

Derechos, Respeto, Responsabilidad (Preparatoria)

Comprendiendo el Género

Lección 1

Acuerdos del Grupo

- Los acuerdos de grupo para una lección en línea pueden ser los mismos que en un aula y algunos pueden ser diferentes.
- Participa en esta lección solo o con un padre u otro adulto, pero cualquier forma, por favor, mantén la lección en privado.
- Considera la posibilidad de usar auriculares o audífonos si tus hermanos menores u otros niños están cerca.
- No debes grabar en vídeo ninguna sesión de clase ni compartir discusiones personales. **COMPARTE** la información!
- Por favor, recuerden ser buenos ciudadanos digitales.

Preguntas Anónimas

- Para hacer preguntas anónimas online, rellena el formulario de Google "Preguntas sobre la educación de la salud sexual".
- Puedes rellenar y enviar este formulario tantas veces como quieras.
- NO tienes que poner tu nombre en el formulario. Incluye tu nombre **SÓLO** si quieres que haga un seguimiento contigo de forma personal.

Tareas

- **Mientras revisas esta presentación con tu profesor**, por favor abre y llena el formulario de Google para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 1 Trabajo de Clase: "Comprendiendo el género"*
- **Después de que la lección termine**, por favor complete la tarea para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 1 Tarea en casa: "Yo soy Jazz"*

¿Qué es el Género?

- ¿Qué significa el **género**?
- ¿Cómo se determina si una persona es un niño o una niña?
- Cuando naces, ¿cómo saben cuál es tu género?
 - Cuando miras los genitales de una persona, ese es su **sexo biológico**.
 - Cuando las personas tienen una combinación de órganos, cromosomas y/u hormonas femeninos y masculinos, eso se denomina **intersexualidad**.

Género vs. Sexo Biológico

- Lo que ves en el espejo es parte de tu **sexo biológico** (tu cuerpo).
- La forma en que te ves a ti mismo cuando cierras los ojos es tu **identidad de género**.
 - Cuando estos coinciden, la palabra es **cisgénero**.
 - Si no coinciden, se llama **transgénero**.
- Algunas personas no se identifican con ningún género en absoluto, lo que podría llamarse **agénero** o **no género**.
- O se identifican entre hombre y mujer, lo que se puede llamar **género fluido, no binario, género expansivo, o género queer**.

El Género: Identidad vs Expresión

- La *identidad de género* no necesariamente coincide con la **expresión de género**.
- La **expresión de género** es la forma en que nos presentamos al mundo.
- La **identidad de género** *no* es una elección.
- La **expresión de género** es una elección individual.

Orientación Sexual

- **La Orientación Sexual** es el género o géneros de las personas que nos atraen romántica y/o físicamente.
- Esto es **diferente** de nuestra identidad de género, que es más sobre cómo nos vemos a nosotros mismos.

Orientación Sexual

- Una persona que se siente atraída por el mismo sexo se suele denominar **gay o lesbiana**.
- Una persona que se siente atraída por más de un género puede ser referida como **bisexual** o **pansexual**.
- Una persona que se siente atraída sólo por el género opuesto podría ser referida como **heterosexual**.
- Una persona que no se siente atraída sexualmente por otras personas (pero que puede o no tener una atracción romántica) podría denominarse **asexual**.

Orientación Sexual

Todo el mundo puede identificarse de una manera que tiene sentido para ellos!

Identidad de Género vs. Orientación Sexual

- Todos tenemos tanto una **identidad de género** como una **orientación sexual**.
- La **identidad de género** es tu sentido de si eres hombre o mujer, o ninguno, o ambos, o en algún punto intermedio.
- La **orientación sexual** es el género o géneros por los que te sientes física y/o románticamente atraído.

Ejemplo 1

Una persona caracterizada al nacer como *mujer* ...

- Que se siente femenina por dentro...
- Sólo le atraen las personas cuya biología al nacer se caracterizó como masculina y que también se identifican como hombres...
- Probablemente se identificará como **heterosexual**.

El hecho de que ella se identifique como femenina (y él como masculino) es la *identidad de género*.

El hecho de que se atraigan entre sí son sus *orientaciones sexuales*.

Ejemplo 2

Una persona caracterizada al nacer como mujer ...

- Que también se siente femenina por dentro...
- Y sólo le atraen las personas cuya biología al nacer fue asignada como femenina y que también se identifican como femeninas...
- Probablemente se identificará como *lesbiana*.

El hecho de que se identifiquen como femeninas son sus *identidades de género*.

El hecho de que se atraigan entre sí son sus *orientaciones sexuales*.

Encuesta sobre Conductas de Riesgo de la Juventud 2019

San Diego Unified School District Estudiantes de Preparatoria

- El 14,4% describe su apariencia como igualmente masculina y femenina.
- El 1,1% se identifica como transgénero.
- 10.9% se identifican como lesbianas, gays o bisexuales.
- 4.5% no están seguros de su orientación sexual.

2019 SDUSD YRBS

Actividad de Clase: “Guiones de Género”

Guiones de género son la forma en que se nos dice que seamos o nos comportemos en base a nuestro género asignado.

- En tu formulario de Google, piensa y escribe los guiones de género que has recibido o que has escuchado sobre los géneros en nuestra sociedad (específicamente niños y niñas).
- Por ejemplo, “las niñas deben ser cariñosas y maternas” or “los niños deben ser duros.”

Discusión en Clase: “Guiones de Género”

Registra tus respuestas en el formulario de Google:

- ¿Qué notas en tus dos respuestas para “niños” y “niñas”?
- ¿Cómo supiste que eran guiones de género mientras crecías?
- ¿De dónde/quién has estado recibiendo estos guiones?
- ¿Cómo podría alguien que es transgénero reaccionar a estos guiones?

Actividad de Clase: “Adivina Quién?”

Vamos a hacer una actividad rápida donde vas a adivinar el género de la persona que describo.

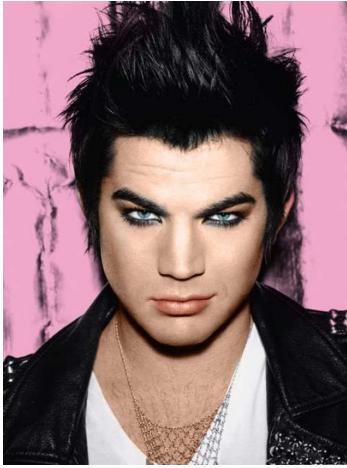
Por ejemplo:

- Esta persona está sonriendo.
- Tiene el pelo oscuro que está peinado en su cabeza.
- Lleva pintalabios y otro tipo de maquillaje.
- ¿Cómo describiría su género?



Prueba este:

- Esta persona tiene el pelo oscuro y peinado de punta.
- Lleva maquillaje en los ojos y un collar con una chaqueta de cuero.
- ¿Cómo describirías su género?



Advocates
for Youth
Rights. Respect. Responsibility.

Actividad de Clase: “Adivina Quién?”

- Lo que nos llamamos a nosotros mismos es nuestra *identidad de género*.
- Puedes asumir que alguien se identifica de cierta manera en base a su apariencia, pero podrías estar equivocado.
- Reflexiona sobre tu respuestas, ¿por qué adivinaste los géneros que hiciste basándote en mis descripciones?
- A menos que la foto sea de una persona famosa que ha dado a conocer su identidad de género, **en realidad no sabes su género a menos que se lo preguntes.**

Imagen Corporal

- La *imagen corporal* es cómo nos sentimos y percibimos nuestros propios cuerpos.
- Puede ser positiva, como “me siento fuerte” or “me gusta mi pelo.”
- También puede ser negativa, como sentirse demasiado alto o demasiado delgado.
- Nuestra percepción de nosotros mismos y *lo que la sociedad espera de nosotros* también influye en la forma en que vemos a otras personas.
- Podemos comparar nuestra apariencia con otras personas que vemos en los medios o que conocemos en la vida real.
- A veces estas comparaciones también llevan a juzgar a otros sobre sus propios cuerpos y apariencia física.

Discusión en Clase: Imagen Corporal, Continuado

- Reflexiona en silencio sobre cuántas veces al día juzgas (o escuchas a otros juzgar) tu propia apariencia o la de alguien más.

¿Cómo nos afectan estos juicios a lo largo del tiempo?

