

PrePARando PARES PARA EL ÉXITO

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



Health & Disability Working
Group, Boston University
School of Public Health

RECONOCIMIENTOS

Este currículo se basa, en gran medida, en la herramienta para capacitación de pares, *Building Blocks to Peer Success* (http://peer.hdwg.org/training_toolkit) (*Componentes Esenciales para la Capacitación y Éxito de los Trabajadores Pares*). Agradecemos a todas las personas mencionadas en esa herramienta por su trabajo, que es el punto de partida de este currículo.

Este folleto fue adaptado, organizado y revisado por las siguientes personas:

- **Edi Ablavsky, Health & Disability Working Group, Boston University School of Public Health**
- **Howard Cabral, Boston University School of Public Health**
- **Alicia Downes, Kansas City CARE Clinic**
- **Jane Fox, Health & Disability Working Group, Boston University School of Public Health**
- **Katherine Lam, Health & Disability Working Group, Boston University School of Public Health**
- **Mishka Makuch, Health & Disability Working Group, Boston University School of Public Health**
- **Carmen Negrón, Justice Resource Institute**
- **Simone Phillips, The SPG Group, LLC**
- **Serena Rajabiun, Health & Disability Working Group, Boston University School of Public Health**
- **John Ruiz, Justice Resource Institute**
- **Mariana Sarango, Health & Disability Working Group, Boston University School of Public Health**

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>

TABLA DE CONTENIDO

GUÍA DEL CURRÍCULO

PROPÓSITO DE ESTE CURRÍCULO.....	5
DÓNDE SE HA USADO ESTE CURRÍCULO	5
¿QUÉ ES UN PAR?	6
¿QUIÉN DEBE UTILIZAR ESTE CURRÍCULO?	6
CÓMO FUE DESARROLLADO ESTE CURRÍCULO.....	7
CÓMO ESTÁ ORGANIZADO ESTE CURRÍCULO.....	7
ACTIVIDADES PARA ESTABLECER EL AMBIENTE.....	8
MÁS RECURSOS.....	9
QUÉ APRENDERÁN LOS PARES	9
HOJA IMPRESA #1: Modelo de Agenda de Capacitación	10
HOJA IMPRESA #2: Guía De Conversación De La Sesión Educativa para Par-Paciente	15

DÍA 1

INTRODUCCIÓN A LA CAPACITACIÓN DE PARES	25
ROMPEHIELO: ACTIVIDAD CON DULCES M&M.....	27
SESIÓN I: FUNCIONES DE LOS PARES	29
SESIÓN II: DESTREZAS DE COMUNICACIÓN PARA PARES, Parte 1	45
SESIÓN III: FUNDAMENTOS DEL VIH	50
DÍA 1 REVISIÓN.....	62

DÍA 2

ROMPEHIELO: LA CESTA DE CARGAS	65
SESIÓN IV: EL SISTEMA INMUNOLÓGICO Y EL CICLO DE VIDA DEL VIH.....	67
SESIÓN V: MEDICAMENTOS CONTRA EL VIH.....	73
SESIÓN VI: DESTREZAS DE COMUNICACIÓN PARA PARES, Parte 2.....	82
SESIÓN VII: DIVULGACIÓN DE LOS PARES: AL CONTAR SUS HISTORIAS.....	96
DÍA 2 REVISIÓN.....	105

Por favor, tenga presente que: Si el documento que está buscando no continúa más allá de la página 22, está mirando solo la guía del currículo. Para el currículo completo, visite <http://www.hdwg.org/prep/curricula>

PrePARando PARES PARA EL ÉXITO: GUÍA DEL CURRÍCULO

Tabla de Contenido

DÍA 3

SESIÓN VIII: EVALUACIÓN DE LA ADHERENCIA	109
SESIÓN IX: FARMACORRESISTENCIA.....	131
SESIÓN X: ENTENDIMIENTO DE LOS RESULTADOS DE LABORATORIO.....	134
SESIÓN XI: ESTIGMA DEL VIH.....	137
SESIÓN XII: VALORES	145
DÍA 3 REVISIÓN.....	154

DÍA 4

SESIÓN XIII: ENTREVISTA MOTIVACIONAL	159
SESIÓN XIV: APOYO A LOS PACIENTES EN SU DIVULGACIÓN	169
SESIÓN XV: LA DEPRESIÓN Y EL VIH.....	176
SESIÓN XVI: REDUCCIÓN DE DAÑOS	187
SESIÓN XVII: LA SALUD SEXUAL.....	202
DÍA 4 REVISIÓN.....	207

DÍA 5

SESIÓN XVIII: DOCUMENTACIÓN	211
SESIÓN XIX: CONFIDENCIALIDAD Y LÍMITES	221
SESIÓN XX: SESIÓN DEL PAR-MANEJADOR DE CASO	236
DÍA 5 REVISIÓN.....	242
CEREMONIA DE GRADUACIÓN Y CIERRE	243

Por favor, tenga presente que: Si el documento que está buscando no continúa más allá de la página 22, está mirando solo la guía del currículo. Para el currículo completo, visite <http://www.hdwg.org/prep/curricula>

INTRODUCCIÓN



Cuando acabas de recibir este diagnóstico, no hay nada mejor en la vida que tener a alguien a tu lado con quien contar. Una persona que haya tenido la misma experiencia, que la esté viviendo, que esté tomando medicamentos – un testigo viviente. Una de las cosas más importantes para el éxito del tratamiento es tener a alguien que te apoye.

