

IDEAS

- Realizar un Post para instagram
- Hacer un Qr donde abra un link donde se visualice un power point sobre métodos anticonceptivos
- Ruleta sobre mitos y verdades
- actividad de poner un condon con preguntas adentro y la que responda bien la pregunta se le regala un condon
- Formas de prevención (preservativos) de ITS no es necesario entregar tanta información
- orden lógico de las estaciones del stand
- Preguntas y respuestas. Ej cuál es el mac más eficaz

A las 11 juntarnos, a las 12 comenzar y mas o menos hasta las 2:30/3

1) ITS

1. Síntomas que puedan dar sospecha de ITS en mujeres y hombres, motivar más la prevención (panel)
2. El A, B, C de las ITS: en A se coloca un listado de ITS, en B los mecanismos de transmisión y en C imágenes de cada ITS. Cada letra será una columna que deberá unirse con lana para asociar cada ITS con su modo de transmisión y cómo se manifiesta
3. Qr con ppt sobre principales its

2) MAC

1. Qr con ppt sobre métodos anticonceptivos
2. Existencia de diferentes métodos anticonceptivos para decidir de forma correcta.
3. Ruleta derribando mitos (verdadero falso)
4. Uso correcto de métodos de barrera.

3) Déjanos tu comentario (panel al medio)

1. Cartulina donde pondremos la frase "Déjanos tus dudas y comentarios", entregaremos Post It para que escriban comentarios

Propósito

Concientizar acerca de las ITS con el fin de prevenirlas mediante el correcto uso de métodos anticonceptivos con enfoque del cumplimiento de derechos sexuales y reproductivos.

Juego del A.B.C

A	B	C
VIH	Virus que ataca al sistema inmune y que puede generar síntomas como la fiebre, dolor de garganta y fatiga	FOTO
SÍFILIS	ITS causada por una bacteria que comienza con una llaga indolora (ya que tiene etapas)	FOTO
HERPES GENITAL	ITS causada por un virus y que se caracteriza por dolor y llagas en los genitales	FOTO
VPH	Infección viral que según el tipo puede ser causante de verrugas o diferentes tipos de cáncer como el cervicouterino.	FOTO
GONORREA	Infección bacteriana que genera micción dolorosa y excreciones anormales en el pene o vagina.	FOTO
CLAMIDIA	Infección bacteriana que en algunos casos puede generar micción dolorosa, secreción y dolor	FOTO

1. Chlamydia trachomatis [Internet]. Mayoclinic.org. 2022 [citado el 3 de abril de 2023]. Disponible en: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/chlamydia/symptoms-causes/syc-20355349>
2. Infección por VPH [Internet]. Mayoclinic.org. 2021 [cited 2023 Apr 3]. Available from: <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/hpv-infection/symptoms-causes/syc-20351596>

Ruleta verdadero/falso

1. Las pastillas anticonceptivas causan aumento de peso.

FALSO: Los investigadores no han encontrado evidencia de que las píldoras anticonceptivas provoquen aumento de peso. Tomar la píldora o cualquier anticonceptivo hormonal puede causar retención de líquidos antes de su periodo. Esto puede ocasionar que aumente un par de libras, pero el efecto debe desaparecer en cuanto termine su periodo.

2. Solo se debe usar el DIU si se tuvo hijos

FALSO: El DIU es apropiado y seguro para personas con y sin hijos. No tener hijos no tiene ninguna relación con el uso del DIU. Los médicos lo recomendaban porque, después de dar a luz, el cuello uterino y el útero son un poco más grandes. Esto facilita la inserción del DIU y su uso es más cómodo

3. Las píldoras causan cáncer

FALSO: Las píldoras anticonceptivas no causan cáncer. De hecho, pueden reducir el riesgo de sufrir ciertos tipos de cáncer (ovario y endometrio). Hay estudios que sugieren que las pastillas están asociadas a un ligero aumento del riesgo de cancer de mama.

