

PrePARando PARES PARA EL ÉXITO: DÍA 1

CAPACITACIÓN PARA COMPETENCIAS BÁSICAS DE LOS PARES

Un currículum para integrar a las personas con VIH que no reciben tratamiento, o que han sido diagnosticadas recientemente con VIH, al tratamiento



**FUNCIONES DE
LOS PARES**

**DESTREZAS DE
COMUNICACIÓN
ENTRE PARES**

**FUNDAMENTOS
DEL VIH**

DAY 1: Funciones de los Pares, Destresaz de Comunicación entre Pares (Parte 1), Fundamentos del VIH

Una Visión General de las Sesiones y los Temas de Hoy

Tema	Duración	Diapositivas	Página
Introducción a la Capacitación de Pares	15 min.	1-5	25-26
Rompehielo: Actividad con Dulces M&M*	30 min.	6	27-28
Sesión I: Funciones de los Pares	1 hr. 55 min. (total)	7-12	29-44
Tema: ¿Qué es un Par?	35 min.	8	29-30
Tema: Roles de los Pares	20 min.	9	31-33
Tema: Lecturas sobre los Roles de los Pares	15 min.	10	34-36
Tema: ¿Qué hace que los pares sean únicos?	15 min.	11	37-38
Tema: ¿Qué se necesita para ser un par?	30 min.	12	39-44
Energizante*	15 min.		
Sesión II: Destrezas de Comunicación para Pares, Parte 1	1 hr. (total)	13-17	45-49
Tema: Elementos de la Comunicación	5 min	14	45
Tema: Cómo Hacer Preguntas	5 min	15	46
Tema: Ejercicio de Convertir las Preguntas	15 min	16	47-48
Tema: Nombre esa Celebridad	35 min	17	49
Sesión III: Fundamentos del VIH	1 hr. (total)	18-23	50-62
Tema: Definir el VIH y SIDA	10 min	19	50-51
Tema: Transmisión del VIH	10 min	20	52-53
Tema: Rutas de Transmisión	15 min	21	54-56
Tema: Etapas de la Infección por VIH	15 min	22	57-59
Tema: El Tren del VIH	10 min	23	60-61
Revisión, cierre y evaluación*	30 min.		62

* Vea la página 8 para una explicación de estas actividades para establecer el ambiente.

A lo largo de este currículo, las *palabras en itálicas* son para ser dirigidas directamente a la clase.

Esta publicación es parte del currículo en línea, *PrePARando Pares para el Éxito, Capacitación para Competencias Básicas de los Pares*. Para las diapositivas correspondientes en PowerPoint y otros currículos de la serie, visite <http://www.hdwg.org/prep/curricula>

Esta publicación fue apoyada por el subsidio #U69HA23262, "Minority AIDS Initiative Retention and Re-Engagement Project" (Proyecto de la Iniciativa SIDA para Minorías de Retención y Reintegración), a través de U.S. Department of Health and Human Services, Health Resources and Services Administration's HIV/AIDS Bureau, Training and Technical Assistance. El contenido de esta publicación es responsabilidad exclusiva de Health & Disability Research Group y no necesariamente representa las opiniones de los organismos de financiación o del gobierno de los EE.UU.

Mención sugerida

Health & Disability Working Group, Boston University School of Public Health (2014). PrePARando Pares para el Éxito: Capacitación para Competencias Básicas de los Pares. Accedido de <http://www.hdwg.org/prep/curricula>

INTRODUCCIÓN A LA CAPACITACIÓN DE PARES

► SOBRE ESTA ACTIVIDAD

 **Tiempo:** 15 minutos

 **Diapositivas:** #1-5

 **Objetivo:**

- Presentar a los adiestradores y el programa

 **Métodos de capacitación:**

- Presentaciones e introducción

 **En esta actividad, usted va a:**

- Dar la bienvenida a los participantes.
- Presentar el programa.
- Hablar sobre logística y hacer presentaciones.

 **Materiales:**

- Ninguno

 **Preparación:**

- Ninguna

Instrucciones

1. Dar la bienvenida a los participantes.
2. Los capacitadores se presentan ellos mismos.
3. Revise la diapositiva 2:

PREP: Información General del Proyecto

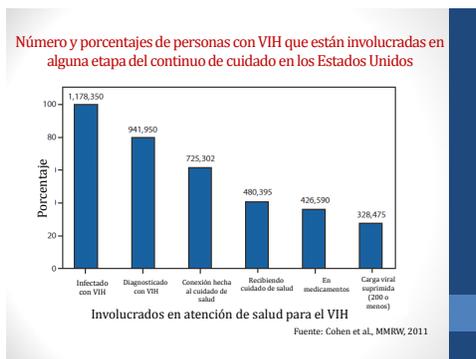
- El Proyecto de Intervención de Pares (Peer Re-Engagement Project -PREP) es un estudio de investigación que se está llevando a cabo en tres clínicas de cuidado primario del VIH a través del país: NY, Miami, y PR.
 - Trabajando con el Grupo de Salud y Discapacidad en la Escuela de Salud Pública de la Universidad de Boston.
- La investigación comparará el cuidado estándar (manejo de casos y servicios de apoyo) y el cuidado estándar más el un programa de pares para los pacientes que han estado fuera del cuidado por 4 meses o más, o que visitan la clínica por primera vez.
 - Es uno más efectivo para mantener a los pacientes VIH positivos en cuidado?
- El propósito de esta investigación es descubrir si son diferentes los resultados de salud de pacientes recibiendo el apoyo de pares.
 - Mejorar las políticas y prácticas para mantener las personas que viven con VIH en cuidado y mejorar la calidad de vida general.

- *Esta capacitación fue diseñada para adiestrar a pares para que implementen una intervención de pares que reestablezca un enlace a cuidado primario de pacientes VIH positivos de grupos de minoría que no están recibiendo atención médica, o para hacer la conexión al cuidado de salud de pacientes nuevos o recientemente diagnosticados que necesiten servicios de salud mental, tratamiento para el abuso de sustancias o servicios de vivienda.*
- *Recibió fondos de la Oficina de VIH/SIDA de la Administración de Recursos y Servicios de Salud (HRSA, por sus siglas en inglés), y fue implementado en tres clínicas de cuidado primario de VIH en San Juan, Puerto Rico, Brooklyn, Nueva York y Miami, Florida. Estas tres clínicas trabajaron con el Grupo de Trabajo de Salud y Discapacidad (Health and Disability Working Group/ HDWG) de la Escuela de Salud Pública de Boston University en Boston, Massachusetts para implementar y evaluar la intervención.*

INTRODUCCIÓN A LA CAPACITACIÓN DE PARES

- *Los pares recibieron capacitación para poder conducir ocho sesiones educativas con los pacientes sobre una gama de temas. Mantuvieron una relación con sus pacientes a lo largo de la intervención por medio de una comunicación de forma regular, asistencia y apoyo.*
- *El programa fue evaluado para cerciorarse de que la intervención fuera exitosa en mantener involucradas en la atención de salud a pacientes positivos, aumentar los conocimientos sobre el VIH, apoderar a las personas en manejar su cuidado y tratamiento para el VIH y mejorar los resultados clínicos como la supresión de la carga viral.*

4. Revise la diapositiva 3:



- *Para obtener todos los beneficios del tratamiento para el VIH de la medicina moderna, es necesario que las personas infectadas sean diagnosticadas, involucradas en la atención de salud, retenidas en el cuidado médico, se adhieran al tratamiento y logren*

suprimir el virus. A menos que cerremos estas brechas, algunas de las cuales hacen que perdamos de 23 a 33% de pacientes en cada paso, aun el tratamiento como prevención no podrá alcanzar su potencial de frenar la epidemia y mejorar la calidad de los resultados.

5. Revise la diapositiva 4: Logística

LOGÍSTICA

- Desayuno y almuerzo
- Recesos
- Baños
- Estacionamiento
- Temperatura del salón
- Equipo electrónico

6. Revise la diapositiva 5: Acuerdos

ACUERDOS

- Silenciar los teléfonos celulares
- Llegar a tiempo
- Regresar de los recesos a tiempo
- Ser respetuoso(a)
- Mantener la confidencialidad
- Evitar las conversaciones por el lado
- Estar completamente atento
- ¿Otros?



