



ACUERDOS DE GRUPO

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

**Acepto seguir estos
Acuerdos de Grupo durante
nuestras lecciones de salud sexual.**

FIRMA DE UN PADRE(MADRE) O ADULTO DE CONFIANZA _____





La Salud Sexual de los Adolescentes

- Menos de la mitad de los adolescentes encuestados nunca han tenido relaciones sexuales.
- Sólo alrededor de un tercio de todos los adolescentes encuestados son sexualmente activas.*
- La mayoría de los adolescentes sexualmente activos usan condones.
- Aproximadamente una cuarta parte de los adolescentes sexualmente activos también utilizar otra forma de control de la natalidad.*
- Más de 764.000 partos de jóvenes se producen cada año en los EE.UU.
- El cuarenta por ciento de todos los casos de ETS son en adolescentes .

* 2013 , los datos Youth Risk Behavior Survey





NOMBRE _____

Conclusión de la Lección

Parte I. Pregúntate a Ti Mismo(a)

INSTRUCCIONES: Verifica tu entendimiento de la lección de hoy contestando las siguientes preguntas de Verdadero-Falso

- | | | |
|---|---|--|
| V | F | Los Acuerdos de Grupo se establecen para respetar y proteger a los estudiantes durante estas lecciones. |
| V | F | Puede ser difícil hablar acerca de la salud sexual porque este tema está asociado con ser “normal” o “anormal”. |
| V | F | Acuerdos grupo incluye la protección de la privacidad de otro estudiante cuando las declaraciones se hacen durante la clase. |

Parte II. Pregúntale a un(a) Amigo(a)

INSTRUCCIONES: Recurre a un(a) compañero(a) para revisar tus respuestas y dile la cosa más importante que aprendiste durante esta lección.

Parte III. Pregúntate a Tí Mismo Otra Vez

INSTRUCCIONES: ¿Qué tan positivo (a) estás de poder seguir los Acuerdos de Grupo? Marca con un círculo tu respuesta.

<i>No Estoy Positivo(a)</i>					<i>Muy Positivo(a)</i>
	1	2	3	4	5

Parte IV. Pregúntale a un(a) Padre(Madre) o Adulto de Confianza

INSTRUCCIONES: Habla/Revisa con tu compañero(a) o adulto de confianza tu Ensayo de Estudiante completado, y pregúntale qué tipo de educación sexual recibió cuando era adolescente.





Desarrollo Sexual

INSTRUCCIONES: Lee la historia siguiente, y escribe tus respuestas a cada pregunta antes de venir a clase.

El profesor de matemáticas estaba tratando de demostrar los conceptos de media, mediana y modalidad. Así que les preguntó a los estudiantes que se formaran contra la pared, del más bajito al más alto, para medir la altura de todos y calcular el promedio para la clase.

Esto era penoso para Timmy, quien era el niño más bajito en su clase. Él estaba frustrado por estar menos desarrollado que los otros niños, y formarse de esta manea empeoraba las cosas.

Al final de la línea estaba Brenda, la niña más alta y desarrollada en la escuela. Desde el 4° grado ella se sentía incómoda con respecto a entrar a la pubertad a una temprana edad, y formarse de este modo hizo que ella se sintiera aún más incómoda y apenada.

Pregunta 1. Brevemente resume los hechos en esta historia.

Pregunta 2. Timmy está preocupado porque no es “normal”. ¿Debería sentirse de este modo? ¿Por qué sí o por qué no?

Pregunta 3. Brenda también siente que no es “normal”. ¿Debería sentirse de este modo? ¿Por qué sí o por qué no?

Pregunta 4. Dentro de cuatro años en la preparatoria, ¿Crees que Timmy aún será el más bajito y Brenda será la más alta? ¿Por qué sí o por qué no?





NOMBRE _____

Prevención Positiva **MÁS**

Ensayo de Estudiante

INSTRUCCIONES: Lea cada declaración y círculo si está de acuerdo , en desacuerdo o no sabe.

De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	1. Una buena amistad implica honestidad, franqueza, flexibilidad y comunicación.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	2. En la mayoría de los estados , un bebé recién nacido puede ser entregada de forma segura dentro de las 72 horas de haber nacido.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	3. Los cambios físicos durante la pubertad ocurren al mismo tiempo para todos.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	4. Al tomar decisiones importantes es importante evaluar tus opciones, solicitar ayuda de fuentes confiables, y tomar responsabilidad por tus decisiones.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	5. Según la ley, es ilegal que una persona menor (cualquiera menor de 18) tenga contacto sexual con un adulto (cualquier persona mayor de 18).
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	6. Tú no debes hacer amistad con gentes que sean demasiado dominantes, posesivas, amenazadoras y/o abusivas.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	7. Los lugares donde una mujer puede llevar a su bebé para entregarlo con seguridad son los hospitales, estaciones de bomberos y departamentos de policía de algunos condados.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	8. Todos tienen la misma orientación sexual e identidad de género.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	9. Acoso sexual es cuando haces que alguien se sienta mal o incómodo(a) debido a algo (sexual) que tú digas o hagas.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	10. Es más importante para las mujeres hacerse chequeos médicos regulares que para los hombres hacerse chequeos médicos regulares.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	11. La terapia anti-retroviral (TAR) puede mantener una persona infectada saludable por muchos años, y reduce en gran medida sus posibilidades de transmitir el VIH a su pareja(s).





De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	12. La abstinencia sexual es el único método 100% efectivo de prevenir un embarazo y la propagación de infecciones de transmisión sexual.
Agree	En desacuerdo	No sabe	13. El virus de inmunodeficiencia humana (VIH) no se transmite al besar, abrazar, agarrar las manos, o vivir al lado de un vecino infectado con el VIH.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	14. Es posible que una persona tenga una STI (ETS) y NO tenga síntomas.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	15. Muchos métodos anticonceptivos no protegen contra VIH/STI.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	16. Los socios deben verbalmente de acuerdo a los comportamientos sexuales que se involucran en (“sí significa sí”).
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	17. Yo sé cómo y dónde encontrar información de salud sexual y servicios de salud sexual confiables.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	18. Algunas veces los cambios hormonales durante la pubertad pueden causar enojo y tristeza.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	19. Quedar embarazada o adquirir una enfermedad de transmisión sexual podría interferir con mis planes y metas de vida.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	20. Un condón es más efectivo para prevenir el VIH, STIs, y embarazos si se usa consistente y correctamente.

¿Cuáles son algunas cosas que quisieras aprender en esta unidad?

- a. _____
- b. _____
- c. _____
- d. _____

FIRMA DE UN PADRE(MADRE) O ADULTO DE CONFIANZA _____





NOMBRE _____

Conclusión de la Lección

Parte I. Pregúntate a Ti Mismo(a)

INSTRUCCIONES: Verifica tu entendimiento de la lección de hoy contestando las siguientes preguntas de Verdadero-Falso.