4. El coitos interruptus no es un metodo anticonceptivo

FALSO: El coitos interruptus está dentro de los denominados "anticonceptivos naturales" aunque es importante aclarar que es muy poco eficaz, por lo que no se recomienda utilizarlo.

5. Mientras se amamanta no hay riesgo de quedar embarazada

FALSO: Conocido como uno de los métodos anticonceptivos naturales, la baja tasa de eficacia de este método radica en que, si bien es probable que la mujer no ovule mientras amamanta, lo cierto es que no se sabe cuándo ocurrirá la primera ovulación, por lo que si no se usan otros métodos, existe riesgo de embarazo.

6. Hay posibilidad de quedar embarazada si tengo relaciones sexuales durante mi periodo

VERDADERO: Si bien no es muy común que ocurra en personas con ciclos menstruales más regulares (28 a 30 o más días), en personas que tienen un ciclo más corto si habrá posibilidades de quedar embarazada ya que hay que tomar en cuenta que el espermatozoide sobrevive dentro de la vagina aproximadamente 5 días y los días de distancia entre la menstruación y la ovulación serán menores.

7. Hay medicamentos que disminuyen la efectividad de los AC hormonales

VERDADERO: Varios medicamentos y suplementos, incluidos antibióticos, anticonvulsivos, terapia antirretroviral, inhibidores de la proteasa y la hierba de San Juan, pueden disminuir la eficacia de pastillas anticonceptivas.

8. La píldora de emergencia es abortiva

FALSO: La píldora de emergencia es un método anticonceptivo que tiene como mecanismo de acción prevenir o retrasar la ovulación por lo que no se considera abortiva

9. Las personas hipertensas no pueden usar cualquier MAC

VERDADERO: Para mujeres con presión arterial alta, los métodos con estrógeno—la píldora (salvo la mini-píldora), el anillo y el parche —pueden hacer que les suba todavía más la presión arterial, aumentando el riesgo de infarto o accidente cerebro-vascular. Por suerte, hay muchas opciones anticonceptivas altamente eficaces que son seguras y libres de estrógenos como el DIU, el implante o la inyección.

10. El único método anticonceptivo que se puede utilizar para prevenir el contagio de ITS son el condón externo e interno y las barreras bucales

VERDADERO: Ambos métodos son considerados como un método de barrera, que además de su acción anticonceptiva, impide el contacto de secreciones infectadas de la vagina o la uretra, mucosa o piel con otra superficie mucosa.

11. No puedo quedar embarazada si practico coito interrumpido

*coito interrumpido”: método anticonceptivo natural en el que la eyaculación ocurre fuera de la vagina

FALSO: Si bien la eyaculación ocurre fuera de la vagina, el líquido preseminal contiene una gran cantidad de espermatozoides por lo que si existe probabilidad de embarazo y además no ofrece protección contra las ITS

12. Los métodos anticonceptivos causan infertilidad a largo plazo

FALSO: “Seis meses después de discontinuar el método, el 99% de las mujeres ya han recuperado los ciclos menstruales. A los dos años después de suspendido el uso, las tasas de embarazo son de 90% o más. No hay relación entre tiempo de uso y el intervalo hasta la recuperación de la fertilidad. Los anticonceptivos orales combinados no producen infertilidad”

13. Hay que tomarse descansos de los anticonceptivos

FALSO: la necesidad de los descansos es sólo un mito, tomar pastillas anticonceptivas durante tiempo prolongado es seguro siempre que se realicen los exámenes ginecológicos recomendados y no se presente ninguna patología durante el tratamiento.

14. El olvido de una pastilla o retraso no genera riesgo de embarazo

FALSO: La tasa de embarazos durante el uso típico (se refiere al como usan los métodos las personas promedios, varía del uso perfecto) es más alta y varía entre 3 y 8 por 100 años mujer. Esta menor eficacia se asocia generalmente a uso incorrecto, lo que refleja la importancia de una adecuada información y aconsejaría a mujeres que deciden usar estos métodos anticonceptivos. En el caso de los ACO, esto ocurre generalmente por olvido de ingerir la píldora, vómitos o diarrea concomitante, o interacción con algunas drogas.

