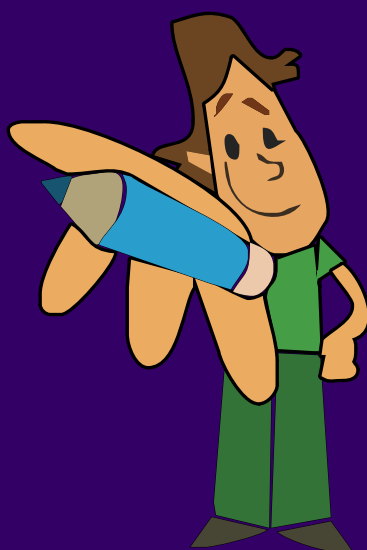




# GUÍA METODOLÓGICA

## Mujeres y Hombres Jóvenes Reconociendo y Respetando la Diversidad



**GUÍA METODOLÓGICA**



## Créditos

Esta Guía metodológica ha sido elaborada por Elda Pilar Herrera, Olivia Aguilar Dorantes, Silvia del Pilar López Hernández, Raúl Morales Carrasco y Carmela Flores Peña.

La corrección de estilo estuvo a cargo de Teresa Azuara Sánchez y Raúl Morales Carrasco.

El diseño fue realizado por Carmela Flores Peña y Olivia Aguilar Dorantes.



La imagen ha sido realizada por JAH producciones.

La impresión fue responsabilidad de IGRAF,  
Xalapa, Veracruz (Diciembre 2007).

A las fundaciones por su apoyo financiero y compromiso social:  
Fundación Mac Arthur, Fundación Ford, Moriah Fund y CENSIDA

## AGRADECIMIENTOS:

Hacemos un agradecimiento y reconocimiento especial a todas las personas fundadoras y autores también de la metodología educativa para trabajar con mujeres y hombres jóvenes equidad de género y salud, antecedente básico de este manual:

Benno de Keijzer, Emma Reyes, Gisela Sánchez, Gerardo Ayala y Olivia Aguilar.

De la misma manera a las personas integrantes de las organizaciones que conforman la Alianza H: ECOS, PAPAI, PROMUNDO (Brasil) World Education (EEUU) Entre Amigas/PATH, (Nicaragua), Salud y Género A. C (México).

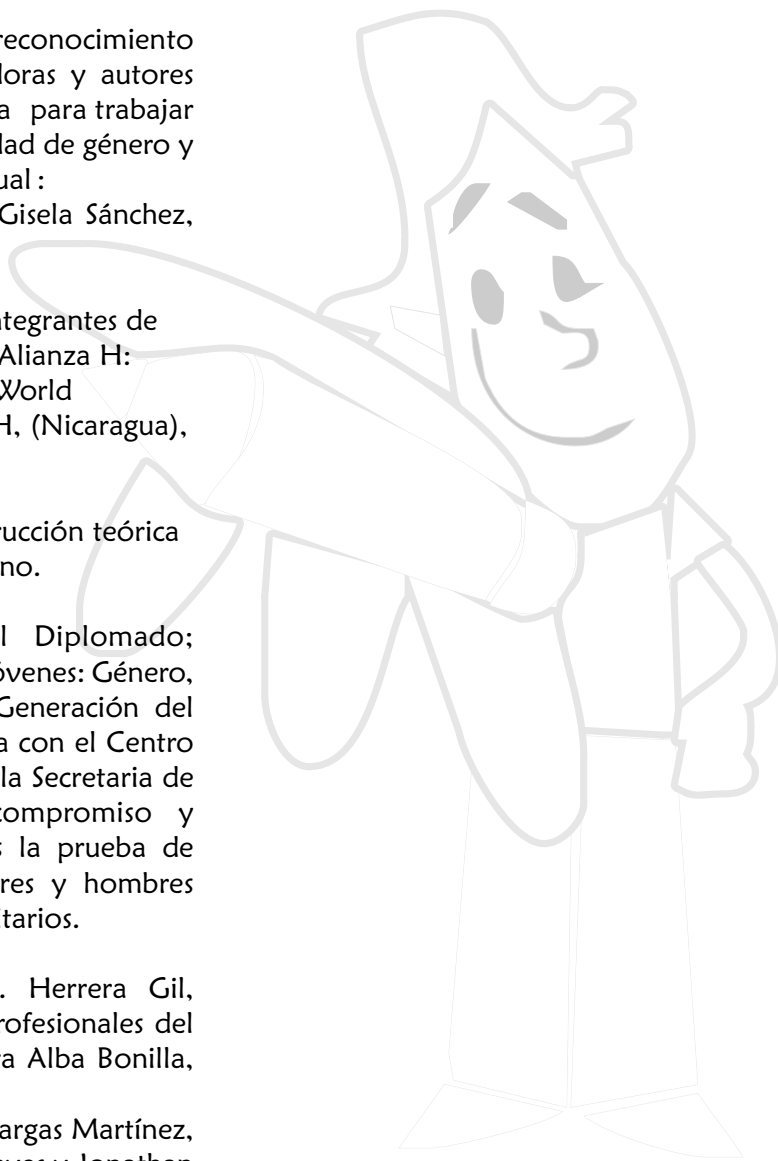
Por su valiosa aportación en la construcción teórica a Philos Agencia de Desarrollo Humano.

A las personas participantes del Diplomado: Trabajando con Mujeres y Hombres Jóvenes: Género, Equidad y Salud, en especial a la Generación del Distrito Federal (impulsada en alianza con el Centro Nacional de Equidad de Género de la Secretaría de Salud) por su disposición, compromiso y colaboración para que realizáramos la prueba de campo, de igual forma a las mujeres y hombres jóvenes universitarios y líderes comunitarios.

A las facilitadoras (es): Patricia L. Herrera Gil, Fernando Artemio Cristen Salazar (Profesionales del Centro de Integración Juvenil) Mayra Alba Bonilla, Karla Fabiola Turban (CENATI/U.V)

Ivan Lucas Costero, Jacobo German Vargas Martínez, Pedro Tafoya, María del Pilar Sainz Reyes y Jonathan Elí Guzman Domínguez

Observadoras (es): Omar Luna Fuentes, Azminda Roman Nieto y Antonio Huiziluc Cuahutli Álvarez Ledesma.



# CONTENIDO

I. INTRODUCCIÓN.....	06
II. GENERO Y SEXUALIDAD .....	10
Técnica: ¿En qué somos iguales? .....	11
Técnica: Pórtate como un hombre, pórtate como una mujer.....	14
Técnica: Cuerpo de joven.....	16
Técnica: Cuerpos vivientes.....	18
Técnica: Pecera del género.....	20
III. PLACER, AMOR E INTIMIDAD.....	22
Técnica: La expresión del amor.....	23
Técnica: Galería de manos.....	26
IV. HOMOFOBIA Y VIOLENCIA.....	29
Técnica: ¿Dónde está la homofobia?.....	30
Técnica: Homofobia: ¿A un hombre le puede gustar otro hombre?.....	33
Técnica: Diversidad y derechos: yo y los otros.....	36
Técnica: Poder y violencia en las relaciones sexuales: La historia de Tomás.....	39
V. PREVENCIÓN DE ITS, VIH-SIDA.....	42
Técnica: Estoy vulnerable cuando.....	43
Técnica: ¿Vulnerable yo?.....	46
Técnica: Quiero... No quiero.....	50
Técnica: El placer de vivir.....	52
VI. CONVIVENCIA: FAMILIA, COMUNIDAD Y TRABAJO.....	55
Técnica: Fiesta de la diferencia.....	56
Técnica: Campaña contra el prejuicio.....	58
VII. DERECHOS HUMANOS / DERECHOS SEXUALES.....	61
Técnica: ¿Qué son los derechos sexuales y reproductivos?.....	62
Técnica: El semáforo.....	66
Video: “Miedo de qué” .....	68



# Introducción

## INTRODUCCIÓN

Salud y Género, A.C. Es una asociación civil constituida por mujeres y hombres de distintas profesiones y experiencias de trabajo que se combinan para desarrollar propuestas educativas y de participación social innovadoras en el campo de la salud y el género. Su misión es contribuir a una mejor salud y calidad de vida de mujeres y hombres a través de actividades en las áreas de la salud mental, sexual y reproductiva desde una perspectiva de equidad de género y de derechos humanos.

Desde 1999 Salud y Género junto con 3 organizaciones brasileñas (PROMUNDO, PAPAI y ECOS) conformó la Alianza H, impulsando el proyecto H: “Trabajando con Hombres Jóvenes en la Promoción de la Salud y la Equidad de Género” como parte de ese proyecto diseñamos una serie de 5 manuales para trabajar con hombres jóvenes “Equidad de Género y Salud” (Serie H). Estos manuales han demostrado ser una metodología que contribuye a la reducción de actitudes tradicionales de género y la vulnerabilidad al VIH/SIDA.

Sin embargo las actitudes de homofobia no han registrado cambios significativos, en respuesta a ello es que hemos desarrollado una propuesta metodológica: “Proyecto D” que mediante actividades educativas, plasmadas en esta guía metodológica y un video Miedo de que, con el que pretendemos promover el respeto a la diversidad, disminuir la homofobia y la vulnerabilidad para contraer VIH/SIDA. Un eje central en este proyecto es reflexionar sobre la importancia del sexo seguro y las practicas de autocuidado a su salud y la de sus parejas.

A raíz de esta experiencia en el trabajo con hombres jóvenes (proyecto H) nos encontramos con la necesidad de trabajar el tema de la homofobia y diversidad sexual a mayor profundidad, es así como comenzamos a desarrollar esta nueva propuesta metodológica para apoyar a las y los jóvenes en general a un análisis que posibilite entender su sexualidad y la de los demás en mayor profundidad.

Además, a lo largo de nuestro trabajo educativo con mujeres y hombres hemos descubierto que la homofobia aparece como un mecanismo regulador de los comportamientos de género, siendo más evidente y severo en la socialización masculina. La homofobia castiga las inconsistencias genéricas y las sexuales también, por un lado a las personas que no cumplen con lo que se espera según su género (lo que debe de ser un hombre o mujer) son señaladas y se pone en duda su orientación sexual aún cuando la “inconsistencia genérica” no está relacionada con alguna orientación sexual determinada. (Vale recordar que vivimos en una sociedad que fomenta la construcción de modelos duales que fragmentan las identidades de las personas). Ello hace que a lo largo de nuestra vida, todas las personas que hemos sido socializados bajo el mismo sistema de género, alguna vez hayamos sido sujetos de algún acto homóforo.



Por otro lado, la homofobia que va dirigida a las personas que tienen una orientación sexual diferente a la heterosexual es siempre dentro de un marco de referencias agresivas marcándoles con un estigma, el cual es el cimiento para las acciones de violencia política, social o física de la cual son sujetos. Es importante mencionar que la homofobia en este sentido es validada tanto por hombres como por mujeres para regular el sistema de comportamientos de sexo-genéricos.

La homofobia como un fenómeno social tiene un impacto considerable en la salud de las y los jóvenes pertenecientes a la diversidad sexual, reduciendo el acceso a la información y atención integral de su salud por la estigmatización y discriminación que existe en sus microespacios (familia, escuela, grupos de amigos trabajo, servicios de salud, etc.), convirtiéndose en un factor de riesgo para contraer VIH/SIDA, el suicidio, el consumo de drogas, entre otras problemáticas de salud mental y sexual.

En este mismo sentido, datos acerca de las personas infectadas por el VIH muestran que:

- En relación a las nuevas infecciones por VIH en el mundo, se estima que 4 de cada 10 se producen en jóvenes de 15 a 24 años (UNAIDS, 2006).
- En América Latina hay aproximadamente 1.7 millones de personas infectadas por el VIH, de las cuales dos terceras partes viven en los cuatro países más grandes: Argentina, Brasil, Colombia y México.
- En México la epidemia de SIDA esta concentrada en grupos que tienen prácticas de riesgo: 13.5% de prevalencia de VIH en hombres que tienen sexo con hombres (HSH), 15% en trabajadores del sexo comercial y 3.9% en hombres usuarios de drogas inyectables.

La homofobia extrema: los crímenes de odio:

†De 1995 al 2004 se han contabilizado un total de 332 asesinatos de personas homosexuales por motivos de homofobia. 317 varones, y 15 mujeres.

†Las entidades con mayor incidencia de casos son: D.F., 137; Estado de México, 67; Veracruz, 39; Michoacán, 16; y Yucatán, 13.

†En la forma como fueron ejecutados predomina la saña perpetrada con arma blanca

†Por cada caso reportado por los diarios, existen 3 casos más que nunca se denuncian, es decir 96 al año, y 8 ejecuciones al mes.

