nacional. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mitos de la sexualidad. • Características del desarrollo psicosexual de las adolescentes. • Diferencias entre salud sexual y salud reproductiva, • Derechos sexuales y los derechos reproductivos de las adolescentes. • Modelo de Parto Humanizado y Oferta anticonceptiva. • Políticas y normativas para la atención de las adolescentes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Describe las características y los mitos del desarrollo psicosexual de las adolescentes. • Describe las diferencias entre salud sexual y salud reproductiva. • Menciona los derechos sexuales y los derechos reproductivos de las adolescentes. • Define las características de una atención integral y humanizada de las adolescentes durante el período prenatal, parto y postparto. • Identifica los lineamientos de la oferta anticonceptiva de la CCSS para las adolescentes.



Apoyo didáctico

Presentación: “Derechos sexuales y derechos reproductivos”.

Video. Desarrollemos el poder de escuchar.

Tabla de actividades

Sesión 4	
Estrategias didácticas	Materiales
1. Bienvenida.	
2. Conociendo nuestro cuerpo para disfrutar de la sexualidad.	Hojas y lápices o lapiceros de color.
3. Comenzando por nuestras creencias”	Test de falso y verdadero. (Anexo 5).
Receso de 15 minutos	
4. Apoyo conceptual Derechos sexuales y reproductivos de los y las adolescentes.	Presentación Derechos Sexuales y Reproductivos de los y las Adolescentes.
5. Construcción colectiva de la historia de un parto humanizado para una adolescente.	Modelo de Parto Humanizado-CCSS. Video. Desarrollemos el poder de escuchar.
Almuerzo 60 minutos	

Descripción de actividades

1. Bienvenida

Duración: 5 minutos

Materiales: ninguno

Descripción: el objetivo de esta actividad es crear un ambiente cálido y de confianza, nos saludamos y presentamos los objetivos de la jornada del día. Durante la mañana, se trabaja sobre los derechos sexuales y los derechos reproductivos de las adolescentes.

Tomar en cuenta:

Señalamos que tendremos actividades sincrónicas y asincrónicas, y por la tarde la presencia de una persona experta en la oferta anticonceptiva para las adolescentes que tiene la CCSS.

2. Conociendo nuestro cuerpo para disfrutar de la sexualidad

Duración: 60 minutos

Materiales: hojas y lápices o lapiceros de color.

Descripción: identificar la relación entre cuerpo y sexualidad con un enfoque integral y analizar los mensajes sociales y culturales que reciben hombres y mujeres sobre el cuerpo, además problematizar el modelo hegemónico que reduce la sexualidad a la genitalidad.

Se desarrollan las siguientes acciones:

- Se efectúa un ejercicio de relajación con música, invitando a realizar un gesto con el propio cuerpo que comunique a las demás personas cómo me siento el día de hoy. Luego de compartir el gesto, el resto del grupo lo mira y le pone palabras, la persona expresa si siente que comunicó su sentir o le amplió su sentir.



- Posterior a compartir los sentires, se realizan subgrupos y a cada uno se le entrega una consigna: alguien del grupo va a dibujar una silueta, de varón o mujer con todas las partes del cuerpo, internas y externas, que ustedes crean que están relacionadas con la sexualidad. Una vez lista la ilustración, se deberán nombrar todas las partes del cuerpo que dibujaron.
- Finalizada la tarea, van a escoger un color para que “Coloreen las partes del cuerpo que dan más placer sexual, que son más erógenas. Se pueden elegir diferentes colores para distinguir zonas muy excitables, y otras menos excitantes”.
- Al concluir se hace una plenaria y se invita a problematizar sobre cómo impactan las construcciones de género en la vivencia de la sexualidad, y se promueve la importancia del autoconocimiento del cuerpo, el diálogo y la negociación sexual en el encuentro sexual con el/la otro/otra.

Tomar en cuenta:

Se debe evitar caer en una concepción biologicista de la sexualidad. Es importante invitar a escribir todos los nombres populares que se les dan a las diferentes partes del cuerpo como elemento de deconstrucción.

Se puede invitar a reflexionar sobre la propia vivencia de la sexualidad y los aprendizajes obtenidos.

Hacer los subgrupos homogenizados por sexo para pedirles a los hombres que trabajen sobre el cuerpo de las mujeres y viceversa.

3. “Comenzando por nuestras creencias”- Test falso y verdadero

Duración: 50 minutos

Materiales: Test falso y verdadero (Anexo 5). Puede usar la herramienta de encuestas de Zoom para realizar al menos 10 preguntas.

Descripción: el objetivo es generar un clima lúdico para abordar temas vinculados con la sexualidad, el género, los derechos y la diversidad. De esta forma, conocemos las creencias, ideas y opiniones de los/as participantes con respecto al tema e identificamos los mitos y prejuicios en el grupo.

Se realizan las siguientes acciones:

- Se retoman 10 consignas para que el grupo vaya votando en línea de forma anónima.
- Se proyectarán los resultados y se analizará cada respuesta con la participación de todas las personas.
- Hacemos una puesta en común de los aprendizajes de esta actividad en relación con nosotros mismos y con las personas adolescentes.

Quien facilita, pregunta ¿Por qué creen que eso es así? ¿En qué se fundamenta su opinión y qué posibilidad hay de cambiar las respuestas?

Tomar en cuenta:

Permita que participen las personas que defienden el falso y las que defienden el verdadero. Al terminar, se revisan los mitos.

Contemple hacer un receso de al menos 15 minutos



4. Apoyo conceptual: Derechos sexuales y reproductivos de los y las adolescentes

Duración: 15 minutos

Materiales: presentación “Derechos sexuales y derechos reproductivos”

Descripción: se realiza la presentación sobre las características y los mitos del desarrollo psicosexual de las adolescentes, las diferencias entre salud sexual y salud reproductiva, los derechos sexuales y los derechos reproductivos de las adolescentes, el género y salud sexual y reproductiva.