Resumen

- Nadie tiene derecho a decirle a otro cómo se supone que debe expresar su género o cómo debe lucir.
- Recibimos mensajes de la sociedad, los medios de comunicación, la familia, la cultura y la religión.
- Cada persona tiene el derecho de descubrir quiénes son y dejar que los demás lo sepan de una manera que les parezca correcta.
- Los estudiantes pueden encontrar recursos para los estudiantes LGBTQIA+, incluyendo clínicas amigables para LGBTQIA, en nuestro sitio web de apoyo al estudiante, www.sandiegounified.org/Support.

Tarea: “Yo soy Jazz”

Mira un extracto de video de un episodio de Yo soy Jazz y responde a las preguntas del formulario de Google

Derechos, Respeto, Responsabilidad (Preparatoria)

La Toma de Decisiones Sexuales

Lección 2

Acuerdos del Grupo

- Los acuerdos de grupo para una lección en línea pueden ser los mismos que en un aula y algunos pueden ser diferentes.
- Participa en esta lección solo o con un padre u otro adulto, pero cualquier forma, por favor, mantén la lección en privado.
- Considera la posibilidad de usar auriculares o audífonos si tus hermanos menores u otros niños están cerca.
- No debes grabar en vídeo ninguna sesión de clase ni compartir discusiones personales. **COMPARTE** la información!
- Por favor, recuerden ser buenos ciudadanos digitales.

Preguntas Anónimas

- Para hacer preguntas anónimas online, rellena el formulario de Google "Preguntas sobre la educación de la salud sexual".
- Puedes rellenar y enviar este formulario tantas veces como quieras.
- **NO** tienes que poner tu nombre en el formulario. Incluye tu nombre **SÓLO** si quieres que haga un seguimiento contigo de forma personal.

Tareas

- **Mientras revisas esta presentación con tu profesor**, por favor abre y llena el formulario de Google para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 2 Trabajo de Clase: "La Toma de Decisiones Sexuales"*
- **No hay tarea para casa!**

Discusión

Escribe tus respuestas en el formulario de Google:

- ¿Alguna vez has sufrido para tomar una decisión realmente difícil?
- ¿Alguna vez has tomado una decisión realmente difícil e incluso después de tomarla, no estabas 100% seguro de haber tomado la decisión correcta?
- Tomar decisiones sobre el sexo puede ser aún más difícil ya que cada uno tiene valores y creencias diferentes.

Discusión, Continuado

Escribe tus respuestas en el formulario de Google:

- ¿Cuándo crees que alguien está listo para tener sexo, ya sea oral, vaginal o anal, con su pareja?
- ¿Qué tendría que haber en su relación para que tengan relaciones sexuales más seguras (es decir, sexo de mutuo acuerdo que tenga en cuenta la prevención de las enfermedades de transmisión sexual o del embarazo)?
- ¿Qué tipo de preguntas deberían hacerse los jóvenes antes de dar este paso?

Actividad de Clase: “Preparación Sexual”

1. Lee el PDF “*Preparación Sexual*”.
2. Escribe tus respuestas en tu formulario de Google.

Respuesta: “Preparación Sexual”

- ¿Qué cuestiones crees que son las más importantes de hablar con un compañero? ¿Cuáles son las menos importantes?
- ¿Qué preguntas te sorprendieron?
- ¿Hay alguna cuestión que crees que falta?
- ¿Cómo crees que se sentiría una pareja al hablar de todas estas cuestiones?

Actividad de Clase: “Juego de Rol de la Preparación Sexual”

Ahora harás algunos juegos de rol para practicar la toma de decisiones saludables sobre comportamientos sexuales.

Recuerden, las relaciones saludables son:

- Consensuadas y sin explotación
- Preocupadas por las consecuencias como las ITS y el embarazo
- Respetuosas y cuidadosas

Actividad de Clase: “Juego de Rol Fotograma Congelado”

1. Tu formulario de Google tiene 2 escenarios de parejas tomando decisiones sobre el sexo
2. Lee el escenario y piensa en cómo esta conversación puede ocurrir de una manera saludable.
3. Escribe un párrafo o un guión de la conversación. La pareja debería tomar una decisión.
4. Utiliza las hojas de trabajo de “*Preparación Sexual*” para guiarte.

Resumen

- Es importante que cada uno de ustedes averigüe cuál es su posición en cuanto a las decisiones relacionadas con el sexo para que puedan ser claras para ustedes mismos y encontrar maneras de ser claros con sus futuras parejas.
- También es importante **preguntar** estas cuestiones a tu(s) pareja(s) para asegurarse de que ambos entienden los deseos, necesidades y límites de la otra persona.

Tarea

Nada!



Derechos, Respeto, Responsabilidad (Preparatoria)

Derechos, Respeto, Responsabilidad: No Tengas Sexo Sin Ellos

Lección 3

Acuerdos del Grupo

- Los acuerdos de grupo para una lección en línea pueden ser los mismos que en un aula y algunos pueden ser diferentes.
- Participa en esta lección solo o con un padre u otro adulto, pero cualquier forma, por favor, mantén la lección en privado.
- Considera la posibilidad de usar auriculares o audífonos si tus hermanos menores u otros niños están cerca.
- No debes grabar en vídeo ninguna sesión de clase ni compartir discusiones personales. **COMPARTE** la información!
- Por favor, recuerden ser buenos ciudadanos digitales.

Preguntas Anónimas

- Para hacer preguntas anónimas online, rellena el formulario de Google "Preguntas sobre la educación de la salud sexual".
- Puedes rellenar y enviar este formulario tantas veces como quieras.
- NO tienes que poner tu nombre en el formulario. Incluye tu nombre **SÓLO** si quieres que haga un seguimiento contigo de forma personal.

Tareas

- **Mientras revisas esta presentación con tu profesor**, por favor abre y llena el formulario de Google para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 3 Trabajo de Clase: "Derechos, Respeto, Responsabilidad"*
- **Después de que la lección termine**, por favor complete la tarea para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 3 Tarea en casa : "Ponerlo en Práctica"*

Introducción

- A medida que se hacen mayores, pueden encontrarse en situaciones más complejas.
- ¡Eso hace que a veces sea difícil determinar lo correcto!
- Algunas de estas situaciones tienen que ver con el **consentimiento**.
- ¿Qué significa la palabra "consentimiento"?
- ¿Qué significa "dar consentimiento"?

Video de "ConsentBot"

Reproduzca el video:

["2 Minutes Will Change the Way You Think About Consent"](#). (*Dos minutos cambiarán tu forma de pensar sobre el consentimiento*)

Video de “ConsentBot”: Discusión

Responde a esto en tu formulario de Google:

1. ¿Cuáles son tus reacciones a este video?
2. El ConsentBot dice que su primer intento fue "coerción". ¿Qué significa eso? ¿Qué hizo ella que fue coercitivo?
3. Cuando ella va a visitar a su amigo Jonathan, el ConsentBot dice que no es consentimiento porque está "incapacitado". ¿Qué significa eso?

Video de “ConsentBot”: Discusión

- El consentimiento debe ser voluntario, lo que significa que una persona tiene que *querer* dar su consentimiento.
- Jonathan estaba dormido, por lo que no habría sido completamente consciente de lo que estaba diciendo. Lo mismo ocurre si alguien está borracho o usando drogas.

Video de “ConsentBot”: Discusión, Continuado

4. ¿Qué piensas del ejemplo cuando ella está en la biblioteca y le pide a la persona que lleva los auriculares su teléfono y no responde, y ella supone que tiene el consentimiento porque esa persona no dijo que no?
5. ¿Por qué no es lo mismo que tener consentimiento?

Video de “ConsentBot”: Discusión, Continuado

6. ¿Alguna vez has estado en una situación en la que no has querido hacer algo pero un amigo te dijo: "Está bien, sólo hazlo"? ¿Qué sentiste?
7. ¿Por qué el ConsentBot dijo que no era un consentimiento?

Video de “ConsentBot”: Discusión, Continuado

8. ¿Qué notaste en el último intercambio, que el ConsentBot finalmente acepta que consentimiento?

El ConsentBot dijo que era un consentimiento claro y que también era una comunicación sana y clara.

Video de “Té y Consentimiento”

- El primer video era sobre el uso del teléfono de otra persona. Ahora veamos un video diferente sobre otro elemento común, el té.
- Veamos el video [“Té y Consentimiento”](#).
- ¿Tuviste alguna reacción o pensamiento sobre el video “Té y Consentimiento” que sea similar o diferente al video "ConsentBot"?