- V F Orientación Sexual e Identidad Sexual significan la misma cosa.
- V F A medida que sus cuerpos crecen y cambian , los adolescentes pueden llegar a ser preocupados por su tamaño y forma del cuerpo .
- V F Mantener una salud reproductiva incluye hacerte revisiones, monitorear tus propios síntomas, y buscar información de salud acertada.

Parte II. Pregúntale a un(a) Amigo(a)

INSTRUCCIONES: Recurre a un(a) compañero(a) para revisar tus respuestas y dile la cosa más importante que aprendiste durante esta lección

Parte III. Pregúntate a Tí Mismo Otra Vez

INSTRUCCIONES: Cómo positivo es que se puede proteger y mantener su salud sexual? Marca con un círculo tu respuesta.

No Estoy Positivo(a)

Muy Positivo(a)

1 2 3 4 5

Parte IV. Pregúntale a un(a) Padre(Madre) o Adulto de Confianza

INSTRUCCIONES: Habla/Revisa con tu papá(mamá) o adulto de confianza a qué edad empezaron a ver cambios en sus cuerpos, y qué tipo de asuntos sexuales corren en tu familia (cáncer de los senos, cáncer de la próstata).





Examinando Amistades

INSTRUCCIONES: Lee la historia siguiente, y escribe tus respuestas a cada pregunta antes de venir a clase.

Sal y Tinu crecieron juntos en el mismo vecindario. Eran los mejores amigos durante la primaria, y hacían todo juntos.

Sin embargo en la secundaria, las cosas cambiaron. Sal empezó a juntarse con un nuevo grupo de amigos, y esto enojó a Tinu. Algunas veces cuando Sal veía a Tinu y trataba de entablar una conversación, Tinu le decía “desaparécete”.

Pregunta 1. Brevemente resume los hechos en esta historia.

Pregunta 2. Debajo del enojo de Tinu, también puede haber otros sentimientos. ¿Cuáles son los otros sentimientos que Tinu puede estar sintiendo?

Pregunta 3. ¿Qué otras cosas podría hacer Tinu para ya no estar tan enojado?

Pregunta 4. ¿Qué otras cosas podría hacer Sal para ayudar a Tinu a ya no estar tan enojado?





NOMBRE _____

Inventario de Amistades

INSTRUCCIONES: Con base al debate en clase de amistades de alta calidad, completa la lista de características necesarias. Luego evalúate a ti mismo(a) en cada característica poniendo un “sí” o “no”, o “a veces” junto a cada una.

Características y Habilidades	¿Tengo Estas?	1*	2**
Intimidad			
Compromiso			
Honestidad			
Comunicación			
Entendimiento			
Empatía			
Flexibilidad			
Perdonar			
Entretenido(a)			

1*=Pregúntale a un amigo cercano si tienes estas características

2**=Pregúntale a un padre(madre) o adulto de confianza si tienes estas características.

En la otra hoja de papel, sugerir formas en que podría mejorar sus propias habilidades de amistad.

FIRMA DE UN PADRE(MADRE) O ADULTO DE CONFIANZA _____





NOMBRE _____

Gustar vs Amar

INSTRUCCIONES: Enumera las cosas que se aplican a las categorías siguientes:

Me Gusta... (Ejemplos: la música, dormir tarde, cierta película, etc.)	Yo Amo/Me Encanta... (Ejemplos: una mascota, un familiar, un tipo de comida, etc.)
1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____
¿Qué se siente que te guste algo o alguien?	¿Qué se siente amar/que te encante algo o alguien?
1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____
¿Cómo puedes demostrarle a la gente que te simpatizan?	¿Cómo puedes demostrarle a la gente que los quieres?
1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____	1. _____ 2. _____ 3. _____ 4. _____

FIRMA DE UN PADRE(MADRE) O ADULTO DE CONFIANZA _____





NOMBRE _____

Planificador de Actividades

Paso 1. ¿Qué actividad de gustaría hacer con un(a) amigo(a)?

Día: _____ Hora de inicio: _____ Hora de terminación: _____

Describe la actividad completamente:

¿Es esta actividad: Segura? Sí No Saludable? Sí No Legal? Sí No

¿Qué habilidades de amistad se pueden desarrollar haciendo esta actividad?

Paso 2. Comparte tu idea con un(a) compañero(a), y coincidan en una actividad que a los dos les gustaría hacer.

Día: _____ Hora de inicio: _____ Hora de terminación: _____

Describe la actividad completamente:

¿Es esta actividad: Segura? Sí No Saludable? Sí No Legal? Sí No

¿Qué habilidades de amistad se pueden desarrollar haciendo esta actividad?

FIRMA DE UN PADRE(MADRE) O ADULTO DE CONFIANZA _____





NOMBRE _____

Conclusión de la Lección

Parte I. Pregúntate a Ti Mismo(a)

INSTRUCCIONES: Verifica tu entendimiento de la lección de hoy contestando las siguientes preguntas de Verdadero-Falso.

- | | | |
|---|---|--|
| V | F | La amistad puede implicar, confianza, honestidad, y comunicación, en ocasiones. |
| V | F | Las mismas habilidades y características necesarias para una amistad de alta calidad son las mismas habilidades y características necesarias en una relación de compromiso o matrimonio. |
| V | F | Tanto gustar como amar implican entender los sentimientos de otra persona. |

Parte II. Pregúntale a un(a) Amigo(a)

INSTRUCCIONES Recurre a un(a) compañero(a) para revisar tus respuestas y dile la cosa más importante que aprendiste durante esta lección

Parte III. Pregúntate a Tí Mismo Otra Vez

INSTRUCCIONES ¿Qué tan positivo(a) estás de formar relaciones seguras y saludables con otros? Marca con un círculo tu respuesta.

No Estoy Positivo(a)

Muy Positivo(a)

1 2 3 4 5

Parte IV. Pregúntale a un(a) Padre(Madre) o Adulto de Confianza

INSTRUCCIONES: Habla/Revisa con tu papá(mamá) o adulto de confianza las hojas de trabajo de Inventario de Amistades, Gustar vs Amar, y Planificador de Actividades y pregúntale a tus padres acerca de las fechas que planearon y siguieron cuando eran más jóvenes..





Intimidación y Abuso en las Relaciones

Cuando Josh era un bebé, tenía una hemorragia en su cerebro. Estuvo en el hospital por meses, y cuando fue dado de alta, estaba ciego de un ojo y tenía una pierna paralizada.

Josh hizo un gran esfuerzo por salir bien en la secundaria. ¡Cuando su pierna se hizo más fuerte, inclusive hizo una prueba con el equipo de atletismo!