Dr. Roberto Calderón Santiago
PR CoNCRA
San Juan, PR

Propósito de este currículo

El propósito de este currículo es apoyar la capacitación de pares VIH positivos que trabajan para reintegrar y retener a las personas que viven con VIH/SIDA (PLWHA, por sus siglas en inglés) y que no reciben cuidado médico para el VIH, enlazar a las PLWHA recién diagnosticadas con el cuidado médico del VIH y mejorar la calidad general del cuidado relacionado con la salud de estas personas. Este currículo de capacitación fue desarrollado a través del Proyecto de la Iniciativa SIDA para Minorías (MAI, por sus siglas en inglés), financiado por la Administración de Recursos y Servicios de Salud (HRSA, por sus siglas en inglés). Los programas de educación entre pares ofrecen una oportunidad de establecer estrategias que permitan ayudar a cerrar la brecha entre las personas que viven con VIH y el sistema de servicios de salud, lo que reconoce dos aspectos importantes de la epidemia de VIH/SIDA en Estados Unidos:

1. El rápido aumento de la epidemia de VIH/SIDA entre poblaciones marginadas, minorías y sectores que tradicionalmente tienen menos acceso a servicios en la sociedad norteamericana.
2. La alta cantidad de personas en desventaja social que viven con VIH/SIDA que no tienen acceso a servicios de salud, aun cuando las terapias antirretrovirales tienen un impacto significativo en la salud de las personas que viven con este virus.

Dónde se ha usado este currículo

Este currículo fue desarrollado como parte del Proyecto de Reintegración de Pares (PREP, por sus siglas en inglés), un estudio aleatorio de control de tres años que incorpora pares VIH positivos—personas de la comunidad que viven con VIH—al equipo de cuidado del VIH para dar apoyo a los pacientes que no reciben cuidado o con un diagnóstico reciente de VIH y que corren riesgo de abandonar el cuidado. El proyecto se enfoca en apoyar a las minorías raciales y étnicas que luchan contra problemas de salud conductual y/o vivienda inestable, una población que corre alto riesgo de no participar o permanecer recibiendo cuidado para el VIH. A través del patrocinio del

PrePARando PARES PARA EL ÉXITO: GUÍA DEL CURRÍCULO

Introducción

Par:

(dentro del contexto de esta iniciativa)

Una persona afectada o infectada con el VIH que comparte características de trasfondo similares con los pacientes servidos y no son profesionales del cuidado de la salud con capacitación médica.



Par es sinónimo de VIH. Los amigos y acompañantes en aquellos primeros casos a principio de los años 80 eran pares, intercediendo, escuchando, cuidando, alimentando y consolando. Cuando escuché por primera vez sobre la posición de educador par para el programa PREP, pensé que era el trabajo de mis sueños. Casi tres años después, la travesía me ha proporcionado infinitas oportunidades de ayudar, defender y educar a los pacientes inscritos que me fueron asignados. En ocasiones, cuando nos reunimos para una sesión, no puedo evitar ver a Miguel mirándome.

Un par en CARE Resource en Miami

Proyecto MAI por la HRSA, tres centros —CARE Resource en Miami, FL; PR CoNCRA en San Juan, PR y The PATH Center en Brooklyn, NY—han usado este currículo de capacitación de pares para preparar a sus pares para trabajar con PLWHA para integrarlos y retenerlos en el cuidado médico continuo del VIH. Este currículo está diseñado para proveer un conjunto completo de materiales de capacitación, junto con instrucciones sobre cómo usarlos para capacitar pares en su comunidad. Puede encontrar más información sobre el Proyecto de Reintegración de Pares en <http://www.hdwg.org/prep/> (en inglés solamente).

¿Qué es un par?

Para esta iniciativa y otros programas parecidos se definen pares como “individuos que están afectados o infectados con VIH, comparten características similares con los pacientes servidos y que no son profesionales de la salud con capacitación clínica.” Pueden tener el título de consejeros pares, trabajadores comunitarios o de alcance, educadores de tratamiento, educadores pares, facilitadores pares, capacitadores o intercesores de pares. Los pares son incorporados al equipo de cuidado de VIH para trabajar en conjunto con los proveedores médicos, salud mental y servicios.

¿Quién debe utilizar este currículo?

El público principal para este currículo son las clínicas Ryan White y los Centros de Salud Comunitaria interesados en capacitar e incorporar pares a su equipo clínico. Este currículo capacitará a los pares para trabajar como miembros del equipo de cuidado de la salud de la clínica para ayudar a las PLWHA nuevas a integrarse y mantenerse recibiendo tratamiento continuo para el VIH, al igual que para reintegrar y retener a las PLWHA que no están recibiendo cuidado médico para el VIH. Este currículo es una introducción y los pares necesitarán educación continuada dependiendo de los objetivos del programa/agencia, las necesidades de los pares y los pacientes y los nuevos desarrollos en tratamientos, servicios e investigación.

Cómo fue desarrollado este currículo

Gran parte del currículo presentado aquí se basa en una herramienta titulada Componentes Esenciales para la Capacitación y Éxito de los Trabajadores Pares (Peers) que puede encontrar en Internet en http://peer.hdwg.org/training_toolkit Los Componentes Esenciales combinan la pericia y los materiales de diversas organizaciones que proveen capacitación de pares. Incluye módulos adicionales de capacitación que pueden ser usados para atender las necesidades específicas de capacitación de su organización relacionadas con las competencias esenciales de los pares, temas para educación continuada de pares, actividades para el salón de clases y estudios de casos para discusión. La guía de la herramienta incluye muchas sugerencias para desarrollar y llevar a cabo capacitaciones de pares, con muestras de materiales de otros programas. Recomendamos que se familiarice con esta información a medida que planifica una capacitación de pares dentro de su organización.

Cómo está organizado este currículo

Sesiones educativas par-paciente

El currículo para las intervenciones del PREP es para una capacitación de pares de cinco días de duración para preparar a los pares a interactuar con los pacientes mediante una serie de sesiones educativas de 30-60 minutos en persona. El propósito de estas sesiones educativas es informar a los pacientes sobre una diversidad de problemas que pueden enfrentar como personas que viven con VIH. A continuación, una lista de los temas cubiertos por el par con sus pacientes en cada sesión.