Actividad de Clase: “Escenarios de Consentimiento”

Vamos a ver ahora cómo es pedir y dar el consentimiento en una relación.

1. En ambos escenarios, lee las perspectivas de la Persona 1 y la Persona 2.
2. Crea una breve conversación entre estas dos personas que demuestre el consentimiento.
3. Recuerda usar tus habilidades de toma de decisiones y de negociación que has aprendido en lecciones anteriores.

Discusión: “Escenarios de Consentimiento”

Echa un vistazo a las conversaciones que acabas de escribir:

- ¿Fue claro el consentimiento? ¿Por qué o por qué no?
- ¿Notaste algo en tus sketches que pudiera haber perpetuado algunos estereotipos de género?

Resumen

Todo el mundo tiene el derecho y la responsabilidad de decir lo que quiere hacer y lo que no quiere hacer en una relación, sin importar el género.

Tarea: “Ponerlo en Práctica”

1. Abre el formulario de Google: “Ponerlo en Práctica.”
2. Durante la semana siguiente, registra las siguientes situaciones y registra cómo fueron:
 - a. Dos situaciones en las que se te pidió que dieras permiso a alguien para algo
 - b. Dos situaciones en las que pediste a alguien permiso para hacer algo

Derechos, Respeto, Responsabilidad (Preparatoria)

Planificación y Protección: Evitar o Controlar las ITS

Lección 4

Acuerdos del Grupo

- Los acuerdos de grupo para una lección en línea pueden ser los mismos que en un aula y algunos pueden ser diferentes.
- Participa en esta lección solo o con un padre u otro adulto, pero cualquier forma, por favor, mantén la lección en privado.
- Considera la posibilidad de usar auriculares o audífonos si tus hermanos menores u otros niños están cerca.
- No debes grabar en vídeo ninguna sesión de clase ni compartir discusiones personales. **COMPARTE** la información!
- Por favor, recuerden ser buenos ciudadanos digitales.

Preguntas Anónimas

- Para hacer preguntas anónimas online, rellena el formulario de Google "Preguntas sobre la educación de la salud sexual".
- Puedes rellenar y enviar este formulario tantas veces como quieras.
- NO tienes que poner tu nombre en el formulario. Incluye tu nombre **SÓLO** si quieres que haga un seguimiento contigo de forma personal.

Tareas

- **Mientras revisas esta presentación con tu profesor**, por favor abre y llena el formulario de Google para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 4 Trabajo de Clase: "Planificación y Protección"*
- **Después de que la lección termine**, por favor completa la tarea para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 4 Tarea en casa: "Informes de Investigación de ITS/VIH"*

Las ITS y el VIH

Escribe lo que significan "ITS" y "VIH" en tu formulario de Google.

- **¿Qué significan las letras "ITS"?**
 - Infección de Transmisión **S**exual
 - Las ITS y las ETS significan lo mismo y se refieren al mismo grupo de bacterias, virus y otros organismos que pueden ser transmitidos de una persona infectada a otra durante el contacto sexual.
- **¿Qué significa "VIH"?**
 - V**irus de la Inmunodeficiencia **H**umana
 - El VIH es el virus que puede conducir al SIDA.

Video: "Mitos sobre las ETS"

Mira el video de Mitos de las ETS en tu formulario de Google.

Escribe algunos de los mitos sobre las ETS que se discuten en el vídeo.

Planificación y Protección

- 1) **La abstinencia** es la opción más segura y la única 100% efectiva para eliminar el riesgo de ITS/VIH.
- 2) **Los condones** y otras barreras de látex son imprescindibles para reducir el riesgo de ITS/VIH.
- 3) **Hablar con tu pareja** es clave antes de tener cualquier tipo de sexo.
- 4) **Los métodos anticonceptivos** como la píldora son excelentes para la prevención del embarazo, pero no protegen contra las ITS o el VIH.
- 5) **Hazte la prueba** de ITS y VIH si tienes relaciones sexuales y pide a tu pareja que también se haga la prueba.

Protéjase

• **CONDONES:**

- Una fuente de condones gratuitos es **nuestra Enfermera de la Escuela**. La enfermera le dará un paquete de aspecto sencillo que contiene condones, lubricante compatible con los condones e información sobre cómo usarlos correctamente.
- Su conversación será privada y confidencial.

• **VACUNAS:**

- Hay dos enfermedades de transmisión sexual para las que puedes ser vacunado: Hepatitis B y VPH (Virus del Papiloma Humano).
- En California, los menores de 12 años y mayores pueden consentir estas vacunas sin el permiso de sus padres, si así lo desean.

Protéjase

En tu formulario de Google, escribe 3 formas principales de protegerte a ti y a tu pareja de las ITS.

Resumen

- Las ITS y el VIH son una parte muy real de nuestro mundo.
- 1 de cada 4 adolescentes terminará con una ITS una vez que se involucren en algún tipo de sexo.
- El 21% de los nuevos casos de VIH en los EE.UU. son contraídos por jóvenes.
- Todos tienen la responsabilidad de saber cómo practicar formas de reducir sus posibilidades de contraer una ITS o VIH.

Tarea: “*Informes de Investigación de ITS/VIH*”

1. Lea las instrucciones del formulario de Google “*Informes de Investigación de ITS/VIH*”.
2. La sección 1 implica preguntar a 3 estudiantes de preparatoria sobre su conocimiento de las ITS.
3. La sección 2 requiere que tengas una conversación con un padre u otro adulto de confianza sobre las ITS y el VIH.

Derechos, Respeto, Responsabilidad (Preparatoria)

Entendiendo las Pruebas de ITS

Lección 5

Acuerdos del Grupo

- Los acuerdos de grupo para una lección en línea pueden ser los mismos que en un aula y algunos pueden ser diferentes.
- Participa en esta lección solo o con un padre u otro adulto, pero cualquier forma, por favor, mantén la lección en privado.
- Considera la posibilidad de usar auriculares o audífonos si tus hermanos menores u otros niños están cerca.
- No debes grabar en vídeo ninguna sesión de clase ni compartir discusiones personales. **COMPARTE** la información!
- Por favor, recuerden ser buenos ciudadanos digitales.

Preguntas Anónimas

- Para hacer preguntas anónimas online, rellena el formulario de Google "Preguntas sobre la educación de la salud sexual".
- Puedes rellenar y enviar este formulario tantas veces como quieras.
- **NO** tienes que poner tu nombre en el formulario. Incluye tu nombre **SÓLO** si quieres que haga un seguimiento contigo de forma personal.

Tareas

- **Mientras revisas esta presentación con tu profesor**, por favor abre y llena el formulario de Google para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 5 Trabajo de Clase: "Entendiendo las Pruebas de ITS"*
- **Después de que la lección termine**, por favor complete la tarea para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 5 Tarea para Casa: "VIH Ahora - Pruebas y Tratamiento Hoy"*

Introducción

- Tener sexo es una parte perfectamente normal y natural del crecimiento.
- Queremos asegurarnos de que entiendas cómo mantenerte sano si y cuando empieces a explorar tu sexualidad con otros.
- Hoy vamos a hablar sobre las ITS y el VIH, y la importancia de hacerse la prueba regularmente si y cuando empiezas a ser sexualmente activo.

Por qué la gente se hace la prueba

1. **¿Cuáles son algunas de las razones por las que alguien elegiría hacerse la prueba de ITS?**
2. Piensa en algunas razones y regístralas en el formulario de Google para esta lección.

Por qué la gente no se hace la prueba

1. ¿Cuáles son algunas de las razones por las que alguien elegiría **NO** hacerse la prueba de ITS?
2. Piensa en algunas razones y regístralas en el formulario de Google para esta lección.

Trabajo de Clase: “Entendiendo las Pruebas de ITS y VIH”

Revisa las razones que escribiste que las personas pueden tener para **NO** querer hacerse la prueba de ITS.

- 1) Elija una de las razones que escribiste.
- 2) Inventa dos cosas que alguien podría decir en respuesta a esa razón para animarle a que se haga la prueba.
- 3) Ve al sitio web [Get Tested](#) y encuentra 2 posibles lugares cercanos donde un adolescente podría hacerse la prueba del VIH.
- 4) Ve al sitio web de [Apoyo al Estudiante](#) y encuentra 2 lugares adicionales de pruebas de ITS y VIH que están cerca.