(Fuente: Informe de la Comisión Ciudadana Contra Crímenes de Odio por Homofobia 2004. A partir de un seguimiento hemerográfico de 15 medios en 7 entidades de la república) [www.letraese.org.mx](http://www.letraese.org.mx)

Estos datos nos muestran la importancia y la necesidad de trabajar prevención con mujeres y hombres jóvenes, hombres que tienen sexo con otros hombres, hombres gays, jóvenes gays, mujeres parejas de HSH.

El VIH/SIDA no es un problema de salud aislado, está relacionado con la violencia, la salud mental, el suicidio y el uso de drogas. Es por esto que los gays, HSH, y sus parejas hombres y mujeres no deben ser vistos solamente como un grupo de riesgo al VIH/SIDA, si no como sujetos con quienes se requiere trabajar de manera más integral en lo individual, lo relacional, lo social y lo político.

Los jóvenes HSH, gays y sus parejas necesitan tener espacios seguros para conversar sobre comportamientos y actitudes con respecto a la homofobia, el autocuidado y cuestionar las normas y estereotipos ligados a dichos comportamientos y actitudes. Por eso es importante incluir en sus vidas oportunidades para la discusión de temas ligados a la salud sexual, la prevención del VIH y homofobia, esto incluye profesionales de la educación y la salud sensibles ante situaciones de homofobia (estigma, discriminación y violencia), así como contar con profesionales en diferentes ámbitos sensibles y capacitados para trabajar las situaciones que implican el ejercicio de la sexualidad y la situación de vulnerabilidad ante el VIH en un marco de derechos humanos.





**L**os materiales del “Programa D” Reconociendo y Respetando la Diversidad Sexual, promueven actitudes más equitativas, sensibiliza sobre la homofobia lo cual coadyuva a disminuir la vulnerabilidad para contraer VIH/SIDA, también se aborda la importancia del sexo seguro y las practicas de autocuidado de la salud propia y la de sus parejas. Este programa se diseñó para trabajar con adolescentes, con jóvenes y con profesionales de la educación, la salud y el desarrollo.

**E**n esta guía metodológica se abordan cuestiones relativas a la diversidad sexual, es un recurso que educadores y profesionales de salud podrán utilizar en las actividades de sus programas, La validación de esta guía fue realizada en tres ciudades de México (Querétaro, Xalapa y el Distrito federal) durante el año 2006, con mujeres y hombres jóvenes, universitarios con diferente orientación sexual, líderes comunitarios y con profesionales de la Secretaría de Salud

Como parte de este proyecto fue elaborado un video llamado ¿Miedo de qué? que invita a la reflexión crítica entre jóvenes promoviendo el respeto a la diversidad sexual y la reducción de homofobia. Este video ha sido editado en Brasil (apoyado por el Ministerio de Saúde) y en México (con recursos de CENSIIDA, Secretaría de Salud, 2006)

Es por ello que en Salud y Género y sus socios de la Alianza H consideramos que reflexionar sobre el tema de homofobia y diversidad sexual es tarea de todas y todos, por lo cual el presente manual pretende tener un impacto positivo en las reflexiones de mujeres y hombres jóvenes en torno a la socialización de género, la construcción de la sexualidad, las relaciones sociales y afectivas además de ampliar la visión de las y los jóvenes sobre el cuidado de su salud mental y sexual y de esta manera contribuir a la reducción de la violencia homofóbica que permea la calidad y el sentido de los servicios públicos de salud, de educación formal, y las instituciones de impartición de justicia y garantizar así el respeto y ejercicio pleno de los derechos sexuales de las y los jóvenes en general.





Género y Sexualidad

## Técnica: ¿En qué somos iguales?

### Objetivos:

Reconocer la diversidad como una característica de las personas, la cual se refleja en el ejercicio de la sexualidad.

### Materiales necesarios:

Gises de colores, plumones, crayolas, cartulinas (una por participante), música tranquila-relajante y grabadora.



**Tiempo recomendado:** 1 hora 30 minutos.

### Sugerencias para la planificación:

La sexualidad es un tema que culturalmente cuesta abordar por eso se recomienda trabajar esta técnica una vez que el grupo se ha integrado.

### Procedimiento:

1. Se comienza la técnica hablando de la sexualidad, que socialmente es concebida como algo de lo cual no se habla; se menciona que cada persona tiene diferentes experiencias de vida, y que en este ejercicio se abordará la vivencia de la sexualidad en diferentes etapas de la vida: la niñez (0 12 años), la adolescencia (13 18 años), la juventud (19 25 años) y la etapa adulta (26 años en adelante) a manera personal.
2. Se pide a las personas que elijan un lugar para ponerse cómodas, esta primera parte del ejercicio es personal y en silencio: van a hacer un recorrido por su desarrollo sexual (la niñez la adolescencia la juventud) representando los momentos más significativos de este desarrollo en una cartulina mediante representaciones gráficas.
3. Una vez que cada persona tiene su trabajo se les pide ponerse de pie formando un círculo y mirarse a los ojos para elegir una persona para compartir su trabajo (10 min. de participación por persona).
4. En la siguiente fase se forma un solo círculo con todo el grupo con el propósito de compartir ¿cómo se sienten? y si ¿se dan cuenta de algo? Los comentarios se anotan en pizarrón o papel bond y se retoman para el cierre. (Hay que respetar si alguna o algunas personas deciden no hablar de su trabajo en grupo)



### Preguntas para el debate:

- ¿Qué tan fácil o difícil fue hacer el recorrido por su desarrollo sexual en diferentes situaciones en solitario y compartirlo con otras personas?
- ¿En qué se parecen los procesos de desarrollo de la sexualidad?
- ¿En qué son diferentes estos procesos?
- ¿Qué opinan de que algunas personas no hayan compartido su trabajo?
- Esto en caso de que así haya sido, lo cual forma parte de una decisión personal necesaria para el ejercicio de los derechos sexuales.

### CIERRE

**L**a diversidad es característica de mujeres y hombres; en lo referente a la sexualidad se refleja en cada uno de los elementos que la conforman: el género, las relaciones afectivas, el erotismo y la reproducción. Aunque cada uno de éstos se encuentra en todas las personas hay diferencias en la manera en que se viven y se expresan, lo cual indica que somos diferentes (diversos).

El género se va flexibilizando gradualmente, lo cual se refleja en la diversidad de actividades en las que participamos mujeres y hombres, cada vez hay más posibilidad de que los hombres hagan actividades que son consideradas deberes de las mujeres y viceversa.

Las relaciones afectivas y el erotismo siguen siendo criticados en cuanto a la expresión social, en su carácter de íntimo; socialmente se critica la expresión pública de relaciones afectivas diferentes a las que consideramos normales (relaciones heterosexuales estables y con fines reproductivos). Quien se atreve a tener relación o relaciones diferentes a lo normal y además lo hace público, es blanco de críticas por atreverse a hacer algo no permitido.

La reproducción como componente de la sexualidad hay que ejercerla teniendo hijos para lo cual socialmente se establece un límite de edad, conformando una pareja heterosexual; una vez más quien se atreve a hacer algo diferente es señalado, criticado, discriminado y violentado.



Hay un sinnúmero de ejemplos de quien por diferentes causas se encuentra en situaciones diferentes a las que se consideran normales y por supuesto son aceptadas; lo que proponemos es aceptar las diversas condiciones que vivimos, ya que de alguna forma es difícil cumplir con las expectativas que hemos establecido socialmente, a fin de cuentas como dice Caetano Veloso “Bien visto, nadie es normal” y Ser diferente no convierte a nadie en monstruo (Riesenfeld R. 2000)<sup>1</sup>

### Derecho a la diversidad sexual

Los derechos sexuales son reconocidos como derechos humanos, falta dar el paso hacia el respeto de éstos, aquí se enlistan los que se encuentran relacionados con el derecho a la diversidad<sup>2</sup>:

- El derecho a la libertad sexual.
- El derecho a la autonomía, integridad y seguridad sexuales del cuerpo.
- El derecho a la privacidad sexual.
- El derecho a la equidad sexual.
- El derecho al placer sexual.
- El derecho a la expresión sexual emocional.
- El derecho a la libre asociación sexual.
- El derecho a la toma de decisiones reproductivas, libres y responsables.
- El derecho a información basada en el conocimiento científico.
- El derecho a la educación sexual integral.
- El derecho a la atención de la salud sexual.

Es decir, todos los derechos sexuales validan y respetan la diversidad sexual.

No hay un tipo de comportamiento en el que todos los seres humanos coincidamos como resultado de nuestras formas de sentir, pensar y actuar. Aunque existan mayorías siempre habrá personas que viven de manera diferente. No hay una sola religión, ni un solo color de piel, ni una sola forma de experimentar y ejercer la sexualidad, y eso es lo que nos hace maravillosos pues tenemos la posibilidad de aprender de los otros<sup>3</sup>.

### LINKS:

- Campaña contra el prejuicio
- Diversidad y derechos: yo y los otros

<sup>1</sup>Riesenfeld R. 2000. “Papá, mamá, soy gay”. México, Grijalbo, pag.12

<sup>2</sup>Declaración de los derechos sexuales de la Asociación Mundial de Sexología, citados en OPS/OMS. “Promoción de la Salud Sexual”. Antigua-Guatemala, 2000.

<sup>3</sup>Op.cit. Riesenfeld R. 2000



## Técnica: Pórtate como un hombre, pórtate como una mujer<sup>4</sup>

### Objetivos:

Reconocer que puede ser difícil para hombres y mujeres cumplir con los roles de género que la sociedad establece

Examinar cómo los mensajes de género regulan nuestra conducta.

### Materiales necesarios:

Papelógrafos, marcadores, cinta adhesiva



**Tiempo recomendado:** 1 hora

### Procedimiento:

1. Pregunte a los participantes si alguna vez les han dicho: “pórtate como un hombre o pórtate como una mujer”. Pídeles que compartan experiencias en las cuales alguien les ha dicho esto o algo parecido. ¿Por qué la persona les dijo esto? ¿cómo se sintieron?
2. Diga a los participantes que vamos a mirar más de cerca de estas dos frases. Observándolas, podemos comenzar a ver cómo la sociedad hace muy difícil ser hombre o mujer.
3. En letras grandes, dibuje en un papelógrafo la frase: “Actúa como un hombre”; pida a los participantes que compartan ideas acerca de lo que esto significa. Estas son las expectativas sociales de cómo un hombre debe ser, actuar, sentir y decir. Dibuje una caja en el papel y escriba los significados de “actúa como un hombre” adentro de la caja.
4. Pida a los participantes que piensen qué pasa cuando un hombre joven actúa de una manera diferente a la de la caja “actúa como un hombre”. Pida a los participantes que compartan algunos nombres de cómo estos jóvenes son nombrados, escriba estos nombres afuera de la caja.
5. Una vez que tiene una lluvia de ideas, inicie una discusión haciendo las siguientes preguntas:
  - ¿Puede ser limitante para un hombre la expectativa de que se comporte de esa manera? ¿Por qué?
  - ¿Cuáles emociones no les permiten a los hombres expresar?
  - ¿Cómo pueden las normas sociales y expectativas de “actuar como un hombre” tener un impacto negativo sobre la salud sexual de un hombre joven?
  - ¿Actualmente pueden los hombres vivir fuera de la caja? ¿Es posible para los hombres cuestionar y cambiar los roles de género existentes?

<sup>4</sup>Esta técnica fue tomada y adaptada del bagaje de técnicas de Engender Health para trabajar identidades de género.



6. Ahora, en letras grandes, dibuje en un papelógrafo la frase: “Actúa como una mujer”; pida a los participantes que compartan ideas acerca de lo que esto significa. Estas son las expectativas sociales de cómo una mujer debe ser, actuar, sentir y decir. Dibuje una caja en el papel y escriba los significados de “actúa como una mujer” adentro de la caja.

7. Pida a los participantes que piensen qué pasa cuando una mujer joven actúa de una manera diferente que a la de la caja “actúa como una mujer”. Pida a los participantes que compartan algunos nombres de cómo estas jóvenes son nombradas; escriba estos nombres afuera de la caja.

8. Una vez que tiene una lluvia de ideas, inicie una discusión haciendo las siguientes preguntas:
- ¿Puede ser limitante para una mujer la expectativa de que se comporte de esa manera? ¿Por qué?
  - ¿Cuáles emociones no se le permite a las mujeres expresar?
  - ¿Cómo puede “actúa como una mujer” afectar a las relaciones de una mujer con su pareja e hijos?
  - ¿Cómo pueden las normas sociales y expectativas de “actuar como una mujer” tener un impacto negativo sobre la salud sexual de una mujer joven?
  - ¿Pueden las mujeres actualmente vivir fuera de la caja? ¿Es posible para las mujeres cuestionar y cambiar los roles de género existentes?