PRESENTACIONES DE LOS PARTICIPANTES: ROMPEHIELO: ACTIVIDAD CON DULCES M & M

► SOBRE ESTA ACTIVIDAD

 **Tiempo:** 30 minutos

 **Diapositivas:** #6

 **Objetivos:**

Al finalizar esta sección, los participantes:

- Estarán animados a participar en el adiestramiento
- Se conocerán mejor

 **Métodos de capacitación:**

- Actividad individual

 **En esta actividad, usted va a:**

- Pedir a los participantes que tomen un dulce M & M de un envase y que pasen el envase a los otros participantes
- Explicar el ejercicio
- Participar en el ejercicio

 **Materiales:**

- Dulces M & M o Skittles
- Envase
- Hoja impresa de actividad de M&M
- Bolígrafos o lápices

 **Preparación:**

- Coloque los dulces en un envase.
- Haga copias de la hoja “Rompehielo del M & M”

Instrucciones

1. Pase al grupo un envase con dulces M&M; pida que cada participante escoja su color favorito de M&M.
2. También se está pasando una hoja impresa para la actividad; tome una y pase el resto. Una vez todos tengan una hoja impresa y hayan escogido su M&M, provea las instrucciones de la actividad.
3. Busque el color de su M&M en la hoja de actividad y escriba la contestación a la pregunta correspondiente; por ejemplo, la pregunta para los rojos es: “Si usted fuera un pedazo de caramelo, ¿cuál sería y por qué?” Tiene alrededor de 5 minutos para contestar su pregunta.
4. Al finalizar los 5 minutos, diga a todos que se detengan y pida un voluntario(a) que comience a compartir su respuesta a la pregunta.
5. Pida a los participantes que se presenten primero y luego digan su respuesta a la pregunta.
6. Vaya alrededor del salón hasta que cada una de las personas haya tenido la oportunidad de compartir sus respuestas.

Resuma

- *Esta actividad nos dio la oportunidad de compartir algo acerca de nosotros mismos antes de embarcarnos en este adiestramiento por los próximos días. Saber algo sobre los demás hace que sea más fácil trabajar juntos.*
- *Haga el señalamiento de que lo que se compartió fue solo una pequeña parte de nosotros y no todo sobre cada uno de nosotros.*
- *Pregunte: “¿Cómo se sentiría si tuviera que compartir todo sobre usted con extraños el primer día?” Posibles respuestas: incómodo(a), inseguro(a), demasiada información, etc.*
- *Es muy importante recordar esto cuando emprendan su trabajo como pares. El trabajo de pares requiere conocer a nuevas personas que vienen a la clínica a recibir servicios. Usted se estará presentando a estas personas por primera vez y será importante que comparta algo sobre usted mismo para “romper el hielo” y comenzar a formar una relación con el paciente. Sin embargo, compartir demasiado el primer día puede ser abrumador y no servir de ayuda. Por otro lado, pedir al paciente que comparta demasiado sobre sí mismo el primer día puede tener el mismo efecto.*

ROMPEHIELO DEL M & M

ROJO

Si usted fuera un caramelo, ¿cuál sería y por qué?

AZUL

Si pudiera conocer a tres personas, que hayan muerto o estén vivas, ¿quiénes serían y por qué?

AMARILLO

Si reencarnara, ¿de qué volvería si no pudiera ser un ser humano y por qué?

VERDE

Si pudiera visitar cualquier lugar en el mundo, ¿a dónde iría y por qué?

ANARANJADO

Si pudiera ser solo dos de los siguientes tres: SALUDABLE, RICO(A), SABIO(A), ¿cuál escogería y por qué?

MARRÓN

Si fuera desterrado a una isla desierta y pudiera escoger tres cosas para llevar con usted, ¿cuáles serían y por qué?

SESIÓN I: FUNCIONES DE LOS PARES

Tema: ¿Qué es un Par?

TIEMPO TOTAL PARA LA SESIÓN I: 1 hora, 55 minutos
 DIAPOSITIVAS: #7-12

► SOBRE ESTA ACTIVIDAD

🕒 **Tiempo:** 35 minutos

📄 **Diapositivas:** #8

➔ **Objetivo:**

- Definir la preparación emocional necesaria para ser un par

★ **Métodos de capacitación:**

- Charla
- Discusión en grupo
- Díadas

✓ **En esta actividad, va a:**

- Definir la palabra “par”
- Facilitar una discusión sobre lo que es un par
- Facilitar un ejercicio para ayudar a los participantes a pensar en cuán listos están emocionalmente para ser pares

✂ **Materiales:**

- Ninguno

✍ **Preparación:**

- Ninguna

Instrucciones

1. Abra la sesión definiendo la palabra “par”. La definición de par en el diccionario es: “una persona igual a otra en capacidades, cualificaciones, edad, trasfondo o condición social.”
2. Revise la diapositiva 8 con los participantes y facilite la discusión.



- Diga a los participantes que solo tener VIH no es suficiente para ser un par.
 - *Si una persona está en negación por tener VIH, ¿cómo puede apoyar a otra persona con VIH?*
 - *Por lo general, podría tomar un año o muchos años crecer y sanar lo suficiente de la experiencia de conocer su estatus de VIH. Si una persona todavía está en crisis, no ha manejado la realidad de vivir con VIH o no está comprometida con el cuidado médico, no está emocionalmente lista para ser un par.*
3. Pregunte a los participantes si han recibido o dado apoyo de pares.
 - *¿Hay personas en el salón que hayan tenido la experiencia de dar o recibir apoyo de pares? Permita las respuestas y facilite la discusión.*

SESIÓN I: FUNCIONES DE LOS PARES

Tema: ¿Qué es un Par?

4. Instrucciones para el ejercicio de díada:

- Diga a los participantes: *Haremos un ejercicio para ayudarnos a pensar sobre nuestra propia preparación emocional para ser un par.*
- Pida que se agrupen en pareja con alguien sentado a su lado.
- Pida que discutan entre sí cada una de las siguientes preguntas (escribalas en una hoja de papel de rotafolio para que todos las puedan ver):
 - a. *¿Qué le ayudó a aceptar su estatus?*
 - b. *¿Cómo han cambiado las cosas de cuando le dieron el diagnóstico por primera vez?*
 - c. *¿Dónde está en su proceso de sanación?*
- Las díadas deber ser breves al contar sus historias; no tienen que decirlo todo, solo los puntos más importantes.
- Dé 10 minutos. Camine por el salón para asegurarse de que todo el mundo entendió las instrucciones.

Resuma

- Pida voluntarios para informar lo que compartió su pareja; dé la oportunidad de que unos pocos informen y continúe a la siguiente parte de la sección.
- *Los pares son personas que han superado el dolor, el miedo y la desesperanza de conocer su estatus de VIH, personas que han llegado a creer que la buena salud y la longevidad se pueden alcanzar a pesar del VIH.*

SESIÓN I: FUNCIONES DE LOS PARES

Tema: Roles de los Pares

► SOBRE ESTA ACTIVIDAD

🕒 **Tiempo:** 20 minutos

📄 **Diapositivas:** #9

➔ **Objetivos:**

- Los participantes aprenden 4 categorías amplias sobre apoyo de pares
- Los participantes aprenden la función del apoyo emocional que facilita las otras 3 categorías.

★ **Métodos de capacitación:**

- Charla
- Discusión

✓ **En esta actividad, va a:**

- Identificar los diferentes roles de los pares
- Revisar la hoja “Cuatro Categorías de Servicio del Par”
- Mostrar el video de un paciente y un par y haga preguntas

✂ **Materiales:**

- Hoja impresa “Cuatro Categorías de Servicio del Par”
- Video Par y Paciente (digital story)

🔗 **Preparación:**

- Haga copias de la hoja impresa “Cuatro Categorías de Servicio del Par”
- Prepare el video, la computadora, el proyector y la pantalla. El video: <http://www.hdwg.org/prep/video-par-cliente>

Instrucciones

1. Revise la diapositiva 9 con los participantes. Dígalos que éstas son categorías amplias sobre lo que hacen los pares – dentro de cada categoría hay varias actividades.



2. Explique el apoyo emocional como la esencia del apoyo que proveen los pares: *Proveer apoyo emocional crea una conexión/unión entre el par y el paciente, una que ayuda a desarrollar una relación de confianza. Esta confianza facilita poder ofrecer las otras categorías de servicio.*
3. Defina las palabras informativo, instrumental y afiliativo.
 - *Informativo significa ofrecer información, mentoría, aclaración, servir de ejemplo.*
 - *Instrumental significa servir como un medio o influencia, ayudar, asistir.*
 - *Afiliativo significa el estado de estar relacionado con otros, comunal, perteneciente a las personas de una comunidad.*
4. Dirija la atención de los participantes hacia la hoja “Cuatro Categorías de Servicio del Par” y revísenla juntos:
 - *Haga hincapié en el servir de ejemplo: Las personas lo ven como su líder, como un ejemplo que pueden seguir; si el líder par no actúa según el ejemplo que da podría parecer hipócrita o con doble moral.*
 - Pregunte a los participantes y facilite la discusión: *¿Cómo se*

SESIÓN I: FUNCIONES DE LOS PARES

Tema: Roles de los Pares

sentiría si fuese a un dentista que tiene los dientes dañados? ¿Cómo se sentiría sobre un líder par que aboga porque se revele el estatus de VIH, pero nunca lo hace?