Use Estos Sitios Web :

- <https://gettested.cdc.gov>
- www.sandiegounified.org/Support

Reflexión: “Entendiendo las Pruebas de ITS y VIH”

- ¿Cómo fue hacer esta actividad? ¿Por qué?
- ¿Encontraste algo en estos sitios web que te sorprendió?
- ¿Qué te dice esto acerca de cómo podrías apoyar a un amigo o pareja romántica que está nervioso o que duda en hacerse la prueba de ITS?

Video: “Hablemos sobre la Salud Sexual”

- Saber que debes hacerte pruebas de ITS y VIH y realmente ir a ver a un proveedor de atención médica puede ser dos cosas diferentes.
- La gente tiene verdaderas inquietudes sobre lo que pasará durante la prueba, cómo serán tratados por el personal y si su visita será confidencial.
- Este video abordará algunas de estas preocupaciones.

Discusión del Video

- ¿Qué piensas de lo que viste en el video?
- ¿Te sorprendió algo?
- ¿Aprendiste alguna información nueva del video? Si es así, ¿qué?

Resumen

- La única manera de que alguien sepa si tiene o no una ITS es *haciéndose una prueba*.
- Hay lugares en la comunidad, como las clínicas que encontraste en la clase de hoy, donde los adolescentes pueden ser examinados de manera *confidencial* y por lo general *a bajo coste o sin coste alguno*.
- *Sé honesto con tu proveedor de atención médica sobre cualquier contacto sexual que hayas tenido*, porque hay diferentes pruebas y diferentes tipos de tratamientos para diferentes ITS e incluso para diferentes partes del cuerpo (oral, anal o vaginal).

Factores de Protección

- Leyes de Consentimiento de Menores de CA
 - En California, cualquier persona de 12 años o más puede consentir que se le hagan sus propias pruebas y tratamientos de ITS y VIH sin notificar a los padres o tutores si no lo desean (hablaremos más sobre esto más adelante).
 - Los menores de edad también pueden consentir su propia vacuna contra el VPH.
- Los condones están disponibles en:
 - Programas en línea como teensource.org
 - Clínicas locales
 - De la enfermera de la escuela cuando la escuela está en sesión

Tarea: “VIH Ahora - Pruebas y Tratamiento Hoy”

1. Ve a los sitios web que aparecen en tu formulario de Google.
2. Responde a las preguntas sobre las ITS/VIH.
3. Ten una conversación con un padre u otro adulto de confianza sobre la investigación que hiciste y la información que aprendiste.

Derechos, Respeto, Responsabilidad (Preparatoria)

Conoce tus Opciones

Lección 6

Acuerdos del Grupo

- Los acuerdos de grupo para una lección en línea pueden ser los mismos que en un aula y algunos pueden ser diferentes.
- Participa en esta lección solo o con un padre u otro adulto, pero cualquier forma, por favor, mantén la lección en privado.
- Considera la posibilidad de usar auriculares o audífonos si tus hermanos menores u otros niños están cerca.
- No debes grabar en vídeo ninguna sesión de clase ni compartir discusiones personales. **COMPARTE** la información!
- Por favor, recuerden ser buenos ciudadanos digitales.

Preguntas Anónimas

- Para hacer preguntas anónimas online, rellena el formulario de Google "Preguntas sobre la educación de la salud sexual".
- Puedes rellenar y enviar este formulario tantas veces como quieras.
- NO tienes que poner tu nombre en el formulario. Incluye tu nombre **SÓLO** si quieres que haga un seguimiento contigo de forma personal.

Tareas

- **Mientras revisas esta presentación con tu profesor**, por favor abre y llena el formulario de Google para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 6 Trabajo de Clase: "Conoce tus Opciones"*
- **Después de que la lección termine**, por favor complete la tarea para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 6 Tarea para Casa: "Investigación sobre la Anticoncepción de Emergencia"*

Introducción

- Hoy vamos a ver la *contracepción*, o anticoncepción, como la abstinencia, los condones y la píldora.
- Recuerden que para que se produzca un embarazo, un espermatozoide debe fertilizar un óvulo e implantarse en un útero.
- Esto suele ocurrir durante el sexo vaginal, cuando el pene eyacula dentro de la vagina y el semen -que contiene el esperma- viaja a través del cuello uterino, el útero y las trompas de Falopio para entrar en contacto con un óvulo.
- Cuando un óvulo fertilizado se implanta en el útero, esto se llama embarazo.

Introducción

La única forma 100% efectiva de evitar un embarazo es no tener sexo vaginal.

Sin embargo, si personas de diferentes sexos deciden tener relaciones sexuales, entonces la *anticoncepción*, o control de la natalidad, puede disminuir de manera segura y eficaz el riesgo de un embarazo no planificado *si se utiliza de manera constante y correcta.*

¿Por qué podría una persona usar anticonceptivos?

¡Lluvia de ideas en tu formulario de Google!

- ¿Quién crees que podría utilizar anticonceptivos y por qué?
- ¿Cómo entran en juego sus parejas? ¿Qué derechos y responsabilidades tienen?
- ¿Cuáles de estas razones podrían aplicarse a las personas con relaciones del mismo sexo?

Normalmente pensamos que las parejas de distinto sexo son las únicas que corren el riesgo de un embarazo no planificado. Pero algunas de estas preocupaciones se aplican a todas las personas, independientemente de la orientación sexual o el género. Tengan esto en cuenta.

¿Por qué una Persona o una Pareja NO Usaría Anticonceptivos? ?

¡Lluvia de ideas en tu formulario de Google!

Actividad de Grupo: “Opciones para Adolescentes”

Ahora vamos a ver algunos escenarios de diferentes adolescentes que están considerando el uso de anticonceptivos.

1. En su formulario de Google, habrá información sobre 6 adolescentes diferentes. Elige uno de estos escenarios para los que investigarás los métodos anticonceptivos.
2. Haz el test “¿Qué anticonceptivo es el adecuado para mí?” en [este sitio web](#) para identificar los 3 métodos anticonceptivos más recomendados para el escenario que has elegido. *(Este cuestionario está dirigido a niñas y mujeres cisgénero, pero mucha de la información puede aplicarse a cualquiera.)*
3. Puede que no sepas la respuesta a cada pregunta basado en el escenario, así que está bien que adivines algunas respuestas.

Métodos Anticonceptivos

- Los métodos anticonceptivos se dividen en tres categorías:
 - Abstinencia
 - Métodos de barrera
 - Métodos hormonales
- Cada método tiene un índice de eficacia que indica qué tan bien puede funcionar para prevenir el embarazo cuando se usa de manera *consistente y correcta*.
- El mejor método anticonceptivo es el que se usa de forma consistente y correcta.

Abstinencia

La abstinencia es la forma más eficaz de prevenir el embarazo y protegerse contra el VIH y las ITS. Esta opción está disponible para todos.

La abstinencia significa no tener sexo oral, vaginal o anal, ni ningún tipo de contacto genital.

A continuación se presentan algunas formas de planificar la abstinencia:

1. Habla con tu pareja.
2. Habla sobre las diferentes maneras de demostrar afecto.
3. Busca actividades que puedas hacer con otras parejas.
4. Evita el alcohol y las drogas.

Métodos Hormonales de Larga Duración

Dispositivo Intrauterino (DIU)

- Un pequeño dispositivo insertado en el útero.
- Puede durar de 3 a 6 años dependiendo del tipo de DIU.
- Se puede conseguir con receta médica y debe ser insertado por un profesional de la salud en un consultorio o clínica.
- 99% de efectividad en la prevención del embarazo cuando se usa *consistente y correctamente*.

Inyección

- Una inyección administrada por un médico cada 3 meses.
- Se puede obtener con receta médica y se puede administrar en una clínica o en cualquier farmacia autorizada.
- 99% de efectividad si se usa *consistente y correctamente*.

Implante

- Una pequeña varilla insertada en el brazo.
- Se puede obtener con receta médica y debe ser insertada por un profesional de la salud en un consultorio o clínica.
- 99% de efectividad si se usa *consistente y correctamente*.



Métodos Hormonales

Pildoras

- Tomada diariamente.
- Evita la liberación del óvulo desde el ovario.
- Disponible con receta en clínicas.
- 99% de efectividad en la prevención del embarazo cuando se usa *consistente y correctamente*.

Parche

- Colocado en el cuerpo durante 3 de cada 4 semanas.
- Evita la liberación del óvulo desde el ovario.
- Disponible con receta en clínicas.
- 99% de efectividad en la prevención del embarazo cuando se usa *consistente y correctamente*.