Sesión 1 – Introducción & Evaluación

Sesión 2 – Transmisión del VIH y el Ciclo de Vida del Virus

Sesión 3 – Comunicación Efectiva y Autointercesión (de forma continua)

Sesión 4 – Entendiendo los Valores de Laboratorio

Sesión 5 – Medicamentos para el VIH

Sesión 6 – Resistencia a Medicamentos y Cumplimiento con el Tratamiento; Entendiendo y Manejando los Efectos Secundarios

Sesión 7 - Divulgación y Estigma

Sesión 8 – Daño y Reducción de Riesgos

Se incluye una Guía de una Sesión de Conversación Educativa entre par-paciente en la Hoja Impresa #2 de Capacitación en las páginas 14-21. Se incluye una explicación más detallada sobre cómo los pares trabajaron con los pacientes en estas sesiones individuales en la intervención del PREP presentada en el Manual de Intervención, disponible en Internet en <http://www.hdwg.org/prep/curricula>

El currículo es presentado aquí aproximadamente en el mismo orden que los pares lo presentarán a los pacientes en las ocho sesiones detalladas anteriormente. Está dividido en la secuencia sugerida para cada día de capacitación, según presentado en el modelo de agenda en la Hoja Impresa #1 en las páginas 10-14.

Otras consideraciones al usar este currículo

Diapositivas en PowerPoint acompañan muchas de las actividades delineadas aquí y usted encontrará diapositivas específicas por número a lo largo del currículo. Estas diapositivas pueden encontrarse en la página del currículo del PREP en <http://www.hdwg.org/prep/curricula>

Por último, tenga presente que la sesión final del día 5 está dedicada a explorar cómo los pares y los manejadores de casos pueden trabajar juntos como parte del equipo interdisciplinario. Se recomienda que se invite a los manejadores de casos que estarán trabajando con los pares que están recibiendo la capacitación a la porción de Preguntas y Respuestas para Manejadores de Casos. Para más información, vea la Sesión XX: Preguntas y Respuestas para Manejadores de Casos en la página 236.

Actividades para establecer el ambiente

Estas actividades no son parte de las competencias esenciales en las que los pares reciben capacitación. Sin embargo, son importantes para facilitar la interacción y el aprendizaje en grupo, dividir el día, reforzar lo que se está aprendiendo y dar cierre a la capacitación.

Rompehielos

Los rompehielos son la mejor forma de que todos participen activamente. Una vez las personas hablan, la probabilidad de que hablen nuevamente es mayor. Los rompehielos ayudan a los participantes a sentirse más cómodos y a hacer que participen de forma activa desde el inicio de cualquier capacitación. Es útil comenzar cada día con un rompehielo. Este currículo incluye rompehielos específicos en el Día 1 y el Día 2. Para los tres días restantes, es posible que desee seleccionar un rompehielo adecuado de los muchos que se ofrecen en la página de *Activities* de la herramienta *Componentes Esenciales para la Capacitación y Éxito de los Trabajadores Pares [Peers]* http://peer.hdwg.org/training_toolkit/activities (en inglés solamente).

Energizantes

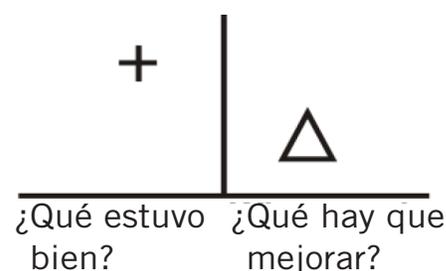
Los energizantes avivan una capacitación al revigorizar el grupo después del almuerzo, una discusión seria o tarde en el día. Aumentan la energía en el salón. Para ejemplos de técnicas energizantes que puede incorporar a su capacitación, vea la página de *Activities* de la herramienta *Componentes Esenciales para la Capacitación y Éxito de los Trabajadores Pares [Peers]* http://peer.hdwg.org/training_toolkit/activities (en inglés solamente).

Reforzando mediante la repetición

El Modelo de Agenda de Capacitación en la Hoja Impresa 1 en las páginas 10-14 permite varios minutos de revisión al principio y al final de cada día. El currículo para cada día concluye con un resumen de los puntos principales discutidos en las sesiones presentadas ese día y cómo estas lecciones están relacionadas con las sesiones educativas de par-paciente descritas anteriormente. Estos resúmenes pueden usarse para reforzar el aprendizaje y garantizar que se entienda el material antes de presentar un material nuevo. A medida que los participantes van adquiriendo conocimiento, es posible que desee variar la rutina usando el Jeopardy Game que es parte de la herramienta *Componentes Esenciales para la Capacitación y Éxito de los Trabajadores Pares [Peers]*, disponible en http://peer.hdwg.org/training_toolkit/jeopardy (en inglés solamente).

Cierre y evaluación

Hay un tiempo asignado en la Muestra de Agenda de Capacitación para el Cierre y la Evaluación al final de cada día. Un ejercicio rápido plus-delta puede ayudar a obtener críticas constructivas del grupo. En este ejercicio, se puede dibujar en una hoja de rotafolio una gráfica en forma de “T” invertida:



Se escriben los comentarios de los participantes debajo de cada símbolo para generar una lista de áreas sólidas y áreas que hay que mejorar.

Más recursos

Puede encontrar muchas más consideraciones e ideas para llevar a cabo una capacitación, incluidas la preparación, facilitación y evaluación, en la herramienta Componentes Esenciales para la Capacitación y Éxito de los Trabajadores Pares [Peers], en http://peer.hdwg.org/training_toolkit (en inglés solamente).

Qué aprenderán los pares

Parte del material en este currículo brinda a los pares el conocimiento que necesitan para discutir temas con sus pacientes, como el ciclo de vida del VIH, los medicamentos para el VIH, la divulgación y la reducción de daño. El currículo también equipa a los pares con destrezas en las que pueden basarse al interactuar con los pacientes y con el equipo interdisciplinario dentro de la organización, como destrezas de comunicación, entrevista motivacional, confidencialidad, entendimiento del papel que desempeña el par y cómo trabajar con los manejadores. Al final de la capacitación, los pares tendrán mayor conocimiento de los efectos del VIH/SIDA en su vida y en la de los demás y podrán comunicarse y entender mejor su rol de ayudar a otras personas con VIH.

Me identifico con ella porque ha pasado por el mismo proceso que estoy pasando. Cuando comencé a identificarme con ella, pude limpiarme de mis vicios. Me ha ayudado mucho.