5. Muestre el vídeo par-paciente y haga preguntas

- Si tuviere un video sobre el trabajo de pares, muéstrelo y haga la conexión de lo que se ve en el video con la información de la hoja Rol de los Pares. *¿Puede dar un ejemplo del vídeo sobre cómo el par demostró apoyo emocional, informativo, instrumental y afiliativo?*

Resuma

- *Los pares son contratados porque han superado muchos obstáculos, han aprendido a manejar los retos del VIH y pueden ser un buen ejemplo para otros. Esto no significa que los pares tienen que ser perfectos o no tienen sus propios retos.*
- *Los pares son parte de un objetivo más amplio para poner fin a una epidemia al ayudar a otras personas con VIH a que se comprometan con el cuidado, se mantengan comprometidos y sigan el tratamiento.*

Transición

- Diga a los participantes que los pares pueden tener muchos roles diferentes, sin embargo, el rol de los pares es único y distinto al de otros proveedores de servicio.

SESIÓN I: FUNCIONES DE LOS PARES

Tema: Roles del Par

HOJA IMPRESA DE LA SESIÓN

CUATRO CATEGORÍAS DE SERVICIO DEL PAR

Emocional	Informativo	Instrumental	Afiliativo
<ul style="list-style-type: none"> • Compartir historia personal • Mostrar empatía y apoyo positivo • Escuchar con atención • Tener la conversación apropiada para que los pacientes cuenten sus historias • Asegurar a los pacientes que no están solos • Asegurar a los pacientes que pueden vivir una vida “normal” y productiva • Asegurar a los pacientes que no tienen que enfermarse y morir • Comprometerse a estar disponible, dar toda su atención al paciente • Comunicar el mensaje a los pacientes de que hay esperanza • Eliminar activamente el estigma de las interacciones con los pacientes • Ser amistoso y sincero • No juzgar 	<ul style="list-style-type: none"> • Comunicar información de la salud • Enseñar a los pacientes a entender las pruebas de sangre • Orientar a los pacientes sobre cómo divulgar • Dar el ejemplo de conducta y manejo saludable del VIH • Compartir información sobre las infecciones oportunistas • Mostrar a los pacientes cómo tomar correctamente los medicamentos y la importancia de cumplir con el tratamiento • Compartir información sobre el manejo de los efectos secundarios • Enseñar buenos hábitos de alimentación • Orientar a los pacientes sobre qué preguntas hacer/preparar para sus citas médicas • Enseñar sobre el sexo seguro y la reducción de riesgos • Compartir información básica sobre el VIH y el ciclo de vida del VIH 	<ul style="list-style-type: none"> • Ayudar al paciente a navegar el sistema de servicios • Interpretar la información/jerga médica • Hacer recordatorios de citas • Hacer y reprogramar citas • Trabajar en colaboración con los manejadores de casos • Participar en las reuniones del equipo de cuidado • Dar seguimiento a los pacientes que no asisten a las citas • Completar el papeleo o buscar los documentos que permitirán a los pacientes ver al personal médico • Enseñar a los pacientes cómo y cuándo repetir los medicamentos • Visitar al paciente en el hospital 	<ul style="list-style-type: none"> • Conectar a los pacientes con los grupos de apoyo • Encontrar formas de conectar a los pacientes con otras personas que viven con VIH a través de actividades como excursiones, conferencias, noches de juegos, noches de cine • Exhortar a los pacientes a buscar apoyo de la familia y los amigos • Aumentar las redes sociales

SESIÓN I: FUNCIONES DE LOS PARES

Tema: Lecturas sobre el Rol del Par

► SOBRE ESTA ACTIVIDAD

 **Tiempo:** 15 minutos

 **Diapositivas:** #10

 **Objetivo:**

- Los participantes aprenden el valor del apoyo de pares desde las perspectivas de otros.

 **Métodos de capacitación:**

- Actividad individual
- Discusión de grupo

 **En esta actividad, va a:**

- Pedir voluntarios para que lean al grupo las citas

 **Materiales:**

- Citas de personas involucradas en el apoyo de pares

 **Preparación:**

- Tarjetas preparadas de antemano con las citas

Instrucciones

1. Muestre la diapositiva 10.



2. Pida a los participantes que encuentren en sus paquetes un grupo de tarjetas con citas.

3. Pida voluntarios que lean las citas en voz alta.

Resuma

- *El apoyo de pares no solo beneficia a las personas que lo reciben, sino también a quien lo da, al equipo de cuidado y la organización.*

Cita de un paciente:

“...Mi par me da consejos sobre cómo tomar [mis medicamentos]... Tomo mis medicamentos mejor ahora que de la forma como estaba tomándolos...”

Cita de un paciente:

“Me enteré de todos los detalles [sobre el VIH]... Sabía que el VIH era algo que las personas tenían, pero no sabía cómo se cuidaban ellos mismos o cómo se podía contraer, cómo se transmite... Yo no sabía nada de eso hasta que me senté con [mi par]...”

Cita de un paciente:

“Sé que si trabajo el tiempo suficiente con [mi par] ella me puede mostrar los trucos para llegar a otras mujeres como yo... cómo salir y hacer que las personas se acerquen y no avergonzarse de su condición, me gustaría ayudar a alguien...”

Cita de un par en Boston:

“Es más fácil para las personas decirle a su doctor que una meta específica es imposible de alcanzar que decirle a un par que ya ha logrado ese objetivo. Un poco de presión por parte de un par puede lograr mucho al motivar a las personas a intentar cosas que antes le parecían imposible...”

Cita de Ralph Waldo Emerson:

“ Es una de las compensaciones más bella de la vida que ningún hombre pueda sinceramente tratar de ayudar a otro sin ayudarse a sí mismo. ”

Jackie Howell, Par en HATS, Harlem Hospital:

“ Me gusta ver a los pacientes entrar y alcanzar un nivel diferente cuando salen. Los pacientes vieron a los pares y vieron cómo ellos vivían—que dejaron de usar drogas, que estaban trabajando, que estaban tomando sus medicamentos. Ellos vieron cuánto mejoraron los pares y dicen: ‘Quiero ser así.’ ”

Rebecca Denison, Fundadora de WORLD

“ Cuando recibí el diagnóstico me sentía como si nadie pudiera entender lo que me estaba pasando. Hubiera dado cualquier cosa por tener a otra mujer VIH+ para hablar en ese momento. Cuando finalmente conocí a otra mujer con el mismo diagnóstico, ella me dio esperanzas. Tenía la información. Me dio valor. Ahora podemos darle a otras mujeres lo que solo habían soñado anteriormente.”

Dra. Kathleen Clanon, Médica
Alameda County Medical Center, Oakland, CA

“ Creo que las cosas más importantes que reciben de su trabajo con pares es esperanza en el futuro. No importa cuánto les hablo sobre el potencial de vivir una vida larga y saludables, ver a alguien viviendo esa promesa hace que sea más poderosa. ”

SESIÓN I: FUNCIONES DE LOS PARES

Tema: ¿Qué hace que los pares sean únicos?

► SOBRE ESTA ACTIVIDAD

🕒 **Tiempo:** 15 minutos

📄 **Diapositivas:** #11

➔ **Objetivos:**

- Definir el valor del apoyo de pares desde las perspectivas de otros

★ **Métodos de capacitación:**

- Charla
- Discusión

✓ **En esta actividad, va a:**

- Facilitar una discusión sobre los roles específicos que los pares tienen como parte del equipo del cuidado de la salud

✂ **Materiales:**

- Ninguno

🔪 **Preparación:**

- Ninguna

Instrucciones

1. Muestre la diapositiva 11.



2. Revise la diapositiva con los participantes, elabore cada punto y facilite la discusión:

- *Podría ser posible que le tome más tiempo a un proveedor que no sea par desarrollar una relación con los pacientes y ganar su confianza.*
- *Poder hablar con alguien que está experimentando las mismas cosas que usted es un recurso valioso o un “modelo” de quien aprender.*
- *A veces los doctores hablan en jerga médica y los pares pueden ayudar a los pacientes a entender qué es lo que los profesionales quieren que sepan y hagan.*
- *Los proveedores que no son pares, por lo general, no comparten sus experiencias personales con sus pacientes; en algunos casos podría considerarse inapropiado hacerlo.*
- *Si bien los profesionales médicos se concentran en la enfermedad, los pares se concentran en el apoderamiento y el bienestar; los pares promueven un modelo de bienestar que considera que los pacientes son normales (opuesto al modelo médico que considera a los pacientes como enfermos).*

SESIÓN I: FUNCIONES DE LOS PARES

Tema: ¿Qué hace que los pares sean únicos?



He aprendido que las personas que tienen problemas con el uso de sustancias controladas o que tienen problemas de salud mental necesitan que alguien les de la mano, alguien que haya pasado por lo mismo.

Un par en PR CONCRA

- Los pares ayudan a los pacientes a resolver ambivalencias (indecisión) mediante su propio ejemplo y a través de su conocimiento, destrezas y cualidades que han adquirido; decisiones de si tomar los medicamentos o no, si revelar la condición o usar condones.

Resuma

- El concepto de apoyo de pares afirma que las personas que viven con el VIH pueden entender mejor y relacionarse con algunas experiencias de personas involucradas en el apoyo a pares y su aprecio por las personas que se ocupan de otros pares que están manejando la misma enfermedad.
- En general, las personas suelen ser más propensas a escuchar y aceptar información presentada y modelada por alguien que ha pasado por una situación similar.