Tomar en cuenta:

Recuerde generar espacios para consultas de las personas participante, comentarios y abordaje de dudas.

5. Construcción colectiva “Elementos de un parto humanizado para una adolescente”

Duración: 60 minutos

Materiales: ninguno.

Descripción: acompañar al personal de salud a reflexionar sobre los componentes de un parto humanizado en la vida de una adolescente.

Se realizan las siguientes acciones:

- En subgrupos se crea una historia sobre un embarazo en la adolescencia, tomando en cuenta el proceso prenatal, parto y postparto. Deberán pensar en los personajes y en un inicio – desarrollo y final, lo que deberán plasmar en seis escenas (pueden utilizar hojas de papel, o herramientas virtuales como Microsoft Word o Power Point para colocar imágenes o frases).
- Una vez que se finaliza la tarea grupal, se presentan las escenas en plenaria y se trabaja a partir de ellas.

El equipo, puede realizar las siguientes preguntas basadas en lo que surja de cada historia, ¿Por qué manejaron esas ideas?, ¿Conocen situaciones reales similares?, ¿Creen que podría haber tenido otro final? ¿En la vida real hubiera pasado esto mismo o se hubiera resuelto de otra forma?, ¿Cómo se sienten los personajes en las diferentes historias? ¿Qué diferencias encuentran entre los personajes mujeres y varones?

Tomar en cuenta:

Tomar en cuenta: Una variante de esta actividad es que todo el grupo construya con su voz la historia en plenaria, proporcionándoles un inicio y un final, para ello cada persona abre el micrófono y agrega algo a la historia. Puede utilizar como apoyo el video “Desarrollemos el poder de escuchar.

Se realiza una pausa de al menos una hora para el almuerzo.

Recordar: En el transcurso de la tarde de este día 3 se trabajará la sesión 5.



Sesión 5: “Aplicando buenas prácticas de atención en salud sexual y salud reproductiva con las adolescentes mujeres”

Estructura pedagógica de la sesión

Objetivo de la sesión 5: Reconocer las características del ejercicio de los derechos relacionados con la salud sexual y reproductiva de las adolescentes y en situación de pandemia.

Objetivos específicos	Contenidos	Resultados de aprendizaje
<ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar el papel vital como acompañantes para que las adolescentes encuentren las capacidades propias en la generación de cambios y el fortalecimiento en diferentes ámbitos económicos, sociales, comunitarios y en los servicios de salud. 2. Determinar la oferta anticonceptiva de la CCSS para las adolescentes mujeres y las ventajas y desventajas de cada método anticonceptivo para acompañarlas en la toma de decisión. 3. Reflexionar sobre las relaciones de poder con el fin de avanzar en el “empoderamiento” como estrategia viable y necesaria para la participación de las adolescentes en sus procesos de SSSR y la prevención y la atención de las violencias en la vida de las adolescentes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Empoderamiento como estrategia en la salud sexual y salud reproductiva. • Oferta anticonceptiva de la CCSS para las adolescentes. • Desafíos en la calidez y calidad de los servicios en salud sexual y reproductiva dirigida a las adolescentes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Valora la información en la oferta anticonceptiva para las adolescentes. • Analiza el acompañamiento que provee a las personas adolescentes de acuerdo con los derechos sexuales y derechos reproductivos. • Aporta mejoras para la atención de la salud sexual y reproductiva de las personas adolescentes. • Diseña alternativas para que las adolescentes mujeres se empoderen y participen en su salud sexual y reproductiva con más información en el contexto de pandemia.

Apoyo didáctico

- Historia “La mariposa”
- Historia “El aguilucho”
- Seminario Virtual: Derechos sexuales y reproductivos (Teresa Gutiérrez y otras).

Tabla de actividades

Sesión 5	
Estrategias didácticas	Materiales
1. Actividad reactivante	
2. Empoderamiento como buena práctica en la prevención del embarazo adolescente	Audio de la mariposa. Texto de El aguilucho.
3. Charla Oferta anticonceptiva en la CCSS para adolescentes	Coordinación con personas invitadas de la CCSS
4. Cierre. Evaluación lúdica y escrita	Formulario de evaluación. Asignación de tarea



Descripción de actividades

1. Actividad reactivante

Duración: 5 minutos.

Materiales: ninguno.

Descripción: Volvemos y realizamos un ejercicio que nos despierte después del almuerzo. Invitamos a realizar un pequeño estiramiento de la cabeza, las manos, los pies y el cuello. Nos levantamos de nuestras sillas para mover el cuerpo e ir viendo cuando los demás se van uniendo nuevamente a la sesión. Podemos invitar a las personas a ponerse de pie, moverse y que cada una realice una mirada a través de la pantalla que les invite a saludar o nos de algún mensaje. Algo que nos haga reír y disfrutar como regalo al grupo.

Tomar en cuenta:

Promover la participación, la relajación y la alegría. Señalamos la agenda para esta jornada, entre las actividades está la charla sobre la oferta anticonceptiva de la CCSS dirigida a las adolescentes, realizada por una persona especialista de la institución.

2. Empoderamiento como buena práctica en la prevención del embarazo en la adolescencia.

Duración: 20 minutos

Materiales:

- Audio “La historia de la mariposa”
- La historia del Aguilucho.

Descripción: se busca introducir del empoderamiento como buena práctica en la prevención del embarazo y en la promoción de la salud sexual y la salud reproductiva de las adolescentes.

Luego de escuchar el audio que se escoja, la persona facilitadora invita al grupo para la reflexión con las siguientes preguntas: ¿Qué te ha parecido el cuento? ¿Con quién te has sentido identificado? ¿Quiénes son tus apoyos en la vida que nos pueden ayudar? ¿Cómo se empodera el aguilucho o la mariposa para poder volar? ¿Qué papel puedo jugar en la vida de una adolescente para ayudarla a volar?

Tomar en cuenta:

Esta actividad sirve de contexto para entender que la oferta anticonceptiva es una herramienta vital para que las adolescentes puedan tomar decisiones en su salud sexual y salud reproductiva como derecho humano. Es importante generar entornos empoderantes y positivos para las adolescentes.

