

Haciendo realidad las políticas con enfoque basado en la evidencia

El IRH ha desarrollado y validado herramientas para mejorar la salud y bienestar de los púberes en Guatemala. Estas herramientas están disponibles para incorporar en los programas de organizaciones que sirven a los adolescentes.



Mi Cuerpo Está Cambiando



Herramienta Conociendo Mi Ciclo (CycleSmart)

Atendiendo las necesidades de los y las adolescentes jóvenes en Guatemala



En Guatemala el 37% de la población es menor de 15 años. Estos niños necesitan información veraz y acorde con su edad sobre los cambios que experimentan durante la pubertad para poder proteger su propia salud y la de sus compañeros/as.

Los expertos en salud están de acuerdo en que la pubertad es una etapa crítica en la vida de una persona joven. Además de los cambios físicos, cognitivos y emocionales que se dan antes y durante la pubertad, los/las adolescentes más jóvenes (entre los 10 y 14 años), están adquiriendo información, desarrollando actitudes y experimentando con comportamientos que afectan su salud y bienestar futuro.

En Guatemala el 37% de la población es menor de los 15 años. Asegurar un desarrollo sano para los adolescentes más jóvenes es esencial para el futuro de Guatemala. Esta es una etapa en particular, dentro la vida de un niño o niña en el trayecto hacia la edad adulta, en que más necesita información y apoyo. Las investigaciones muestran que los/las adolescentes entre 10 y 14 años tienen niveles de comprensión muy bajos sobre la pubertad y su fertilidad emergente, y no tienen muy clara información sobre el embarazo y las infecciones de transmisión sexual. En esta etapa los niños y niñas están internalizando valores culturales sobre lo que significa ser un hombre o una mujer, y están

¹CIA World Fact Book , <https://www.cia.gov/library/publications/the-world-factbook/geos/gt.html> fecha de acceso enero 8, 2013.

siendo orientados por sus padres y madres, maestros, líderes comunitarios y pares, hacia opciones que podrían fomentar la desigualdad de género y que directamente influyen las conductas que afectan su salud. La etapa de la pubertad presenta una ventana de oportunidad para intervenir, antes de que la mayoría de los/las adolescentes empiecen a tener actividad sexual, y antes de que las normas culturales en torno al género se consoliden, y conduzcan a consecuencias negativas para la salud reproductiva.

A través del proyecto FAM financiado por USAID, el Instituto de Salud Reproductiva (IRH) de la Universidad de Georgetown ha desarrollado una serie de intervenciones y herramientas novedosas para incrementar el conocimiento del cuerpo y la fertilidad en los/las adolescentes entre los 10 y 14 años. El IRH considera que estos conocimientos son componentes esenciales para poder conocer sus cuerpos que están madurando, así como su propia salud reproductiva. Además, el IRH está contribuyendo al desarrollo de nuevas metodologías para evaluar los programas de jóvenes, las cuales están diseñadas para el nivel de desarrollo intelectual de los adolescentes. Estas metodologías emplean técnicas creativas y participativas con juegos que involucran al adolescente en la recolección de información pero también permiten evaluar, cuantitativa y cualitativamente, los resultados del programa.

El IRH ha aprendido lecciones valiosas a través del trabajo en Guatemala con adolescentes entre los/las 10 y 14 años, las cuales pueden beneficiar también a otras organizaciones que trabajan con jóvenes.

- **Diseñar un currículo basado en la investigación para facilitar la expansión.** Empleando un currículo estandarizado puede mejorar la salud y el bienestar de los púberes, y facilitar la expansión a gran escala, de manera que se llegue a alcanzar un mayor número de adolescentes con la información y destrezas esenciales que necesitan en esta etapa. Sin embargo, para que la expansión alcance su máximo impacto, el currículo debe estar diseñado para coincidir con las actitudes, creencias y preocupaciones expresadas por los adolescentes guatemaltecos.
- **Ayudar a los púberes a explorar y desafiar las normas de género.** Actitudes y comportamientos que fomentan la equidad de género pueden ser catalizadores para mejorar una amplia gama de indicadores de salud—tales como una mejor comunicación, toma de decisiones compartidas, uso del condón, acceso a los servicios y salud y la no-violencia—a medida que los púberes van creciendo.
- **Uso de la pedagogía apropiada.** Las metodologías de aprendizaje participativas permiten que los/las jóvenes asuman un rol activo y transformativo en sus propias vidas, mientras exploran sus actitudes, valores e intenciones futuras. En la medida posible, se debe proveer un espacio seguro para la discusión de temas delicados entre los niños y las niñas evitar metodologías didácticas tales como las charlas y lecturas.
- **Involucrar a los padres u otros adultos importantes en la vida de los púberes.** Involucrar a los padres, líderes de escuelas y de la comunidad en general para generar cambios estructurales que garanticen el éxito y la sostenibilidad. Como parte de este enfoque, ofrezca cursos para los padres donde puedan aprender la misma información sobre salud sexual y reproductiva que sus hijos e hijas están aprendiendo, mejorar sus destrezas de comunicación con sus hijos en torno al tema de la pubertad, y explorar las actitudes de género a la par que lo hacen sus niños, de manera que esto conlleve a una comunicación más positiva entre padres e hijos/hijas.



Niñas y niños participan en juegos interactivos diseñados especialmente para púberes.