SESIÓN I: FUNCIONES DE LOS PARES

Tema: ¿Qué se necesita para ser un par?

► SOBRE ESTA ACTIVIDAD

 **Tiempo:** 30 minutos

 **Diapositivas:** #12

 **Objetivo:**

- Los participantes aprenden sobre otras características de los educadores pares.

 **Métodos de capacitación:**

- Actividad individual
- Actividad grupal
- Discusión

 **En esta actividad, va a:**

- Facilitar una actividad para parear conceptos relacionados a los pares con una de tres características claves de los pares

 **Materiales:**

- Papel de rotafolio (3 hojas)
- Tarjetas laminadas con frases sobre conocimientos, destrezas y cualidades. Un concepto/frase se anotará en cada tarjeta. Las frases/conceptos sobre conocimientos, destrezas y cualidades se pueden encontrar en la hoja Conocimientos, destrezas y cualidades de los líderes pares
- Cinta adhesiva
- Muestra de Descripción del Empleo de un Par

 **Preparación:**

- Pegue en la pared 3 hojas de papel de rotafolio con los títulos: “Conocimiento,” “Destrezas” y “Cualidades”
- Escriba la definición debajo de cada palabra: conocimiento=información adquirida a través de la experiencia o la educación; destrezas=acción, la capacidad de hacer algo bien; cualidades=rasgos de personalidad
- Tiras de cinta adhesiva que los participantes pueden usar para pegar los conceptos/frases en las 3 categorías.

Instrucciones

1. Muestre la diapositiva 12.



2. Diga a los participantes que los pares necesitan ciertos conocimientos, destrezas y cualidades que les permitan dar apoyo emocional, ser informativos, jugar un papel decisivo y sentir afiliación.
3. Reparta 2 a 4 de las tarjetas laminadas de conocimientos, destrezas y cualidades a cada participante hasta que se hayan repartido todas.
4. Pídale que peguen cada frase/concepto en una de las 3 categorías en las hojas de papel de rotafolio.
5. Pueden trabajar de forma individual en esta actividad o solucionar el problema en grupo si no están seguros de dónde va la tarjeta.
6. Dé varios minutos para que peguen los conceptos/frases en las categorías.

Discusión

Revise cada título y el concepto/frase correspondiente con los participantes. Arregle cualquier tarjeta mal colocada.

- Pregunte al grupo si hay conceptos/frases adicionales que asociarían con los encabezamientos y añádalos y documéntelos en la hoja de papel de rotafolio.

SESIÓN I: FUNCIONES DE LOS PARES

Tema: ¿Qué se necesita para ser un par?

- Pídale a los participantes que busquen la lista en la hoja “Conocimientos, destrezas y cualidades” en sus paquetes de capacitación y rápidamente revísela con ellos.
- Observe que algunos conceptos/frases se traslapan entre las cuatro categorías de los roles de los pares.

“Cuando salí positiva a los dieciocho años, me catalogaron como una persona discapacitada mental y físicamente debido a mi condición de VIH y pensé que no podría hacer nada con mi vida. Cuando se me presentó esta oportunidad, me demostré a mí misma que podía tener un buen futuro haciendo algo que me gusta, trabajar con otros pacientes.”

Una par sobre su rol

- Mencione y repase la muestra de la Descripción del Empleo de un Par. Haga la conexión entre los conocimientos, destrezas y cualidades identificadas en el ejercicio y las que aparecen en la hoja.

Resuma

- *Como parte de su preparación para convertirse en un par, es muy importante que evalúe cuáles conocimientos, destrezas y cualidades ya tiene y cuáles no. Esto lo ayudará a concentrarse en continuar su educación en las áreas que necesitan mayor desarrollo.*
- *Si bien este adiestramiento lo ayudará a mejorar sus conocimientos, destrezas y cualidades, su desarrollo no termina aquí. Los pares necesitan continuar desarrollando su capacidad para mejorar progresivamente sus capacidades y destrezas a fin de apoyar a los pacientes.*
- *Al final de este adiestramiento, tendrá la oportunidad de identificar áreas que necesitan desarrollo y recibirá sugerencias sobre cómo continuar con su educación de par.*

SESIÓN I: FUNCIONES DE LOS PARES

Tema: ¿Qué se necesita para ser un par?

HOJA IMPRESA DE LA SESIÓN #1

CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y CUALIDADES DE LOS PARES

LISTA DE CONOCIMIENTOS

Fluidos corporales que pueden transmitir el VIH

La diferencia entre VIH y sida

Cómo se transmite el VIH

Reducción de daños

Servicios para personas con VIH

Cómo trabajan los medicamentos para el VIH

Adherencia y resistencia a los medicamentos

Efectos secundarios

Células CD4 y carga viral

Roles de los líderes pares

Divulgación

Estigma

Documentación

LISTA DE DESTREZAS

Capacidad para leer y escribir

Capacidad para desarrollar una relación de confianza con los pacientes

Saber escuchar

Hablar claramente

Hacer buenas preguntas

Demostrar el proceso correcto para el uso del condón

Capacidad de abogar por sí mismo y por otros

Capacidad de encontrar buenos servicios

Adherencia a los medicamentos que le fueron recetados

Capacidad de divulgar su estatus de VIH a otros

Manejar los efectos secundarios de sus propios medicamentos

Manejar sus propias citas médicas

Prepararse para las citas médicas

CONOCIMIENTOS, DESTREZAS Y CUALIDADES DE LOS PARES (CONT.)

LISTA DE CUALIDADES

Mente abierta

Comprometido

Sin prejuicio

Asertivo

Flexible

Genuino

Paciente

Empático

Compasivo

Tolerante

Fiel

Optimista

Solidario

Actitud/Emoción positiva

Alentador

Enfocado

Sincero

Respetuoso

Afectuoso

PR CONGRA DESCRIPCIÓN DEL PUESTO EDUCADOR PAR

Descripción General del Puesto: Las y los Educadores Pares facilitaran el acceso a servicios de prevención, cuidado y tratamiento de VIH/SIDA. Serán responsables de ofrecer apoyo a las y los participantes de la clínica con una serie de estrategias, dirigidas a lograr la retención o re-integración a los servicios clínicos y a fortalecer la adherencia al tratamiento de estas personas. Se recomienda que la persona sea VIH positivo y que sea adherente a su tratamiento para servir como Par. A continuación se desglosan las funciones y tareas con las cuales deben cumplir las y los Pares.

Cualificaciones del Puesto

- A. **Educación:** Diploma de Escuela Superior, o en su lugar cursos que le capaciten para ejercer sus funciones, adiestramientos relacionados al VIH
- B. **Experiencia:** Requiere un mínimo de 2 años de experiencia en área relacionada
- C. **Conocimiento y Destrezas Necesarias:**
 - Conocimiento y experiencia sobre aspectos de educación, prevención y tratamiento del VIH/SIDA
 - Orientado al servicio al cliente y las relaciones publicas
 - Capacidades y destrezas de comunicación oral y escrita
 - Destrezas en uso de computadora con sistemas de Word

Funciones Esenciales

1. Garantizar y cumplir con todas las políticas, protocolos y procedimientos establecidos por PR CONGRA, muy en particular, asegurar la confidencialidad y la seguridad de la información de las personas que reciben servicios de la clínica.
2. Servir de enlace entre las y los pacientes y las y los proveedores de servicios de salud de PR CONGRA.
3. Coordinar y ofrecer actividades educativas para los participantes a nivel individual, sobre la educación de la prevención, cuidado y tratamiento de VIH.
4. Diseñar e implementar sistema de recordatorio de citas, para que las y los pacientes en la clínica de adultos de PR CONGRA cumplan con sus citas.
5. Revisar en coordinación con las y los manejadores de caso, el sistema de referido de PR CONGRA para fortalecer el mismo y aumentar el nivel de participación y adherencia al tratamiento de las y los pacientes.
6. Facilitar la comunicación y citas de las y los pacientes con el sistema de referidos de PR CONGRA.
7. Ayudar a las y los pacientes a navegar el sistema de cuidado de salud resolviendo dificultades, para que estos puedan acceder a los servicios internos y externos.
8. Acompañar a las y los pacientes a sus citas tanto a las clínicas, así como a las del sistema de apoyo para mejorar su calidad de vida, según sea necesario o requerido.
9. Ser pro activo, anticipar los retos e identificar posibles soluciones a las situaciones imprevistas o problemas que puede enfrentar un o una paciente al acceder a servicios clínicos o de apoyo.
10. Abogar por servicios de apoyo para las personas pares y ser su voz, cuando sea necesario.
11. Servir de mentor y con su modelaje inspirar a sus pares a mantenerse integrados a los servicios

PR CONCRA DESCRIPCIÓN DEL PUESTO EDUCADOR PAR (CONT.)