Josh también era muy inteligente. Pero tal vez porque cojeaba, y porque usaba unos anteojos especiales, los otros estudiantes lo trataban mal. Inclusive lo llamaban “retrasado”.

INSTRUCCIONES: Lee la historia siguiente, y escribe tus respuestas a cada pregunta antes de venir a clase.

Pregunta 1. Brevemente resume los hechos en esta historia.

Pregunta 2. ¿Por qué crees que Josh se quiso ir con el equipo de atletismo?

Pregunta 3. ¿Por qué crees que otros estudiantes molestaban a Josh?

Pregunta 4. ¿Cuáles son algunas de las cosas que Josh podía hacer para terminar la intimidación?





Protégete

INSTRUCCIONES: Una relación saludable es honesta, de igualdad, respetuosa, y responsable. Algunas personas han identificado los comportamientos enumerados en la tabla de abajo como señales de advertencia de que una relación no es honesta, de igualdad, respetuosa, y responsable. Revisa lo que tú probablemente harías en cualquiera de las situaciones siguientes

Imagina Si Tu Compañero(a):	Tu Probablemente:			
	No Harías Nada	Desalentarías el comportamiento	Buscarías ayuda	Terminarías la relación
1. Hace comentarios negativos acerca de tu ropa, cuerpo, o cabello.				
2. Siempre decide adonde irán ustedes juntos o lo que tú debes hacer.				
3. Te humilla en público.				
4. Te pide que le envíes fotos tuyas desnudo(a).				
5. Ignora lo que tu quieres hacer.				
6. Se enoja cuando pasas tiempo con otros.				
7. Te dice que guardes secretos.				
8. Te golpea y luego te pide perdón.				
9. Tu novio o novia toca sus pechos o genitales sin su permiso verbal.				
10. Te obliga a tener relaciones sexuales con otras personas a cambio de dinero (tráfico sexual).				

Adaptado de *Unequal Partners*, 2nd Ed. Sue Montfort y Peggy Brick, Planned Parenthood de Greater Northern New Jersey, 2000.





NOMBRE _____

Conclusión de la Lección

Parte I. Pregúntate a Ti Mismo(a)

INSTRUCCIONES: Verifica tu entendimiento de la lección de hoy contestando las siguientes preguntas de Verdadero-Falso.

- V F Si te están intimidado, tú no debes hacer nada.
- V F La comunicación asertiva implica hacer contacto visual y afirmar tus límites y expectativas.
- V F Llamar a alguien maricón es una forma de intimidación.

Parte II. Pregúntale a un(a) Amigo(a)

INSTRUCCIONES Recurre a un(a) compañero(a) para revisar tus respuestas y dile la cosa más importante que aprendiste durante esta lección

Parte III. Pregúntate a Tí Mismo Otra Vez

INSTRUCCIONES ¿Qué tan positivo(a) estás de que puedes evitar situaciones peligrosas? Marca con un círculo tu respuesta..

No Estoy Positivo(a)

Muy Positivo(a)

1 2 3 4 5

Parte IV. Pregúntale a un(a) Padre(Madre) o Adulto de Confianza

INSTRUCCIONES: Habla/Revisa con tu papá(mamá) o adulto de confianza las hojas de trabajo de Protégete y Plan de Escape y pregúntale a tus padres acerca de cómo debes manejar la intimidación.





Planificación Familiar y Anticoncepción

INSTRUCCIONES: Lee la historia siguiente, y escribe tus respuestas a cada pregunta antes de venir a clase.

La Sra. Rodríguez estaba visitando la clínica local con sus dos hijos gemelos de 12 años, Marcus y Renee. Era la fecha de su chequeo anual. El médico, Elena Patel, había completado un examen físico de rutina en cada niño y los había enviado de nuevo a la sala de espera. El Dr. Patel le preguntó a la señora Rodríguez que permaneciera en la sala de examen, para que pudiera hablar con ella a solas.

El Dr. Patel empezó, “Usted tiene niños sanos e inteligentes. Pero ellos están llegando a una edad en que no va a haber una gran cantidad de presión de sus amigos para tener relaciones sexuales”. ¿Ha hablado con ellos acerca de los valores y actitudes de su familia tocante a la actividad sexual? La señora Rodríguez solamente se sentó en silencio y movió la cabeza “no.” Ella estaba muy incómoda con esta plática.

El Dr. Patel continuó: “En los próximos años, tal vez sea necesario hablar de los métodos anti-conceptivos con cada uno de ellos.” La Sra. Rodríguez siguió sentada en silencio. Después de un momento, ella respondió: “Sí, ya sé que es el momento de hablar de estas cosas con mis hijos.” Pero en silencio Sra. Rodríguez se preguntó qué le diría a su marido respecto a su conversación con el Dr. Patel.

Pregunta 1. Brevemente resume los hechos en esta historia.

Pregunta 2. ¿Piensas que Marcus y Renee están listos para una conversación acerca de métodos anticonceptivos? ¿Por qué? ¿Por qué no?

Pregunta 3. ¿Por qué la Sra. Rodriguez tenía dudas para tener esta conversación con sus hijos, o con su esposo?

Pregunta 4. ¿Cómo podrían Marcus y Renee facilitar que sus padres les hablaran acerca del sexo?





NOMBRE _____

Conclusión de la Lección

Parte I. Pregúntate a Ti Mismo(a)

INSTRUCCIONES: Verifica tu entendimiento de la lección de hoy contestando las siguientes preguntas de Verdadero-Falso.

- | | | |
|---|---|--|
| V | F | La abstinencia sexual es la única forma segura de prevenir un embarazo no planeado, y prevenir una infección de STI o VIH. |
| V | F | Planear si quieres, y cuándo quieres tener hijos es parte de planear tu vida. |
| V | F | En muchos estados, los adolescentes pueden acceder a servicios gratuitos o de bajo costo de salud reproductiva. |

Parte II. Pregúntale a un(a) Amigo(a)

INSTRUCCIONES Recurre a un(a) compañero(a) para revisar tus respuestas y dile la cosa más importante que aprendiste durante esta lección.

Parte III. Pregúntate a Tí Mismo Otra Vez

INSTRUCCIONES ¿Qué tan positivo(a) estás ya sea de abstenerte de relaciones sexuales o de siempre usar métodos anticonceptivos? Marca con un círculo tu respuesta.

No Estoy Positivo(a)

Muy Positivo(a)

1 2 3 4 5

Parte IV. Pregúntale a un(a) Padre(Madre) o Adulto de Confianza

INSTRUCCIONES: Habla/Revisa con tu papá(mamá) o adulto de confianza pregúntales cuáles son los valores y creencias de su familia con respecto al sexo prematrimonial.





Embarazo adolescente : Opciones y Responsabilidades

INSTRUCCIONES: Lee la historia siguiente, y escribe tus respuestas a cada pregunta antes de venir a clase.