3. Charla Oferta anticonceptiva para adolescentes que tiene la CCSS

Duración: 150 minutos

Materiales: Recurso humano con personas médicas con especialidad en Ginecología invitadas del Programa de la CCSS.

Descripción: las personas invitadas exponen sobre la oferta anticonceptiva que ofrece la CCSS a las adolescentes.

Tomar en cuenta:

Las personas invitadas deberán tener experiencia en el trabajo con las adolescentes y compartir las preguntas que constantemente realizan las adolescentes. Se trata de un intercambio de otros centros de salud.



4. Cierre: Evaluación lúdica y escrita

Duración: 15 minutos

Materiales: formulario de evaluación, tarea de la sesión.

Descripción: Nos preparamos para hacer la evaluación del día con una actividad donde cada participante escriba una palabra que sintetice sus aprendizajes de la sesión y lo que recuerda.

Tomar en cuenta:

Recordamos llenar el formulario de evaluación, así como que para la próxima sesión las personas participantes deben hacer y enviar la tarea que está colgada en el Classroom. Para las dudas tienen el acompañamiento del equipo facilitador.

Tarea del día

Según lo revisado en el día 3 de trabajo, diseñe, genere y proponga alternativas para que las adolescentes mujeres puedan empoderarse y vivan su salud sexual y reproductiva con más información. Comente esto en el tablón de clase. Se invita a revisar el Webinar sobre Salud sexual y salud reproductiva con adolescentes mujeres

Sesión 6: “Caminando en tus zapatos: ruta de atención de adolescentes mujeres en relaciones impropias, con énfasis en los servicios de salud”

Estructura pedagógica de la sesión

Objetivo de la sesión 6: Impulsar el fortalecimiento de la capacidad de reconocimiento y prevención de las violencias de género, manifestadas en relaciones impropias que viven las adolescentes.		
Objetivos específicos	Contenidos	Resultados de aprendizaje
<p>1. Identificar las relaciones impropias y las violencias en los servicios de salud, y su impacto en las personas menores de edad que las sufren, además de los condicionamientos sociales que las propician.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Competencias en sensibilización y conocimientos específicos en materia de salud sexual y reproductiva en las mujeres adolescentes. • Desarrollo psicosexual en la adolescencia • Salud sexual y salud reproductiva. • Factores de riesgo y protección en salud sexual y reproductiva. • Embarazo en la adolescencia. • Agencia y empoderamiento en la adolescencia: herramienta clave en la salud sexual y reproductiva. 	<ul style="list-style-type: none"> • Describe los condicionamientos sociales que propician y promueven las relaciones impropias y las violencias en los servicios de salud. • Enumera las características de las relaciones impropias y las violencias en los servicios de salud. • Mapea las normativas nacionales y los procedimientos internos para atender y prevenir las relaciones impropias y las violencias en los servicios de salud. • Describe las capacidades y recursos necesarios para abordar la problemática de relaciones impropias y violencias en los servicios de salud. • Desarrolla un plan para impulsar un mayor involucramiento de los servicios de salud en la prevención y atención de las relaciones impropias y las violencias en los servicios de salud. • Diseña estrategias de formación al personal de salud sobre las relaciones impropias y las micro violencias en los servicios de salud.

Apoyo didáctico

- Presentación: “Violencia de género: manifestación en relaciones impropias y violencias en los servicios”.
- Guía de facilitación Caminando en tus Zapatos y una Ruta con Calidez
- Video Tutorial: Caminando en tus Zapatos
- Herramienta Caminando en tus Zapatos.
- Seminario Acompañamiento de adolescentes en Relaciones Impropiasl.

Tabla de actividades

Sesión 6	
Estrategias didácticas	Materiales
1. Bienvenida	
2. Presentación “Violencia de género: manifestación en relaciones impropias y violencias en los servicios”	<ul style="list-style-type: none">• Presentación: “Violencia de género: manifestación en relaciones impropias y violencias en los servicios”
3. Aplicación de la herramienta “Caminando en tus zapatos con adolescentes mujeres en relaciones impropias	<ul style="list-style-type: none">• Guía de facilitación Caminando en tus Zapatos y una Ruta con Calidez• Video Tutorial: Caminando en tus Zapatos• Herramienta Caminando en tus Zapatos.
Almuerzo 60 minutos	

Descripción de actividades

1. Bienvenida

Duración: 5 minutos

Materiales: Ninguno.

Descripción: el objetivo de esta actividad es crear un ambiente cálido y de confianza, nos saludamos y presentamos los objetivos de la jornada del día. Se explica que durante esta sesión se trabajará una de las herramientas creadas en el Proyecto AMELIA que requieren mucha participación, apertura y empatía.

Tomar en cuenta:

Debido a que las actividades programadas abarcan bastante tiempo, no se ha contemplado el momento exacto en el que se puede hacer el receso. Por lo que negocie con las personas participantes este tiempo, de tal forma que la discusión grupal no se vea interrumpida.

2. Presentación “Violencia de género: manifestación en relaciones impropias y violencias en los servicios”

Duración: 30 minutos

Materiales: Presentación “Violencia de género: manifestación en relaciones impropias y violencias en los servicios”

Descripción: se proyecta y realiza la presentación sobre la violencia de género en salud, relaciones impropias y violencias en los servicios de salud.



Tomar en cuenta:

Motive siempre a las personas a abarcar las dudas que van surgiendo durante la presentación. Puede invitar al grupo a ver de forma opcional el Seminario Virtual: Seminario Acompañamiento de adolescentes en Relaciones Impropias como actividad asincrónica.

3. Aplicación de la herramienta digital “Caminando en tus zapatos con adolescentes mujeres en relaciones impropias”

Duración: 75 minutos

Materiales:

- Guía de facilitación Caminando en tus Zapatos.
- Video Tutorial: Caminando en tus Zapatos.
- Herramienta Caminando en tus Zapatos.