Una paciente hablando sobre su par

MODELO DE AGENDA DE CAPACITACIÓN

A continuación encontrará un modelo de una agenda de capacitación de cinco días. El propósito de este currículo es preparar a los pares para interactuar con los pacientes a través de una serie de ocho sesiones educativas de 30-60 minutos de duración. El propósito de estas sesiones es informar a los pacientes sobre una diversidad de problemas que pueden enfrentar como personas que viven con VIH. Vea la página 7 para una lista de los temas cubiertos por el par con sus pacientes en cada sesión.

DÍA 1

Hora	Duración	Actividad
8:30 - 9:00	30 minutos	Llegada y desayuno
9:00 - 9:25	25 minutos	Bienvenida y presentación de los capacitadores Visión general de la capacitación y el proyecto Logística y acuerdos
9:25 - 9:55	30 minutos	Rompehielo: Actividad con Dulces M&M
9:55 - 12:00	2 horas 10 minutos*	Sesión I: Funciones de los Pares (receso de 15 minutos)
12:05 - 12:50	45 minutos	Almuerzo
12:50 - 1:05	15 minutos	Energizante**
1:05 - 2:30	1 hora 15 minutos*	Sesión II: Destrezas de Comunicación para Pares - Parte 1 (receso de 15 minutos)
2:30 - 3:30	1 hora	Sesión III: Fundamentos del VIH
3:30 - 4:00	30 minutos	Revisión, cierre y evaluación (+/Δ)***

* Incluye recesos entre los temas de las sesiones

** Los energizantes avivan una capacitación al revigorizar el grupo después del almuerzo, una discusión seria o tarde durante el día. Aumentan la energía en el salón. Para ejemplos de energizantes que puede incorporar a su capacitación, vea la página de Actividades de la herramienta *Componentes Esenciales para la Capacitación y Éxito de los Trabajadores Pares [Peers]* http://peer.hdwg.org/training_toolkit/activities (en inglés solamente).

***Vea la página 8 para una explicación del ejercicio Plus/Delta que es parte del cierre y la evaluación.

PrePARando PARES PARA EL ÉXITO: GUÍA DEL CURRÍCULO

Modelo de Agenda de Capacitación

HOJA IMPRESA DE LA CAPACITACIÓN #1 (Cont.)

DÍA 2

Hora	Duración	Actividad
8:30 - 9:00	30 minutos	Llegada y desayuno
9:00 - 9:15	15 minutos	Rompehielo: La Cesta de Cargas**
9:15 - 9:20	5 minutos	Revisión de la día previos
9:20 - 10:55	1 hora 35 minutos*	Sesión IV: El Sistema Inmunológico y El Ciclo de Vida del VIH (receso de 15 minutos)
10:55 - 12:20	1 hora 25 minutos*	Session V: Medicamentos contra el VIH (receso de 10 minutos)
12:20 - 1:20	1 hora	Almuerzo
1:20 - 1:35	15 minutos	Energizante**
1:35 - 3:05	1 hora 30 minutos*	Sesión VI: Destrezas de Comunicación para Pares, Parte 2 (receso de 10 minutos)
3:05 - 4:00	55 minutos	Sesión VII: Divulgación de los Pares
4:00 - 4:30	30 minutos	Revisión, cierre y evaluación (+/Δ)***

* Incluye recesos entre los temas de las sesiones

**Los rompehielos ayudan a los participantes a sentirse más cómodos y a hacer que participen de forma activa desde el inicio de cualquier capacitación. Los energizantes avivan una capacitación al revigorizar el grupo después del almuerzo, una discusión seria o tarde durante el día. Aumentan la energía en el salón. Para ejemplos de rompehielos y energizantes que puede incorporar a su capacitación, vea la página de Activities de la herramienta *Componentes Esenciales para la Capacitación y Éxito de los Trabajadores Pares [Peers]* http://peer.hdwg.org/training_toolkit/activities (en inglés solamente).

***Vea la página 8 para una explicación del ejercicio Plus/Delta que es parte del cierre y la evaluación.

PrePARando PARES PARA EL ÉXITO: GUÍA DEL CURRÍCULO

Modelo de Agenda de Capacitación

HOJA IMPRESA DE LA CAPACITACIÓN #1 (Cont.)

DÍA 3

Hora	Duración	Actividad
8:30 - 9:00	30 minutos	Llegada y desayuno
9:00 - 9:20	20 minutos	Rompehielo**
9:20 - 9:25	5 minutos	Revisión de la día previos
9:25 - 11:35	2 horas 10 minutos*	Sesión VIII: Evaluación de la Adherencia (receso de 10 minutos)
11:35 - 12:05	30 minutos	Sesión IX: Farmacorresistencia
12:05 - 12:50	45 minutos	Almuerzo
12:50 - 1:05	15 minutos	Energizante**
1:05 - 1:40	35 minutos	Sesión X: Entendimiento de los Resultados de Laboratorio
1:40 - 2:35	55 minutos	Sesión XI: Estigma del VIH
2:35 - 4:15	1 hora 40 minutos*	Sesión XII: Valores (receso de 15 minutos)
4:15 - 5:00	45 minutos	Revisión, cierre y evaluación (+/Δ)***

* Incluye recesos entre los temas de las sesiones

**Los rompehielos ayudan a los participantes a sentirse más cómodos y a hacer que participen de forma activa desde el inicio de cualquier capacitación. Los energizantes avivan una capacitación al revigorizar el grupo después del almuerzo, una discusión seria o tarde durante el día. Aumentan la energía en el salón. Para ejemplos de rompehielos y energizantes que puede incorporar a su capacitación, vea la página de Activities de la herramienta *Componentes Esenciales para la Capacitación y Éxito de los Trabajadores Pares [Peers]* http://peer.hdwg.org/training_toolkit/activities (en inglés solamente).

***Vea la página 8 para una explicación del ejercicio Plus/Delta que es parte del cierre y la evaluación.

PrePARando PARES PARA EL ÉXITO: GUÍA DEL CURRÍCULO

Modelo de Agenda de Capacitación

HOJA IMPRESA DE LA CAPACITACIÓN #1 (Cont.)