15. Los métodos anticonceptivos son 100% efectivos

FALSO: los MAC tienen un uso típico que significa cuán bien funciona el método para prevenir el embarazo cuando las personas lo utilizan en el transcurso de la vida real, mientras que el uso perfecto significa qué tan bien funciona el método cuanto está siendo probado dentro de un estudio clínico.

TABLA C.1. EFICACIA DE LOS MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS. TASA DE EMBARAZOS POR 100 MUJERES EN LOS PRIMEROS 12 MESES DE USO

Método anticonceptivo	Uso correcto y consistente	Uso típico
Sin método	85	85
Implantes de progestágeno solo	0.05	0.05
Vasectomía	0.1	0.1
Inyectables combinados	0.1	3
Inyectable progestágeno solo (AMPD)	0.3	3
Esterilización femenina	0.5	0.5
Dispositivo intrauterino liberador de levonorgestrel	0.2	0.2
Dispositivo intrauterino TCu 380A	0.6	0.8
Anticonceptivos orales de progestágeno solo (en lactancia)	0.5	1
Método de la amenorrea de lactancia (MELA)*	0.5	2
Anticonceptivos combinados orales	0.1	6-8
Anillo vaginal combinado y parche transdérmico combinado	0.5	6-8
Anticonceptivos orales de progestágeno solo (sin lactancia)	0.5	6-8
Condón masculino	2	15
Coito interrumpido	4	19
Diafragma con espermicida	6	16
Abstinencia periódica	1-9	25
Condón femenino	5	21
Espermicidas	18	29
<div> <div>0-1 Muy efectivo</div> <div>2-9 Efectivo</div> <div>10-30 Menos efectivo</div> </div>		

16. Cualquier persona puede usar cualquier tipo de MAC

FALSO: La prescripción de MAC se basan en los criterios de elegibilidad de la OMS, los cuales son una serie de criterios y orientaciones para la correcta elección de MAC según la usuaria.

17. Se puede utilizar solo dos PAE al año

FALSO: Aunque el uso repetido no es aconsejable porque las PAE son menos efectivas que los métodos anticonceptivos de uso regular, no hay razones médicas que impidan usarla nuevamente.

18. es mas seguro usar dos condones al mismo tiempo

FALSO: La fricción generada por el roce de las dos estructuras de latex conlleva a que estos se rompan más fácilmente.

19. tengo que esperar un tiempo si quiero cambiar de MAC

FALSO: Si no hay ninguna contraindicación, los MAC pueden empezar a utilizarse inmediatamente, sin necesidad de descanso.

20. Desde los 14 años en adelante se puede decidir y conseguir un MAC sin la necesidad de asistir con un padre o tutor.

VERDADERO "Toda persona tiene derecho a elegir libremente, sin coacción de ninguna clase y de acuerdo a sus creencias o formación, los métodos de regulación de la fertilidad

femenina y masculina, que cuenten con la debida autorización y, del mismo modo, acceder efectivamente a ellos, en la forma señalada en el artículo 4°.

Sin embargo, en aquellos casos en que el método anticonceptivo de emergencia sea solicitado por una persona menor de 14 años, el funcionario o facultativo que corresponda, sea del sistema público o privado de salud, procederá a la entrega de dicho medicamento, debiendo informar, poster

Para llevar no olvidar

- ☐ Mantales Ceop
- ☐ Preservativos + folletos
- ☐ Post It (jose)
- ☐ Plumones o lápices para escribir
- ☐ Lana
- ☐ Penes y Vulvas para uso correcto métodos de barrera
- ☐ Scotch
- ☐ Banderines
- ☐ Lápices
- ☐ parlante cargado
- ☐ pliego de cartulina o restos