Descripción: el objetivo de esta herramienta es sensibilizar sobre las historias de adolescentes mujeres que fueron víctimas de relaciones impropias, en las cuales se destacan las rutas y las decisiones y el papel de acompañamiento que tienen las personas adultas y las instituciones en los desenlaces de las historias.

Tomar en cuenta:

Con la aplicación de la herramienta se busca:

- Reconocer la ruta que viven las adolescentes cuando permanecen en una relación impropia y la responsabilidad de distintas instancias como apoyo para garantizarles el ejercicio sus derechos humanos.
- Reflexionar respecto a las consecuencias de las relaciones impropias y la visualización de una red de apoyo y protección para las adolescentes.
- Visibilizar los condicionamientos sociales que propician las manifestaciones de relaciones impropias y normalización.
- Identificar las capacidades de los servicios de salud, así como de las instituciones nacionales y ámbitos de la vida de las adolescentes, con el fin de abordar la problemática de las relaciones impropias.
- Analizar la posible participación del personal de salud para la prevención y atención de las relaciones impropias.

Recordar: En el transcurso de la tarde de este día 4 se trabajará la sesión 7 y 8.



Sesión 7: “Una ruta con calidez dirigida a la atención de las adolescentes mujeres en los servicios de salud”

Estructura pedagógica de la sesión

Objetivo de la sesión 7: Impulsar el fortalecimiento de la capacidad de reconocimiento y prevención de las violencias de género, manifestadas en violencias en los servicios de salud que viven las adolescentes.		
Objetivos específicos	Contenidos	Resultados de aprendizaje
1. Participar activamente en la prevención y atención de las relaciones impropias y las violencias en los servicios de salud.	<ul style="list-style-type: none"> • Competencias en sensibilización y conocimientos específicos en materia de violencias que viven las adolescentes madres y embarazadas en diferentes ámbitos de sus vidas. • La violencia de género. • Las relaciones impropias • Las micro violencias sanitarias. • Caminando en tus zapatos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Enlista los recursos comunales, interinstitucionales e intersectoriales para la protección de las personas adolescentes. • Describe las alianzas necesarias para una coordinación efectiva. • Describe las fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas (FODA) que requiere para reforzar la coordinación de los servicios de salud. • Define estrategias para fortalecer el liderazgo de los servicios de salud en la coordinación interinstitucional, intersectorial y comunal. • Enumera mejoras en los mecanismos de coordinación interinstitucional, intersectoriales y comunales de los servicios de salud. • Enumera las alianzas alcanzadas a nivel interinstitucional, intersectorial y comunal.

Apoyo didáctico

- Guía de facilitación Caminando en tus Zapatos y una Ruta con Calidez.
- Video Tutorial: Una Ruta con Calidez
- Herramienta Una Ruta con Calidez.

Tabla de actividades

Sesión 7	
Estrategias didácticas	Materiales
1. Actividad reactivante	
2. Aplicación de “ Una Ruta con calidez” en los servicios de salud”	<ul style="list-style-type: none">● Guía de facilitación Caminando en tus Zapatos y una Ruta con Calidez.● Video Tutorial: Una Ruta con Calidez● Herramienta Una Ruta con Calidez.
3. Foro de discusión	
Receso 15 minutos	



Descripción de actividades

1. Actividad reactivante

Duración: 10 minutos

Materiales: ninguno

Descripción: Al ingresar a la sala, realizamos una actividad corta, que nos ayude a reactivarnos y a despejar la mente de la sesión anterior que probablemente estuvo cargada emocionalmente. Invitamos a las personas, desde sus lugares de trabajo a ponerse de pie, mover el cuello, los hombros y hacer estiramientos.

Tomar en cuenta:

Recuerde a las personas participantes la importancia de hacer este tipo de ejercicios reactivantes tras regresar del almuerzo para mejorar la escucha y la comprensión de los temas.

2. Aplicación de “ La Ruta de atención de las adolescentes mujeres en los servicios de salud”

Duración: 80 minutos

Materiales:

- Guía de facilitación Caminando en tus Zapatos y una Ruta con Calidez.
- Video Tutorial: Una Ruta con Calidez
- Herramienta Una Ruta con Calidez.

Descripción: se procura que las personas participantes reconstruyan grupalmente una ruta de atención, de acuerdo con las necesidades y responsabilidades del personal de salud y las adolescentes mujeres en los servicios de salud, esto con el fin de mejorar la calidad y calidez de la atención que se brinda.

Para llevar a cabo la actividad se deben seguir los siguientes pasos:

1. Introducción de la ruta: espacio para explicar la metodología.
2. Elección de la historia: de las cinco posibles historias el grupo elegirá una para realizar la ruta.
3. Presentación del contexto: se trata de situar la historia elegida.
4. Conocer a la persona adolescente: pretende profundizar en detalles importantes de la vida de la persona adolescente de la historia.
5. Inicio de la ruta: presenta la totalidad de los roles que la persona adolescente pasó en la atención recibida.
6. Selección de roles: se amplía lo que cada rol del servicio de salud tiene a cargo para que las personas participantes puedan actuar cada uno.
7. Interpretación de roles: según lo que está en la pantalla, las personas participantes actúan los diversos roles que fueron presentados.
8. Sesión de reflexión: se invita a expresar los sentimientos y pensamientos que surgieron con el recorrido de la ruta.

Tomar en cuenta:

Es importante resaltar que la ruta no está basada en la ruta real que realizaría una adolescente en un servicio de salud, lo importante en la técnica es generar la empatía y el cambio de roles para mejorar la atención.



3. Foro de discusión

Duración: 30 minutos

Materiales: Ninguno

Descripción: a partir de lo reflexionado con la ruta de la calidez se promueve una discusión de la importancia de este elemento en la atención a las adolescentes según la ruta que tienen estas en los centros de salud.

Tomar en cuenta:

Recuerde promover discusiones constructivas, respetuosas y empáticas, sin juzgar o criticar los roles que desempeñan algunas personas profesionales en la realidad.