Rachelle estaba preocupada por su hermano mayor Leo. Él salía en la noche a clubs, y con frecuencia no regresaba hasta la madrugada, y presumiendo de sus encuentros sexuales. Rachelle temía que Leo se estaba arriesgando a adquirir una enfermedad de transmisión sexual (STIs) y SIDA, o arriesgando a embarazar a una muchacha.

Cuando Rachelle le preguntó a Leo acerca de esto, lo único que él dijo fue que él “se protegía”. Luego una muchacha llamó a la casa preguntando por Leo. ¡Ella dijo que estaba embarazada y que Leo era el padre!

En la escuela, Rachelle enterado de que su estado tiene una ley que ayuda a las madres jóvenes a “entregar con protección” a su bebé recién nacido en un departamento de bomberos u hospital, sin necesidad de explicaciones.

Cuando Rachelle le dijo a Leo acerca de esta ley, él dijo que esto no era su problema.

Pregunta 1. Brevemente resume los hechos en esta historia.

Pregunta 2. ¿Estás de acuerdo con Leo que el embarazo de la muchacha no es su problema?
¿Por qué o por qué no?

Pregunta 3. Menciona tres formas en que Leo pudo haber evitado este embarazo no planeado.

Pregunta 4. ¿Tú recomiendas que Leo hable con la muchacha acerca de la posibilidad de “entregar con protección” al bebé? ¿Por qué o por qué no?





NOMBRE _____

Cómo Tomar Decisiones Saludables

Paso 1: ¿Qué debe hacer un adolescente si tiene un embarazo no planeado?

Paso 2: Enumera las Opciones Posibles

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Paso 3: Evalúa Cada Opción

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Paso 4: Enumera Recursos

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Paso 5: Tome su decisión.

Paso 6:
**Actúa según la decisión, asume responsabilidad
por ella, y vuélvela a examinar.**

FIRMA DE UN PADRE(MADRE) O ADULTO DE CONFIANZA _____





NOMBRE _____

Conclusión de la Lección

Parte I. Pregúntate a Ti Mismo(a)

INSTRUCCIONES: Verifica tu entendimiento de la lección de hoy contestando las siguientes preguntas de Verdadero-Falso.

- | | | |
|---|---|--|
| V | F | La Ley de Entrega Protegida permite que una madre entregue con seguridad a su bebé recién nacido a un hospital o departamento de bomberos, sin necesidad de explicaciones. |
| V | F | Al tomar una decisión importante, es crítico examinar tus opciones, y considerar los pros y contras de cada opción. |
| V | F | Al tomar una decisión importante, no es importante solicitar un consejo de tu padre(madre) o adulto de confianza. |
| V | F | Un adolescente embarazada debe practicar la atención prenatal saludable durante su embarazo. |

Parte II. Pregúntale a un(a) Amigo(a)

INSTRUCCIONES Recurre a un(a) compañero(a) para revisar tus respuestas y dile la cosa más importante que aprendiste durante esta lección

Parte III. Pregúntate a Tí Mismo Otra Vez

INSTRUCCIONES ¿Qué tan positivo(a) estás de utilizar el modelo de tomar decisiones con éxito en esta lección al tomar decisiones importantes en tu vida? Marca con un círculo tu respuesta.

No Estoy Positivo(a)

Muy Positivo(a)

1 2 3 4 5

Parte IV. Pregúntale a un(a) Padre(Madre) o Adulto de Confianza

INSTRUCCIONES: Discutir con su padre (s) o un adulto de confianza a su toma de decisiones saludables hoja de trabajo completado, y cuáles fueron algunas decisiones importantes que necesitaban para hacer en sus vidas y cómo hicieron sus decisiones.





Estereotipos y Mitos Acerca de las Personas Infechadas con VIH/AIDS

INSTRUCCIONES: Lee la historia siguiente, y escribe tus respuestas a cada pregunta antes de venir a clase.

Terrale y Jeff estaban jugando básquetbol después de la escuela cuando Terrale preguntó de repente, “¿Conoces a alguien que tenga SIDA?”

“¡De ninguna forma!” Jeff resolló antes de hacer su tiro.

“¿Pero cómo sabes si tienen SIDA o no?” preguntó Terrale.

“Todo lo que tienes que hacer es verlos. Si se ven limpios – y no se ven homosexuales – ¡no hay porque preocuparse!” contestó Jeff.

Terrale dejó de hacer preguntas, y solo siguió jugando básquetbol. Pero luego esa noche, se aseguró de darle a su hermana mayor un abrazo fuerte extra.

Pregunta 1. Brevemente resume los hechos en esta historia.

Pregunta 2. ¿Crees que la descripción de Jeff de la gente con SIDA fue precisa?
¿Por qué o por qué no?

Pregunta 3. ¿Por qué crees que Terrale hizo la pregunta?

Pregunta 4. Si Terrale te hubiera hecho la misma pregunta, que hubieras dicho?





**CARACTERÍSTICA
PERSONAL**

**HABILIDAD
ESPECIAL**

**PERSONA
ESPECIAL**

**PLAN
FUTURO**





NOMBRE _____

Conclusión de la Lección

Parte I. Pregúntate a Ti Mismo(a)

INSTRUCCIONES: Verifica tu entendimiento de la lección de hoy contestando las siguientes preguntas de Verdadero-Falso.

- V F Sólo los hombres que tienen sexo con hombres pueden contagiarse del HIV/SIDA.
- V F Estar infectado(a) con VIH puede causar problemas emocionales, sociales, y físicos.
- V F Las familias que se enfrentan un grave problema médico pueden necesitar ayuda y apoyo de sus amistades y vecinos.
- V F Si una persona es infectada con el VIH, **siempre** es su propia culpa.

Parte II. Pregúntale a un(a) Amigo(a)

INSTRUCCIONES: Recurre a un(a) compañero(a) para revisar tus respuestas y dile la cosa más importante que aprendiste durante esta lección.

Parte III. Pregúntate A Ti Mismo(a) Otra Vez

INSTRUCCIONES: ¿Qué tan comprometido(a) estas a ya no tener estereotipos y clasificar a otras gentes? Marca con un círculo tu respuesta abajo.

No Estoy Comprometido

Muy Comprometido

1 2 3 4 5

Parte IV. Pregúntale a un(a) Padre(Madre) o Adulto de Confianza

INSTRUCCIONES: Habla/Revisa con tu papá(mamá) o un adulto de confianza cómo se sentirían si descubrieran que un familiar o amistad está infectado con VIH, y que harían si descubrieran que un familiar o amistad está infectado con VIH.





La Epidemia del VIH/SIDA

INSTRUCCIONES: Lee la historia siguiente, y escribe tus respuestas a cada pregunta antes de venir a clase.