- relacionados al cuidado de su salud.
- Ofrecer apoyo emocional en cualquier fase de la intervención, refiriendo al participante a la o el Manejador de Caso asignado.
 - Proveer apoyo social a las y los participantes para fortalecer su sistema de apoyo familiar y social y a su vez evitar el aislamiento.
 - Realizar actividades de alcance comunitario de participantes de PR CONCRA para atraer a estas personas a servicios de cuidado de su salud. (Estas actividades incluyen visitas al hogar, a la comunidad y a lugares donde puedan ser contactados las y los participantes del Proyecto, entre otros).
 - Colaborar en actividades de alcance comunitario, proveyendo información de prevención y tratamiento de HIV y promover la prueba rápida y otros servicios de laboratorio.
 - Según requerido, participar en reuniones con el equipo de Manejo de Caso y proveedores de salud para asegurar la provisión de servicios de cuidado de su salud y referidos apropiados de sus pares..
 - Colaborar con las y los Manejadores de Caso de PR CONCRA, para darle seguimiento al plan médico para autorizar pruebas y laboratorios requeridos.
 - Documentar y archivar a diario, hojas de referidos y todas las intervenciones en el expediente médico de la persona que está sirviendo, asegurando la calidad de los servicios.
 - Preparar informes de labor realizada, según le sea requerido.
 - Representar a la Organización en reuniones, charlas y/o talleres, según se le solicite
 - Cumplir con otras tareas según requeridas.

Relaciones Interpersonales

- Internas** - Deberá comunicarse efectivamente con el personal de la Agencia.
- Externas**-Capacidad para interactuar con los participantes, familiares y con todo el personal de la Agencia.

Supervisión

- Ejercida:** No ejerce funciones de supervisión
- Recibida:** Recibe supervisión directa de la Coordinadora del Proyecto Acércate e indirecta de la Directora Ejecutiva y de la Directora Auxiliar de la Organización.

La información arriba detallada pretende describir de forma general la naturaleza y nivel de trabajo a ser realizado en la posición. Esta descripción no pretende ser interpretada como una lista completa de todas las tareas, deberes, responsabilidades o requisitos de la posición.

Revisado y conforme por:

Empleado:

Firma

Fecha

Directora Ejecutiva:

Firma

Fecha

Rev. Diciembre 2011

SESIÓN II: DESTREZAS DE COMUNICACIÓN PARA PARES, PARTE 1

Tema: Elementos de la Comunicación

TIEMPO TOTAL PARA LA SESIÓN II: 1 hora, 15 minutos

DIPOSITIVAS: #13-17

► SOBRE ESTA ACTIVIDAD

 **Tiempo:** 5 minutos

 **Diapositivas:** #14

 **Objetivo:**

- Identificar y describir las 4 categorías principales de la comunicación interpersonal

 **Métodos de capacitación:**

- Charla

 **En esta actividad, va a:**

- Discutir cómo los diferentes elementos de comunicación ayudan a integrar a los pacientes

 **Materiales:**

- Ninguno

 **Preparación:**

- Ninguna

Instrucciones

1. Diga a los participantes: *Como pares, pasarán mucho tiempo en comunicación con los pacientes y que, a veces, lo que comunicarán es tan importante como la forma en que lo comunican. Los pares necesitan asegurarse de que entienden la información que los pacientes comparten con ellos y deben asegurarse de que los pacientes entienden lo que los pares están diciendo.*
2. Hay 4 métodos que son útiles cuando se quiere involucrar a los pacientes en una conversación (revise la diapositiva 14).



3. Aunque estos métodos parecen ser sencillos, no siempre son fáciles de usar. Requieren de una práctica considerable. Los pares deben pensar cómo incorporarlos en las reuniones con sus pacientes.
4. La recompensa es que los pacientes se mueven en dirección hacia un cambio positivo.

Resuma

Los cuatro elementos de comunicación que son clave que los pares aprendan son: preguntas abiertas, críticas positivas constructivas, escuchar de forma reflexiva y resumir. Al usar cada elemento, los pares pueden desarrollar una mejor comunicación y relaciones de confianza con los pacientes.

Transición

Próximamente haremos varios ejercicios que nos ayudarán a aprender destrezas relacionadas con estos métodos. Comenzaremos haciendo preguntas abiertas.

SESIÓN II: DESTREZAS DE COMUNICACIÓN PARA PARES, PARTE 1

Tema: Cómo Hacer Preguntas

► SOBRE ESTA ACTIVIDAD

 **Tiempo:** 5 minutos

 **Diapositivas:** #15

 **Objetivo:**

- Los participantes ven la diferencia entre preguntas abiertas y cerradas.

 **Métodos de capacitación:**

- Discusión en grupo

 **En esta actividad, va a:**

- Discutir cómo la redacción de las preguntas puede facilitar la discusión con los pacientes

 **Materiales:**

- Ninguno

 **Preparación:**

- Ninguna

Instrucciones

1. Diga a los participantes que, para que los pares puedan apoyar a los pacientes, deben involucrarlos y, para hacerlo, deben hacer preguntas.
2. *Como pares, pasarán una cantidad significativa de tiempo haciendo preguntas y la manera de hacer esas preguntas es extremadamente importante. ¿Por qué?* Permita respuestas.
3. *Una de las razones es que a las personas no les gusta que le hagan muchas preguntas, los hace sentir a la defensiva y provoca resistencia.*
4. *¿Cómo se siente cuando alguien le hace muchas preguntas?* Permita las respuestas. Posibles respuestas: se siente como si lo estuvieran interrogando, se pone a la defensiva, etc.
5. *Por esta razón, los pares tienen que aprender cómo recopilar información sobre los pacientes con las menos preguntas posibles.*
6. Revise la diapositiva 15 con las participantes y facilite la discusión.

CÓMO HACER PREGUNTAS

- Las preguntas abiertas invitan al diálogo y la conversación
- Las preguntas cerradas solo invitan a contestar "sí" o "no"

Ejemplos

- Cerrada: "¿Va a llover hoy?"
- Abierta: "¿Cómo estará el clima hoy?"
- Cerrada: "¿Te sientes bien?"
- Abierta: "¿Cómo te sientes?"

Resuma

Hacer preguntas abiertas puede ayudar a un par a apoyar a su paciente de formas más significativas porque puede determinar mejor las necesidades de su paciente. Sin embargo, también es importante no hacer demasiadas preguntas porque esto puede hacer que el paciente se sienta incómodo o presionado por el par.

Transición

En el próximo ejercicio tendrá la oportunidad de practicar cómo hacer preguntas abiertas.

SESIÓN II: DESTREZAS DE COMUNICACIÓN PARA PARES, PARTE 1

Tema: Ejercicio de Convertir las Preguntas

► SOBRE ESTA ACTIVIDAD

 **Tiempo:** 15 minutos

 **Diapositivas:** #16

 **Objetivo:**

- Los participantes practican cómo hacer preguntas abiertas.

 **Métodos de capacitación:**

- Actividad individual
- Discusión en grupo

 **En esta actividad, va a:**

- Dirigir un ejercicio individual de cambiar preguntas cerradas a preguntas abiertas
- Facilitar una discusión

 **Materiales:**

- Hoja impresa “Hacer Preguntas Abiertas”



Preparación:

- Ninguna

Instrucciones

1. Muestre la diapositiva 16.



2. Pida a los participantes que busquen la hoja impresa “Hacer Preguntas Abiertas.”

3. Dígales que vamos a hacer un ejercicio rápido, esta vez de forma individual. Tendrán 7 minutos para convertir las preguntas cerradas de la hoja de trabajo en preguntas abiertas.

- *Clave: Las preguntas abiertas por lo general comienzan con: cómo, qué, cuándo y por qué. Tenga cuidado al hacer preguntas con “por qué.” Podría hacer que las personas se pongan a la defensiva, en especial si están llenas de sarcasmo.*

Resuma

Al final de los 7 minutos, pida a todos que paren. Pida voluntarios que compartan cómo ellos cambiaron las preguntas de cerradas a abiertas. Permita que algunas personas informen sobre sus contestaciones y continúe a lo siguiente – puede que no haya suficiente tiempo para que todos den sus ejemplos.

Esto no significa que nunca use preguntas cerradas – tienen su lugar en la conversación, pero si está haciendo preguntas para obtener más información, las preguntas abiertas le proveerán más información.

Transición

En el próximo ejercicio se demostrará cuánta más información puede obtener con preguntas abiertas.

SESIÓN II: DESTREZAS DE COMUNICACIÓN PARA PARES, PARTE 1

Tema: Ejercicio de Convertir las Preguntas

HACER PREGUNTAS ABIERTAS

Convierta las siguientes preguntas cerradas en preguntas abiertas:

1. ¿Va a llover hoy?

2. ¿Te sientes bien?

3. ¿Su médico le explicó cómo tomarse los medicamentos?

4. ¿Usas protección cuando tienes relaciones sexuales?

5. ¿Le dijo a alguien que era VIH positivo?

6. ¿Tomas los medicamentos con comida?

7. ¿Le hiciste a tu médico algunas preguntas?