Contemple hacer un receso de al menos 15 minutos

Recordar: Tras el receso, se trabajará la sesión 8 y el cierre del curso.

Sesión 8: “Inventario de recursos y alianzas para acompañar a las adolescentes”

Estructura pedagógica de la sesión

Objetivo de la sesión 8: Propiciar la coordinación con los recursos comunales, interinstitucionales e intersectoriales para la atención y el acompañamiento de las adolescentes mujeres en condiciones de vulnerabilidad.

Objetivos específicos	Contenidos	Resultados de Aprendizaje
<ol style="list-style-type: none"> 1. Reflexionar sobre las capacidades de las áreas de salud para abordar la SS y SR y la atención y prevención de las violencias que viven las adolescentes. 2. Valorar la coordinación con los recursos comunales, interinstitucionales e intersectoriales para fortalecer la garantía de derechos de las personas adolescentes y reducir sus condiciones de vulnerabilidad. 	<ul style="list-style-type: none"> • El trabajo articulado para un abordaje de las adolescentes mujeres, embarazadas y madres: <ul style="list-style-type: none"> ▶ Interdisciplinario ▶ Intersectorial ▶ Interinstitucional 	<ul style="list-style-type: none"> • Enlista los recursos comunales, interinstitucionales e intersectoriales para la protección de las personas adolescentes. • Describe las alianzas necesarias para una coordinación efectiva. • Describe las fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas (FODA) que se requiere para reforzar la coordinación de los servicios de salud. • Define estrategias para fortalecer el liderazgo de los servicios de salud en la coordinación interinstitucional, intersectorial y comunal. • Enumera mejoras en los mecanismos de coordinación interinstitucional, intersectorial y comunal de los servicios de salud. • Enumera las alianzas alcanzadas a nivel interinstitucional, intersectorial y comunal.



Apoyo didáctico

Inventario Amelia.

Presentación “Trabajo Articulado”.

Seminario “Socializando buenas prácticas para la atención”.

Tabla de actividades

Sesión 8	
Actividad	Materiales
1. Presentación: “Trabajo articulado”	Presentación “Trabajo Articulado”
2. Presentación del Inventario	Inventario
3. Validación del inventario	Inventario y salas de Zoom para trabajo en grupos
4. Evaluación final y cierre	Formulario de evaluación de la sesión. Perfil de salida Asignación de tarea

Descripción de actividades

1. **Presentación: “Trabajo articulado: ¿por qué es necesario para los servicios de salud en la atención de la salud sexual y la salud reproductiva y las violencias de las adolescentes?”**

Duración: 20 minutos

Materiales: Presentación Trabajo Articulado

Descripción: se proyecta y realiza la presentación sobre la importancia de la articulación necesaria para la atención de las adolescentes usuarias de los centros de salud.

Tomar en cuenta:

Genere espacios para el abordaje de dudas o para comentarios de las personas participantes durante la presentación. Invite al grupo a ver opcionalmente de forma asincrónica el Seminario Virtual “Socializando buenas prácticas para la atención”.

2. **Presentación del inventario**

Duración: 20 minutos

Materiales: Inventario.

Descripción: se proyecta y realiza la presentación del inventario de AMELIA para la organización de recursos de los centros de salud en el proceso de la atención integral a las adolescentes.

Tomar en cuenta:

Recuerde al grupo sobre la importancia de conocer y utilizar este inventario y su papel en el mejoramiento de la atención que se brinda a las personas adolescentes.



3. Validación del inventario: trabajo en subgrupos

Duración: 60 minutos

Materiales: Inventario

Descripción: en subgrupos se realiza la revisión y validación del inventario de recursos elaborado por el equipo AMELIA para el HOMACE y el área de salud que fue presentado.

Tomar en cuenta:

Los subgrupos deberán agregar instituciones o recursos faltantes, o bien, visualizar en su mapa si hay coincidencias o faltantes. Además, deberán elegir a una persona relatora que lleve a plenaria sus impresiones de la propuesta. También se puede realizar, en lugar de esta actividad una mesa redonda donde participen representantes de las instituciones como: el PANI, el INA, Oficinas municipales y la Fuerza Pública que contribuyen en la atención integral de las adolescentes.

4. Evaluación y cierre final: Tren del tiempo

Duración: 20 minutos

Materiales:

- Formulario de evaluación de la sesión
- Perfil de salida.

Descripción: Con la actividad del “Tren del tiempo” el objetivo es recuperar los aprendizajes de la experiencia del curso, para ello realizamos un paseo en forma lúdica como si fuéramos en un tren haciendo paradas, las cuales hacen un recorrido por las diferentes temáticas y sesiones del curso, rescatando recuerdos y aprendizajes.

Tomar en cuenta:

Tomar en cuenta: Propiciar la escucha y la participación, podemos tener a mano los títulos de las distintas sesiones. Motivar que se completen los formularios y se realice la entrega de las tareas.

Tarea del día

Describa 1 objetivo y actividades a desarrollar para propiciar un plan de coordinación con diversos servicios, tanto internivel como interinstitucional para la atención integral de las adolescentes mujeres.



Referencias Bibliográficas

Caja Costarricense de Seguro Social. (2018). Política Institucional de Atención Integral a la Adolescencia. Recuperado de

Caja Costarricense de Seguro Social. (2014a). Manual Técnico y de Procedimientos para la Atención Integral de las Personas Adolescentes con énfasis en Salud Sexual y Salud Reproductiva. San José.

Caja Costarricense de Seguro Social (2014b). Modelo de Atención calificada en el embarazo, parto, posparto; centrado en la mujer, la familia gestante, la comunidad, gestión humanizada y la pertinencia cultural en las maternidades de la Caja Costarricense de Seguro Social. San José.

Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2017). Panorama Social de América Latina, Santiago, Chile.