Sonia estaba por usar el lápiz de labios de su amiga cuando alguien en el pasillo grito “¡espérate! Podrías adquirir el SIDA” Sonia sólo se sonrió, y continuó aplicándose el lápiz de labios de su amiga. Ella estaba estudiando cómo se propaga el SIDA de una persona a otra, y sabía que usar el lápiz de labios de otra definitivamente NO es como se propaga el SIDA.

Esa noche a la hora de cenar, Sonia quería hablar acerca de lo que estaba aprendiendo en la escuela acerca del SIDA. Empezó a explicar que el VIH solamente se propaga por medio de sangre, semen, fluidos vaginales, o leche materna infectados, que entran en el torrente sanguíneo de alguien a través de su boca, ano, genitales (pene o vagina) o cortadas en su piel. El hermano mayor de Sonia añadió que los doctores también estaban preocupados de adquirir salpicadas de sangre en sus ojos.

La mamá de Sonia dijo “¡Deja de hablar acerca de fluidos corporales a la hora de cenar!” su mamá también dijo que los muchachos decentes no necesitan saber acerca del VIH y el SIDA.

Pregunta 1. Brevemente resume los hechos en esta historia.

Pregunta 2. ¿Crees que Sonia y su hermano tenían la razón acerca de cómo se propaga el VIH?
¿Por qué o por qué no?

Pregunta 3. ¿Crees que la mamá de Sonia tenía razón al decir “los muchachos decentes no necesitan saber acerca del VIH y el SIDA”?





NOMBRE _____

Conclusión de la Lección

Parte I. Pregúntate a Ti Mismo(a)

INSTRUCCIONES: Verifica tu entendimiento de la lección de hoy contestando las siguientes preguntas de Verdadero-Falso.

- V F La epidemia del SIDA infecta a los hombres, mujeres y adolescentes.
- V F El Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH) evita que el cuerpo pueda combatir infecciones.
- V F Los líquidos corporales que pueden propagar el VIH incluyen la sangre, el semen, la saliva y la orina.
- V F El VIH solamente puede entrar en el cuerpo de una persona a través de su pene o vagina.

Parte II. Pregúntale a un(a) Amigo(a)

INSTRUCCIONES: Recurre a un(a) compañero(a) para revisar tus respuestas y dile la cosa más importante que aprendiste durante esta lección.

Parte III. Pregúntate A Ti Mismo(a) Otra Vez

INSTRUCCIONES: ¿Qué tan comprometido(a) estas a evitar comportamientos que propaguen el VIH? Marca tu respuesta con un círculo abajo.

No Estoy Comprometido

Muy Comprometido

1 2 3 4 5

Parte IV. Pregúntale a un(a) Padre(Madre) o Adulto de Confianza

INSTRUCCIONES: Pregúntale a tu papá(mamá) o un adulto de confianza qué edad tenían cuando oyeron por primera vez acerca de la epidemia del SIDA, y qué es lo que oyeron.





Prevención de Infecciones de Transmisión Sexual

INSTRUCCIONES: Lee la historia siguiente, y escribe tus respuestas a cada pregunta antes de venir a clase.

En la clase de Salud, Tre estaba estudiando acerca de la importancia de comer alimentos saludables bajos en grasas, hacer suficiente ejercicio y dormir lo suficiente, evitar drogas y alcohol, y hacerse revisiones médicas regularmente en una clínica local.

Recientemente, Tre había notado una protuberancia en su pierna izquierda. Era sensible al tocarla, y tenía un tamaño aproximado al de una moneda de veinticinco. Tre no recordaba haber sufrido una herida o una picadura de insecto, y esperaba que se desapareciera en unos días.

Pero ahora la llaga se estaba haciendo más grande y más sensible.

Pregunta 1. Brevemente resume los hechos de la historia.

Pregunta 2. ¿Crees que Tre debe seguir esperando a ver qué le pasa a la llaga? ¿Porqué o porqué no?

Pregunta 3. ¿Con quién debe hablar Tre acerca de la llaga?

Pregunta 4. ¿Puedes nombrar por lo menos dos lugares en tu comunidad donde obtener una revisión médica?





NOMBRE _____

Hoja De Trabajo De STI

INSTRUCCIONES: Por cada una de las Infecciones de Transmisión Sexual siguientes, verifica si es causada por un virus, una bacteria o algo más (“otro”), y si puede curarse. Luego contesta las preguntas en la parte inferior de la página.

Revisión de STI:	Virus	Bacteria	Other	Curable?
Gonorrea				<input type="checkbox"/> sí <input type="checkbox"/> no
Sífilis				<input type="checkbox"/> sí <input type="checkbox"/> no
Clamidia				<input type="checkbox"/> sí <input type="checkbox"/> no
Virus del Papiloma Humano (VPH)				<input type="checkbox"/> sí <input type="checkbox"/> no
Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH)				<input type="checkbox"/> sí <input type="checkbox"/> no
Hepatitis B				<input type="checkbox"/> sí <input type="checkbox"/> no
Herpes				<input type="checkbox"/> sí <input type="checkbox"/> no
Piojos				<input type="checkbox"/> sí <input type="checkbox"/> no

1. ¿Qué tienen en común todas las STIs incurables?

2. Identifica una clínica local donde una persona puede obtener una prueba de STI:

Nombre de la Clínica: _____

Dirección: _____

Número Telefónico: _____

Horas de la Clínica de STI: _____

FIRMA DE UN PADRE(MADRE) O ADULTO DE CONFIANZA _____





NOMBRE _____

Conclusión de la Lección

Parte I. Pregúntate a Ti Mismo(a)

INSTRUCCIONES: Verifica tu entendimiento de la lección de hoy contestando las siguientes preguntas de Verdadero-Falso.

- V F Las STIs comunes en adultos jóvenes incluyen Clamidia, Gonorrea y el Virus del Papiloma Humano (VPH).
- V F La única forma en que una STI se puede propagar de una persona a otra es a través del contacto de pene y vagina.
- V F Se te enviará una lista de clínicas FamilyPACT (salud reproductiva) a tu teléfono si envías por texto la palabra CLÍNICA más tu CÓDIGO POSTAL al 877-877.
- V F El síntoma más común de una STI es nada.

Parte II. Pregúntale a un(a) Amigo(a)

INSTRUCCIONES: Recurre a un(a) compañero(a) para revisar tus respuestas y dile la cosa más importante que aprendiste durante esta lección.

Parte III. Pregúntate A Ti Mismo(a) Otra Vez

INSTRUCCIONES: ¿Qué tan comprometido(a) estas a protegerte a ti mismo(a) y a otros de las STIs? Marca con un círculo tu respuesta abajo.