SESIÓN II: DESTREZAS DE COMUNICACIÓN PARA PARES, PARTE 1

Tema: Nombre esa Celebridad

► SOBRE ESTA ACTIVIDAD

 **Tiempo:** 35 minutos

 **Diapositivas:** #17

 **Objetivo:**

- Los participantes aprenden la ventaja de utilizar las preguntas abiertas y practican cómo formularlas.

 **Métodos de capacitación:**

- Juego

 **En esta actividad, va a:**

- Dirigir el juego de las 2 preguntas, una vez con preguntas cerradas y la otra con preguntas abiertas.
- Facilitar una discusión.

 **Materiales:**

- Nombres de celebridades escritos en pedazos de papel
- Cinta adhesiva

 **Preparación:**

- Escriba el nombre de diferentes personas famosas en pedazos de papel, el doble del número de participantes en el adiestramiento

Instrucciones

1. Muestre la diapositiva 17.



2. Diga a los participantes: *Vamos a hacer un juego.*

3. Los adiestradores pegan con cinta adhesiva el papel con el “nombre de la celebridad” en la espalda de cada participante.

4. *Hay un nombre de una persona famosa en cada hoja de papel. La meta de este ejercicio es descifrar el nombre de la celebridad formulando solo preguntas cerradas, como: “¿Soy una mujer?” “¿Soy famoso?” etc.*

5. Instruya a los participantes que circulen por el salón y pregunten a diferentes personas quién podría ser la celebridad. No conteste si alguien hace una pregunta abierta.

Resuma

Luego de 10 minutos, una al grupo de nuevo y proceda con las siguientes preguntas: *¿Cuán difícil fue adivinar quién era la celebridad? ¿Qué lo hizo difícil?* Facilite la discusión.

Instrucciones (Parte 2)

Utilizando los nombres adicionales de personas famosas, ponga los nuevos nombres de celebridades de vuelta en la espalda de los participantes y haga que repitan el ejercicio, solo que esta vez tienen que hacer preguntas abiertas. No conteste si alguien hace una pregunta cerrada.

Resuma (Parte 2)

Al final de los 10 minutos, una al grupo de nuevo y pregunte: *¿Esta vez fue igual o diferente a la pasada experiencia? ¿Qué lo hizo más fácil?*

SESIÓN III: FUNDAMENTOS DEL VIH

Tema: Definir el VIH y SIDA

TIEMPO TOTAL PARA LA SESIÓN III: 60 minutos

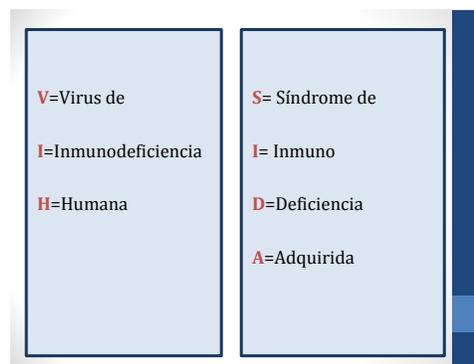
Diapositivas: #18-23

► SOBRE ESTA ACTIVIDAD

-  **Tiempo:** 10 minutos
-  **Diapositivas:** #19
-  **Objetivo:**
 - Definir el VIH y el SIDA
-  **Métodos de capacitación:**
 - Charla
 - Discusión
-  **En esta actividad, va a:**
 - Revisar la definición de VIH y SIDA
-  **Materiales:**
 - Ninguno
-  **Preparación:**
 - Ninguna

Instrucciones

1. Muestre la diapositiva 19.



2. Elaboren con los participantes: ¿Qué es el VIH?

- *V – Virus (sobrevive solo atacando células en el cuerpo humano)*
- *I – Inmunodeficiencia (ataca el sistema inmunológico)*
- *H – Humana (el VIH se transmite de humano a humano)*
- *El VIH utiliza la maquinaria genética de una célula para reproducirse. Pregunte: ¿Qué es genética? Permita que los participantes respondan y asegúrese de que la definición esté clara antes de continuar.*
- *La progresión en el debilitamiento del sistema inmunológico conduce a una etapa llamada sida.*

3. Elaboren con los participantes: ¿Qué es SIDA?

- *S - Síndrome (conjunto de enfermedades o síntomas, infecciones, la presencia de enfermedades o síntomas);*
- *I - Inmuno (grave daño al sistema inmunológico)*
- *D - Deficiencia (la capacidad del cuerpo de defenderse él mismo está completamente debilitada);*
- *A – Adquirido (algo específico ha sucedido para obtenerlo, no se pesca como un catarro)*

SESIÓN III: FUNDAMENTOS DEL VIH

Tema: Definir el VIH y SIDA

- *SIDA es una etapa tardía de la enfermedad como resultado de varios años viviendo con la infección de VIH; en otras palabras, SIDA es un VIH avanzado.*
- *Cuando una persona tiene sida, significa que su sistema inmunológico ha sido debilitado tanto por el VIH que ya no puede defender el cuerpo contra las infecciones y hay un riesgo más alto de adquirir infecciones oportunistas y cánceres que atentan contra la vida.*

SESIÓN III: FUNDAMENTOS DEL VIH

Tema: Transmisión del VIH

► SOBRE ESTA ACTIVIDAD

🕒 **Tiempo:** 10 minutos

📄 **Diapositivas:** #20

➔ **Objetivo:**

- Los participantes aprenden sobre los fluidos corporales que pueden o no pueden transmitir el VIH

★ **Métodos de capacitación:**

- Charla
- Discusión en grupo

✓ **En esta actividad, va a:**

- Revisar el proceso de transmisión del VIH

✂ **Materiales:**

- Ninguno

🔪 **Preparación:**

- Ninguna

Instrucciones

1. Revise la diapositiva 20 con los participantes y recalque que los fluidos corporales que pueden transmitir el VIH han sido organizados en orden de jerarquía. (*La sangre es el fluido con mayor cantidad de virus, seguido del semen y así en adelante.*)

TRANSMISIÓN DEL VIH	
Transmite VIH	No transmite VIH
<ul style="list-style-type: none"> • Sangre • Semen • Secreciones vaginales • Fluido pre-seminal • Leche materna 	<ul style="list-style-type: none"> • Saliva • Orina • Lágrimas • Sudor • Vómito

- *Por esto, la sangre es el fluido corporal más infeccioso (la forma más fácil de transmitir y recibir el VIH) y por eso compartir agujas conlleva el riesgo más alto de transmisión (la sangre en la aguja hace contacto directo con la sangre de la persona que se inyecta).*
- Explique que el semen también es altamente infeccioso porque tiene mucho virus, en segundo lugar después de la sangre; por esto la eyaculación dentro del recto o la vagina conlleva un alto riesgo de transmisión. (Luego hablaremos más sobre esto.)
- *Las secreciones vaginales tienen menos copias del virus que el semen; ésta es una de las razones por las que es más difícil contraer el VIH de una mujer que de un hombre.*
- *La leche materna tiene la menor cantidad de virus; lo que hace que la lactancia sea un riesgo no es el hecho de que la leche materna contenga VIH, sino la alta cantidad que consume un bebé y que sus sistemas corporales no están totalmente desarrollados.*

SESIÓN III: FUNDAMENTOS DEL VIH

Tema: Transmisión del VIH

- *La cantidad del fluido también desempeña un papel en la transmisión del VIH; a mayor cantidad de fluido, más virus. ¿A cuánto fluido estuvo expuesta la persona? ¿Fue una gota de sangre o una pinta? ¿Fue una gota de semen o una eyaculación completa?*
- *Los otros fluidos corporales no transmiten VIH; esto explica por qué las personas no contraen el VIH por besarse, poner el hombro para que alguien llore, cuerpos sudados que se tocan o incluso “las duchas doradas” (la orina en el juego sexual).*

Resuma

Tanto **el tipo** como **la cantidad** de fluido corporal desempeñan un papel en la transmisión.

- *Evitar el contacto con los fluidos corporales que transmiten el VIH es la mejor defensa contra la transmisión.*

Transición

Hay un tercer factor que desempeña un papel en la transmisión: la ruta de transmisión. (Continúe con la próxima diapositiva.)

SESIÓN III: FUNDAMENTOS DEL VIH

Tema: Rutas de Transmisión

► SOBRE ESTA ACTIVIDAD

 **Tiempo:** 15 minutos

 **Diapositivas:** #21

 **Objetivo:**

- Los participantes aprenden sobre las vías de transmisión del VIH.