Federación Latinoamericana de Sociedades de Obstetricia y Ginecología. (FLAGSO). (2011). Factores relacionados con el embarazo y la maternidad en menores de 15 años en América Latina y el Caribe. Comité de Derechos Sexuales y Reproductivos. 1ra Edición.

Fundación PANIAMOR. Proyecto AMELIA. (2021). Fortalecimiento del trabajo articulado Internivel (hospital y áreas de salud), interinstitucional y con organizaciones comunitarias locales para la atención integral de las adolescentes mujeres usuarias del Hospital de las Mujeres y las Áreas de salud adscritas: Aserri, Acosta, Desamparados 1 y Desamparados 3.

Fundación PANIAMOR. (2020). Guía metodológica para la facilitación virtual de los módulos: “Caminando en tus zapatos: adolescentes mujeres en relaciones impropias” y “Una ruta con calidez”. San José, Costa Rica. Recuperado de X.

Gutiérrez-Rosado, T. (2021). Buenas prácticas en salud sexual y reproductiva con niñas, adolescentes y mujeres Jóvenes. II-Manual. [Documento elaborado para el proyecto AMELIA de la Fundación PANIAMOR en San José de Costa Rica].

Krauskopf, D. (2006). Políticas de juventud, adolescencia y salud. Revista Temas Sociológicos. 355-73.

Krauskopf, D. (2000). Participación social y desarrollo en la adolescencia. Fondo de Población de las Naciones Unidas. San José.

Krauskopf, D. (1994). Adolescencia y Educación. Segunda edición. Editorial EUNED. San José.

Ministerio de Salud (MS). (2015). Norma para la atención integral para la salud de las personas adolescentes: componentes salud sexual y reproductiva. San José, Costa Rica. Recuperado de

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2015). Competencias básicas en materia de salud y desarrollo de los adolescentes para los proveedores de atención primaria incluido un instrumento para evaluar el componente de salud y desarrollo de los adolescentes en la formación previa al servicio de los proveedores de atención sanitaria. Ginebra. Recuperado de

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2014). Salud para los adolescentes del mundo. Una segunda oportunidad en la segunda década. Resumen. Ginebra: Organización Mundial de la Salud. Recuperado de

Rojas, K. (2014). La violencia de género desde la perspectiva de las políticas públicas de salud y la experiencia de los profesionales de la salud. Estudio comparativo entre Cataluña y Costa Rica. Tesis Doctoral. Universidad Autónoma de Barcelona.

Rojas, M. y Rojas, K. (2015). Balance del Modelo de Atención a la Salud de las mujeres desde un enfoque de género y de derechos en el Hospital de las mujeres Dr. Adolfo Carit Eva. Instituto Nacional de las Mujeres, Hospital de las Mujeres. San José , Costa Rica.



Rojas, K. (2020). Proyecto Amelia (Adolescentes, mujeres, empoderadas, libres y autónomas). Marco Conceptual y Operativo. Fundación PANIAMOR. San José. Inédito.

Rojas, K. (2015). La violencia de género desde la perspectiva de las políticas públicas de salud y la experiencia de los profesionales de la salud. Estudio comparativo entre Cataluña y Costa Rica. Tesis Doctoral. Universidad Autónoma de Barcelona.

Rojas, K.; Gutiérrez, T.; Alvarado, R. y Fernández, Sánchez, A. (2015). Actitud hacia la violencia de género de los profesionales de Atención Primaria: estudio comparativo entre Cataluña y Costa Rica. Atención Primaria, 47(8), 490- 497.

Sojo, D., Sierra, B. y López, I. (2002). Salud y género. Guía práctica para profesionales de la cooperación. Médicos del Mundo. Madrid. Recuperado de

Anexos

Anexo 1. Guía de roles y preguntas DDHH y condiciones de vulnerabilidad

Lista de roles

1. Mujer adolescente transexual: no encuentra empleo por su condición, sufre agresiones en la calle con frecuencia, le dieron una paliza, denunció al agresor, pero quedó libre.
2. Hombre adulto mayor, viudo, trabajando indocumentado.
3. Mujer joven trabajadora de buen aspecto: trabajadora de la Caja del Seguro Social, experimenta cotidianamente acoso sexual callejero de palabras y actos obscenos.
4. Mujer, esposa de un empresario millonario, vive en la zona más exclusiva de la capital, sufre violencia intrafamiliar.
5. Mujer indígena, sufre violencia doméstica constante, interpuso denuncia, pero las autoridades no saben su idioma.
6. Adolescente de 14 años, migrante no acompañada, las autoridades no ubican a sus familiares, vive en la zona cafetalera de los Santos.
7. Médica pediatra casada, madre de dos hijos menores, con altos ingresos y prestigio.
8. Mujer joven, estudiante de la carrera de Derecho en la UCR, vive con sus padres, trabaja en su comunidad, en una Red de mujeres.
9. Mujer con discapacidad física vive con familiares, toma el autobús, tiene pensión por incapacidad.
10. Mujer mayor de 60 años, convive con una hija y su familia, trabaja por su cuenta, no tiene pensión de vejez.