### Diversidad

- ¿Qué les llama la atención de los adjetivos que están fuera de la caja?
- ¿Estos adjetivos que tipos de relaciones promueven?
- ¿Aparece homofobia y discriminación fuera de las cajas? ¿Por qué?
- ¿Qué relación existe entre el incumplimiento del rol de género y la orientación sexual?



## Técnica: Cuerpo de Joven <sup>5</sup>

### Objetivos:

Reflexionar sobre los principales problemas de salud, a partir de un diagnóstico participativo. Discutir y analizar las características de género y los riesgos de salud.

### Materiales necesarios:

Pliegos grandes de papel, tarjetas autoadheribles (post-it), masking tape y plumones.



**Tiempo recomendado:** 2 horas.

### Notas para planeación:

Es importante que las instrucciones se den de la manera señalada para no inducir las respuestas. Es una técnica muy sencilla, adaptable y muy fácil de replicar, útil en cualquier contexto sociocultural y para cualquier grupo de personas. Hay que tener disponibles estadísticas nacionales o locales donde resalte la diferencia en la morbilidad entre mujeres y hombres jóvenes.

### Procedimiento:

1. Se forman dos subgrupos de hasta 10 personas cada uno.
2. Se le entregan 2 tarjetas a cada participante y se le pide que en silencio, y de manera individual, escriban dos atributos o características típicas que se relacionen con el ser hombre o mujer según sea el caso y las características del grupo por ejemplo, si se trabaja con jóvenes gays se pide que escriban algunas características relacionadas con ser joven gay. Se les pide que guarden sus tarjetas para una etapa posterior del ejercicio.
3. Se les indica que dibujen, en 2 o 3 pliegos de papel unidos, la silueta del cuerpo por lo que un voluntario va a servir como modelo.
4. Una vez que tienen el dibujo, se les pide que lo complementen con lo que consideren necesario que represente es decir- qué hace, qué le gusta, cómo es, cómo viste, cómo se divierte y todos participan dibujando. También se les dice que le den un nombre a ese personaje.
5. Ahora cada participante escribe dos problemas de salud, cada uno en una tarjeta. Es importante poner énfasis en que anoten problemas de salud, incluyendo enfermedades, malestares, -físicos y emocionales-, partiendo de una concepción integral de la salud.

<sup>5</sup> Técnica tomada y adaptada del manual 4 (Razones y Emociones) de la serie “Trabajando con hombres jóvenes” del Programa H.

Esta técnica, a manera de espejo, ayuda a hablar del cuerpo y la salud.





6. Una vez que todos tengan listas sus tarjetas, cada uno - en orden y en voz alta- leerá una por una sus tarjetas y las pegará en la parte del cuerpo en que se manifiesta ese problema de salud. No importa que se repitan algunos problemas, ya que eso puede ser significativo.

7. En una segunda ronda, uno por uno va leyendo en voz alta sus primeras tarjetas (sobre las características y/o atributos) y se pegan alrededor del cuerpo.

Cuando hayan terminado pregunte:

- ¿Qué les llama la atención?
- ¿Qué relación ven entre los problemas de salud y las características típicas que se mencionan del personaje?

8. En plenaria se presentan los trabajos de los grupos. Preguntar:

- ¿Qué diferencias y coincidencias hay entre los trabajos de los equipos?

### Preguntas para la discusión

- ¿Cómo cuidamos nuestra salud?
- ¿Qué problemas se relacionan con la salud mental?
- ¿Qué riesgos enfrentan?
- ¿Qué relación existe entre los problemas de salud mental y la identidad de los jóvenes?
- ¿Qué podemos hacer para mejorar la salud de los personajes representados y promover el autocuidado personal y colectivo?

### CIERRE

Revisar si reconocen como problemas de salud al alcoholismo, la violencia, el suicidio, el VIH-SIDA, y la drogadicción. Preguntarles si se presentan estos problemas en su comunidad. Resaltar la influencia de estos problemas en la socialización y la salud mental. Ofrecer datos y estadísticas de la situación de salud, retomando también el contexto y la población con que se esté trabajando.



## Técnica: Cuerpos vivos

### Objetivos:

Reflexionar acerca de cómo existen prejuicios y estereotipos homófobos para designar ciertos comportamientos hacia las personas homosexuales, lesbianas y bisexuales.

### Materiales necesarios:

Tarjetas de colores auto adheribles (post it).



**Tiempo recomendado:** 1 hora 30 minutos

### Sugerencias para la planeación:

Es recomendable que utilice esta técnica cuando el grupo haya reflexionado temas de homofobia y discriminación.

### Procedimiento:

1. Se reparten 6 tarjetas autoadheribles de un color a cada uno de los participantes y se les pide que de manera personal escriban en dos de ellos características de un hombre homosexual; en los otros dos, características de una mujer lesbiana y en los últimos dos, características de una persona bisexual.
2. Se reparten otras 6 tarjetas autoadheribles de un color diferente al de la primera consigna y se indica que ahora en dos de ellas escriban cómo son vistos los hombres homosexuales; en otras dos las mujeres lesbianas y en las últimas dos las personas bisexuales.
3. Pida la participación de un hombre voluntario para ser el cuerpo viviente de un homosexual, a continuación cada uno de los participantes va a leer en voz alta las tarjetas de la primera consigna y va a pegarlas en el cuerpo del voluntario, después se vuelve a hacer una ronda, pero esta vez con las tarjetas de la segunda consigna.
4. Se pide la participación de una mujer voluntaria y se realiza la misma actividad que con el primer cuerpo.
5. Para el último cuerpo se pide la participación de una persona voluntaria, ya sea hombre o mujer y se realiza la misma actividad que con los cuerpos anteriores.
6. Se les pide a los participantes que observen bien los tres cuerpos durante unos minutos.



## Preguntas para el debate

- ¿Qué cosas encontramos en común entre los tres cuerpos?
- ¿Consideran que las características de los cuerpos representados son únicas o son características humanas?
- ¿Qué relación existe entre las características y cómo son vistos/vistas las personas que representan estos cuerpos?
- ¿Qué elementos encontramos como homofóbicos en las tarjetas?
- ¿Cuál fue la experiencia de las personas voluntarias para los cuerpos vivientes, qué sintieron?
- ¿Qué observamos en general durante el ejercicio y qué aprendemos de él?
- ¿De que manera podemos crear una cultura de respeto y buen trato en nuestra comunidad?

## CIERRE

Reflexione con el grupo acerca de la importancia de reconocer a las personas como únicas y sobre cuáles son los costos de los estereotipos fundados muchas veces en la homofobia.



## Técnica: Pecera del Género<sup>6</sup>

### Objetivos

Dar a las mujeres y hombres jóvenes la oportunidad para hablar y ser escuchados acerca de cuestiones de género.

Desarrollar mayor sensibilidad, entendimiento y empatía por el sexo opuesto.



**Tiempo recomendado:** 1 hora

Sugerencias para la planeación: Esta técnica sólo funciona con grupos mixtos.

**Materiales necesarios:** Ninguno

### Procedimiento:

1. Divida a los participantes en un grupo de hombres y un grupo de mujeres
2. Pida a las mujeres que se sienten en un círculo en medio de un cuarto y a los hombres que se sienten alrededor del círculo de las mujeres
3. Comience la discusión con las mujeres haciendo las preguntas enlistadas abajo.
4. El Trabajo de los hombres es observar y escuchar lo que se están diciendo. No les está permitido hablar
5. Una vez que las mujeres han hablado por 30 minutos, cierre la discusión. Después pida a los hombres cambiar los lugares con las mujeres y llevar una discusión con los hombres mientras las mujeres escuchan. Las preguntas para los hombres están enlistadas abajo.
6. Discuta la actividad después de que ambos grupos han completado la discusión.

<sup>6</sup> Esta técnica fue tomada y adaptada del bagaje de técnicas de Engender Healt para trabajar identidades de género.



## Guía de Preguntas:

### Para las mujeres

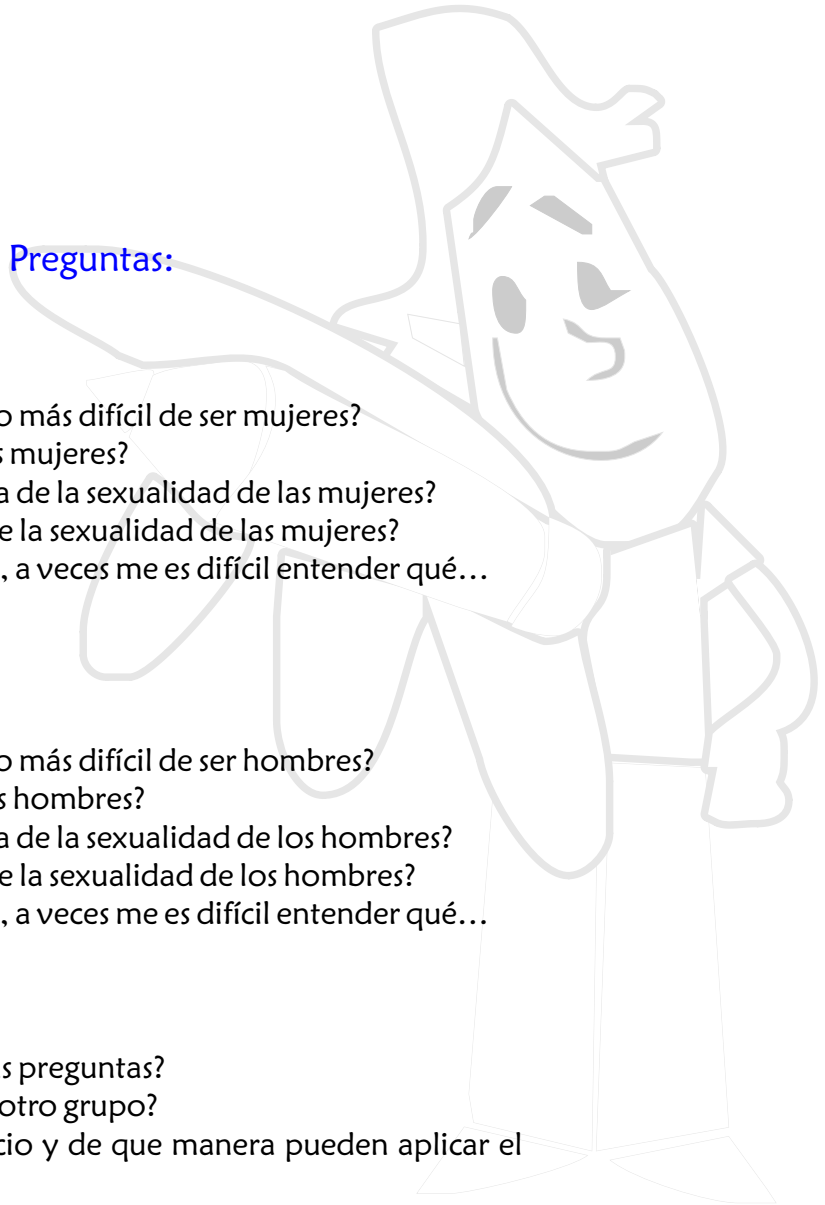
- ¿Qué piensan ustedes que es lo más difícil de ser mujeres?
- ¿Cómo viven la sexualidad las mujeres?
- ¿Qué es lo que menos les gusta de la sexualidad de las mujeres?
- ¿Qué es lo que más les gusta de la sexualidad de las mujeres?
- Acerca de la diversidad sexual, a veces me es difícil entender qué...

### Para los hombres

- ¿Qué piensan ustedes que es lo más difícil de ser hombres?
- ¿Cómo viven la sexualidad los hombres?
- ¿Qué es lo que menos les gusta de la sexualidad de los hombres?
- ¿Qué es lo que más les gusta de la sexualidad de los hombres?
- Acerca de la diversidad sexual, a veces me es difícil entender qué...

### Reflexión final:

- ¿Cómo se sintieron al contestar las preguntas?
- ¿Cómo se sintieron al escuchar al otro grupo?
- ¿Qué aprendieron de este ejercicio y de que manera pueden aplicar el aprendizaje en la vida diaria?





Placer, Amor e Intimidad

## Técnica: La expresión del Amor<sup>7</sup>

Esta técnica facilita el diálogo en relación al significado que se asigna socialmente al amor, posibilitando la reflexión acerca de la diversidad amorosa.