Anillo

- Insertado en la vagina durante 3 de cada 4 semanas.
- Evita la liberación del óvulo desde el ovario.
- Disponible con receta en clínicas.
- 99% de efectividad en la prevención del embarazo cuando se usa *consistente y correctamente*.



Métodos de Barrera



Condones Externos

- Cubre el pene erecto.
- Disponible sin receta en farmacias o clínicas.
- 98% de efectividad en la prevención del embarazo cuando se usa *consistente y correctamente*.

Barreras de Látex Bucales

- Se puede utilizar una fina lámina de látex para proteger la mucosa durante el sexo oral.
- Disponible sin receta en las clínicas.
- No es un método anticonceptivo, pero se usa para prevenir la transmisión del VIH y las ITS.

Condones Internos

- Insertado en la vagina o el ano.
- Disponible con receta en farmacias o clínicas.
- 95% de efectividad en la prevención de embarazos cuando se usa *consistente y correctamente*.

Espermicidas

- Se utiliza con otros métodos de barrera para inmovilizar o matar los espermatozoides.
- Disponible sin receta en farmacias o clínicas.
- 72-82% de efectividad en la prevención del embarazo cuando se usa *solo*.



Métodos de Barrera



Capuchón Cervical

- Un tapón de silicona suave colocado dentro de la vagina para cubrir el cuello del útero.
- Disponible con receta en clínicas.
- 86% de efectividad en la prevención de embarazos cuando se usa *consistente y correctamente*.

Diafragma

- Una copa de silicona poco profunda colocada dentro de la vagina para cubrir el cuello del útero.
- Disponible con receta en clínicas.
- 94% de efectividad en la prevención de embarazos cuando se usa *consistente y correctamente*.

Esponja

- Pequeño plástico esponjoso colocado dentro de la vagina para cubrir el cuello del útero.
- Disponible sin receta en farmacias y clínicas.
- 91% de efectividad en la prevención de embarazos cuando se usa *consistente y correctamente*.



Contracepción de Emergencia (C.E.)

- **Previene el embarazo después de tener relaciones sexuales sin protección o cuando fallan los anticonceptivos.**
- **No funciona si alguien ya está embarazada; no daña al feto.**
- **Puede tomarse hasta 3 días (72 horas) después del sexo sin protección.**
- **Disponible en clínicas o farmacias :**
 - El Plan B One-Step está disponible sin receta para una persona de cualquier edad.
 - Las personas menores de 15 años pueden necesitar una receta para otras marcas.
 - Llame al 888-NOT2LATE para saber dónde el C.E. de venta libre.



Protección contra el VIH y las ITS

Los métodos anticonceptivos hormonales, intrauterinos y algunos métodos de barrera NO ofrecen protección contra el VIH y las ITS.

El uso de un **condón** con estos métodos puede reducir el riesgo de embarazo y reducir el riesgo de contraer el VIH y las ITS.

La Ley del Bebé Entregado con Seguridad

- Los padres o tutores legales pueden entregar a un recién nacido dentro de las primeras 72 horas de su nacimiento a una persona en un "lugar de entrega seguro" designado, como un hospital o el departamento de bomberos.
- Los padres pueden reclamar la custodia física del recién nacido dentro de los 14 días de la entrega.
- Más Información : (877) 725-5111 or <http://www.babysafe.ca.gov/>



Esterilización

Vasectomía

Para una persona con pene:

- La vasectomía es un procedimiento quirúrgico sencillo, seguro y eficaz que evita el embarazo de forma **permanente** bloqueando la salida de los espermatozoides del cuerpo.
- La vasectomía no protege contra las infecciones de transmisión sexual ni el VIH.
- Una persona debe tener 18 años de edad o tener el consentimiento de sus padres o tutor legal para recibir este procedimiento.

Ligadura de trompas

Para una persona con ovarios:

- Este es un procedimiento quirúrgico seguro y eficaz que evita **permanentemente** el embarazo mediante el cierre o bloqueo de las trompas de Falopio.
- La ligadura de trompas, a veces llamado "atarse las trompas", no protege contra las ETS o el VIH.
- Una persona debe tener 18 años de edad o tener el consentimiento de sus padres o tutor legal para recibir este procedimiento.

Tus Derechos

- En California, cualquier persona de cualquier edad puede obtener anticonceptivos, incluidos los preservativos y los métodos que requieren receta médica, sin necesidad de notificar a los padres ni de obtener permiso. Vea más información [aquí](#).
- Por favor, visita nuestro sitio web de [Apoyo al Estudiante](#) y nuestra herramienta de [mapeo de clínicas locales](#) para encontrar clínicas locales, muchas de las cuales ofrecen citas de Telesalud.
- Puedes obtener condones gratis de [teensource.org](#) y de la Enfermera de tu escuela durante el periodo escolar.

Tarea: "Investigación sobre la Anticoncepción de Emergencia"

1. Lee las instrucciones del formulario de Google "Investigación de Anticoncepción de Emergencia".
2. Haz una investigación en línea para responder a las preguntas.
3. Crea un escenario en el que recomendarías la Anticoncepción de Emergencia a una persona.

Derechos, Respeto, Responsabilidad (Preparatoria)

Usar Condones de Manera Efectiva

Lección 7

Acuerdos del Grupo

- Los acuerdos de grupo para una lección en línea pueden ser los mismos que en un aula y algunos pueden ser diferentes.
- Participa en esta lección solo o con un padre u otro adulto, pero cualquier forma, por favor, mantén la lección en privado.
- Considera la posibilidad de usar auriculares o audífonos si tus hermanos menores u otros niños están cerca.
- No debes grabar en vídeo ninguna sesión de clase ni compartir discusiones personales. **COMPARTE** la información!
- Por favor, recuerden ser buenos ciudadanos digitales.

Preguntas Anónimas

- Para hacer preguntas anónimas online, rellena el formulario de Google "Preguntas sobre la educación de la salud sexual".
- Puedes rellenar y enviar este formulario tantas veces como quieras.
- NO tienes que poner tu nombre en el formulario. Incluye tu nombre **SÓLO** si quieres que haga un seguimiento contigo de forma personal.

Tareas

- **Mientras revisas esta presentación con tu profesor**, por favor abre y llena el formulario de Google para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 7 Trabajo de Clase: "Usar Condones de Manera Efectiva"*
- **Después de que la lección termine**, por favor complete la tarea para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 6 Tarea para Casa: "Búsqueda en los Medios: ¿Usaron condones?"*

Introducción

- Me vas a oír usar un lenguaje muy específico cuando hablemos de condones. La gente tiende a usar la palabra "condón" para referirse a un condón de látex que va en el pene.
- Pero hay diferentes tipos de condones que pueden ser usados de diferentes maneras en el cuerpo de diferentes personas, sin importar el género.
- Por esta razón, nos referiremos a un condón que va en el pene como un **condón externo**.
- Cuando hablamos de un condón llamado "femenino", lo llamaremos un **condón interno**.
- **¡Verán cómo funcionan en un minuto!**

Introducción

Los condones son extremadamente efectivos cuando se usan de manera **consistente y correcta**.

Eso significa **cada vez** que una pareja tiene **sexo oral, anal o vaginal**, desde el principio del acto hasta el final.

Actividad de Clase: “Uso Correcto del Condón”

1. Abre tu formulario de Google.
2. Verás una pregunta que enumera cada uno de los pasos para usar correctamente un condón externo.
3. Ponga los pasos en el orden correcto desde el principio hasta el final del acto sexual.

Demostración del Condón Externo



Demo del Condón Externo

Mira el video que muestra los pasos correctos para usar un condón externo:

1. Comprobar la fecha de caducidad del condón.
2. Tener una erección.
3. Sacar el condón del envoltorio.
4. Poner el condón en la cabeza del pene con el lado derecho hacia arriba.
5. Pellizcar la punta del condón.
6. Bajar el condón por el pene.
7. Comienza el coito.
8. Eyacular.
9. Retirarse de la pareja, sosteniendo el condón en la base.
10. Retirar el condón del pene.
11. Tirar el condón a la basura.

Condomes Externos

Errores Comunes:

- No comprobar la fecha de caducidad
- Guardar los condones en un lugar demasiado caliente o demasiado frío
- Poner un condón al revés
- No ponerse el condón *antes* de tener contacto sexual

Condomes Internos

- Cuando la gente se refiere a los condones, generalmente se refieren a los condones que van en el pene.
- Pero hay otro tipo de condón que es igual de efectivo para prevenir el embarazo y proporcionar una muy buena protección contra las ITS y el VIH.