 **Métodos de capacitación:**

- Charla
- Lluvia de ideas
- Discusión en grupo

 **En esta actividad, va a:**

- Facilitar una lluvia de ideas para discutir las rutas de transmisión

 **Materiales:**

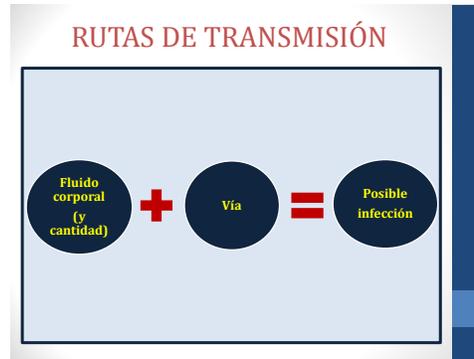
- Hoja “Rutas de Transmisión”
- Papelote
- Cinta adhesiva

Preparación:

 • Ninguna

Instrucciones

1. Revise la diapositiva 21 con los participantes.



2. Facilite una lluvia de ideas sobre los puntos de entrada que permiten que el VIH entre al cuerpo. Posibles respuestas: heridas abiertas, pinchazo de aguja, boca, vagina, ano, venas. Anote las respuestas en la hoja de papel de rotafolio y péguela en la pared.
3. Explique al grupo que se necesita un fluido y una ruta para que ocurra la transmisión del VIH. (No necesariamente significa que se infectará – no toda exposición resulta en infección.)
4. Pregunte: *Si los fluidos que transmiten el VIH hacen contacto con su piel, ¿eso se considera una vía de transmisión?* Permita las respuestas.
5. *Hay comportamientos humanos que tienen el fluido y la ruta para la transmisión del VIH.*
6. Pida a los participantes que busquen la hoja impresa “Rutas de Transmisión” y revíselo junto con ellos. (Esta actividad establece el escenario para el módulo de reducción de daños más adelante en el adiestramiento.)

SESIÓN III: FUNDAMENTOS DEL VIH

Tema: Rutas de Transmisión

Resuma

Hay dos componentes para que ocurra transmisión del VIH: un fluido (leche materna, semen, fluido vaginal o sangre) y una ruta hacia el cuerpo (una cortadura/úlceras/lesión abierta en la piel, vía intravenosa). Las buenas prácticas de salud (como usar siempre condones, recibir tratamiento para suprimir la carga viral), reducen grandemente el riesgo de transmisión del VIH.

Transición

A continuación discutiremos las etapas del VIH desde el momento de la infección hasta su progresión con el tiempo.

RUTAS DE RIESGO DE TRANSMISIÓN

Fluidos Infectados y Rutas de Transmisión	
Fluidos Infectados de una Persona Infectada que Propagan el VIH	Rutas de Transmisión con una Persona VIH+
<ul style="list-style-type: none">• Semen• Sangre• Fluidos vaginales• Leche materna• Cualquier otro fluido corporal que contenga sangre	<ul style="list-style-type: none">• Sexo vaginal y anal sin protección• Compartir agujas o jeringuillas a través de drogas intravenosas o tatuajes• Mediante la lactancia de una madre VIH+ a su bebé

SESIÓN III: FUNDAMENTOS DEL VIH

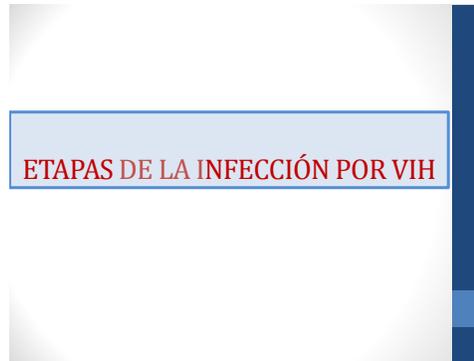
Tema: Etapas de la Infección por VIH

► SOBRE ESTA ACTIVIDAD

- 🕒 **Tiempo:** 15 minutos
- 📄 **Diapositivas:** #22
- ➔ **Objetivo:**
 - Demostrar el progreso del VIH de una infección a sida.
- ★ **Métodos de capacitación:**
 - Charla
 - Discusión en grupo
- ✓ **En esta actividad, va a:**
 - Revisar la hoja Las etapas de la infección por VIH
 - Facilitar una discusión de grupo
- ✂ **Materiales:**
 - Hoja “Las etapas de la infección por VIH”
- 🔇 **Preparación:**
 - Ninguna

Instrucciones

1. Muestre la diapositiva 22.



2. Informe a los participantes: *Estaremos discutiendo cómo la infección del VIH afecta al cuerpo humano.*
3. Reparta el hoja impreso “Las etapas de la infección por VIH” a cada participante y repáselo en conjunto.
4. Señale el círculo “Persona se infecta con el VIH” y explique que para que ocurra una infección, un germen (agente causante de la enfermedad) tiene que entrar al cuerpo de una forma (ruta) en particular y en suficiente cantidad (dosis). Explique lo que significa cada término: *el germen es el VIH y el VIH es un tipo particular de germen llamado virus.*
5. *Los virus son diferentes a otros tipos de gérmenes, como las bacterias o los hongos, porque los virus no se pueden reproducir y sobrevivir por sí solos. Los virus tienen que tener una célula huésped a fin de sobrevivir y reproducirse. En el caso del VIH, la célula huésped es el linfocito T auxiliador o célula CD4+, un glóbulo blanco esencial para el sistema inmunológico del cuerpo.*
6. *El VIH puede entrar en las células porque una parte del VIH y la célula huésped encajan como las piezas de un rompecabezas. La célula huésped primaria usada para producir más VIH es el linfocito T auxiliador.*

SESIÓN III: FUNDAMENTOS DEL VIH

Tema: Etapas de la Infección por VIH

7. *En promedio, toma de ocho a diez años para que la infección del VIH se convierta en sida en la mayoría de las personas que no han recibido tratamiento. Este número es solo un promedio—la infección del VIH progresa a un ritmo diferente en diferentes personas.*
8. *Un pequeño número de personas progresa muy rápido (en pocos años) de la infección inicial a sida; algunos progresan muy lentamente o permanecen sanos sin tratamiento por más de 10 años después de quedar infectados.*
9. *Repase cada una de las etapas y los términos con los participantes y facilite la discusión. Las etapas de la infección por VIH comienzan cuando una exposición se convierte en una infección. La primera etapa es la etapa **aguda**—lea en voz alta las señales que caracterizan esta etapa, luego haga lo mismo para **Asintomático**, **Sintomático** y **SIDA**.*
10. *Pregunte a los participantes si se acuerdan de la etapa aguda de su propia infección y permita que respondan.*

Resuma

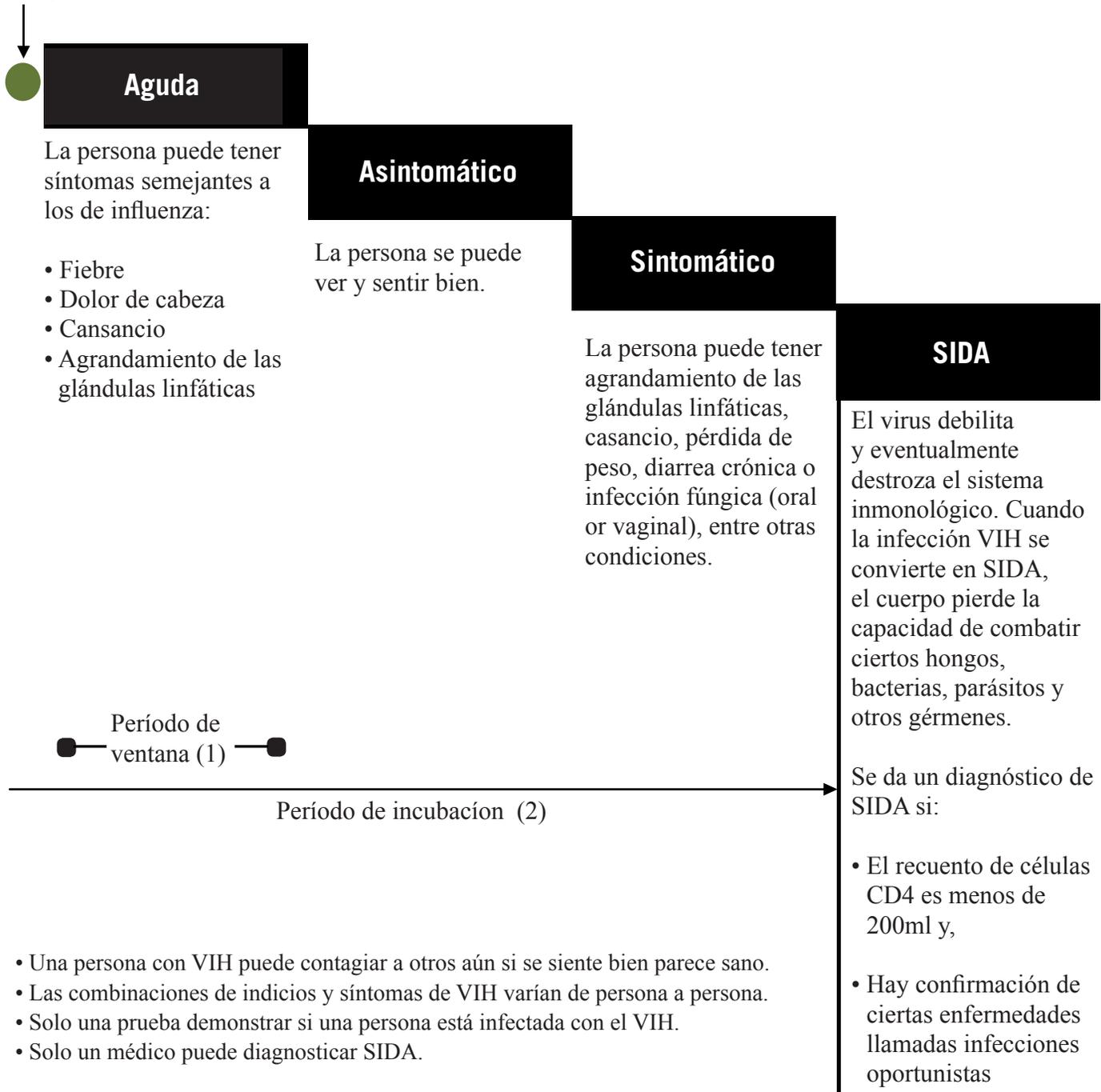
Cuando una persona se infecta con VIH, es posible que no tenga muchos síntomas. El periodo ventana en que se puede detectar el VIH en el cuerpo, por lo general, es en el transcurso de tres meses después de la infección. Incluso, pueden pasar muchos años antes de que una persona infectada tenga algún signo o síntoma físico; sin embargo, el virus se está propagando a diario dentro del cuerpo y creando una carga viral más alta. Cuando una persona tiene una carga viral alta, es mucho más fácil transmitir el VIH a otras personas. Una persona es diagnosticada con SIDA si tiene un recuento de células T por debajo de 200 ml y se confirma la aparición de infecciones oportunistas (es decir, tuberculosis, hepatitis, cáncer) o el porcentaje de CD4 es menor de 14%. El tiempo desde la infección hasta el desarrollo de un diagnóstico de SIDA se conoce como el periodo de incubación.