### Objetivos:

Promover la reflexión sobre las distintas concepciones del amor y favorecer la deconstrucción del amor hegemónico.

Reconocer las diferentes expresiones del amor

### Materiales necesarios:

Hojas, lapiceros, hoja de apoyo, pliego de papel bond, plumones



**Tiempo recomendado:** 1 hora 30 minutos

### Sugerencias para la planeación:

Se entregará uno de los testimonios de la hoja de apoyo a cada uno de los grupos, cuidando que no sepan ni el nombre, ni ningún dato de la persona que expresó el testimonio.

### Procedimiento:

1. Se forman 5 grupos y se les entrega a cada uno, hoja de apoyo con los testimonios. Se les pide que la lean y que con base a ésta, describan a cada uno de sus protagonistas. quién creen que dio ese testimonio: ¿es hombre, mujer? ¿cuántos años tiene? ¿a quién se refiere como su pareja, es hombre o mujer?
2. Posteriormente se hace un debate con cada uno de los testimonios, presentando lo que cada grupo consensó. Se puede ir anotando en un pliego de papel bond quiénes son los protagonistas de las historias: hombre, mujer, edad, etc.
3. Se reflexiona, qué les llama la atención de las historias, qué hay en común, cuáles son las diferencias entre ellas.
4. También se puede hacer la reflexión: qué tipo de amor es el que se está expresando en los testimonios.
5. Se les revela quién es en realidad el protagonista de cada uno de los testimonios.

---

<sup>7</sup> Inspirada en la técnica, Conversación de madre, conversación de padre, diseñada por el Instituto PAPAI, autor del manual Paternidad y cuidado de la Serie TRABAJANDO CON HOMBRES JOVENES.



## 6. Se discute:

- ¿Qué les llamó la atención?
- ¿Por qué será que describimos a los protagonistas de esa manera?
- Socialmente, ¿cuáles son los modelos de amor que se promueven? ¿En dónde aprendemos sobre las relaciones amorosas?
- ¿De qué manera nos afecta a las personas pensar que el amor es sólo de una determinada forma?
- ¿De qué manera nos ayudará el reconocer diferentes manifestaciones amorosas entre las personas?

## Para reflexionar:

- Abordar que la sexualidad está conformada por diferentes áreas: la afectiva, la reproductiva, el erotismo y el género. Y que es derecho de todas las personas la vivencia de cada una de ellas.
- El modelo hegemónico del concepto de amor: heterosexual, monógamo, para la reproducción y lo que sucede cuando no se cumplen estos mandatos.
- Reflexionar por qué muchas personas creen que las relaciones afectivas entre personas homosexuales no existen y que sólo están basadas en el placer y no en lo afectivo.

## Nota:

- Los testimonios del 1 al 5 fueron tomados de Testimonios de Sexualidades y Diversidad: 10 vivencias de gays, lesbianas, bisexuales, transgénero y transexuales; de Dante Rivas Ramírez, Becario Semillas y MacArthur 2002.
- Los testimonios 5 y 7 son tomados de Los viajes de mi cuerpo, de Rosa Nissán editorial Planeta 2003.



Historia de amor del manual M





## HOJA DE APOYO

1 “Creo que no me he enamorado, pero con la persona que estuve viviendo los cuatro años y medio, la quise mucho, la quiero mucho. Y yo he llegado a la conclusión de que yo tengo ciertos términos para hablar de enamorarse y todo eso. Primero es el gusto, la atracción física; después el querer; después el amar, ¿no? A mí me cuesta mucho trabajo poder decir Yo amo a alguien”.

Gabriel Gay de 36 años

2 “Sí a mí me encantaba, me gustaba mucho, pero era una relación, que digamos no me iba a llevar a más porque cuando lo conocí era super machista pues ¿no? Y entonces yo dije: “no me conviene, me tengo que desenamorar”. Y un día llegó y terminé con él, así, sin ninguna razón concreta digámoslo, para él, que nunca lo entendió, pero vaya, yo veía mi futuro así como lo que no quería hacer, entonces, a pesar de que me dolió mucho no era la vida que yo quería vivir”.

Karla Lesbiana de 41 años

3 “Lo negativo de las relaciones amorosas es dejarme llevar, entregarle todo al momento, por que a veces no hay que entregarlo todo al primer momento. Para que tenga más sabor hay que ir conociendo a la otra persona poco a poco, tratándose poco a poco. Para mí una relación puede funcionar de esa forma. Ahora ya me vengo a dar cuenta. Antes entregaba yo todo”.

Brigitte Transgénero de 26 años

4 “Mis relaciones han sido como un arcoiris, del rojo al índigo. Yo creo que generalmente la mayor parte de mis relaciones de pareja han sido muy pasionales pero con una carga emocional y afectiva. Mi última relación fue totalmente maravillosa, que se terminó porque ya no había más que aportar y por eso decidí terminarla”.

Xanath Transexual de 42 años

5 “Uy, la primera vez que me enamoré fue como a los trece o catorce años y ¡ay!, fue en la escuela con ese niño, mi compañero. Platicábamos, ¿qué me hacía a mí saber que estaba enamorada? La alegría, mucha alegría, ya sabes lo que pasa cuando comes chocolate. Pura dulzura, andas en las nubes. Y además con esa postura aceptas el amor, es padrísimo, muy bonito”.

Alejandra Transexual de 37 años

6. “Te veo caminando en el jardín, vienes hacia mí, creo verte a cada vuelta de la esquina, en cada parte adonde voy a llegar, vivo de la ilusión de verte, dentro de mí vive esa esperanza, ahorita es lo que me sostiene. Ruego a Dios volver a besar tu cara. Vivo para eso y, si no, me muero”.

Jerónimo heterosexual 50 años

7. “Cuando me es dado tocar otro cuerpo, extraño el tuyo. Me duele tu carne distante de mí. Tus manos no están. Me duele la ausencia de tu cabeza, tu cara, tu nariz y tus orejas en mi pecho. Me dueles”.

Lola heterosexual 48 años



## Técnica: Galería de manos

Esta técnica permite a través de un sencillo ejercicio de percepción abordar la reflexión del erotismo y acentuar la misma en el homoerotismo.

### Objetivo:

Identificar como a través de nuestro cuerpo tenemos la posibilidad de sentir placer y las limitaciones socioculturales que existen para el ejercicio del erotismo.

### Materiales necesarios:

Música suave, trozos de tela, papelógrafos y plumones



**Tiempo recomendado:** 1 hora 30 minutos

### Sugerencias para la planeación:

1. Se recomienda aplicar previamente técnicas como la de “Calentamiento” Manual 3 Serie H y/o “Acuerdos” del Manual M para generar un ambiente más propicio para el desarrollo de la técnica.
2. Es importante que esta técnica se aplique cuando el grupo esté integrado y haya establecido confianza.
3. Las instrucciones deben darse de manera clara.
4. El facilitador debe estar atento a las reacciones del grupo y tratar de que el ejercicio se haga con respeto y en silencio.
5. Si alguno de los/las participantes decide, por motivos personales, no realizar el ejercicio se le da la indicación de ser observado u observador y que al finalizar el ejercicio comparta en plenario ¿qué fue lo que observaron?

### Procedimiento

1. Se les pide a las/los participantes que conformen 2 círculos, uno dentro del otro con el mismo número de participantes, de tal manera que queden parejas mirándose de frente.
2. Se les proporcionan los trozos de tela para que se cubran los ojos. Una vez con los ojos cubiertos se les indica lo siguiente:



3. Vamos a imaginar que vamos a un museo donde se encuentra montada una exposición de manos; la singularidad de esta exposición radica en que las manos que se están exhibiendo se encuentran en diferentes posiciones y es a través del tacto que se hará la exploración de las mismas y así descubrir la posición que tiene cada una de ellas.

4. Se dan a conocer las instrucciones:

A) Los integrantes del círculo externo serán en el primer tiempo del ejercicio los cuerpos de la galería, mientras que los integrantes del círculo interno serán los visitantes a la misma.

B) Cuando el facilitador dé la indicación los participantes del círculo externo adoptarán una posición con sus manos elegida por ellos mismos, mientras que los participantes del círculo interno estirarán sus manos y comenzarán a tocar y explorar las manos de la persona que tienen enfrente. (Se recomienda que se ponga atención en la textura de la ropa, la piel, la temperatura, etc.)

C) El facilitador indicará el cambio y todos los participantes darán un paso hacia su costado derecho. El facilitador debe considerar el tiempo pertinente entre cada cambio.

D) Después de los movimientos (cambio) que el facilitador considere necesarios, dará pauta a la segunda parte del ejercicio, en la cual las/los participantes cambian de rol, es decir las personas que fueron visitantes ahora harán “esculturas de manos” y los cuerpos “visitantes” respectivamente.

E) De igual manera el facilitador considera los movimientos necesarios (cambio) y finaliza el ejercicio.

F) Al finalizar el ejercicio se hacen las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se sintieron con el ejercicio?
- ¿Pudieron distinguir si la persona que los tocaba era hombre o mujer?
- ¿Te sentiste incómodo en alguna parte del ejercicio?



## Preguntas para el debate:

- ¿Qué entienden por erotismos?
- ¿Consideran que para alguien este ejercicio pudo ser erótico?
- ¿Las experiencias eróticas son las mismas para todos y todas?
- ¿Qué significado tiene el erotismo entre hombres o entre mujeres?
- ¿Qué piensan sobre la idea de que hay muchos erotismos y no sólo uno?

## CIERRE<sup>8</sup>

Nuestro cuerpo posee una disposición a sentir placer con nuestros cinco sentidos, en tanto que es erógeno (sensible a la excitación). Cada uno de nosotros hacemos construcciones de esas experiencias, es decir, les damos una significación mental transformándolas en erotismo o no. Es por ello que el erotismo forma parte de la sexualidad; poner en común ciertas experiencias eróticas<sup>9</sup> hace posible la consideración social de “lo erótico”, sin embargo, tiene variaciones muy diferentes entre las diversas culturas y sociedades humanas y, sobre todo, rasgos diferenciados entre cada uno de los sujetos que las conforman.

Muchas veces pensamos que la consideración social de algo lo convierte en lo que es lícito, normalizando ciertas experiencias eróticas, pero si tomamos en cuenta que el erotismo es un proceso creativo individual, puede entonces tener o no referentes sociales y ello dependerá de la estructuración mental de la sexualidad<sup>10</sup> de cada persona. Por ello es que en el ejercicio alguien pudo sentirse incómodo/a, o que a alguien le resultará agradable, entonces nos es lícito hablar de la diversidad del erotismo, el homoerotismo (las expresiones eróticas entre hombres) es una expresión del mismo, como lo puede ser entre mujeres y como tal son expresiones de las sexualidades humanas.

## Puentes:

### Técnica 5 “Cuerpo Erótico” Manual 1 serie H

<sup>8</sup> El referente teórico de este resumen: Eusebio Rubio Aureoles/ sobre la sexualidad humana: Los holones sexuales. Octavio paz/ La llama doble de amor y erotismo.

<sup>9</sup> Nos referimos como experiencias eróticas a las caricias, las imágenes, las fantasías, la música, ciertas composiciones poéticas, entre otros procesos creativos donde el principal componente es la imaginación.

<sup>10</sup> Es el resultado de las construcciones que el individuo hace a partir de las experiencias que vive, originado en varias y diversas potencialidades vitales, a saber, la de procrear, la de pertenecer a una especie dimórfica, la de experimentar placer físico durante la respuesta sexual y la de desarrollar vínculos afectivos con otras personas.





Homofobia y Violencia

## Técnica: ¿Dónde está la homofobia?

Esta técnica permite reflexionar acerca de la homofobia además de explorar actitudes y prejuicios con relación a ésta.

### Objetivos:

Identificar la Homofobia en la cotidianidad de la vida.

### Materiales necesarios:

Papelógrafos, marcadores



**Tiempo recomendado:** 1 hora 30 minutos

### Sugerencias para la planeación:

- Es imprescindible que quien facilite esta técnica sea sensible acerca de la Homofobia
- En esta técnica es recomendable contar con el apoyo de un cofacilitador que observe y recupere las actitudes y el lenguaje no verbal en relación con la Homofobia durante el desarrollo de esta técnica

### Procedimiento:

1. En grupo se les dice a las/los participantes que se va hacer un listado de todos aquellos adjetivos peyorativos que se usan para referirse a las personas que tienen una identidad sexual diferente a la heterosexual, ya sea que los hayan escuchado en la calle, en la televisión, en su grupo de amigos, o hasta que los hayan usado ellas/ellos mismos.