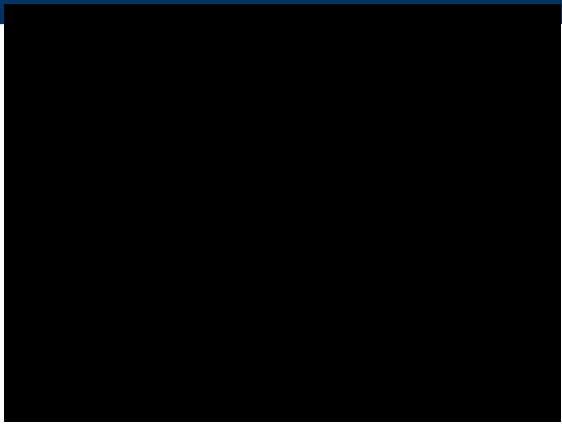
Demo del Condón Interno

Hay menos pasos para usar este tipo de condón, pero aún así es importante hacerlos correctamente:

1. Revisar la fecha de caducidad.
2. Apriete suavemente el anillo más pequeño, e introdúzcalo en la vagina.
3. El anillo exterior del condón debe cubrir la vulva.
4. Durante la relación sexual, es posible que tú o tu pareja deban sostener el condón en su lugar para asegurarse de que el pene esté dentro del condón y no a un lado.
5. Una vez finalizada la relación sexual, el condón debe salir de la vagina y se debe tirar.

La gente se ha referido a este condón como un condón 'femenino', pero también puede ser utilizado por cualquier género para las relaciones sexuales con el pene y el ano si la pareja retira el anillo interno.

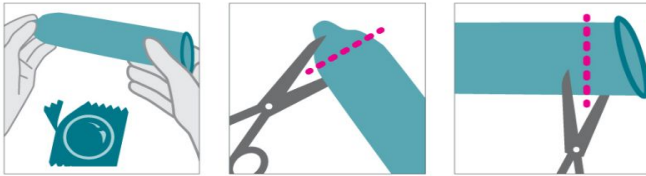
Demo del Condón Interno



Las Barreras de Látex Bucales

- Hay un último método de barrera que puede proteger contra las ITS y el VIH durante el sexo oral, en la vulva o el recto de otra pareja.
- Las barreras bucales tienen un sabor específico para un sexo oral más seguro, y al igual que los condones, están diseñados para ser usados una sola vez y desechados.
- Las barreras bucales también se pueden hacer cortando o rompiendo un condón de sabor si no tienes una barrera bucal disponible.

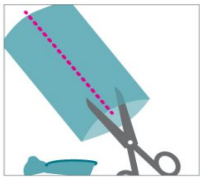
How To Make a Dental Dam From a Condom*



Carefully open package, remove condom, and unroll.

Cut off tip of condom.

Cut off bottom of condom.



Cut down one side of condom.



Lay flat to cover vaginal opening or anus.

*Be sure the condom is made of latex or polyurethane.

<https://www.cdc.gov/condomeffectiveness/Dental-dam-use.html>

Resumen

- En California, cualquier persona de cualquier edad puede obtener condones para protegerse de las ETS, el VIH y el embarazo.
- Puedes obtener condones gratis de teensource.org y de la enfermera de la escuela durante el periodo escolar.
- Para encontrar otros programas de preservativos, visita el sitio web de Apoyo al Estudiante www.sandiegounified.org/Support.
- **Dado que los condones son el único método anticonceptivo que protege contra las ITS y el VIH, es una buena opción usarlos junto con otro método, en parejas de diferente sexo, para una doble protección.**

Tarea: “Búsqueda en los Medios: ¿Usaron condones?”

- Lea las instrucciones del formulario de Google “Búsqueda en los Medios: ¿Usaron condones?”
- Observarán en la televisión, películas, etc. si las parejas están hablando de y usando condones.
- NOTA: Esta tarea está diseñada para referirse a los medios de comunicación *apropiados para la edad*, como los programas de televisión y las películas.

Derechos, Respeto, Responsabilidad (Preparatoria)

¿Cuáles son mis Derechos Reproductivos?

Lección 8

Acuerdos del Grupo

- Los acuerdos de grupo para una lección en línea pueden ser los mismos que en un aula y algunos pueden ser diferentes.
- Participa en esta lección solo o con un padre u otro adulto, pero cualquier forma, por favor, mantén la lección en privado.
- Considera la posibilidad de usar auriculares o audífonos si tus hermanos menores u otros niños están cerca.
- No debes grabar en vídeo ninguna sesión de clase ni compartir discusiones personales. **COMPARTE** la información!
- Por favor, recuerden ser buenos ciudadanos digitales.

Preguntas Anónimas

- Para hacer preguntas anónimas online, rellena el formulario de Google "Preguntas sobre la educación de la salud sexual".
- Puedes rellenar y enviar este formulario tantas veces como quieras.
- **NO** tienes que poner tu nombre en el formulario. Incluye tu nombre **SÓLO** si quieres que haga un seguimiento contigo de forma personal.

Tareas

- **Mientras revisas esta presentación con tu profesor**, por favor abre y llena el formulario de Google para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 8 Trabajo de Clase: "¿Cuáles son mis Derechos Reproductivos?"*
- **No hay tarea para casa!**

Introducción

- Hoy hablaremos de tus derechos legales, como adolescente, en lo que se refiere al embarazo y a las opciones de embarazo.
- Si alguien de tu edad tiene un embarazo no planificado, o tiene una pareja que queda embarazada, te animamos a que te comuniques con tus padres, cuidadores y adultos de confianza para que te ayuden a encontrar un plan seguro y saludable.
- La ley de California protege las opciones de los adolescentes y su confidencialidad en caso de embarazo, tanto si los padres participan en las decisiones como si no.
- Comenzaremos por examinar algunas de estas leyes, y luego veremos algunas de sus implicaciones.

Actividad de Clase: "¿Cuáles son mis Derechos Reproductivos?"

1. Tu formulario de Google tiene cuatro escenarios (divididos en secciones separadas).
2. Serás responsable de una sección (de tu elección o asignada por tu profesor).
3. El escenario tiene los enlaces necesarios para la investigación.
4. El escenario tendrá algunas preguntas guía. Tómate 10 minutos para investigar las respuestas usando estos sitios web.
5. Una vez que hayas terminado, revisaremos parte de la información de cada escenario.

Escenario 1

- Damien no tiene el derecho legal de impedir que Kyra tenga un aborto.
- Tiene algunos derechos en relación con la adopción, como ser notificado y poder solicitar que se detenga la adopción.
- Para obtener un aborto, Kyra sólo necesita hacer una cita con un médico o una clínica médica y asegurarse de que ha organizado el transporte para después. No necesita notificar a nadie, incluidos sus padres, a menos que lo desee.

Escenario 2

- El Título IX es una ley federal que hace ilegal excluir a los estudiantes que pueden estar, están o han estado embarazadas de un programa educativo, incluyendo la clase de educación física.
- El Título IX permite ausencias justificadas por embarazo o parto durante el tiempo que el doctor diga que es necesario.
- El Título IX se aplica tanto a las adolescentes embarazadas como a los que son padres, así que Daniel tiene el derecho legal de faltar a la escuela para asistir a la cita con el médico de Amanda.
- Amanda debe recibir atención prenatal durante todo su embarazo, lo que significa que debe someterse a controles periódicos por parte de un médico, una enfermera o una partera.

Escenario 3

- La paternidad puede ser determinada por una demanda civil, que utiliza pruebas de ADN.
- Establecer la paternidad sería necesario para que la manutención de los niños sea ordenada por un tribunal.
- Claire puede elegir abortar incluso después de determinar la paternidad y notificar al padre.
- Si Claire continúa con su embarazo, debería hacerse chequeos regulares con un médico, una enfermera o una partera.

Escenario 4

- Samantha no puede recibir un aborto electivo en California ya que un feto se considera "viable" a los 8 meses.
- Aunque sea menor de edad, tendría derecho a dar a su bebé en adopción y no necesitaría el permiso de sus padres.
- Samantha puede permanecer en la escuela secundaria si decide criar al bebé ella misma. El Título IX da derecho a las adolescentes embarazadas y a las que son madres a acceder a la educación en igualdad de condiciones.
- En California, puede entregar a su bebé sin peligro dentro de las 72 horas de su nacimiento en un sitio de entrega segura como un hospital o una estación de bomberos, sin hacer preguntas.
- Samantha debe recibir cuidado prenatal regular que incluye chequeos con un doctor, enfermera o partera.