El IRH está listo para brindar a otros socios su ayuda en la implementación y evaluación de estrategias de salud sexual y reproductiva, que puedan avanzar en el mejoramiento de la información y servicios de salud reproductiva para los/las adolescentes jóvenes.

MI CUERPO ESTÁ CAMBIANDO

Socios: Asociación Pro-bienestar de la Familia de Guatemala (APROFAM)

Dónde: Sacatepéquez y Ciudad de Guatemala

Cuando: 2009-2010

Audiencia objetivo: Niñas y niños en edades de 10 a 14 años y sus padres/madres.

¿Qué es Mi Cuerpo está Cambiando?

Mi Cuerpo está Cambiando es un manual de capacitación para púberes que incluye sesiones interactivas diseñadas para ayudar a las niñas y los niños en las edades de 10 a 14 años a aprender sobre la pubertad, su fertilidad y su cuerpo, auto-imagen, normas y roles de género, comunicación, conductas sanas y de riesgo, y las relaciones dentro y fuera de la casa. Un juego complementario de ejercicios para padres permite mejorar la comprensión sobre aspectos de la pubertad y a desarrollar las destrezas para apoyar a los púberes a lidiar con esos aspectos.

¿Cómo se validó esta herramienta?

- La investigación formativa fue realizada con niños y niñas de 10 a 14 años y sus padres/madres en dos ciudades de Sacatepéquez y la Ciudad de Guatemala
- El currículo fue integrado en programas existentes de APROFAM, dirigidos a desarrollar destrezas para la vida en los adolescentes.
- La evaluación del currículo midió cambios en los grupos control y de intervención, en cuanto a conocimientos, actitudes y comportamientos relacionados a la pubertad, el conocimiento de la fertilidad, roles de género, relaciones inter- generacionales y comunicaciones interpersonales tanto en padres como adolescentes.
- La evaluación empleó un diseño quasi-experimental y metodologías diseñadas para ese grupo etario. Los ejercicios para el aprendizaje participativo y la acción empleados incluyen juegos de cartas, contar historias y discusiones de una serie de fotos empleadas durante entrevistas.

¿Cuáles fueron los hallazgos?

- Aumentó el conocimiento sobre cambios en el desarrollo y el conocimiento de la fertilidad en niñas y niños
- Mejoró entre padres y púberes la aceptabilidad de entablar conversación sobre asuntos de la sexualidad y las relaciones amorosas.
- Mejoró la auto eficacia de los púberes y sus padres en relación a desafiar los roles de género tradicionales a través de modelos a imitar y de dar consejos.



HERRAMIENTA CONOCIENDO MI CICLO (CYCLES MART)

Socios implementadores: Consejo de Población/Guatemala

Dónde: Distintos departamentos y municipios de Guatemala

Cuando: 2011-2013

Audiencia objetivo: Niñas y niños en edades de 10 a 14 años y sus padres/madres.

¿Qué es la Herramienta Conociendo mi Ciclo?

La Herramienta Conociendo mi Ciclo puede usarse para enseñar a los púberes temas importantes relacionados con la pubertad en una forma visual, táctil y concreta. La Herramienta Conociendo mi Ciclo incluye el Collar del Ciclo que es un collar de cuentas de colores que se usa para llevar la cuenta de los días fértiles del ciclo menstrual, un calendario, un diario semanal y un folleto apropiado para púberes con información sobre el ciclo menstrual, cambios durante la pubertad, riesgo de embarazo, normas de género y consejos sobre su seguridad.

¿Cómo se validó esta herramienta?

- La Herramienta Conociendo mi Ciclo fue diseñada en base a una investigación realizada con niños y niñas adolescentes, sus padres e informantes clave, para poder lograr una comprensión sobre los vacíos de información que existen en torno a la pubertad y el conocimiento de la fertilidad.
- La Herramienta Conociendo mi Ciclo fue entregada a niñas de 12 a 14 años de edad para que llevaran el control de sus ciclos menstruales empleando el Collar del Ciclo durante seis semanas. Durante ese tiempo, las niñas llevaron la cuenta de sus ciclos menstruales usando el Collar del Ciclo y el folleto documentaron su experiencia con el diario de la Herramienta Conociendo mi Ciclo. Antes de usar la Herramienta Conociendo mi Ciclo, las niñas participaron en grupos de discusión donde recibieron orientación en la herramienta y el proceso de validación de campo.
- Los púberes proporcionaron retroalimentación sobre su experiencia durante discusiones con grupos de enfoque organizados después de la validación de campo. Esta información se usó para mejorar la Herramienta Conociendo mi Ciclo y diseñar las guías programáticas para las organizaciones que sirven jóvenes y que estén interesadas en emplear la Herramienta Conociendo mi Ciclo en sus programas.

¿Cuáles fueron los hallazgos?

- Ayudó a las niñas a entender los cambios que ocurren durante el ciclo menstrual, incluyendo la menstruación y las secreciones que ocurren naturalmente.
- Las niñas lograron usar el Collar del Ciclo fácilmente para llevar un control de sus ciclos menstruales y determinar su regularidad.
- Tanto los púberes como sus padres apreciaron la herramienta como algo valioso que vino a llenar un vacío en la educación sobre la pubertad que ningún otro recurso ha cubierto.



Esta publicación y el proyecto que describe fueron patrocinados por la U. S. Agency for International Development bajo el Convenio de Cooperación HRN-A-00-97-00011-00.



USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS
UNIDOS DE AMÉRICA

**Institute for
Reproductive Health**
Georgetown University