No Estoy Comprometido

Muy Comprometido

1 2 3 4 5

Parte IV. Pregúntale a un(a) Padre(Madre) o Adulto de Confianza

INSTRUCCIONES: Comparte tu hoja de trabajo de STI terminada con tu papá(mamá) o adulto de confianza y pregúntales ¿de cuáles STIs estaban conscientes cuando eran adolescentes y qué recomendarían a alguien si él/ella piensa que pueda tener una STI?





Reconociendo Y Reducción De Riesgos

INSTRUCCIONES: Lee la historia siguiente, y escribe tus respuestas a cada pregunta antes de venir a clase.

Lee y Tran estaban caminando a casa de la escuela después de una práctica de básquetbol cuando Lee mencionó que había ido al dentista después de la escuela el día anterior. Él observó que cuando el dentista le vio la boca estaba usando guantes de látex y anteojos de plástico para protección de la vista. Lee le preguntó a Tran si él sabía porque el dentista estaba usando estas cosas.

Tran dijo que era para proteger al dentista de la saliva de su cliente la cual puede llevar el VIH.

Pregunta 1. Brevemente resume los hechos en esta historia.

Pregunta 2. ¿Estás de acuerdo con la respuesta de Tran? ¿Porqué o por qué no?

Pregunta 3. Algunas personas no van al dentista porque dice que podrían contraer el VIH. ¿Es esta una buena razón para no ir al dentista?





NOMBRE _____

¿Cómo LOGRAS la “Abstinencia Sexual”??

- Piensa en abstinencia como verbo
- Es como manejas las relaciones sin tener contacto sexual (anal, oral o vaginal)

Paso 1: Imagina que alguien ha decidido ser abstinente. Crea tu propia definición (descripción) de lo que significa ser abstinente sexualmente.

Ser abstinente sexualmente significa:

Paso 2: Encuentra un(a) compañero(a) y habla acerca de tu definición con tu compañero(a). Luego juntos creen una definición (descripción) de lo que significa ser abstinente sexualmente

Nosotros pensamos que ser abstinente sexualmente significa:

Paso 3: Ve con tu compañero(a) y encuentra otro grupo de compañeros. Otra vez, juntos creen una definición (descripción) de lo que significa ser abstinente sexualmente.

Nosotros pensamos que ser abstinente sexualmente significa:

Paso 4: Designa a un representante de tu grupo para que defina y comparta la definición de tu grupo de abstinencia con la clase.





NOMBRE _____

¿Cómo LOGRAS la “Abstinencia Sexual”?

- Piensa en abstinencia como verbo.
- Es como manejar las relaciones sin tener contacto sexual (anal, oral o vaginal).

Paso 1: Imagina que alguien ha decidido ser abstinentes. Crea tu propia definición (descripción) de lo que significa ser abstinentes sexualmente.

Ser abstinentes sexualmente significa:

Paso 2: Encuentra un(a) compañero(a) y habla acerca de tu definición con tu compañero(a). Luego juntos creen una definición (descripción) de lo que significa ser abstinentes sexualmente.

Nosotros pensamos que ser abstinentes sexualmente significa:

Paso 3: Ve con tu compañero(a) y encuentra otro grupo de compañeros. Otra vez, juntos creen una definición (descripción) de lo que significa ser abstinentes sexualmente.

Nosotros pensamos que ser abstinentes sexualmente significa:





NOMBRE _____

Conclusión de la Lección

Parte I. Pregúntate a Ti Mismo(a)

INSTRUCCIONES: Verifica tu entendimiento de la lección de hoy contestando las siguientes preguntas de Verdadero-Falso.

- | | | |
|---|---|--|
| V | F | Las relaciones sexuales son una actividad de “luz roja” que debe evitarse. |
| V | F | Las Precauciones Universales ayudan a proteger a una persona de tener contacto con la sangre y líquidos corporales de otra persona. |
| V | F | El almacenamiento o uso inapropiado de un lubricante con base de aceite puede interferir con la efectividad de los condones. |
| V | F | Es importante que una persona tenga pláticas con su compañero(a) sexual acerca del uso de condones u otros métodos anticonceptivos antes de tener relaciones sexuales. |

Parte II. Pregúntale a un(a) Amigo(a)

INSTRUCCIONES: Recurre a un(a) compañero(a) para revisar tus respuestas y dile la cosa más importante que aprendiste durante esta lección.

Parte III. Pregúntate A Ti Mismo(a) Otra Vez

INSTRUCCIONES: ¿Qué tan confiado(a) estas de poder evitar el contacto con la sangre y líquidos corporales de otra persona? Marca con un círculo tu respuesta abajo.

No Estoy Confiado

Muy Confiado

1 2 3 4 5

Parte IV. Pregúntale a un(a) Padre(Madre) o Adulto de Confianza

INSTRUCCIONES: Pregúntale a tu padre(madre) o adulto de confianza si conocen formas de prevenir la propagación del HIV.





Presión de los Medios de Difusión y Compañeros

INSTRUCCIONES: Lee la historia siguiente, y escribe tus respuestas a cada pregunta antes de venir a clase.

Jacob y Kirsten siempre caminaban a casa juntos después de la escuela. La ruta era considerablemente segura, pero ocasionalmente había otros estudiantes mayores que les ofrecían alcohol, cigarrillos, u otras drogas. Jacob y Kirsten no tenían ningún problema para decir “no”, y alejarse.

Sin embargo había otras ocasiones cuando decir “no” era más difícil, como cuando su amigo Ryan los invitaba a su casa para entrar a la reserva de licor del papá de Ryan. Ryan les hacía burla a Jacob y Kirsten por tener miedo y los amenazaba con dejar de ser su amigo.

Jacob y Kirsten no querían perder la amistad de Ryan, pero decir “no” y simplemente alejarse era difícil de hacer.

Pregunta 1. Brevemente resume los hechos en esta historia.

Pregunta 2 ¿Qué crees que Jacob y Kirsten deben hacer o decir cuando Ryan los presiona a venir a su casa para tomar alcohol?

Pregunta 3. Nombra por lo menos dos actividades que Jacob y Kirsten podrían sugerir hacer con Ryan, para conservar la amistad de Ryan sin violar sus propios límites personales?





Habilidades para Analizar los Medios de Difusión

1. ¿Qué producto están anunciando?

2. ¿Qué información específica están proporcionando acerca del producto?

3. Describe a la gente y/o imágenes utilizadas en el anuncio.

4. ¿Qué implica (sugiere) la apariencia de la gente y/o imágenes acerca del producto?

5. ¿Qué está tratando el anunciador que hagas?





NOMBRE _____

Ejemplos de Mensajes de Presión

MENSAJE de PRESIÓN A: “Ven conmigo a esta fabulosa fiesta. No va a estar ningún adulto y uno de los muchachos va a traer un poco de alcohol.”

MENSAJE de RESPUESTA A: _____

MENSAJE de PRESIÓN A: “Si realmente fueras mi amigo(a), irías conmigo.”