DÍA 4

Hora	Duración	Actividad
8:30 - 9:00	30 minutos	Llegada y desayuno
9:00 - 9:20	20 minutos	Rompehielo**
9:20 - 9:25	5 minutos	Revisión de la día previos
9:25 - 11:25	2 horas*	Sesión XIII: Entrevista Motivacional (receso de 10 minutos)
11:25 - 12:30	1 hora 5 minutos*	Sesión XIV: Apoyo a los Pacientes en su Divulgación (receso de 10 minutos)
12:30 - 1:05	35 minutos	Almuerzo
1:05 - 1:20	15 minutos	Energizante**
1:20 - 2:20	1 hora*	Sesión XV: La Depresión y el VIH (receso de 5 minutos)
2:20 - 3:15	55 minutos*	Sesión XVI: Reducción de Daños (receso de 5 minutos)
3:15 - 4:45	1 hora 30 minutos*	Sesión XVII: La Salud Sexual (receso de 5 minutos)
4:45 - 5:00	15 minutos	Revisión, cierre y evaluación (+/Δ)***

* Incluye recesos entre los temas de las sesiones

**Los rompehielos ayudan a los participantes a sentirse más cómodos y a hacer que participen de forma activa desde el inicio de cualquier capacitación. Los energizantes avivan una capacitación al revigorizar el grupo después del almuerzo, una discusión seria o tarde durante el día. Aumentan la energía en el salón. Para ejemplos de rompehielos y energizantes que puede incorporar a su capacitación, vea la página de Activities de la herramienta *Componentes Esenciales para la Capacitación y Éxito de los Trabajadores Pares [Peers]* http://peer.hdwg.org/training_toolkit/activities (en inglés solamente).

***Vea la página 8 para una explicación del ejercicio Plus/Delta que es parte del cierre y la evaluación.

PrePARando PARES PARA EL ÉXITO: GUÍA DEL CURRÍCULO

Modelo de Agenda de Capacitación

HOJA IMPRESA DE LA CAPACITACIÓN #1 (Cont.)

DÍA 5

Hora	Duración	Actividad
8:30 - 9:00	30 minutos	Llegada y desayuno
9:00 - 9:20	20 minutos	Rompehielo**
9:20 - 9:25	5 minutos	Revisión de la día previos
9:25 - 10:25	1 hora*	Sesión XVIII: Documentación (receso de 10 minutos)
10:25 - 12:35	2 horas 10 minutos*	Sesión XIX: Confidencialidad y Límites (receso de 5 minutos)
12:35 - 1:15	40 minutos	Almuerzo
1:15 - 1:30	15 minutos	Energizante**
1:30 - 3:40	2 horas 10 minutos*	Sesión XX: Sesión del Par-Manejador de Caso (receso de 15 minutos)
3:40 - 3:55	15 minutos	Plan de Educación Continuada***
3:55 - 4:25	30 minutos	Revisión, cierre y evaluación
4:25 - 4:40	15 minutos	Ceremonia de Graduación y Cierre

* Incluye recesos entre los temas de las sesiones

** Los rompehielos ayudan a los participantes a sentirse más cómodos y a hacer que participen de forma activa desde el inicio de cualquier capacitación. Los energizantes avivan una capacitación al revigorizar el grupo después del almuerzo, una discusión seria o tarde durante el día. Aumentan la energía en el salón. Para ejemplos de rompehielos y energizantes que puede incorporar a su capacitación, vea la página de Activities de la herramienta Componentes Esenciales para la Capacitación y Éxito de los Trabajadores Pares [Peers]
http://peer.hdwg.org/training_toolkit/activities (en inglés solamente).

*** Use este tiempo para discutir temas adicionales de capacitación que no tuvo tiempo de abordar durante el curso de la capacitación de 5 días. Estos podrían ofrecerse en capacitaciones, reuniones y conferencias subsiguientes u ofrecerse como parte de la orientación brindada a los pares nuevos contratados. Puede encontrar ideas y currículos para temas de educación continuada en la página Continuing Education de la herramienta *Componentes Esenciales para la Capacitación y Éxito de los Trabajadores Pares [Peers]*
http://peer.hdwg.org/training_toolkit/continuing_education (en inglés solamente)

GUÍA DE CONVERSACIÓN DE LA SESIÓN EDUCATIVA PARA PAR-PACIENTE

Este currículo fue desarrollado y usado para capacitar pares como parte del Proyecto de Reintegración de Pares (PREP), un estudio aleatorio de control de tres años para evaluar un programa que incorpora pares VIH positivos – personas de la comunidad que viven con VIH – en el equipo de cuidado del VIH para apoyar a los pacientes que no reciben tratamiento o recién diagnosticados con la enfermedad que corren riesgo de dejar de recibir tratamiento. En este estudio, se capacitó a los pares para interactuar con los pacientes en una serie de ocho sesiones interactivas de 30-60 minutos individualizadas, programadas para llevarse a cabo aproximadamente cada dos semanas. El propósito de estas sesiones educativas fue informar a los pacientes sobre una diversidad de problemas que pueden enfrentar como personas que viven con VIH. A continuación una guía de conversación que presenta las sesiones educativas usadas en este estudio. Es posible que su organización desee ajustar el contenido, el número o duración de las sesiones o la frecuencia de las reuniones con los pacientes, dependiendo de las metas del programa de pares dentro de su organización.

Estas sesiones están diseñadas para ser flexibles. El contenido del currículo puede ser adaptado para satisfacer las necesidades del paciente en particular. Además, los pares reconocen que los acontecimientos en la vida, en ocasiones, pueden interferir con las sesiones educativas. Parte del rol del par es proveer apoyo emocional, según sea necesario, y, a menudo, dar apoyo puede ocupar parte del tiempo asignado a las sesiones educativas estructuradas. Los pares pueden usar su tiempo con el paciente para proveer este tipo de apoyo y educación y siempre son flexibles dependiendo de la situación actual de sus pacientes.