Nos falta

- ☒ ~~arreglar la ruleta~~
- ☒ ~~cartelitos para panel central: deja tu duda... y será respondido por + Mis derechos (AINI)~~
- ☒ ~~derechos atingentes para mae (ISI)~~
- ☒ ~~etiqueta de nombre~~
- ☒ ~~bibliografía de ITS~~

Diálogo ITS (modo de contagio, signos/Síntomas manifestación, cómo se diagnostica, prevención)

-**VIH:** El VIH se **detecta** mediante test sanguíneo el cual puede ser un test rápido que está disponible en consultorios y hospitales que te entrega el resultado en 20 minutos, y también está el test de laboratorio ELISA. Estos exámenes se deben realizar 3 meses después de la última situación de exposición a un riesgo. Solo el test rápido no requiere de receta médica, pero para ambos se necesita agendar hora. Su **modo de contagio** es por intercambio de fluidos que tengan el virus presente que se puede presentar en; relaciones sexuales sin protección de barrera, vía madre hijo en el embarazo, lactancia y por jeringas contaminadas esto se da principalmente por abuso de drogas de manera intravenosa. En ocasiones, durante las primeras semanas que siguen al contagio la persona no manifiesta ningún **signo o síntomas**, mientras que, en otras, presenta un cuadro similar a una gripe, con fiebre, dolor de cabeza, erupciones o dolor de garganta. **Conforme la infección va debilitando el sistema inmune, la persona puede iniciar otras manifestaciones, tales como inflamación de ganglios linfáticos, disminución de peso, fiebre, diarrea y tos.** Hoy en día encontramos diversos **tratamientos** tanto para la prevención como tratamiento del VIH los cuales corresponden a:

- PrEP o profilaxis pre exposición que es un tratamiento previo a la exposición de una posible situación de contagio de VIH. Este es gratuito para beneficiarios de FONASA y se encuentra disponible en diversos hospitales.

- PEP o profilaxis post exposición que es un tratamiento para prevenir el VIH dentro de las 72 horas posterior a una práctica con posible exposición al virus.

- TARV es el tratamiento para que no se replique el virus, este se toma todos los días.⁴

-**Sífilis:** Su diagnóstico se realiza mediante prueba de sangre, la prueba más frecuente que le realizan a la población para tamizaje es el VDRL (y si es positivo se realiza una prueba treponémica para detectar anticuerpos contra el agente) signos y síntomas clínicos: en la sífilis precoz podemos ver la aparición de un “Chancro” duro, indoloro de aspecto limpio y brillante (mostrar imágenes) que aparece entre la 4 y 6 semana (clase 3 infectología)

Prevención: Recomendamos el uso correcto de condón, realizarse pruebas de vih y otras ITS regularmente y en el caso de tener parejas sexuales múltiples es sumamente importante utilizar métodos de barrera. Es importante que al tener una nueva pareja se le solicite la realización de exámenes de ITS para prevenir el contagio.

-**Herpes Genital:** Infección persistente, esto quiere decir que después de la primera infección que puede tener síntomas o no queda su genoma viral en el organismo de por vida, pudiendo reactivarse más de 1 vez producto de diversos estímulos como estrés, cambios hormonales, Luz UV, etc. VHS-1 afectan a nivel de la cara, su principal reactivación es el herpes labial. El virus tiende a transmitirse generalmente en la infancia por contacto con lesión que contengan el virus o saliva infectada; Puede generar infecciones en la cara, dedos, zona del pañal. VHS también puede ser transmitido por actos sexuales, cuando hay lesiones a nivel genital, cómo también puede ser excretado por el semen y secreciones vaginales, por lo que se puede transmitir vía sexual. También se puede transmitir en el parto. El herpes genera muchas lesiones, que son erosiones, en la piel pueden verse como vesículas y son muy dolorosas, generalmente duran más de 2 semanas y en todo ese tiempo hay excreción del virus y contagio. Uso correcto y recurrente siempre de

Preservativo. (Preservativos y todas las prevenciones de los otros, pero acá no basta el preservativo porque se puede pegar por la zona que no queda cubierta si es que hay una lesión.)