Resumen

- No importa lo que pienses de cualquiera de estos derechos, o de las leyes que los gobiernan, hay leyes que existen relacionadas con sí, cuándo, y a veces incluso cómo, nosotros como seres humanos podemos reproducirnos.
- Hay leyes únicas que pertenecen específicamente a todos los menores de 18 años en California. Lo mejor que puedes hacer es guardar tu lista de organizaciones como referencia para que, si te encuentras en una situación en la que necesitas elegir qué hacer con respecto a un embarazo, conocer tus derechos.

Derechos de los Adolescentes en CA

- En California, cualquier estudiante de cualquier edad puede obtener legalmente y de manera confidencial anticonceptivos, incluyendo condones, sin notificar u obtener permiso de sus padres o tutores si no lo desea.
- Cualquier persona de cualquier edad puede dar su consentimiento para su propio cuidado del embarazo, incluyendo pruebas de embarazo, cuidado prenatal y aborto.
- Los menores de 12 años y mayores pueden también dar su consentimiento para sus propias pruebas y tratamientos de ETS y VIH sin notificar a sus padres.
- Esto incluye la posibilidad de consentir a su propia vacuna contra el VPH, así como el acceso a la medicación de PrEP para la prevención del VIH.
- Además, cuando están en la escuela, los estudiantes en California pueden dejar la escuela durante el horario escolar para asistir a una cita de atención médica sexual. Para seguir esta opción, habla con la enfermera o el consejero de tu escuela.

Derechos de los Adolescentes en CA

*Consulta este enlace para obtener
más información sobre
Leyes de Consentimiento de Menores
de California.*

Tarea

¡Nada!



Derechos, Respeto, Responsabilidad (Preparatoria)

¿Es un abuso si...?

Lección 9

Acuerdos del Grupo

- Los acuerdos de grupo para una lección en línea pueden ser los mismos que en un aula y algunos pueden ser diferentes.
- Participa en esta lección solo o con un padre u otro adulto, pero cualquier forma, por favor, mantén la lección en privado.
- Considera la posibilidad de usar auriculares o audífonos si tus hermanos menores u otros niños están cerca.
- No debes grabar en vídeo ninguna sesión de clase ni compartir discusiones personales. **COMPARTE** la información!
- Por favor, recuerden ser buenos ciudadanos digitales.

Preguntas Anónimas

- Para hacer preguntas anónimas online, rellena el formulario de Google "Preguntas sobre la educación de la salud sexual".
- Puedes rellenar y enviar este formulario tantas veces como quieras.
- NO tienes que poner tu nombre en el formulario. Incluye tu nombre **SÓLO** si quieres que haga un seguimiento contigo de forma personal.

Tareas

- **Mientras revisas esta presentación con tu profesor**, por favor abre y llena el formulario de Google para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 9 Trabajo de Clase: "¿Es un abuso si...?"*
- **Después de que la lección termine**, por favor completa la tarea para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 9 Tarea para casa: "Prevención del Tráfico de Personas"*

Introducción

- Hay muchos mitos sobre la sexualidad y las relaciones, especialmente en relación con los adolescentes.
- Un mito es que el abuso no ocurre en las relaciones de los adolescentes.
- Lamentablemente, las estadísticas muestran que el abuso de todo tipo es tan frecuente en las relaciones de adolescentes como en las de adultos.

¿Qué es Abuso?

- A menudo, las personas no pueden distinguir si su relación es abusiva o si sólo es un momento difícil con su pareja.
- Hoy vamos a tratar de averiguar esto, junto con lo que hay que hacer si se está en una relación poco saludable o abusiva.
- Nuestro objetivo es poder reconocer o fomentar las relaciones saludables basadas en el respeto y el afecto mutuos que pueden conducir a relaciones estables, como el matrimonio.

Tipos de Abuso en las Relaciones

Físico: herir a alguien físicamente de alguna manera.

Emocional: hacer que alguien se sienta mal consigo mismo, como quitarle el sentido de sí mismo o la autoestima, o acosar a alguien para que se sienta mal consigo mismo.

Psicológico: usar amenazas o intimidación para asustar a alguien, o "gaslighting" (hacerles sentir que están perdiendo el contacto con la realidad)

Sexual: similar al abuso físico, pero de naturaleza sexual. Esto incluye el tráfico sexual.

Financiero: cuando las finanzas en una relación, o el potencial de una persona para ganar o tener dinero, son controladas por una persona.

Actividad de Clase: "¿Qué es Abuso?"

1. Abre el formulario de Google para esta lección.
2. Dadas las definiciones que acabo de compartir, escribe algunas conductas específicas que estarían dentro de cada categoría de abuso en las relaciones.
3. Por ejemplo, y el ejemplo de "Abuso físico" sería "golpear."

Otros Tipos de Abuso

- Puede ser relativamente fácil hacer una lista de comportamientos, especialmente cuando no estamos en medio de la relación.
- Pero a veces las situaciones abusivas no son tan claras.
- Por ejemplo, otros tipos de abuso en las relaciones pueden incluir el **acoso sexual**, la **agresión sexual** y el **tráfico sexual**.

Acoso Sexual

El acoso sexual es:

- Avances sexuales no deseados
- Solicitudes de favores sexuales
- Otros acosos verbales o físicos de naturaleza sexual, como notas o textos sexuales no deseados
- Si el receptor le dice a alguien que deje este tipo de acoso **aunque sea una vez**, y éste continúa, entonces se define como acoso sexual y es **ilegal**.

*Si alguien te toca de manera sexual sin tu consentimiento explícito, eso es **agresión sexual**. Esto también es ilegal y debe ser reportado a un adulto de confianza.*

Tráfico Sexual

-El **tráfico de seres humanos**, que incluye el tráfico laboral y sexual, es una forma de esclavitud moderna.

-El **Tráfico Sexual** se produce cuando un traficante utiliza la **fuerza**, el **engaño** o la **coacción** (lo que significa engañar o presionar a alguien) para controlar a otra persona con el fin de realizar actos sexuales contra su voluntad **a cambio de dinero u otros bienes, incluidos alimentos y vivienda**.

-Si una persona es menor de 18 años, no tiene que haber fuerza, fraude o coerción para que se trate de tráfico. Los menores están **protegidos por la ley y pueden buscar ayuda con seguridad sin temor o consecuencias legales**.

Tráfico Sexual

-Los traficantes pueden llevarse a una persona por la fuerza, pero **es más probable que se hagan amigos a través de las redes sociales o sitios de juegos**, o en otros lugares donde los adolescentes se reúnen para tratar de ganar su confianza.

-El traficante también puede ser un **miembro de la familia, amigo, "novio" u otra pareja romántica, o incluso otro adolescente**.

-La persona objeto de la trata puede tener relaciones sexuales con otras personas para **complacer al traficante, porque tienen miedo, o por la promesa de un cierto estilo de vida o necesidades básicas**.

Tráfico Sexual

- La mayoría de las personas que son objeto de tráfico son **jóvenes adolescentes, en promedio de 15 años.**
- **Puede sucederle a cualquiera**, sin importar el género, la raza, el estatus socioeconómico o la ubicación.
- Sea cual sea la forma que tome, el **tráfico sexual —alguien forzando o presionando a alguien a tener sexo con otros— es ilegal.**

Es un Abuso Si...

1. **SÍ** - Nunca está bien golpear a otra persona, especialmente en una relación. Esto es Abuso Físico.
2. **PODRÍA SER** - Si las acciones son deseadas, no es abuso. Si no se quiere, y la persona lo ha dicho claramente, entonces la pareja debe respetar sus deseos. Si no lo hacen, esto es Abuso Psicológico.
3. **SÍ** - Usar amenazas en una relación nunca está bien. Esto es Abuso Psicológico.

Es un Abuso Si ...

6. **SÍ** - Este es un ejemplo de Abuso Financiero, Emocional y Psicológico, y es tráfico sexual. El tráfico sexual significa que alguien es forzado, presionado o engañado para participar en actos sexuales por bienes o dinero, incluyendo comida o vivienda, y es ilegal.

Trabajo de Clase: “¿Es un abuso si...?”

En tu formulario de Google:

- Lee cada declaración que describa una situación particular entre dos personas.
- Decide si cada declaración es abusiva.
- Escribe por qué tomaste esa decisión.