Sesión Educativa 1 – Introducción y Evaluación

Para iniciar la conversación: Presentación

- Hola, me llamo _____ y soy un par. Un par es alguien que vive con VIH que ha aprendido a manejarlo y controlarlo.
- Soy positivo(a) desde _____ y he superado muchos obstáculos porque obtuve el apoyo que necesitaba para tomar control del VIH.
- Una de las cosas que me han ayudado fue aprender sobre la enfermedad y cómo controlarla y escuchar a otros que estaban lidiando con su diagnóstico y las cosas que hicieron para superar el estrés, el miedo y la ansiedad asociados con ser VIH positivos.
- Mi rol es brindarte información de salud y ser alguien a quien puedes acudir para apoyo.
- Cuéntame sobre ti. ¿Cuándo recibiste el diagnóstico y cómo has estado lidiando con la enfermedad (en términos médicos, vida familiar)? ¿Tienes el apoyo de tu familia o de otras personas?
- ¿Qué sabes del VIH? ¿Dónde obtuviste esta información?
- Tu participación en este programa nos permitirá trabajar juntos en las próximas semanas para aprender sobre la transmisión del VIH/ciclo de vida del virus, medicamentos, resistencia, etc.
- ¿Qué preguntas en específico tienes sobre el VIH?
- Vamos a reunirnos nuevamente el _____

Sesión Educativa 2 – Transmisión del VIH y el Ciclo de Vida del Virus

Para iniciar la conversación: Transmisión

- Hoy quisiera discutir sobre cómo se transmite el VIH y las diferentes etapas que atraviesa una vez entra en la sangre. Esto incluye fluidos corporales que transmiten el VIH y los que no, las vías que permiten que el VIH entre en el cuerpo y los síntomas del VIH y el SIDA.
- También discutiremos sobre el sistema inmunitario, las etapas de la infección de VIH y cómo el VIH invade las células CD4 y luego las destruye. Esto se conoce como el ciclo de vida del virus.
- Saber cómo trabaja el virus te brinda el poder de controlarlo.
- En par de semanas, aprenderemos dónde/cómo funcionan los medicamentos para reducir la replicación del VIH, lo que permiten que la carga viral sea baja y el sistema inmunitario fuerte.
- Vamos a reunirnos nuevamente el _____

Sesión Educativa 3 – Comunicación Efectiva e Interceder por ti mismo

Para iniciar la conversación: Comunicación efectiva e interceder por ti mismo

- Revisemos la importancia de la comunicación efectiva con los proveedores y cómo esto afecta la salud, al igual que la importancia de interceder por ti mismo.
- Formar una asociación con el proveedor del cuidado de la salud es importante porque quieres ser parte de la toma de decisiones sobre tu salud. Por lo general, como pacientes seguimos lo que el médico/personal de enfermería nos dice que hagamos; sin embargo, la investigación ha demostrado que los pacientes que hacen preguntas aumentan el conocimiento sobre su salud/enfermedad y tienen mejores resultados de salud cuando se involucran completamente en la toma de decisiones sobre su salud.
- Las sugerencias para una comunicación más efectiva incluyen ir preparado a tu cita médica con una lista de preguntas y/o yo puedo ayudarte a preparar una lista antes de tu cita. Anotar cualquier síntoma que tengas entre citas médicas es útil y se conoce como un "diario de síntomas", también debes dejar saber a tu proveedor si has faltado a una cita, hablar honestamente si te sientes incómodo con los cambios que está recomendando y ser sincero con tus proveedores son formas de aumentar la comunicación y a la vez interceder por ti mismo.
- En ocasiones, puede tomar tiempo desarrollar una relación de confianza, pero sabes que te puedo acompañar a las citas o si hay una persona de apoyo en tu vida, puedo pedirle que te acompañe.
- Vamos a reunirnos nuevamente el _____

Sesión Educativa 4 - Entendiendo los valores de laboratorio

Para iniciar la conversación: Entendiendo los valores de laboratorio

- El médico te enviará pruebas de sangre regularmente para verificar el progreso del VIH, saber si los medicamentos están funcionando (si los estás recibiendo) y determinar los efectos del VIH y los medicamentos en la función de los órganos. Por eso es tan importante venir para una muestra de sangre cada 3-4 meses; si no lo haces, es muy difícil tomar el control del VIH y entender cómo los medicamentos afectan el virus.
- No vamos a cubrir cada una de las pruebas en esta sesión, solo las más comunes, incluidos: recuento de CD4, porcentaje de CD4, recuento de carga viral, recuento completo de sangre, función hepática, función renal, perfil de lípidos, presión arterial, niveles de glucosa, colesterol, etc. Estas pruebas cuentan una historia sobre tu salud y lo que tienes que hacer para mantenerte saludable.
- También hablaremos sobre cómo mantener una función cardíaca saludable y los efectos de la enfermedad de VIH en el corazón.
- Otra razón para hacerte las pruebas de laboratorio regularmente y entender los números es que tú y tu médico pueden dar ciertos pasos para cambiar los valores si no están normales. Por ejemplo, si el colesterol está demasiado alto, tú y tu médico pueden intervenir para reducirlo. Si el recuento de CD4 es demasiado bajo, tú y tu médico pueden intervenir para aumentarlo.
- Es como verificar el aceite del motor de tu carro o llevarlo para un ajuste del motor. Si no lo haces, ¿qué le pasa a tu carro con el tiempo? [Respuestas: El carro requerirá reparaciones costosas o puede que necesites un carro nuevo].
- Las evaluaciones de rutina para el cuidado preventivo también son muy importantes, tales como: exámenes de la visión, mamografías, Papanicolaou, próstata, detección de enfermedades de transmisión sexual (STD). Además, las vacunas para el cuidado preventivo contra influenza, pulmonía y hepatitis son esenciales para mantener la buena salud.
- ¿Te has hecho pruebas de laboratorio y cuáles fueron los resultados?
- Vamos a revisarlas para asegurarnos de que entiendes las diferentes pruebas de laboratorio que son monitorizadas. También podemos llevar constancia de tus resultados en una hoja de cálculo. De esta forma puedes monitorizarlos tú y aumentar tu conocimiento sobre las pruebas de laboratorio y tu salud. Siempre pide una copia de tus resultados y mantenlos en un mismo lugar en caso de que te mudes o cambies de médico, para que tu médico nuevo tenga un historial de tu cuidado y tratamiento.
- Vamos a reunirnos nuevamente el _____