2. El listado tiene que ser amplio, por lo que se les pide a los participantes no omitir ningún adjetivo que sea de su conocimiento.

3. El facilitador va a ir escribiendo en un papelógrafo todos los adjetivos que el grupo mencione.

4. Al finalizar el listado se arman subgrupos y se les da una de las situaciones de la hoja de apoyo indicándoles que tienen que ampliarla empleando en su desarrollo los adjetivos que se encuentran en el listado que se construyó en grupo, con la finalidad de presentarlas en sociodramas.

5. Presentación de sociodramas. Mientras se presentan los sociodramas se debe recuperar el lenguaje no verbal (actitudes, expresiones corporales, gestos, etc.) utilizado en cada una de las presentaciones.



### Preguntas para el debate:

- ¿Creen que estas situaciones se den en la vida cotidiana?
- ¿Qué entendemos por homofobia?
- En el listado de los adjetivos ¿existen adjetivos referidos en femenino y por qué? ¿existen referidos en masculino y hacia quiénes están referidos?
- ¿Cómo se expresó la homofobia en los sociodramas?
- ¿Cómo explican el hecho de que los personajes de las historias que no eran homosexuales fueron atacados?
- ¿Consideran que la homofobia sólo es un asunto de homosexuales y homófobos? ¿Por qué?
- Al finalizar el debate devuelva las observaciones durante las presentaciones de los sociodramas.

### CIERRE

La homofobia es el rechazo hacia la homosexualidad que puede llegar a la violencia extrema. Se caracteriza comúnmente por la denigración de cualidades consideradas femeninas en los hombres y, en cierta medida, de las cualidades consideradas masculinas en las mujeres. La homofobia además, cimienta una desigualdad entre las sexualidades al hacer de la heterosexualidad el único referente de la sexualidad humana y por ello la exclusión de otras sexualidades.

La Homofobia se expresa mediante actos, palabras o actitudes que no son más que la manifestación de un fenómeno cultural mucho más general, cuyos efectos comunes constituyen una violencia que atraviesa a la sociedad en su conjunto. La homofobia entonces no es sólo un asunto de homosexuales y homófobos, sino un asunto que nos afecta a todos/as, asunto de injusticia e inequidad humana.



## Hoja de apoyo

- 1.- Roberto y Santiago son amigos desde pequeños. Por motivos de estudios Santiago tuvo que irse a otra ciudad, después de un largo tiempo de no frecuentarse deciden reunirse en un café que está de moda y que siempre está lleno de gente. Al llegar Roberto y Santiago se dan un fuerte abrazo y se besan en la mejilla...
- 2.- Camila y María son amigas desde hace muy poco tiempo, pero existe entre ellas una relación que pareciera muy especial (se abrazan con regularidad, se toman de las manos y pareciera que no necesitan a nadie más cuando están juntas); algunos de sus compañeros de trabajo empiezan a murmurar y deciden hablar con sus jefes....
- 3.- En una fiesta de una escuela de bachilleres, Juan reconoce en una plática que le gustan los hombres, la reacción de los amigos es...
- 4.- Un grupo de amigas se reúne en un café, una de ellas nota que en la mesa de al lado hay dos mujeres tomadas de la mano, entonces deciden llamar al mesero porque se sienten incómodas....
- 5.- Valeria y Marcelo están bailando en la pista del bar gay de su barrio, Mariana y Juan que también son clientes del bar miran a Marcelo y Valeria bailar y murmuran entre ellos...





## Técnica: Homofobia: ¿a un hombre le puede gustar otro hombre?<sup>11</sup>

Esta técnica busca sensibilizar a los participantes en el respeto a la orientación sexual de cada persona, utilizando estudios de caso

### Objetivos:

Promover una reflexión sobre la homosexualidad y la homofobia, procurando sensibilizar a los participantes para una mayor aceptación de la diversidad sexual humana.

### Materiales necesarios:

Papelógrafo, Marcadores/Plumones. Masking tape.



**Tiempo recomendado:** 1 hora.

### Sugerencias para la planificación:

Esta técnica promueve la discusión sobre temas que son considerados tabú en gran parte del mundo, o que se niegan o se tratan con desprecio. Es muy importante que la persona que va a dialogar (facilitador@) sobre estos temas revise previamente sus propias opiniones y actitudes sobre diversidad y orientación sexual. No obstante, con la introducción del tema de la homofobia y el respeto a las diferencias en varios momentos y técnicas de este manual, percibimos cambios de actitudes. El (la) facilitador(a) debe mantener una actitud de defensa del respeto a las personas de todas las orientaciones sexuales, escuchando sus comentarios, pero sin censurar a los jóvenes aún siendo homofóbicos y cuestionando sus criterios sin juzgarlos.

### Procedimiento

1. Explicar al grupo que el propósito de la actividad es debatir y analizar la homofobia. El grupo debe definir la palabra homofobia.
2. Exponer al grupo que se plantearán ejemplos de hombres y mujeres jóvenes representantes de diversas orientaciones y prácticas sexuales.
3. Forme un círculo con todos los participantes. Explíqueles que usted comenzará una historia y que ellos podrán inventar el resto. Lea el primer caso, donde cada persona adicionará un detalle. Usted puede formularle al grupo, para cada historia, las siguientes preguntas: ¿Es un hecho real? ¿Por qué cree que el grupo continuó la historia de esa forma? Por la naturaleza de los temas, nosotros preferimos no hacer escenificación, pero en algunos grupos se puede construir una historia y representarla. La idea es que cada uno introduzca detalles en la historia inicial.

---

<sup>11</sup> Esta técnica fue adaptada de “La historia sin fin”, del manual “¿Esto es cosa de hombres o de mujeres?” de MEXFAM.



## Ejemplos de historias

Una noche, Beto había salido con unos amigos, todos del mismo grupo del colegio. Uno de ellos, Roberto, dijo: “Vamos a buscar unos afeminados por ahí. Ví a unos travestis por ahí. ¡Vamos!”. Y entonces...

Miguel tiene un amigo de su edad, llamado Paulo, por quien se siente atraído. Miguel siempre está solo, sin muchachas. A pesar de haber tenido relaciones sexuales, él nunca se ha enamorado, no sabe a ciencia cierta lo que eso significa...

Juana es lesbiana y no lo oculta. Ella le deja claro a sus amigos, muchachos y muchachas, que es lesbiana y frecuentemente usa botones y camisetas que hablan sobre el derecho de los gays. Una noche, ella regresaba a su casa, cuando un grupo de muchachos la estaba esperando. Uno de ellos dijo: “Es ella. Es la lesbiana”. Entonces...

Cuando tenía 17 años, Fernando descubrió que era bisexual. A él le gustaba tener sexo con muchachas y con muchachos. Una noche, su padre lo vio abrazando a un muchacho y cuando Fernando llegó a la casa su padre comenzó a gritarle...

Una noche, cuando estaba en la playa con un grupo de amigos, Luis se quedó en la misma cabaña que su amigo Guillermo. Ellos tomaron unas cervezas antes de ir a la cabaña. Luis siempre se consideró heterosexual. Antes de ir a la cabaña comenzó a pensar que estaba haciendo el amor con su novia y se excitó. Cuando Guillermo vio que Luis estaba excitado, comenzó a...

Cuando Tomás tenía 18 años, tuvo sus primeras relaciones sexuales con otro hombre. A partir de entonces, él sabía que era gay. Tuvo muchas parejas hasta conocer a José. Ellos estuvieron relacionándose durante mucho tiempo, hasta que decidieron contárselo a sus familias y vivir juntos...



## Preguntas para el debate

- ¿Estos ejemplos son realistas? ¿Vemos estos hechos en la vida real?
- ¿Cuál es la diferencia entre lesbiana, gay y bisexual?
- ¿Una persona puede tener sexo con otra persona del mismo sexo y ser heterosexual?
- ¿Por qué es difícil para muchas personas aceptar la homosexualidad o el comportamiento homosexual?
- ¿Qué tipo de violencia contra gays o lesbianas ya vio o escuchó?
- ¿Qué piensas de este tipo de violencia?
- ¿Alguna vez te llamaron gay tus amigos por el hecho de no hacer alguna cosa como por ejemplo, pelear? ¿Qué piensas sobre eso?

## CIERRE

**A**lgunos grupos de hombres jóvenes pueden negar la existencia de un comportamiento homosexual o de individuos gays o bisexuales en sus comunidades. Explíquelo al grupo que el comportamiento homosexual ha sido registrado en casi todo el mundo y que entre el 10 y 15% de los hombres adultos y jóvenes entrevistados en varios países de Latinoamérica dijeron haber tenido sexo con otro hombre, por lo menos una vez, incluyendo aquellos que se reconocieron como heterosexuales.

Usted también puede ofrecer ejemplos de organizaciones o campañas, así como mecanismos legales existentes en México y algunas partes de América Latina que trabajan con la homofobia y promueven la aceptación de la diversidad sexual o los derechos de las personas gays o bisexuales. Usted puede considerar también la posibilidad de invitar a un miembro de uno de estos grupos u organizaciones para hacer una presentación sobre el tema, o sugerir la visita a uno de estos grupos.

Se puede retomar el tema sobre cómo la homofobia forma parte de la socialización masculina.



## Técnica: Diversidad y Derechos: Yo y los Otros<sup>12</sup>

Esta técnica utiliza el psicodrama para imaginar cómo sería si fuéramos otras personas, con diferentes condiciones y realidades.

### Objetivos:

Motivar la empatía con las personas de diversas realidades y discutir el origen de la violencia asociada a personas de diferentes grupos étnicos y/o de diferente orientación sexual.

### Materiales necesarios:

Hojas de papel tamaño carta. Marcadores/Plumones, cinta adhesiva.



**Tiempo recomendado:** 1 hora 30 minutos.

### Sugerencias para la planificación:

Esta técnica generalmente lleva a los jóvenes a la risa y a tener que actuar el papel de personas de diversas orientaciones sexuales y realidades. Procure mantener la ecuanimidad y aplique la técnica sin censurar a los jóvenes, pero al mismo tiempo fomente el respeto para con las diferencias.

### Procedimiento

1. Antes de que el grupo comience sus actividades, seleccione frases de acuerdo con la relación propuesta más adelante. Escriba estas frases en una hoja de papel, seleccione un número suficiente para que todos los participantes alcancen. Si quiere, haga otras frases, otros ejemplos o repita algunos (si piensa que es necesario).
2. Pida a los participantes que se sienten en círculo y cierren los ojos. Explíqueles que colocará una hoja de papel en sus manos, donde estará escrita una palabra o una frase. Después de recibir el papel, los participantes deberán leer lo que está escrito sin hacer comentarios y reflexionar sobre lo que ellos harían si estuvieran en esa situación.
3. Pida a cada uno que tomen un pedazo de cinta masking y que peguen el papel en la parte del frente de sus camisas.
4. Solicite que todos se levanten y caminen despacio por la sala con el papel pegado, leyendo las frases que los otros participantes tienen escritas, saludándolos con gestos pero sin hablar.

<sup>12</sup>Técnica tomada y adaptada del manual 3 (De la violencia a la convivencia) de la serie “Trabajando con hombres jóvenes” del Programa H.



5. Ahora pida a los participantes que se queden en círculo mirándose entre sí. Explíqueles que cada uno va a ser un personaje y que inventará una historia que tenga que ver con la frase que está en su papel una historia que hable sobre su condición o realidad. Dé un tiempo para que puedan reflexionar sobre su historia.

6. Pregunte si hay algún voluntario para comenzar. Entonces, cada uno, aleatoriamente, o en el orden del círculo, hablará sobre su historia hasta llegar al último de los presentes.

7. Una vez que todos hayan relatado su historia, invítelos a regresar a sus lugares, permaneciendo con el papel pegado en sus camisas.

8. Pida a los participantes que, a partir de sus personajes, se hagan preguntas unos a otros, sobre sus vidas, acerca de su sentir en aquel momento, de sus problemas y sobre sus realidades. Se puede hacer uso del bastón parlante (ver técnica 1) para facilitar la discusión. Dar entre 20 a 30 minutos para el debate.

9. A continuación, discuta las siguientes [preguntas para el debate](#)

- ¿Conoces algún joven que enfrentó situaciones similares a las aparecidas en las tarjetas?
- ¿Cómo fue para ti vivir este personaje?
- ¿Cómo te sentiste?
- ¿Alguien se sintió discriminado? ¿Cómo fue?