Es un Abuso Si ...

4. **NO** - Discutir la salud sexual antes de tener sexo es un ejemplo de una relación saludable.
5. **PODRÍA SER** - Si la pelea en plan juego fue mutua y los moretones fueron un accidente, no es abuso. Pero si una de las parejas no estaba disfrutando de la lucha, le dijo a la otra persona que parara, y/o fue intimidado o herido físicamente, esto es Abuso Físico.

Reflexión: “Es un Abuso Si...?”

1. ¿Cómo fue hacer esa actividad? ¿Por qué?
2. El género(s) no se reveló en sus ejemplos. ¿Qué género(s) imaginaste en estas relaciones? ¿Quién era el abusador? ¿Quién estaba siendo abusado?
3. ¿Habría cambiado su respuesta si el género(s) fuera diferente?

Buscando Ayuda

- **A veces la gente no siente que puede hablar con alguien cara a cara.**
 - Puede ser difícil hablar cuando estas cosas le suceden a usted o a alguien que le importa por muchas razones, como el miedo, la vergüenza o la confusión.
 - Dependiendo del género o los géneros de las personas involucradas en la relación, la persona que está siendo maltratada puede incluso ser menos propensa a revelarlo y a buscar ayuda.
 - **Identificar a un adulto seguro y de confianza es el primer paso para obtener ayuda.** Puede ser un miembro de la familia, alguien de la escuela, un vecino, un profesional médico, un líder religioso o alguien más de su comunidad.
 - Un sitio web anónimo o una línea de ayuda puede animar a la gente a obtener la ayuda que necesita. El que viste en la pantalla es un ejemplo.
- ◆ **National Teen Dating Abuse Hotline (866) 331-9474**

Resumen

- También puedes usar www.loveisrespect.org y los recursos del sitio web de [Apoyo al Estudiante](#) para ayudar en situaciones de abuso en las relaciones, acoso sexual o tráfico sexual.
- En California, cualquier persona de cualquier edad puede consentir a su propio cuidado y tratamiento por asalto sexual de forma confidencial, es decir, sin notificar a los padres si no lo desea.
- Consulte el recurso en línea [Leyes de Consentimiento de Menores de California](#) al que me referí durante la última lección para obtener más detalles.
- El consejero y/o yo estamos disponibles para hablar si tienes alguna pregunta sobre este tema que te gustaría discutir en persona.

Tarea: “Prevención del Tráfico de Personas”

- Abre el formulario de Google para las tareas.
- Mira el video sobre el tráfico de personas en San Diego.
- Si prefieres una versión escrita, pídele a tu profesor los artículos.
- Responde a las preguntas del formulario usando el video o los artículos.

Derechos, Respeto, Responsabilidad (Preparatoria)

Mi Vida, Mis Decisiones

Lección 10

Acuerdos del Grupo

- Los acuerdos de grupo para una lección en línea pueden ser los mismos que en un aula y algunos pueden ser diferentes.
- Participa en esta lección solo o con un padre u otro adulto, pero cualquier forma, por favor, mantén la lección en privado.
- Considera la posibilidad de usar auriculares o audífonos si tus hermanos menores u otros niños están cerca.
- No debes grabar en vídeo ninguna sesión de clase ni compartir discusiones personales. **COMPARTE** la información!
- Por favor, recuerden ser buenos ciudadanos digitales.

Preguntas Anónimas

- Para hacer preguntas anónimas online, rellena el formulario de Google "Preguntas sobre la educación de la salud sexual".
- Puedes rellenar y enviar este formulario tantas veces como quieras.
- NO tienes que poner tu nombre en el formulario. Incluye tu nombre **SÓLO** si quieres que haga un seguimiento contigo de forma personal.

Assignments

- **Mientras revisas esta presentación con tu profesor**, por favor abre y llena el formulario de Google para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 10 Trabajo de Clase: "Mi Vida, Mis Decisiones"*
- **Después de que la lección termine**, por favor completa la tarea para esta lección:
 - *Preparatoria 3Rs Lección 10 Tarea para casa: "Entrevista sobre Valores y Creencias"*

Introducción

- ¿Alguna vez has dicho o hecho algo a alguien y después te has preguntado: "¿Por qué demonios acabo de decir/hacer eso?"
- Podría ser algo realmente menor como caminar en una habitación y llamar a un amigo por un apodo que nunca habías usado antes, y suena tonto.
- O podría ser algo más significativo, como que alguien te pida que mantengas algo entre los dos, y se lo digas a alguien más e inmediatamente te arrepientas.

Reflexión

- ¿Qué se siente después de hacer algo malo?
- Todos pasamos por esto, es algo que experimentamos toda nuestra vida.
- A veces tomamos decisiones sin pensar, e incluso cuando las pensamos bien, seguimos tomando decisiones que desearíamos no haber tomado.
- ¿Puedes pensar en ejemplos en los que tomaste la decisión correcta, y que realmente valió la pena para ti?
- Claramente, hay tantas oportunidades de tomar decisiones positivas como de tomar malas decisiones.
- Hoy vamos a hablar sobre la toma de decisiones sexuales y qué y quién puede tener un impacto en las decisiones que tomamos.

Trabajo de Clase: “Considerando las Opiniones de los Demás”

1. Abre el formulario de Google para esta lección.
2. En este formulario, habrá tipos de personas que podríamos tener en nuestras vidas, y temas sobre los que la gente podría necesitar pensar en relación con el sexo y la sexualidad.
3. Escribe lo que crees que ese tipo de persona diría sobre el tema que aparece junto a ellos.
4. Incluso si no hablarías de este tema con esa persona en la vida real, escribe lo que imaginas que diría.

Trabajo de Clase: “Considerando las Opiniones de los Demás”

Tómate unos momentos para reflexionar y grabar tus pensamientos en tu formulario de Google:

1. ¿Cómo sabías lo que dirían estas personas en tu vida?
2. ¿Qué pensaste de estos mensajes? ¿Fueron en su mayoría positivos, negativos o una mezcla?
3. ¿De qué manera crees que estas personas en tu vida afectan o afectarían las decisiones que tomas sobre la sexualidad? ¿Por qué?

Discusión

- ❖ Las personas en nuestras vidas tienen influencia sobre nosotros, no importa quiénes sean.
- ❖ Algunos tienen más influencia sobre nosotros que otros.
- ❖ A veces nuestras percepciones son tan importantes como lo que realmente escuchamos.

¿Qué Harías si...?

... tu mejor amigo te dijera que no soporta a tu novio/novia/pareja?

¿Qué Harías si...?

... estaban acompañados con un buen amigo y empezaron a hacer comentarios ofensivos y chistes sobre un compañero de clase siendo gay o trans?

¿Qué Harías si...?

... estabas pensando en tener sexo con tu pareja, y tus amigos te dicen que lo hagas, pero un miembro de la familia con el que hablas de todo, te dice que deberías esperar?

¿Qué más?

- Aparte de las personas en nuestras vidas, cuando se trata de tomar decisiones sobre el sexo y la sexualidad, ¿qué otras cosas nos influyen?
- Por ejemplo: Las experiencias pasadas pueden tener un impacto en si la gente elige hacer algo o no.
- ¿Qué más te viene a la mente? Responde a esto en tu formulario de Google.

Resumen

No tienes que estar solo/a cuando tomas decisiones importantes sobre sexo y sexualidad.

Encontrar adultos de confianza en tu vida con los que hablar honestamente es muy importante.

Influencias

- Es imposible tomar decisiones sobre cualquier cosa, y mucho menos sobre algo tan importante como el sexo y la sexualidad, en el vacío.
- Definitivamente estamos influenciados por la gente y el mundo que nos rodea. A veces ni siquiera somos conscientes de cuál es esa influencia.
- Parece simplista decir que, por encima de todo, lo que quieres y piensas que es correcto es lo más importante, ¡pero es verdad!
- Al final, eres tú quien se beneficia de tus decisiones positivas o afronta las consecuencias de tus decisiones negativas.

Así que no importa lo que pienses o escuches, tienes derecho a pensar y tomar decisiones por tí mismo.

Tarea: “Entrevista sobre Valores y Creencias”

1. La “Entrevista sobre Valores y Creencias” te ayudará a pensar con qué adultos de tu vida puedes hablar de sexo y sexualidad.
2. Entrevistarás brevemente a un adulto para empezar a crear una comunicación abierta y honesta.