Sesión Educativa 5 - Medicamentos para el VIH

Para iniciar la conversación: Medicamentos para el VIH

- Los medicamentos para el VIH son beneficiosos para ti. Gracias a los medicamentos para el VIH, muchas personas están viviendo más y a plenitud. Creo que no muchos de nosotros estaríamos vivos hoy si no fuera por estos medicamentos. Muchas personas están viviendo más – 10, 20, 30 años o más – gracias a los medicamentos para el VIH. ¡Tú también puedes lograrlo!
- Tomar medicamentos es una de las cosas más importantes que puedes hacer para tomar el control del VIH.
- Cada persona responde de forma diferente a los medicamentos: Algunas personas tienen efectos secundarios fuertes y otras, leves o ninguno; otras tienen efectos secundarios los primeros 30 días y luego desaparecen. Por eso, es importante no juzgar cómo tu cuerpo responderá a los medicamentos a base de las experiencias de otras personas sino a base de tu propia experiencia.
- Recuerda: Los beneficios de tomar medicamentos superan cualquier dificultad que tengas al tomarlos. Tampoco olvides que si no te funcionan, el médico puede cambiarlos hasta encontrar los adecuados para ti.
- Somos afortunados ya que hoy día hay muchos medicamentos de donde escoger y los medicamentos nuevos tienen menos efectos secundarios que los anteriores.
- Tomar medicamentos puede ser complicado al principio, pero una vez desarrolles una rutina diaria, se hace más fácil.
- Puedo darte ideas sobre cómo recordar tomar los medicamentos a tiempo, cómo tomarlos correctamente y estaré siempre aquí cuando necesites hablar sobre estos.
- Es un gran compromiso, pero uno que se convierte en segunda naturaleza para la mayoría de nosotros y uno que puede brindarte una salud buena y estable y longevidad.
- Juntos –tú, yo, el médico, el manejador de casos y todas las personas relacionadas en tu cuidado– podemos minimizar cualquier experiencia negativa que puedas tener (o no).
- Ahora, echemos un vistazo a las metas de los medicamentos para el VIH y cómo trabajan para evitar que el VIH se multiplique y de esa forma darle una oportunidad a tu sistema inmunitario de luchar contra la enfermedad.
- Miremos las diferentes combinaciones de medicamentos disponibles y dónde trabajan en el ciclo de vida del virus para reducirlo.
- Vamos a reunirnos nuevamente el _____

Sesión 6 – Resistencia a los Medicamentos Y Cumplimiento con el Tratamiento; Entendiendo y Manejando los Efectos Secundarios

Para iniciar la conversación: Resistencia a los medicamentos y cumplimiento con el tratamiento

- La sesión de hoy se basa en la sesión anterior sobre los medicamentos para el VIH, el cumplimiento con el tratamiento, resistencia y manejo de los efectos secundarios.
- Cumplimiento con el tratamiento significa “tomar los medicamentos según programado”, por lo menos, el 95% de las veces. Significa tomar tus medicamentos correctamente y a la hora correspondiente todos los días. También significa manejar los efectos secundarios para que no te desanimes y continúes tomándolos.
- La mayoría de las personas dejan de tomar los medicamentos debido a los efectos secundarios. Quizás no tenían información sobre cómo manejar los efectos secundarios o nadie los ayudó a aprender cómo hacerlo. Pero aquí cuentas con un equipo de personas que te apoyan para que cumplas con tu tratamiento y que te ayudan a identificar posibles barreras al cumplimiento, incluido yo. Además, hay muchos métodos y herramientas (caja de pastillas, calendarios, relojes con alarma, etc...) disponibles para ayudarte.
- También hablaremos sobre la resistencia a los medicamentos; hay varios tipos diferentes y algunos son la causa directa de que no se cumpla con el tratamiento.
- Resistencia significa que los medicamentos han dejado de funcionar y no evitan que el VIH se multiplique. El VIH, por lo general, crea resistencia cuando no está totalmente controlado por los medicamentos. Ahora, comencemos.

Para iniciar la conversación: Cómo manejar los efectos secundarios

- Muchos efectos secundarios están relacionados con el sistema digestivo, por ejemplo, náuseas, diarrea, sensación de llenura, gases, etc. Muchas personas los manejan con otros medicamentos o ciertos alimentos.
 - Manzanas y otros productos derivados, como jugo de manzana y puré de manzanas (posible preocupación sobre los niveles de arsénico en el abasto actual de manzanas).
 - Té negro o verde descafeinado
 - Arroz blanco hervido
 - Tostadas de pan blanco
 - Jengibre y otros productos derivados como té de jengibre, jengibre confitado, ginger ale, galletitas de jengibre, etc.
 - Yogur
 - Galletas de soda
 - Alimentos y suplementos ricos en fibra
 - Medicamentos: Imodium AD (loperamida)
- Siempre es importante comunicarte con tu proveedor de inmediato para dejarle saber que estás teniendo estos efectos secundarios.
- Nunca dejes de tomar tus medicamentos sin obtener orientación de tus proveedores.
- Vamos a reunirnos nuevamente el _____