11. Adolescente mujer, líder comunitaria, estudia su cuarto año del colegio, tiene excelentes notas, pero sus padres piensan que debe trabajar y no ir a la universidad. Tiene un novio que la ceba constantemente.
12. Mujer, con hijo desaparecido, ha recorrido instancias de procuración de justicia, sin obtener respuesta acerca de los hechos que originaron la desaparición.
13. Hombre campesino productor de maíz desplazado de su tierra por grupos armados de la industria textil, integrante de conglomerados empresariales, casado, padre de tres hijos que estudian en el exterior
15. Mujer de barrios del sur de la capital, realiza su investigación de tesis doctoral en Sociología, en Holanda, tiene una pareja mujer.
16. Adolescente mujer, embarazada y con un hijo de 2 años, vive con un hombre 10 años mayor.
17. Adolescente hombre, 15 años, estudia en 3° año del colegio y trabaja en el tramo de su tío. Tiene un grupo de amigos donde algunos usan drogas y gustan de hacer piques.
18. Hombre blanco, alto jerarca en una compañía importante, vive en zona exclusiva de la capital, suele tener problemas de control de la ira, tiene una hija y un hijo, ambos adolescentes.
19. Hombre, 32 años, trabaja como dependiente de tienda, pocos ingresos, su novia de 17 años se encuentra embarazada, no quiere ser padre, entonces la abandona.
20. Mujer, 28 años, negra, en condición de refugio, sin estudios formales, no encuentra trabajo.
21. Niña, 10 años, vive con sus abuelos, viven de una pensión pequeña, les alcanza para comer y pagar alquiler, está en la escuela, pero le es difícil tener buenas notas.
22. Adolescente hombre de 16 años, de familia con altos ingresos, va a colegio privado, tiene clases particulares de las materias en las que no le va tan bien, admira a su tío quien anda con muchas mujeres y las ve como objetos.
23. Mujer, 19 años, embarazada, soltera, trabaja en una soda, no puede decir que está embarazada o pierde su trabajo.
24. Hombre, 19 años, su pareja se encuentra embarazada, trabaja como mensajero.
25. Adolescente, 16 años, va a colegio privado, le gustan los deportes y los practica después de clases, tiene novio y planean tener relaciones sexuales pronto.

Preguntas:

1. ¿Tienes un ingreso por tu trabajo?
2. ¿Puedes decidir tú mismo/a, en qué gastar el dinero?
3. ¿Puedes fácilmente movilizarte de un lugar de 15 km de distancia?
4. ¿Tienes posibilidad de comprar una propiedad?
5. ¿Puedes comprarte algo sin pedir permiso a alguien?
6. ¿Tienes la posibilidad de desarrollar una carrera profesional?
7. ¿Puedes ascender a cargos de mayor nivel de toma de decisiones?
8. ¿Puedes quedarte en casa haciendo teletrabajo?
9. ¿Puedes leer cuando te mandan una carta?
10. ¿Si en tu vida familiar algo te desagrada, puedes cambiarlo?
11. ¿Tienes acceso a especializarte en el exterior?
12. ¿Has participado en decisiones locales en tu barrio, en tu comunidad?
13. ¿Hay alguien que te cuide cuando estás enferma (o)?
14. ¿Alguien prepara la alimentación para ti?
15. ¿Alguien puede cuidar de tus hijos/as cuando estás en el trabajo?
16. ¿Siempre te sientes respetado o respetada?
17. ¿Tienes tiempo libre para visitar amistades, o ir al cine?
18. ¿Puedes estar fuera de la casa un tiempo prolongado?
19. ¿Asumes riesgos, usas armas o practicas deportes de adrenalina?
20. ¿Me siento saludable estando delgada?
21. ¿Puedo decidir sin vergüenza o miedo utilizar métodos anticonceptivos?
22. ¿Me siento una persona escuchada en la consulta de mi centro de salud?
23. ¿Puedo decidir ante mi pareja si utilizo métodos de protección?
24. ¿En mi casa me valoran el trabajo doméstico?
25. ¿Tengo prevalencia de exponerme a un riesgo de accidente laboral?



26. ¿Soy una persona que me gusta pedir ayuda y autocuidarse la salud?
27. ¿Puedo caminar en las calles sin acoso sexual?
28. ¿Antes de ir a trabajar, cumplo con mis deberes domésticos?
29. ¿Puedo acceder sin vergüenza a los servicios de salud reproductiva?
30. ¿Puedo acatar las medidas sanitarias por la pandemia de quedarme en casa?

Anexo 2. Historias de casos

- Caso 1. Lucía, es una adolescente que viene a la consulta del Área de Salud para conocer el resultado de sus exámenes clínicos. Se acerca a la ventanilla con una “mala actitud”, mal encarada, enojada. Viene sola. Exige que se le atienda rápido. Está cruzada de brazo. La encargada al observar este lenguaje corporal, le dice....
- Caso 2. Josselin, de 16 años, madre de una niña de 2 años, se le realiza un examen ginecológico porque presenta dolor de pelvis. La adolescente está callada y cabizbaja. Lo único que comenta es que generalmente tiene mucho dolor de cabeza y se resfría constantemente. En un momento, empieza a llorar pero dice “no quiero, no quiero hablar”. Afuera la espera la mamá con quien vive. Quien la atiende le dice....
- Caso 3. “Qué les va a importar lo que yo esté diciendo”. Recibo a una familia que viene de una zona retirada a las 10 a.m. en la consulta psicológica. La señora me comenta sobre la salud de ese niño de 2 años que es al que se le está dando seguimiento en ese momento porque tiene una condición de discapacidad. Ella viene acompañada por una adolescente de 11 años y otro niño de 9 años. Para llegar a la consulta de las 10 a.m. habían salido de su casa a las 5:30 a.m., eran siempre puntuales, siempre estaban ahí para el seguimiento del niño de 2 años. Sabía que esta familia debía caminar de donde los dejaba el bus como 3 kilómetros a pie y se habían levantado como a las 2 a.m. Entonces notó que la chica de 11 años estaba sumamente preocupada porque mientras su madre hablaba de la salud del niño, sus hermanitos pasaban molestando y molestando. Entonces...
- Caso 4. Seguir la norma o la calidad. Stephanie es una adolescente de 14 años que está embarazada. En su tercer mes, hace consulta con la médica para iniciar su proceso de control prenatal. Se establece con ella que se debe seguir el protocolo normado, es decir poner una denuncia, ya que el padre del niño o niña es un adulto. La mamá viene con ella y se queja y dice “es que a veces es injusto, al final de cuentas, verdad, siendo una adolescente, y el acusado es el novio o un conocido, es el que menos se convoca, el que menos llaman a los juzgados, pero aquí estamos, como si fuéramos las responsables y las culpables del delito”; y es una injusticia que toda la lucha que se hace al final recaiga en la adolescente; “es la que tiene que venir aquí como si hubiera hecho algo terrible, y el “mae” está por ahí y nadie lo ha llamado”. La denuncia se hace como una norma, pero ahí queda, no trasciende.