MENSAJE de RESPUESTA B: _____

MENSAJE de PRESIÓN C: “Ya no voy a ser tu amigo(a).”

MENSAJE de RESPUESTA C: _____

MENSAJE de PRESIÓN D: “Tú estarás completamente seguro(a) conmigo con cualquier cosa que hagas.”

MENSAJE de RESPUESTA D: _____

MENSAJE de PRESIÓN E: Nadie lo sabrá.

MENSAJE de RESPUESTA E: _____

MENSAJE de PRESIÓN F: “Ándale, vamos a pasar un rato increíble.”

MENSAJE de RESPUESTA F: _____

MENSAJE de PRESIÓN G: “Aunque no estés de acuerdo, yo haré que lo hagas de todas maneras.”

MENSAJE de RESPUESTA G: _____

FIRMA DE UN PADRE(MADRE) O ADULTO DE CONFIANZA _____





NOMBRE _____

Mi Plan de Escape

Algunas veces tal vez te encuentres en una mala situación de la cual necesites escapar. Por ejemplo:

- Estas en una fiesta donde muchachos mayores están tomando o usando drogas. Tú te quieres ir.
- Estas en un centro comercial con unos amigos. Alguien te pide que les ayudes a robarte unas ropas. Tú te quieres ir.

Paso 1. Conoce tus límites. Debes tener claridad y ser honesto en tu propia mente acerca de lo que harás y no harás.

¿Cuál es tu límite en cuanto al uso de drogas y alcohol?

Yo me rehúso a _____

¿Cuál es tu límite en cuanto a robar cosas?

Yo me rehúso a _____

Paso 2. Dí como te sientes. Te sientes apenado(a) o eres tímido(a) para decirle a otros que no te sientes bien acerca de algo. Por ejemplo, termina esta oración:

¿Cuál es tu límite en cuanto al uso de drogas y alcohol?

No me siento bien acerca de _____

Paso 3. Consigue alguien a quien llamar. Usa tu teléfono (o pide un teléfono prestado) para llamar a alguien que pueda recogerte. Las gentes a quienes puedo llamar incluyen:

Nombre: _____ Número Telefónico: _____

Nombre: _____ Número Telefónico: _____

Paso 4. Consigue un lugar de reunión. No solamente andes dando vueltas. Consigue un lugar seguro predeterminado donde puedas estar con otras gentes, o donde puedas reunirte con tu persona de apoyo en público.

Los lugares seguros donde puedo quedarme o reunirme con alguien incluyen:

Paso 5. Comparte tu plan con un adulto de confianza. Pídeles que firmen en la línea de abajo.

FIRMA DE UN PADRE(MADRE)
O ADULTO DE CONFIANZA _____





NOMBRE _____

Conclusión de la Lección

Parte I. Pregúntate a Ti Mismo(a)

INSTRUCCIONES: Verifica tu entendimiento de la lección de hoy contestando las siguientes preguntas de Verdadero-Falso.

- V F Para vender sus productos, algunos anunciantes realmente representan comportamientos poco saludables y peligrosos.
- V F Algunas veces la presión para hacer algo puede en realidad ser buena o saludable, como mantenerse en la escuela, no usar drogas, y evitar un embarazo no planeado.
- V F Usar drogas o alcohol puede evitarte que hagas decisiones sexuales prudentes.
- V F Las formas de evitar una situación sexual arriesgada incluyen usar una comunicación asertiva para manifestar tus límites y expectativas.

Parte II. Pregúntale a un(a) Amigo(a)

INSTRUCCIONES: Recurre a un(a) compañero(a) para revisar tus respuestas y dile la cosa más importante que aprendiste durante esta lección.

Parte III. Pregúntate A Ti Mismo(a) Otra Vez

INSTRUCCIONES: ¿Qué tan confiado(a) estas de poder resistir la presión de compañeros y medios de difusión? Marca con un círculo tu respuesta abajo.

No Estoy Confiado

Muy Confiado

1 2 3 4 5

Parte IV. Pregúntale a un(a) Padre(Madre) o Adulto de Confianza

INSTRUCCIONES: Comparte/habla con tu padre(madre) o adulto de confianza acerca de lo que ellos quisieran que hicieras cuando te presionen a hacer algo peligroso.





Prueba del VIH/SIDA y Recursos Comunitarios

INSTRUCCIONES: Lee la historia siguiente, y escribe tus respuestas a cada pregunta antes de venir a clase.

Lucía era tímida. Lucía no se había sentido cómoda entrevistando a un “padre(madre) o adulto de confianza” acerca de los temas relacionados con sexo en clase. Lucía falsificó la entrevista y firmas en la tarea, sólo para conseguir todo el crédito. Pero Lucía escuchó cada una de las palabras que se dijeron en clase acerca de la importancia de proteger su salud sexual. Ahora Lucía tenía un problema y necesitaba ayuda.

Hacia unos meses, Lucía fue presionada por una persona para tener contacto sexual. Esto no era algo que Lucía quería hacer. Lucía ahora entendía la importancia de evitar situaciones peligrosas.

Ahora Lucía quería conseguir una revisión médica para STIs en una clínica local. Ella no tenía un carro o siquiera un teléfono celular. Lucía pensó “¿Qué debo hacer? ¿A dónde puedo ir? ¿A quién le puedo pedir ayuda?”

Pregunta 1. Brevemente resume los hechos en esta historia.

Pregunta 2. ¿Crees que los problemas de Lucía serían más fáciles de resolver si Lucía hubiera tenido comunicación con un “adulto de confianza”?

Pregunta 3. Enumera algunas personas a las que Lucía podría recurrir ahora, para recibir ayuda e información.

Pregunta 4. Menciona algunas formas en que Lucía podría localizar una clínica cercana para obtener pruebas y orientación.





NOMBRE _____

Conclusión de la Lección

Parte I. Pregúntate a Ti Mismo(a)

INSTRUCCIONES: Verifica tu entendimiento de la lección de hoy contestando las siguientes preguntas de Verdadero-Falso.

- V F La única forma de protegerte un 100% del VIH y otras STIs es teniendo una revisión médica anualmente.
- V F Hay clínicas en la comunidad donde puedes conseguir pruebas de VIH, STI y embarazo confidenciales y de bajo costo.
- V F Los métodos para evitar una infección de HIV/STI o embarazo no deseado incluyen, abstenerse de actividades sexuales, o usar condones consistentemente y correctamente.
- V F Limitar el contacto sexual a una persona puede reducir, pero no eliminar el riesgo de una infección de HIV/STI.

Parte II. Pregúntale a un(a) Amigo(a)

INSTRUCCIONES: Recurre a un(a) compañero(a) para revisar tus respuestas y dile la cosa más importante que aprendiste durante esta lección.