Sesión Educativa 7 - Divulgación y Estigma

Para iniciar la conversación: Divulgación y Estigma

- Decirlo o no decirlo. ¿A quién debo decírselo, a todo el mundo o a algunas personas? Si llevas tiempo siendo HIV positivo o si te lo han diagnosticado recientemente, divulgar tu condición es diferente para cada uno de nosotros y, en ocasiones, puede ser complicado. No hay una forma exacta de saber cuál es el momento o la forma correcta de hacerlo.
- ¿Hay alguien que sientes que se lo tienes que decir, como un cónyuge, pareja o quizás a una persona con la que estás saliendo? Toma tiempo ajustarse a ser VIH positivo, pero ten en mente que cada estado tiene diferentes leyes y estatutos para el VIH. En algunos estados, es ilegal que una persona con VIH sostenga relaciones sexuales con otra persona, done órganos o sangre o comparta agujas. Los condones no siempre son una defensa, a pesar del hecho de que se ha probado que reducen el riesgo de infección con VIH, así que conoce las leyes de tu estado. Con esto en mente, es buena idea no precipitarte a divulgar tu condición sin antes pensar bien lo que vas a decir.
- Hay algunas sugerencias generales:
 - ¿A quién tienes que decírselo?
 - ¿Qué quieres decirle sobre tu infección con VIH y qué esperas de esa persona a quien le estás comunicando tu condición?
 - ¿Cuándo debes decírselo?
 - ¿Dónde es el mejor lugar para tener esta conversación?
 - ¿Qué les vas a decir?
 - **Mantenlo simple. No tienes que contar la historia de tu vida.**
- Vamos a reunirnos nuevamente el _____

Sesión Educativa 8 – Daño y Reducción de Riesgos

Para iniciar la conversación: Mensajes de prevención – salud sexual

- Hoy vamos a discutir la salud sexual. Mi meta no es entremeterme en tu vida sexual, sino darte información sobre cómo prevenir el VIH y las infecciones de transmisión sexual.
- Este es un tema importante, porque tu salud sexual está relacionada con tu salud y bienestar general.
- Como entes sexuales, el sexo es un aspecto importante de nuestras vidas y no hay ninguna razón por la cual no podamos tener una vida sexual satisfactoria y gratificante solo porque tenemos VIH.

(cont.)

Sesión Educativa 8 – Daño y Reducción de Riesgos (cont.)

- Durante mucho tiempo, los profesionales del cuidado de la salud y otros proveedores de servicios evitaban discutir la vida sexual de sus pacientes con VIH. A menudo sentían que tener ese tipo de conversación podía estigmatizar aún más a las personas con VIH, ya que podía provocar juicio por parte del proveedor y también porque ellos mismos no se sentían cómodos teniendo este tipo de conversación. Pero con las personas con VIH pidiendo más información sobre el sexo seguro porque, en general, no querían infectar a sus parejas sexuales y protegerse contra las infecciones/enfermedades de transmisión sexual (STI/STD), el virus de la hepatitis C y la resistencia a los medicamentos. Ahora estamos dedicando tiempo para tener esta conversación con todos nuestros pacientes.
- Por favor, recuerda que cualquier información que compartas sobre tu vida sexual es estrictamente confidencial.
- Primero vamos a repasar cómo se transmite el VIH y luego las infecciones de transmisión sexual (STD).

Jerarquía de los riesgos de transmisión del VIH para las personas VIH positivas:

Alto riesgo:

- Sexo anal sin protección
- Sexo vaginal sin protección
- Hombres que tienen sexo con hombres solamente: tener sexo anal sin protección como pareja pasiva

Nota: Métodos de reducción de riesgos en encuentros sexuales de alto riesgo: usar lubricantes, sacar el pene antes de eyacular, tener menos exposiciones, tener menos parejas, tener una carga viral indetectable, hacerse regularmente evaluaciones para detección de infecciones de transmisión sexual (STI) [por lo menos dos veces al año], vacunarse contra la hepatitis A&B, evitar el sexo vaginal durante la menstruación, evitar el uso de drogas y alcohol antes o durante el sexo (afecta la toma de decisiones)

Bajo riesgo:

- Recibir sexo oral
- Sexo anal con condón
- Sexo vaginal con condón

Nota: Métodos de reducción de riesgos en encuentros sexuales de bajo riesgo: no cepillarse los dientes o usar hilo dental antes de dar sexo oral, no tener sexo oral si tiene una infección en la boca (sangrado de las encías), usar condones de la forma correcta, usar lubricantes a base de agua o silicona

(cont.)

Sesión Educativa 8 – Daño y Reducción de Riesgos(cont.)

Ningún riesgo:

- Dar sexo oral
- Masturbación mutua
- Besos de lengua
- Lluvia dorada (orinar a la pareja o que ella lo/a orine)
- Juguetes sexuales (deben lavarse después del uso con cada pareja)
- Masajes
- Eyacular en el cuerpo de la pareja (donde no haya una cavidad o entrada hacia el torrente sanguíneo)
- Abstinencia

Para iniciar la conversación: Mensajes de prevención – uso de drogas (para pacientes que usan alcohol y/o drogas)

- Esta porción de la sesión de reducción de daño se enfoca en el uso de drogas recreativas, incluido el alcohol.
- Es importante saber que el alcohol y otras drogas pueden suprimir el sistema inmunitario. También reducen las inhibiciones y pueden causar que tomes riesgos que normalmente no tomarías.
- Debido a que todas las drogas son procesadas a través del hígado, es importante saber que si el hígado tiene que procesar muchas drogas al mismo tiempo, puede aumentar la función hepática y hacer que te sientas mal; también puede causar insuficiencia hepática o daño permanente al hígado.
- Si toma medicamentos para el VIH y luego usas drogas recreativas, la droga recreativa tiene que "esperar en línea" para pasar al hígado y ser procesada. Esto puede conducir a una situación llamada "inhibición" que puede causar una sobredosis de la droga recreativa.
- Si usas drogas recreativas y luego medicamentos para el VIH, esto puede conducir a una situación llamada "inducción" que significa que tus medicamentos para el VIH van a ser procesados demasiado rápido y el cuerpo no los puede absorber por completo. También puede causar interacciones peligrosas de fármacos.
- Si te inyectas drogas, asegúrate de usar una aguja nueva cada vez que te inyectas para evitar la formación de abscesos.
- No compartas agujas con otra persona, es la forma más fácil de transmitir el VIH.
- Si usas una aguja que otra persona ha usado, puedes contraer hepatitis C (es la forma más fácil de contraerla).
- Si compartes agujas y parafernalia, asegúrate de limpiar la aguja y la parafernalia con cloro y agua (añadir instrucciones de limpieza aquí).