VPH : La infección por el virus del papiloma humano es una infección viral. Algunos tipos de infección por el virus del papiloma humano causan verrugas y otros pueden causar diferentes tipos de cáncer. Estas infecciones a menudo se transmiten sexualmente o a través de otro tipo de contacto de piel con piel. En la mayoría de los casos, el sistema inmunitario del cuerpo vence una infección por el virus del papiloma humano (VPH) antes de crear las verrugas. Cuando aparecen las verrugas, estas varían en apariencia según el tipo de VPH que esté involucrado. Las infecciones por el virus del papiloma humano son la principal causa de cáncer del cuello del útero. Vacunarse contra la infección por el virus del papiloma humano es la mejor protección contra el cáncer del cuello del útero. Debido a que el cáncer del cuello del útero en estadio temprano no causa síntomas, es vital que las mujeres se realicen pruebas de detección regulares para detectar cualquier cambio precanceroso en el cuello del útero que pueda derivar en cáncer. Las pautas actuales recomiendan que las mujeres de 25 a 64 años se realicen el pap cada 3 años disponible en CESFAM o centro de salud

(Cómo se detecta, modo de contagio, signos/Síntomas manifestación, prevención)

-Gonorrea: Su detección puede ser por medio de una muestra de orina o de secreciones. Signos y síntomas: En hombres ocurre uretritis purulenta, se les observa la salida de secreción blanca purulenta abundante, con molestias al orinar y aumento en la frecuencia de micción. En algunos casos puede presentarse muco-purulenta o solo eritema en el meato. En mujeres entre un 20-50% suelen ser asintomáticas, o en caso de que se les manifieste puede presentar molestias al orinar y descarga vaginal. La cervicitis purulenta (quiere decir que el cuello uterino se inflamación y secreta pus) este puede ascender por el cuello al útero a las tubas lo que podría causar infertilidad (porque el óvulo no podrá avanzar por las tubas para que ocurra la fecundación). También existen otras ubicaciones, puede ser rectal, conjuntival y faríngea.

-Clamidia: Esta infección puede no presentar síntomas, pero en hombres puede presentar ardor al orinar, secreción del pene o recto, dolor o sensibilidad en el recto y testículo. En mujeres también se puede presentar asintomáticas, pero los síntomas que puede provocar son sensación de ardor al orinar, ardor en relaciones sexuales, dolor o secreción rectal y secreción vaginal. El modo de contagio es principalmente a través de las relaciones sexuales. Su detección es mediante muestras de secreción uretral en hombres o cervicales en mujeres. Este examen se realiza igualmente en caso de contraer otros tipos de infecciones como gonorrea o sífilis. Es importante asistir al doctor o matrona en caso de sospecha ya que el tratamiento puede prevenir complicaciones mayores como cervicitis. Su prevención es mediante uso de condón y realizarse exámenes de ITS constantemente en caso de vida sexual activa. (3)

1. Perez A. ¿Cómo y dónde puedo hacerme el test de VIH en Chile? [Internet]. Chilepositivo. 2019. Disponible en:
<https://www.chilepositivo.org/2019/05/05/como-y-donde-puedo-hacerme-el-test-de-vih-en-chile/>
- 2.. Síndrome de inmunodeficiencia adquirida (VIH/SIDA) [Internet]. Departamento de Epidemiología. Minsal. 2022. Disponible en:
<http://epi.minsal.cl/vih-agente-etiológico/>
3. Clamidia [Internet]. Blog Salud UC. Disponible en:
<https://www.ucchristus.cl/blog-salud-uc/abc-de-la-salud/c/clamidia>
4. Lobos C. TARV: cómo funciona [Internet]. Chilepositivo. 2021. Disponible en:
<https://www.chilepositivo.org/2021/01/15/tarv-como-funciona/>