Anexo 3. Tarjetas de juicios y necesidades

Necesidades universales

- Aceptación - Consuelo - Libertad - Apoyo - Contribución - Juego - Aprecio -
- Creatividad - Justicia - Aprendizaje - Descanso - Orden - Armonía - Diversión -
- Participación - Atención - Duelo - Paz - Autenticidad - Eficacia - Pertenencia -
- Autonomía - Elcción - Poder en mi mundo - Aventura - Empatía - Privacidad -
- Belleza - Escucha - Progreso - Cariño - Espacio - Propósito - Celebración -
- Estabilidad - Reciprocidad - Claridad - Éxito - Respeto - Comodidad - Expansión -
- Reto - Compañía - Expresión - Seguridad emocional - Comprensión -
- Honestidad - Seguridad física - Comunidad - Humor - Sentido de logro -
- Conexión - Igualdad - Ser vista/o - Confianza - Inspiración - Tranquilidad
- Consideración - Integridad - Visión y Sueños

Conversable (2017)

Necesidades de las personas adolescentes

- Cambiar física, psicológica y socialmente - Ser observado/a - Ser escuchado/a -
- Sentido de logro - Cuestionar - Resolver preocupaciones internas y tensiones -
- Aprender a gestionar riesgos - Aprender para la vida desde sus intereses -
- Figuras próximas y positivas que generen confianza en ellos y en ellas -
- Ejercitar las responsabilidades y la autonomía - Buscar respuestas y argumentos -
- Ser dueños y responsables de sus conductas y sus consecuencias -
- Demostrar que abandonan la infancia - Valoración de sus emociones -
- Vivir junto a sus pares la solidaridad emocional - Construir su identidad sexual -
- Experiencias de descubrimiento y creatividad -

Juicios

1. No es adolescente, es aborreciente
2. La persona adolescente es una etapa problemática
3. Es una persona rebelde y sin causa y muy malcriada
4. Le falta mano dura
5. Está siempre subiendo y bajando de humor
6. Sólo escucha a sus amigxs
7. Es precoz sexualmente



Anexo 4. Argumentos para contrarrestar juicios sobre las personas adolescentes

1. “No es adolescente, es aborreciente”.

Las personas adultas tratamos de aclararnos para qué sirve la adolescencia, sus tareas y lugar en la sociedad. Entendíamos en qué consistía la pubertad, pero no acabamos de comprender que es un proceso importante de cambio físico, psicológico y social diverso, heterogéneo para cada adolescente. “La persona adolescente es una etapa problemática”.

Para entender qué es lo que pasa en sus vidas hay que observar y acordar qué es y qué no es significativo de lo que dicen y hacen. Se nos escapan sus verdaderas preocupaciones.

2. “Es una persona rebelde y sin causa y muy malcriada”.

Las personas adolescentes viven una etapa de transformación, de construcción, en un mundo que está en constante cambio en relación con la sociedad adulta que ve sus propias incertidumbres reflejadas en las personas adolescentes. La confrontación con el mundo adulto es parte de su necesidad de demostrar el abandono de la infancia, ésta no es personal, sino con las figuras y papeles adultos que representamos.

3. “Le falta mano dura”.

La influencia en la regulación de las conductas se establece de la necesidad de las personas adolescentes de conocer la opinión de diferentes situaciones y realidades de las personas adultas y de sus argumentos, la interiorización de una ética y de normas claras, de aprendizaje de la responsabilidad.

4. “Está siempre subiendo y bajando de humor”

La adolescencia es una etapa con incertidumbres y riesgos sobre su resultado. Es un estadio emocional, un contexto de sentimientos y afectos. Tienen la necesidad de que valoremos lo que sienten. El acompañamiento del adulto es imprevisible hacia adelante y hacia atrás, es un proceso que requiere tiempo, presencias y acciones.

5. “Sólo escucha a sus amigas”.

Las personas adolescentes tienen como referencia a amigos pares y representa la solidaridad y cooperación emocional y recibir aceptación con quienes viven lo que pueden estar viviendo en la adolescencia. Son edades para ser como son otros y evitar vivirlas en soledad.

6. “Es precoz sexualmente”.

Las personas adolescentes están llenas de “primeras veces”, de la emoción que desconocen en sus vidas, continuamente sienten atracción por lo que todavía no han hecho o no han probado y por aprender muchas cosas. Muchas de sus tensiones tienen relación con el desconcierto de sentirse activamente sexuados, atraídos por el otro como ser con una condición sexual. La construcción de sus identidades pasa por los parámetros sexuales.



Anexo 5. Consignas de falso y verdadero

- Sexo y sexualidad son lo mismo.
- Los hombres son violentos por naturaleza.
- Con una pareja estable no es necesario usar condones porque no hay riesgos.
- Los hombres homosexuales quieren ser mujeres.
- Las personas se masturban cuando no tienen con quien mantener relaciones sexuales.
- Los bebés también tienen sexualidad.
- Cuando te conectas por chat con alguien que no conoces, es mejor no darle tus datos personales como el teléfono y la dirección.
- La mejor pareja sexual es la que puede hacer el amor varias veces seguidas.
- No se puede tener relaciones cuando la mujer está menstruando.
- El abuso sexual siempre se produce en lugares peligrosos y oscuros, y el atacante es un desconocido.
- Cuando una adolescente es maltratada continuamente por su novio, la responsabilidad es suya por seguir ennoviada con él.
- Si alguien se niega varias veces a hacer una práctica sexual que su pareja le reclama, seguramente acabe por cansarse y la/o deje.
- Las personas tienen derecho a elegir si quieren o no quieren tener hijos/as, cuánto, cuándo y con quién.
- El tamaño del pene es muy importante para las relaciones sexuales.
- Durante el embarazo es mejor no tener sexo.
- Las adolescentes necesitan información para no quedar embarazadas y prevenir ITS, pero no para el libertinaje.