En muchos lugares, un joven que es “diferente” o que representa una minoría es objeto de discriminación y de violencia. Por ejemplo, en Brasil y en los EUA existen grupos llamados “cabezas rapadas” que golpean a los gays y a los negros. ¿De dónde crees que viene este odio?



A continuación te presentamos algunas frases que pueden usar con la técnica “Diversidad y Derechos: Yo y los Otros”:

Soy seropositivo.  
Soy un bandido (miembro de una pandilla o traficante de drogas).  
Soy bisexual.  
Mi padre está en la cárcel.  
Mi novia me traicionó con otra mujer.  
Soy heterosexual.  
Mi madre es trabajadora sexual.  
Soy hombre y me gusta vestirme como mujer  
No sé leer.  
Tuve relaciones sexuales con otro hombre, pero no soy gay.  
Tengo SIDA.

Soy indígena.  
Tengo cuerpo de mujer pero soy hombre.  
Soy gay.  
Golpeé a mi novia.  
Ya traté de suicidarme.  
Soy adicto a la cocaína.  
Soy sordo.  
Soy un niño de la calle.  
Perdí mi brazo en un accidente.  
Mi novia me golpea.  
Soy padre y cuido de mis hijos.  
Soy alcohólico.  
Estoy desempleado.

## CIERRE

**P**uede terminar esta técnica preguntando a los jóvenes otros ejemplos de personas que son diferentes o las llamadas minorías y que son discriminadas. Algunas veces surgen ejemplos de personas vistas como diferentes o minorías en las que no habíamos pensado, dando más contenido a las técnicas y al trabajo con los jóvenes.

### Puentes

Esta técnica también es muy útil para discutir las cuestiones de las personas que viven con VIH/SIDA y personas cuya sexualidad es diferente a la aceptada socialmente.



### Técnica: Poder y Violencia en las Relaciones Sexuales: La Historia de Tomás<sup>13</sup>

Esta técnica es una lectura dirigida hacia el uso de poder y violencia en las relaciones sexuales y su relación con las ITS y el VIH/SIDA.

#### Objetivo:

Reflexionar sobre la cuestión del poder y la violencia en las relaciones sexuales y su relación con la salud, incluyendo las ITS y el VIH/SIDA.

#### Materiales necesarios:

Copia de la historia de Tomás (anexa) para cada participante.



**Tiempo recomendado:** 1 hora 30 minutos.

#### Sugerencias para la planificación:

Cuando se habla de poder y violencia en las relaciones sexuales, lo que se piensa en un primer momento es en la cuestión de la violación, forma extrema de la coacción sexual. Sin embargo, existen muchas formas veladas del ejercicio del poder y, consecuentemente, de violencia de hombres contra mujeres. Estas formas pueden ser traducidas al lenguaje que usamos con relación a nuestra pareja, en actitudes irrespetuosas. Sabemos que en relaciones de pareja afectiva donde hay un ejercicio desigual de poder, el acuerdo de cuándo tener relaciones sexuales, de qué manera, del uso o no del preservativo, se vuelve objeto de conflicto, llegando algunas veces a situaciones de violencia física, psicológica e incluso sexual. Para muchos jóvenes, la presión ejercida por el grupo de iguales y el hecho de tener que mantener relaciones sexuales para afianzar la masculinidad, hace que muchas veces, la pareja sea vista como un objeto sexual, exponiendo el ejercicio de la sexualidad a riesgo para su integridad física o psicológica y la del otro también” De esta forma nuestra intención es la de promover relaciones sexuales más saludables y placenteras, donde se respete el deseo del otro y se cuide la salud de cada uno y la pareja.

#### Procedimiento

1. Explique que la propuesta de la técnica es hablar sobre el ejercicio del poder y de la violencia en las relaciones sexuales.
2. Haga con el grupo una lluvia de ideas sobre qué tipos de violencia pueden ocurrir en las relaciones sexuales.
3. Dependiendo del número de participantes, divida al grupo en dos o tres subgrupos, entregándole a cada uno una copia de la historia de Tomás, haciendo una lectura dirigida, con los participantes, en un período de 15 a 20 minutos.
4. Regrese a la formación inicial del grupo, o haga una discusión colectiva.



5. Después de la lectura de la historia de Tomás, discuta los puntos que se indican, valorando la reflexión sobre el episodio, y qué otros caminos podría seguir Tomás:

- a) ¿Esta historia es ficción, o tiene que ver con la realidad?
- b) ¿Qué piensan de la actitud de Tomás al tener sexo con una muchacha alcoholizada?
- c) ¿Él habrá hecho eso solamente por la presión del grupo?
- d) ¿Cuáles pueden ser las consecuencias de la actitud de Tomás, tanto para él como para Julia?
- e) ¿Si él no hubiera cedido a esa presión, cómo piensa usted que los amigos lo tratarían?
- f) ¿Y él, cómo quedaría?

### Puntos para el debate

- ¿Lo que Tomás hizo puede ser calificado de violencia? ¿Por qué?
- ¿Qué tipo de consecuencias piensa usted que podría traerles este acto?
- ¿Alguna vez se vieron ustedes en una situación como ésta? ¿Cuál fue su reacción?
- ¿Cómo perciben el acuerdo o negociación de las relaciones sexuales?
- ¿Puede haber presión para tener sexo?
- ¿Y para el uso del preservativo? ¿Puede haber presión también para no usarlo?
- ¿En qué condiciones puede suceder eso? ¿Y en qué condiciones no?
- ¿Las mujeres pueden cometer actos de violencia en las relaciones sexuales contra un hombre?
- ¿De qué tipo? ¿Y cómo reaccionan generalmente los hombres?
- Esta situación en la que una persona abusa de otra, ¿es común en la vida real?
- ¿En qué contextos se da?
- Si Julia hubiera sido Julio (o sea hombre) ¿creen que pudiera estar expuesto a que alguien se aprovechara de la situación para tener relaciones sexuales?
- ¿En qué sería diferente?
- ¿Qué personas son las que están expuestas a sufrir ese tipo de abusos?
- ¿Qué podemos hacer para evitar ese tipo de abusos?

### CIERRE

Pregúnteles a los integrantes del grupo cómo sintieron la historia de Tomás. Valore las actitudes de acuerdo con la negociación y el respeto en las relaciones sexuales, donde el deseo y la voluntad de cada uno deben ser respetados. Si alguien dentro del grupo hubiera practicado o sufrido actitudes de violencia y falta de respeto, relacionado con el ejercicio de su sexualidad y lo expusiera en el grupo, no lo juzgue o condene. Procure comprender las razones en que tal situación sucedió, esclareciendo y/o valorando el respeto como base fundamental para una relación justa e igualitaria.





## Hoja de Recursos

### La historia de Tomás

Tomás tiene 18 años y tiene un grupo grande de amigos y compañeros. Es bastante popular entre sus amigos con los que sale para divertirse juntos. En este grupo siempre se dan fiestas súper buenas en casa de Marcito, con mucha música, cerveza y gente bonita. El último fin de semana se dio una fiesta más.

Había mucha gente conocida y Tomás llegó un poco tarde. Al llegar, Marcito dijo: - Oye, compadre, ¿sabes quién está por aquí? La Julia... aquella morena linda... ya estuvo con cantidad de tipos aquí en la fiesta.

Sólo faltas tú. - Qué cosa compadre -

Oye dijeron los amigos- ¡Aprovecha que está medio borracha y va hasta el fondo!!!

Tomas aprovechó que la chiquilla estaba tirada en una butaca. Ya había bebido de más, pensó él. Y con los amigos incitando,

Tomas comenzó hablar con Ju. - Hola niño, le dijo Julia... Estabas faltando tú en esta fiesta para que estuviera súper... Aprovechando que ella había bebido de más, llevó a Tomas para el cuarto de Marcito.

La chiquilla estaba tan tomada que estaba media somnolienta, media desmayada.

Todavía así, los demás lo instaban para que aprovechara el chance.

Tomas acabó teniendo sexo con Julia, y no usaron preservativo. Después de un mes, se quedó medio asustado cuando uno de sus amigos, que también había estado con Julia, resultó con una ITS. -¿Caray, yo también me habré infectado? ¿Y si fuera SIDA? ¿Qué hago?

---

14 Esta historia fue adaptada de un hecho real, relatado por un grupo de jóvenes en Río de Janeiro.





Prevención de ITS, VIH-SIDA

## Técnica: Estoy Vulnerable Cuando...<sup>15</sup>

Con esta actividad se busca llevar al joven a reflexionar y a reconocer situaciones de vulnerabilidad con relación al SIDA desde el punto de vista individual, así como programático y social

### Objetivo:

Llamar a la reflexión sobre las situaciones que dejan a los hombres jóvenes más o menos vulnerables para contraer una enfermedad sexualmente transmisible, o el virus del SIDA.



**Tiempo:** 1 hora

### Materiales necesarios:

Tiras de papel y lápiz.

### Sugerencias para la planificación:

Para tratar sobre la vulnerabilidad de los jóvenes es importante oírlos.

### Procedimiento

1. Pida que los participantes se pongan de pie y que formen un círculo donde uno se quede de espaldas al otro. Solicite que se queden lo más recostados posible uno contra el otro.
2. Aclare que para que salga bien el ejercicio se necesita ese contacto tan próximo.
3. Explique que al oír la palabra “ya”, todos deben sentarse (nota: como todos están bien juntos, cada uno se quedará sentado en las rodillas del otro sin problemas)
4. Pida que vuelvan a sus lugares y pregunten cómo se sintieron haciendo este juego y si perciben alguna relación entre la prevención de las infecciones de transmisión sexual ITS/SIDA.
5. Escriba en el pizarrón las relaciones que fueron apuntadas, destacando posteriormente las observaciones que se relacionan al riesgo.
6. Explique que este ejercicio fue para llamar la atención sobre las varias situaciones en las que las personas se exponen a situaciones de riesgo, cuando se trata del contagio por una infección sexualmente transmisible.

<sup>15</sup> Técnica tomada y adaptada del manual 5 (Previniendo y viviendo con VIH/SIDA) del la serie “Trabajando con hombres jóvenes” del Programa H.



7. Solicite entonces que los participantes formen 4 o 5 grupos y que hagan una lista de todas las situaciones que dejan a las personas expuestas al virus del SIDA, incluyendo las situaciones diarias, las concernientes a las relaciones, al uso del alcohol, y otras sustancias, la falta de información, la falta de acceso a los servicios de salud, etc. Cada una de esas situaciones deberá escribirse en una tira de papel.
8. Proponga que peguen las tiras de papel en la pizarra.
9. Lea las frases y comente que en los últimos tiempos, ha sido utilizado un concepto para entender mejor el porqué las personas se contagiaron. Este concepto sobrepasa la idea de que la prevención tiene que ver solamente con las características o comportamientos individuales.
10. A partir del texto Vulnerabilidad, explique sus tres puntos cardinales: la vulnerabilidad individual, la vulnerabilidad programática y la vulnerabilidad social.
11. Divida el cuadro en tres columnas y escriba en la primera columna Vulnerabilidad Individual, en la segunda, Vulnerabilidad Programática y en la tercera, Vulnerabilidad Social.
12. Pida que juntos sitúen las tiras con las situaciones de riesgo abajo del tipo de vulnerabilidad explicada y que traten de recordar otras que no fueron apuntadas en la primera parte del ejercicio.
13. Complete el cuadro.

### Preguntas para el debate:

- ¿Creen que estas situaciones se den en la vida cotidiana?
- ¿Qué entendemos por homofobia?
- En el listado de los adjetivos ¿existen adjetivos referidos en femenino y por qué? ¿existen referidos en masculino y hacia quiénes están referidos?
- ¿Cómo se expresó la homofobia en los sociodramas?
- ¿Cómo explican el hecho de que los personajes de las historias que no eran homosexuales fueron atacados?
- ¿Consideran que la homofobia sólo es un asunto de homosexuales y homófobos? ¿Por qué?
- Al finalizar el debate devuelva las observaciones durante las presentaciones de los sociodramas.



## CIERRE

Discutir cuáles son los factores culturales relacionados con la socialización de género que impiden evitar situaciones de vulnerabilidad.

### Texto de Apoyo

**V**ulnerabilidad es un término tomado de la abogacía internacional por los Derechos Humanos, que “designa grupos o individuos fragilizados, jurídica o políticamente, en la promoción, protección o garantía de sus derechos de ciudadanía”<sup>16</sup>. En el caso de pacientes y hombres jóvenes, podemos percibir esta vulnerabilidad a partir, primeramente, de las propias características de la edad. Por ejemplo:

- La sensación de omnipotencia.
- La necesidad de buscar lo nuevo y transgredir.
- La dificultad de enfrentar las elecciones y el conflicto entre la razón y el sentimiento;
- La urgencia en resolver los problemas y los deseos y la gran dificultad de esperar; La susceptibilidad a presiones del grupo y de la moda.
- La dependencia económica de los padres.
- El miedo a exponerse.