Transición

Para entender mejor este progreso, ahora haremos una parada en el tren del VIH.

ETAPAS DE LA INFECCIÓN POR VIH

La persona es infecta con el VIH



- Una persona con VIH puede contagiar a otros aún si se siente bien parece sano.
- Las combinaciones de indicios y síntomas de VIH varían de persona a persona.
- Solo una prueba demostrar si una persona está infectada con el VIH.
- Solo un médico puede diagnosticar SIDA.

- (1) Período de ventana: El tiempo que toma para que los anticuerpos sean detectados en el cuerpo; normalmente dentro un período de tres meses.
- (2) Período de incubación: El tiempo que toma desde que la persona se infecta con el VIH hasta que la infección se convierte en SIDA.

SESIÓN III: FUNDAMENTOS DEL VIH

Tema: El Tren del VIH

► SOBRE ESTA ACTIVIDAD

🕒 **Tiempo:** 10 minutos

📄 **Diapositivas:** #23

➔ **Objetivo:**

- Ilustrar el progreso del VIH mediante la metáfora del tren del VIH

★ **Métodos:**

- Charla
- Discusión en grupo

✔ **En esta actividad, va a:**

- Facilitar una discusión sobre la progresión de la infección por VIH

✂ **Materiales:**

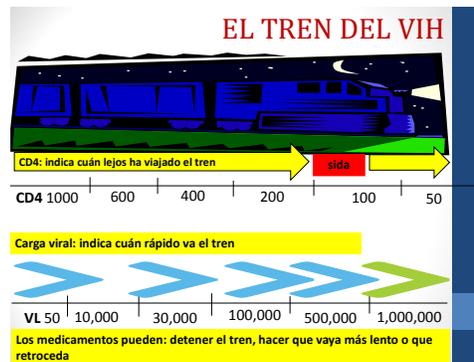
- Papel de rotafolio
- Marcadores

🖋 **Preparación:**

- Ninguna

Instrucciones:

1. Repase la diapositiva 23 con los participantes y facilite la discusión.



2. Pregunte: *¿Cómo las personas con VIH llevan constancia de su estado de salud y en cuál etapa podrían estar?* Permita que respondan.
3. Concéntrese en las 3 formas más comunes de llevar constancia del progreso de la enfermedad del VIH: 1) conteo de CD4, 2) carga viral y 3) estado de salud (cómo se siente la persona); escríbalos en la hoja de hoja de rotafolio en negritas o en color para énfasis.
4. CD4-pregunte al grupo lo que saben sobre las células CD4. *¿Qué es una célula CD4?* Permita que respondan.
5. *Las células CD4 son unas células en particular del sistema inmunológico que son responsables de coordinar respuestas inmunológicas. Es decir, las células CD4 indican al sistema inmunológico qué hacer para combatir las infecciones, igual que los generales de un ejército. La cantidad de células CD4 se conoce como conteo de células CD4.*
6. Explique: *Un conteo normal de células CD4 para una persona no infectada varía entre un nivel de 500 y 1,500 células por mililitro de sangre. Un mililitro es igual a aproximadamente un cuarto de cucharadita. Recalque que todas las personas tienen un nivel normal diferente de conteo de células CD4.*

SESIÓN III: FUNDAMENTOS DEL VIH

Tema: El Tren del VIH

7. Explique cómo el VIH reduce gradualmente el conteo de células CD4 y la función inmunológica en un espacio de tiempo de ocho a diez años. Señale la gráfica en la diapositiva para mostrar la disminución gradual inicial de las células CD4. *Las células CD4 son un marcador de cuánto ha progresado la enfermedad (cuán lejos ha viajado el tren).*
8. Carga viral: Pregunte: *¿Qué es la carga viral? ¿Cuán baja o alta puede ser la carga viral?* Permita que respondan. *La carga viral es una medida de cuántas copias del VIH pueden encontrarse en un mililitro de sangre y está asociada con cuán rápido la enfermedad está progresando (cuán rápido va el tren). A medida que progresa el VIH, los linfocitos T se reducen.*
9. *Una velocidad constante del tren significa que el VIH está viajando sin paradas hacia el SIDA y más allá.*
10. *Más adelante en esta capacitación cubriremos cómo los medicamentos para el VIH trabajan para detener el tren o hacer que vaya más lento o que retroceda.*
11. *Esta imagen también ilustra la diferencia entre el VIH y el SIDA; aunque es la misma enfermedad, el SIDA es más avanzado.*

Ejercicio de Repaso

Pida a los participantes que formen grupos de a dos. Pida que definan lo que es la carga viral y el conteo de células CD4.

Transición

Más adelante examinaremos más de cerca el sistema inmunológico y su composición.

DÍA 1: REVISIÓN

Revise y recuerde a los participantes cómo usarán su conocimiento al trabajar con los pacientes. Remítase a la hoja impresa Guía de Conversación de la Sesión Educativa para Par-Paciente (páginas 15-22) al revisar.

Veamos la hoja impresa Guía de Conversación de la Sesión Educativa para Par-Paciente un momento. Algunas de las cosas que aprendió el Día 1 son cosas que necesita mantener en mente a lo largo de todas las sesiones con los pacientes, mientras que otras cosas se utilizan en sesiones educativas específicas.

Revisión Sesión I

*Por ejemplo, hablamos sobre el **rol del par**, eso es algo que será constante a lo largo de todas sus interacciones con los pacientes. También estará explicando su rol a los pacientes en la primera sesión educativa de par/paciente cuando se presente.*

- ¿Quién puede decirme los cuatro tipos de apoyo que proveen los pares? (apoyo emocional, informativo, instrumental y afiliativo)
- Pida un ejemplo de cada tipo de apoyo
- ¿Cuál de estos es la esencia del apoyo del par?

Revisión Sesión II

*Entonces usted ha aprendido algunas **destrezas de comunicación**, algo que estará usando a lo largo de todas sus interacciones con los pacientes.*

- Hemos hablado sobre cuatro elementos de comunicación que son útiles al hablar con los pacientes. ¿Cuáles son? ¿Puede dar un ejemplo? (preguntas abiertas, críticas positivas constructivas, escuchar de forma reflexiva y resumir)

Revisión Sesión III

*Después de eso, hablamos sobre los **fundamentos del VIH**. Estas son cosas sobre las que estará hablando en la segunda sesión educativa sobre la transmisión del VIH y el ciclo de vida del virus.*

- Para que el VIH se propague de una persona a otra, tienen que estar presentes dos cosas. ¿Recuerda cuáles son? (fluido corporal y una ruta)
- Así que, cuál de estos fluidos corporales pueden transmitir el VIH: sangre (sí), lágrimas (no), saliva (no), semen (sí), leche materna, (sí) vómito (no)
- Para que el virus entre en el cuerpo, necesita una vía de entrada, una ruta de transmisión. Nombre algunas rutas de transmisión.

Una vez una persona se infecta, el virus pasa por diferentes etapas.

- ¿Cuáles son esas etapas? (aguda, asintomática, sintomática, SIDA)
- ¿Qué es una célula CD4? A medida que la enfermedad progresa, el recuento de CD4, ¿aumenta o disminuye?
- ¿Qué es una célula T auxiliar?
- ¿Cómo las personas con VIH pueden determinar en qué etapa están? (recuento de CD4, carga viral, condición de salud)