Parte III. Pregúntate A Ti Mismo(a) Otra Vez

INSTRUCCIONES: ¿Qué tan comprometido(a) estás a usar servicios reproductivos, si es necesario, para protegerte a ti mismo y a otros de una infección de VIH/STIs? Marca con un círculo tu respuesta abajo.

No Estoy Comprometido

Muy Comprometido

1 2 3 4 5

Parte IV. Pregúntale a un(a) Padre(Madre) o Adulto de Confianza

INSTRUCCIONES: Comparte/habla con tu padre(madre) o adulto de confianza lo que ellos quieren que usted haga si usted pensaba que tenía un problema médico.





Pasos para el Éxito

INSTRUCCIONES: Lee la historia siguiente, y escribe tus respuestas a cada pregunta antes de venir a clase.

Alexis y su novia Cassandra tenían muy diferentes familias . El padre de Alexis tenía un buen trabajo , y la madre se quedaba en casa con sólo un hermano menor . Tenían una casa y un coche . Alexis espera ir a la universidad y luego conseguir un buen trabajo .

Cassandra vivía en un pequeño apartamento con cuatro hermanos y hermanas menores , además de su anciana abuela . La madre de Cassandra trabajaba largas horas en un negocio en el otro lado de la ciudad .

Alexis y el maestro de Cassandra les dio una misión para establecer tres objetivos que se llevaría a cabo durante las vacaciones de verano.

Alexis pensó muy duro en esto. Decidió sus tres objetivos serían:

- Crecer más cerca en su relación con Cassandra .
- Consigue un trabajo de medio tiempo.
- Practique sus habilidades matemáticas.

Cuando el profesor pidió a los estudiantes a compartir las metas para el verano , Cassandra no había escrito nada en el estómago . Ella dijo que no le importaba lo que pasó durante el verano.

Pregunta 1. Brevemente resume los hechos en esta historia.

Pregunta 2. ¿A quién respeta más , Alexis o Cassandra ? ¿Por qué?

Pregunta 3. Si Cassandra “se distrae” y se convierte en una adolescente con hijos, podría aún lograr las dos primeras metas? ¿Por qué o por qué no?

Pregunta 4. Si pudieras darle un consejo a Alexis o Cassandra, qué les dirías?





NOMBRE _____

Hoja de Trabajo de Establecimiento de Objetivos

Paso 1. Escribe uno de tus objetivos aquí:

Paso 2: Enumera, en orden, varias cosas que debes hacer para lograr este objetivo.

1. _____
2. _____
3. _____

Paso 3: Enumera varias circunstancias excepcionales de la vida (o hábitos personales) que podrían dificultar que logres tu objetivo.

1. _____
2. _____
3. _____

Paso 4: Enumera varias gentes o recursos que podrían ayudarte a lograr tu objetivo.

1. _____
2. _____
3. _____

Paso 5: Identifica la primera cosa que necesitas saber, para ponerte en el camino para lograr tu objetivo.

Paso 6:
Empieza tu objetivo, asume responsabilidad por tus acciones, y regularmente evalúa tu progreso.

FIRMA DE UN PADRE(MADRE) O ADULTO DE CONFIANZA _____





Mi Contrato Personal Para Proteger Mi Salud Sexual

Paso 1: Nombre: _____ Edad: _____

Paso 2: Razones por las cuales me quiero proteger del HIV/STIs y un embarazo no deseado.
(Pista: Piensa en tus aptitudes, tu apariencia, tu familia, los planes de tu carrera y metas en tu vida.)

Paso 3: Prometo proteger mi salud sexual por medio de:

Paso 4: Una persona con la que hablaré acerca de proteger mi salud sexual es:

Paso 5: Una persona que me apoyará:

FIRMA DEL ESTUDIANTE: _____

TESTIGO: _____ FECHA _____





NOMBRE _____

Evaluación Posterior de Estudiante de Prevención Positiva *MÁS*

INSTRUCCIONES: Lea cada declaración y círculo si está de acuerdo, en desacuerdo o no sabe.

De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	1. Una buena amistad implica honestidad, franqueza, flexibilidad y comunicación.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	2. En la mayoría de los estados, un bebé recién nacido puede ser entregado de forma segura dentro de las 72 horas de haber nacido.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	3. Los cambios físicos durante la pubertad ocurren al mismo tiempo para todos.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	4. Al tomar decisiones importantes es importante evaluar tus opciones, solicitar ayuda de fuentes confiables, y tomar responsabilidad por tus decisiones.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	5. Según la ley, es ilegal que una persona menor (cualquiera menor de 18) tenga contacto sexual con un adulto (cualquier persona mayor de 18).
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	6. Tú no debes hacer amistad con gentes que sean demasiado dominantes, posesivas, amenazadoras y/o abusivas.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	7. Los lugares donde una mujer puede llevar a su bebé para entregarlo con seguridad son los hospitales, estaciones de bomberos y departamentos de policía de algunos condados.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	8. Todos tienen la misma orientación sexual e identidad de género.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	9. Acoso sexual es cuando haces que alguien se sienta mal o incómodo(a) debido a algo (sexual) que tú digas o hagas.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	10. Es más importante para las mujeres hacerse chequeos médicos regulares que para los hombres hacerse chequeos médicos regulares.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	11. La terapia anti-retroviral (TAR) puede mantener una persona infectada saludable por muchos años, y reduce en gran medida sus posibilidades de transmitir el VIH a su pareja(s).





De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	12. La abstinencia sexual es el único método 100% efectivo de prevenir un embarazo y la propagación de infecciones de transmisión sexual.
Acree	En desacuerdo	No sabe	13. El virus de inmunodeficiencia humana (VIH) no se transmite al besar, abrazar, agarrar las manos, o vivir al lado de un vecino infectado con el VIH.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	14. Es posible que una persona tenga una STI (ETS) y NO tenga síntomas.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	15. Muchos métodos anticonceptivos no protegen contra VIH/STI.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	16. Los socios deben verbalmente de acuerdo a los comportamientos sexuales que se involucran en (“sí significa sí”).
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	17. Yo sé cómo y dónde encontrar información de salud sexual y servicios de salud sexual confiables.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	18. Algunas veces los cambios hormonales durante la pubertad pueden causar enojo y tristeza.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	19. Quedar embarazada o adquirir una enfermedad de transmisión sexual podría interferir con mis planes y metas de vida.
De acuerdo	En desacuerdo	No sabe	20. Un condón es más efectivo para prevenir el VHI, STIs, y embarazos si se usa consistente y correctamente.

¿Qué es lo que MÁS TE GUSTÓ de esta unidad en cuanto a comunicación, relaciones, embarazo de adolescentes, VIH Y STIs?

¿Cómo se podría MEJORAR esta unidad?

FIRMA DE UN PADRE(MADRE) O ADULTO DE CONFIANZA _____