**D**esde un punto de vista más amplio, percibimos aspectos en nuestra sociedad que también funcionan como una barrera a la prevención y al autocuidado:

No todos los jóvenes tienen acceso a la información y a los servicios de salud específicos. La distribución de preservativos y otros métodos es insuficiente; el número de programas de prevención y de atención a adolescentes y hombres jóvenes víctimas de violencia es muy pequeño.

Un último indicador para detectar mayor o menor vulnerabilidad, habla respecto de la existencia o no de programas y acciones que cubran las necesidades de estos jóvenes. Cuanto mayor sea el grado y la calidad del compromiso del Estado, de los recursos disponibles para programas en el área de la sexualidad y de la salud reproductiva, mayores serán las posibilidades de fortalecerlos en la búsqueda de una vida afectiva y sexual más saludable y responsable. Analicemos las propias palabras de un grupo de adolescentes:

Soy adolescente. Estoy vulnerable cuando...<sup>17</sup>  
 Pienso que nada va a sucederme.  
 No tengo a nadie confiable para ayudarme cuando lo necesito.  
 Hago cualquier cosa para gustarle a él o a ella.  
 Para tener sexo, hago cualquier cosa.  
 Tengo miedo de mostrar lo que siento.

No consigo pensar por mí mismo.  
 No sé cómo cuidar de mi salud sexual.  
 Uso una droga que me hace perder la cabeza.  
 No sé defenderme de situaciones violentas.  
 No me responsabilizo por mi vida sexual.  
 No respeto la diversidad humana.

<sup>16</sup> Ayres, J. Et. al "Vulnerabilidad del adolescente al VIH / SIDA in Seminario Gravidéz na adolescencia. Río de Janeiro. Asociación Salud de la Familia, 1998

<sup>17</sup> Proyecto Trance essa Rede. Álbum Seriado Adolescência y Vulnerabilidad. San Pablo: GTPOS, 1998.



## Técnica: ¿Vulnerable yo?<sup>18</sup>

Esta actividad pretende llevar a los jóvenes a reflexionar y reconocer situaciones de vulnerabilidad frente al VIH-SIDA.

### Objetivos:

Identificar situaciones de vulnerabilidad frente al SIDA y sensibilizar a los participantes sobre las posibilidades que ellos tienen de estar expuestos o no a la infección por el VIH/SIDA.

### Materiales necesarios:

Tiras de papel con las situaciones escritas, lápices, cinta adhesiva, una hoja de rotafolio.



**Tiempo recomendado:** 1 hora y 30 minutos.

### Sugerencias de planeación:

Comience explicando lo que es vulnerabilidad. Comparta que existen actitudes individuales frente a determinadas situaciones que hacen que algunos jóvenes coloquen en riesgo su propia salud y la de otros. Sin embargo, destaque que una mayor o menor vulnerabilidad no se define sólo por cuestiones personales. Que en el caso del SIDA, por ejemplo, tiene que ver con la forma en que un determinado país está invirtiendo en la información sobre la enfermedad; si existen programas específicos de prevención de las ITS y del VIH/SIDA que se estén implementando, así como el acceso a los servicios de salud y al preservativo; si existen recursos disponibles para estos programas; si las mujeres tienen los mismos derechos y oportunidades que los hombres, etc.

### Procedimiento:

1. Inicialmente, defina el significado del término “vulnerabilidad”.
2. Después, divida a los participantes en pequeños grupos para que reflexionen sobre las diferentes formas en que los jóvenes se relacionan y que hagan una lista sobre las situaciones en que creen que se sienten más vulnerables frente a la infección por el virus del SIDA.
3. Solicite que guarden la lista por un momento y que formen un círculo.
4. Distribuya las tiras de papel con las situaciones de vulnerabilidad previamente elaboradas.

<sup>18</sup> Técnica extraída y adaptada del manual Adolescência Drogas, Sao Paulo: ECOS, 1999.



5. En el centro del círculo, coloque la hoja de rotafolio y divídala en columnas. En la primera columna escriba, Vulnerable, en la segunda No Vulnerable, y en la tercera No sé. Solicite que cada participante lea su tira y que la coloque en la columna que corresponda, diciendo por qué ellos creen que es una situación de riesgo o no; cuando terminen pregúntele a los otros si están de acuerdo o no. En caso que el participante no sepa la respuesta, los demás pueden ayudarlo.

6. Cuando todos terminen, un representante de cada grupo leerá la columna de vulnerabilidad y colocará las que no fueron consideradas.

### Preguntas para el debate

¿Por qué creen que los jóvenes son considerados un grupo de alta vulnerabilidad con relación al SIDA?

¿En qué situaciones ven ustedes esta vulnerabilidad?

Además del SIDA, ¿qué otras situaciones consideran vulnerables?

En una relación, ¿qué hace a las personas vulnerables?



Manual “Razones y Emociones”, Programa H.

Técnica 9: Decidiendo.

### CIERRE

Aclarar que las propias concepciones de masculinidad predominantes en las sociedades latinas, favorecen la exposición de los jóvenes en general a situaciones de mayor vulnerabilidad, por ejemplo, la idea de que la reproducción, por suceder en el cuerpo de la mujer, no es un asunto de hombres y por tanto no necesitan saber sobre el proceso reproductivo ni necesitan pensar en prevención.



## Vulnerabilidad

### Lista de las Situaciones de riesgo frente al VIH/SIDA

- Relaciones sexuales con diferentes compañeros/-as sexuales.
- Relaciones sexuales en diferentes posiciones usando preservativo.
- Consumir drogas inyectables/intravenosas compartiendo la aguja o jeringa.
- Ayudar a una persona accidentada sin el uso de guantes.
- Relaciones sexuales usando anticonceptivos orales.
- Salir con una persona infectada por el VIH.
- Bailar con un desconocido.
- Tener relaciones sexuales ocasionales sin protección.
- Masajes en la espalda.
- Masturbarse mutuamente sin introducir los dedos en la vagina o el ano.
- Relaciones sexuales usando preservativo.
- Sexo oral con preservativo.
- Sexo anal sin preservativo.
- Nadar en una piscina pública.
- Ir a un dentista que esteriliza su equipo.
- Hacer agujeros en la oreja o colocar aretes sin esterilizar la aguja.
- Besos apasionados sin intercambio de sangre.
- Acariciar a alguien que tiene SIDA.
- Tatuarse sin esterilizar la aguja.
- Fantasías sexuales.

### Respuestas Correctas

- ☞ Relaciones sexuales con diferentes compañeros/-as sexuales. (V)
- ☞ Relaciones sexuales en diferentes posiciones usando preservativo. (NV)
- ☞ Consumir drogas inyectables/ intravenosas compartiendo la aguja o jeringa. (V)
- ☞ Ayudar a una persona accidentada sin el uso de guantes. (V)
- ☞ Relaciones sexuales usando anticonceptivos orales. (V)
- ☞ Salir con una persona infectada por el VIH. (NV)
- ☞ Bailar con un desconocido. (NV)
- ☞ Tener relaciones sexuales ocasionales sin protección. (V)
- ☞ Masajes en la espalda. (NV)
- ☞ Masturbarse mutuamente sin introducir los dedos en la vagina o el ano. (NV)
- ☞ Relaciones sexuales usando preservativo. (NV)
- ☞ Sexo oral con preservativo. (NV)
- ☞ Sexo anal sin preservativo (V)
- ☞ Nadar en una piscina pública. (NV)
- ☞ Ir a un dentista que esteriliza su equipo. (NV)
- ☞ Hacerse agujeros en la oreja o colocar aretes sin esterilizar la aguja. (V)
- ☞ Besos apasionados sin intercambio de sangre. (NV)
- ☞ Acariciar a alguien que tiene SIDA. (NV)
- ☞ Tatuarse sin esterilizar la aguja. (V)
- ☞ Fantasías sexuales. (NV)





## Vulnerabilidad <sup>19</sup>

Según José Ricardo Ayres, vulnerabilidad es un término tomado de la Abogacía Internacional por los Derechos humanos que “designa grupos o individuos fragilizados, jurídica o políticamente, en la promoción, protección o garantía de sus derechos de ciudadanía”. Este concepto nos permite analizar la mayor o menor vulnerabilidad de personas o grupos, a partir de tres planos:

**Individual:** Habla respecto a las características específicas de un determinado grupo, género o rango de edad. En relación con los adolescentes y jóvenes, podemos percibir esta vulnerabilidad a partir, primeramente, de las propias características de la edad. Por ejemplo: la sensación de omnipotencia, la necesidad de buscar lo nuevo y de transgredir, la dificultad de lidiar con las posibilidades y los conflictos entre la razón y el sentimiento; la urgencia en resolver los problemas y los deseos y la gran dificultad de esperar; la susceptibilidad a presiones del grupo y de la moda, la dependencia económica de los padres, el miedo a exponerse, etc.

**Social:** Trata sobre el compromiso político de cada país con la salud y es posible medirla a través del Índice de Desarrollo Humano (IDH). Podemos percibir, por ejemplo, los aspectos en nuestra sociedad que pueden funcionar como una barrera para la prevención y el autocuidado: no todos los hombres jóvenes tienen acceso a la información y a los servicios de salud específicos. Las mujeres todavía tienen mucha dificultad para negociar el uso del preservativo con sus parejas. La distribución de preservativos y de otros métodos anticonceptivos es insuficiente. El número de programas de prevención y de atención a adolescentes víctimas de violencia aún es muy pequeño.

**Programática:** Detecta la mayor o menor vulnerabilidad y habla respecto de la existencia o no de programas y acciones dirigidas a las necesidades de estos jóvenes. Cuanto mayor es el grado y la calidad del compromiso del Estado, de los recursos disponibles para programas en el área de la sexualidad y de la salud reproductiva, mayores serán las posibilidades de fortalecerlos en la búsqueda de una vida afectiva y sexual más saludable y responsable. Este término está siendo considerado más correcto que el de riesgo, ya que de alguna forma, todos estamos expuestos a situaciones que involucran pérdidas o ganancias. La realidad es que podemos estar, en ciertos casos, más expuestos o vulnerables a situaciones que generan pérdidas significativas.

La noción de vulnerabilidad debe ser extendida para todas las personas y relaciones.

---

<sup>19</sup> Ayres, J. Ralii. Vulnerabilidade do Adolescente ao HIV/AIDS in Seminario Embarazo en la Adolescencia. Rio de Janeiro: Asociación Salud de la Familia, 1998.



## Técnica: Quiero... No Quiero<sup>20</sup>

Esta es una técnica que permite actualizar de forma participativa los argumentos que dan los hombres y las mujeres a favor y en contra del uso del condón.

### Objetivos:

Recrear las situaciones que se dan en el convencimiento y negociación del sexo seguro, incorporando los argumentos a favor y en contra del uso del condón. Reforzar las herramientas para negociar las condiciones de seguridad.

### Materiales necesarios:

Pliegos grandes de papel revolución, marcadores, cinta adhesiva.



**Tiempo recomendado:** 1 hora 30 minutos.

### Sugerencias para la planificación:

Durante el ejercicio de negociación es bueno prestar atención a los argumentos para no usar el preservativo y pensar cómo podría ser transformada en un sí. También es necesario pensar sobre los diferentes niveles en que se da una negociación. Es bueno que el grupo no piense sólo en argumentos racionales, sino también en cuestiones de género (relación de poder), formas de comunicación, las emociones, la atracción sexual, la autoestima, y las experiencias pasadas de cada persona. Para las mujeres, el temor de perder la pareja y/o una baja autoestima, puede llevarla a una relación sin protección. Para los hombres, la decisión o no de usar condón, depende muchas veces de con quién van a tener relación: si es con una pareja estable, una amiga, una trabajadora sexual, u otro hombre.

### Procedimiento

1. Divida al grupo en cuatro equipos al azar, enumerándolos.
2. A cada grupo se le da una tarea distinta con un tiempo de 15 minutos: Cada grupo anota las razones en una cartulina.

Este ejercicio puede, obviamente, realizarse tanto en grupos mixtos como puede ser usado en grupos homogéneos de hombres que tienen sexo con hombres, o mujeres que tienen sexo con

Grupo	Temas a discutir
M2	Las razones por las cuales las mujeres no quieren usar condón
H1	Las razones del por qué los hombres quieren usar condón
H2	Las razones del por qué los hombres no quieren usar condón
M1	Las razones por las cuales las mujeres quieren usar condón

<sup>20</sup> Técnica tomada y adaptada del manual 5 (Previniendo y viviendo con VIH/SIDA) de la serie “Trabajando con hombres jóvenes” del Programa H.



### 3. La negociación o acuerdo:

Sin saber de antemano con quién van a tratar, se indica a cada grupo que deben utilizar los argumentos que estuvieron discutiendo.

Los grupos que queden con las razones de las mujeres, tienen que personificarlas. Así se da la primera negociación: H1 (hombres que quieren usar) negocian con M2 (mujeres que no quieren usar).

Se colocan dos subgrupos para negociar, suponiendo que ambos quieren tener relaciones sexuales.

Después de la negociación, se les pregunta cómo se sintieron y de qué se dieron cuenta. Luego se piden comentarios de los otros equipos que estuvieron observando.

Posteriormente es presentada la segunda negociación:

H2 (hombres que no quieren usar) negocian con M1 (mujeres que quieren usar).

Se discute de la misma forma. En ambos casos los instructores escriben en pedazos de papel los argumentos más importantes tanto para el uso, como para el no uso.

### Puntos para el debate

- ¿De qué manera esta forma de negociación se da en la vida real?
- ¿Cuáles son las consecuencias de una negociación que no sale bien?
- ¿Qué otros aspectos de las personas están presentes en una negociación como ésta?
- ¿Cuál es el mejor momento para negociar?
- ¿La negociación del uso del condón es diferente si se hace en una pareja de hombres a la que se hace en una pareja de hombre y mujer? ¿Cómo es esa diferencia?

### CIERRE

Negociar no quiere decir ganar a toda costa, sino buscar la mejor opción para ambas partes; es decir, donde ambas partes ganen. En el terreno de la sexualidad las cosas pueden ser muy complejas por todos los aspectos humanos que aparecen. Entre una persona que no está segura de desear sexo seguro y otra que no acepta, puede llegar el momento en que una de las partes (o las dos) decidan no tener relaciones sexuales.



## Técnica: El Placer de Vivir<sup>21</sup>

Esta técnica ofrece las posibilidades de reflexionar con los jóvenes las múltiples posibilidades de ejercer su sexualidad de manera creativa y placentera, sin riesgos de contagio con una ITS, o el VIH/SIDA.

### Objetivos:

Reflexionar sobre las diversas maneras de vivir la sexualidad de forma placentera y sin riesgos de contagio de ITS o el VIH/SIDA, y de embarazos no deseados.

Reconocer y descubrir diversas posibilidades eróticas y placenteras de prácticas sexuales seguras y/o protegidas.

### Materiales necesarios:

Pedazos grandes de papel, etiquetas autoadhesivas, cinta adhesiva, condones masculinos y femeninos, dedos, rollo de papel celofán, guantes, bolsas de plástico



**Tiempo necesario:** 1 hora 30 minutos

### Procedimiento

#### Primera parte

1. Sentados en círculo y en silencio cada participante escribirá en un papel una fantasía muy sexual y erótica.
2. Dependiendo del tamaño del grupo, se forman equipos de 3 ó 4 personas y se intercambia la fantasía que cada uno escribió analizándola con la siguiente guía de preguntas:
  - a) ¿Hay contacto directo entre los fluidos corporales de las personas que están en la fantasía?
  - b) ¿Podemos contagiar o ser contagiados de alguna ITS o VIH/SIDA a través de besos?
3. Cada equipo selecciona el relato más erótico y sensual que represente una práctica sexual segura utilizando algunos de los diferentes accesorios conocidos, que los prevenga de contraer ITS o VIH/SIDA y enseguida presenta a todo el grupo. En caso de que ningún accesorio haya sido mencionado, es importante que el facilitador llame la atención sobre eso y abra la discusión.
  - a) ¿Qué llama más la atención en las fantasías?
  - b) ¿El uso de algún accesorio disminuye el placer?
  - c) ¿Qué piensan ustedes?
  - d) ¿Qué diferencias y coincidencias son observadas entre los relatos de los equipos?
  - e) ¿Cambiaría algo si en las historias en que las personas son de sexo diferente, la pareja fuera del mismo sexo que el/la protagonista? ¿Cómo se sentirían?

<sup>21</sup> Técnica tomada y adaptada del manual 5 (Previniendo y viviendo con VIH/SIDA) de la serie “Trabajando con hombres jóvenes” del Programa H.



### Segunda parte

1. Se colocan en el centro del grupo todos los accesorios de protección (preservativos masculinos y femeninos, guantes, etc.) que son accesibles en la zona y se hace la demostración sobre el uso correcto de cada uno de ellos. Al terminar se abre una nueva discusión con las siguientes preguntas:

- ¿Qué podemos hacer para erotizar el uso de los diferentes accesorios?
- ¿Por qué los medios de comunicación no presentan prácticas protegidas/ seguras?
- ¿Una sexualidad responsable y cuidadosa disminuye nuestras posibilidades de placer?

### Puntos para el debate

- ¿Cómo cuidan ustedes de sí mismos y de las otras personas en el ejercicio de su sexualidad?
- ¿Cuáles son los principales problemas de salud que los jóvenes pueden enfrentar al ejercer su sexualidad?
- ¿Qué riesgos enfrentan?
- ¿Qué podemos hacer para vivir una sexualidad libre, que dé placer, responsable, sin riesgos, sin violencia y sin coerción?

### Puntos a reforzar:

- ¿Qué cuidados sobre la sexualidad son los más recomendados a los jóvenes en su comunidad?
- ¿Cuáles son las prácticas de autocuidado más difundidas, recomendadas y frecuentes en su comunidad?
- Insistir que lo mejor es no tener relaciones sexuales cuando se consume alcohol u otro tipo de drogas. Resaltar la influencia de la socialización masculina (temor, competencia, fuerza, etc.) como factor de riesgo.

**E**s muy importante aprender a conocerse a sí mismo, e identificar las zonas del cuerpo que nos dan placer. El ejercicio de la sexualidad es una experiencia que tiene que ver con algo más que el pene, la vagina y la penetración. Esto nos relaciona de una manera profunda, integral y personal y es necesario indagar sobre nuevas formas que involucren todos nuestros sentidos y abrirnos al conocimiento de nuevas posibilidades para prevenir el riesgo de infecciones, contagios, o embarazos no deseados.



“Teniendo sexo seguro, me siento más seguro y disfruto más”

### Recomendaciones

Seguir las instrucciones de manera cuidadosa para no inducir las respuestas. Es una técnica muy sensible, adaptable y muy fácil de replicar en cualquier contexto sociocultural y para cualquier grupo de personas. Ésta técnica no puede ser usada de forma aislada y sin haber formado un ambiente grupal de confianza y respeto entre sus integrantes.

### Estadísticas

Tenga a mano estadísticas nacionales o locales en las que se resalten los datos de personas infectadas por VIH /SIDA y las edades más frecuentes en que suceden los contagios. No todos los jóvenes son iguales: Es necesario reconocer, todavía más tratándose de un grupo de jóvenes, las diferencias de edad. Recordar que no es igual un joven de 14 años que uno de 19. Hay jóvenes más inhibidos que otros; algunos son más abiertos, etc. Si en el grupo participan jóvenes de edades variadas se recomienda trabajar con grupos pequeños, de edades similares.

### Glosario de términos:

Misoginia: Odio a las mujeres.

Falocéntrico: Centrado en el pene o falo.

Sexistas: Actitud discriminatoria hacia alguno de los dos sexos.





Convivencia:  
Familia, Comunidad y Trabajo

## Técnica: Fiesta de la Diferencia<sup>22</sup>

Esta técnica profundiza en la discusión sobre la imagen de los jóvenes acerca de una persona seropositiva.

### Objetivos:

Reflexionar sobre la vida de las personas con VIH, considerando el modo como son vistas y tratadas por las personas que los rodean.

### Material necesario:

Etiquetas en número igual al de participantes, divididas en tres grupos y marcadas con las señales “+”, “-“ y “?”; cinta adhesiva.



**Tiempo recomendado:** 1 hora

### Sugerencias para la planificación:

Puede aprovecharse esta técnica para iniciar una discusión sobre la importancia de la prueba, a partir de la “serointerrogación”. Usted puede establecer una sanción para quien intente ver cuál es la marca que tiene en la espalda, por ejemplo: salir del grupo. Si estuviera disponible, poner música para dar un clima de fiesta, o pedir a los participantes que canten.

### Procedimiento

1. Pídale a los participantes que formen un círculo.
2. Pegue en la espalda de cada participante una etiqueta. Ellos NO pueden verla.
3. En seguida, pídeles que se comporten como si estuviesen en una fiesta (conversando, sonriendo, jugando, etc.). Explíqueles que cada uno recibió una marca indicando su condición con relación al VIH, por eso unos son positivos (+), otros negativos (-) y otros son interrogativos (?).
  - Los positivos (+) tienen VIH,
  - Los negativos (-) no tienen
  - Los interrogativos (?) no saben si tienen el virus.
4. Explique que todos pueden interactuar, usando cuatro formas de saludos: apretón de manos, abrazo, saludo sólo verbal o con gestos. Deben tratar a los otros a partir de su condición. Es necesario poner atención en la forma en que se es tratado para descubrir la condición propia.

22 Técnica tomada y adaptada del manual 5 (Previniendo y viviendo con VIH/SIDA) del la serie “Trabajando con hombres jóvenes” del Programa H.





5. Después de algunos minutos de fiesta el instructor les pide a todos que se despidan y vuelvan a formar el círculo, de tal manera que queden cerca de los que se crean semejantes.
6. Se abre la discusión sin mirar todavía a qué grupo pertenece.
7. Después cada uno retira su marca y quien quiera comenta si confirmó o no su suposición.
8. Se continúa discutiendo a partir de las revelaciones, viendo, principalmente, cómo se sintieron las personas que tenían en sus espaldas positivo (+) o negativo (-).

### Puntos para el debate

- ¿Los portadores de VIH deben ser tratados de forma diferente? ¿Por qué? ¿Cómo?
- ¿Cuáles son las formas de evitar el prejuicio?
- ¿La vida social de un portador de VIH debe ser diferente de la de un no portador?
- ¿Cómo puede ser su relación con el trabajo?

### CIERRE

La persona que facilita puntualiza la importancia de enfatizar en otros aspectos de la vida de un portador de VIH, además de la enfermedad y del sexo, considerando el avance tecnológico de la medicina y los debates sobre derechos humanos y civiles. La prevención es contra el virus, no contra la persona.



## Técnica: Campaña contra el Prejuicio<sup>23</sup>

### Objetivo:

Incentivar la reflexión sobre el prejuicio y la discriminación. Despertar la capacidad creativa ante cuestiones polémicas.



**Tiempo recomendado:** 1 hora 30 minutos

### Materiales necesarios:

cartulinas o papel, lápiz y plumas de colores, tijeras, pegamento, revistas viejas, etc.

### Sugerencias para la planificación:

El facilitador puede iniciar la discusión explicando que de la misma forma que existen diferencias en cuanto a la forma de pensar, reaccionar y encarar la vida, existen también actitudes y comportamientos diferenciados con relación a la expresión de la sexualidad.

### Procedimiento

1. Divida a los participantes en grupos y explíqueles que cada grupo será una agencia de publicidad, que estará disputando un concurso para hacer una gran campaña publicitaria. Infórmeles que los responsables de la compañía promotora de la campaña realizarán, al final, una votación de las propuestas, a partir de los carteles o logotipos elaborados por las agencias.
2. Plantee que el tema de la campaña es la necesidad de que los alumnos se respeten para mejorar la convivencia en la escuela. Tienen 30 minutos para prepararse y presentar un cartel con la idea de una frase y un diseño para esta campaña.
3. Después de terminar las presentaciones, llame a un representante de cada grupo y avise que el cliente dijo que la idea estaba muy extensa y que decidió cambiar la campaña. El grupo tendrá apenas 15 minutos para reformular el cartel o logotipo. No se podrá hacer un cartel o logotipo nuevo, sólo se podrá aumentar una nueva frase al inicio o al final de la propuesta inicial. Infórmeles que la nueva campaña debe hablar sobre el respeto a los homosexuales y sobre la necesidad de acabar con los prejuicios hacia los que tienen esa orientación sexual. (ver cuadro)
4. Después de 15 minutos, los grupos harán otra presentación del cartel o logotipo.
5. Cuando terminen, será realizada una votación donde todos podrán elegir el trabajo que más les guste.

---

Técnica tomada y adaptada del manual 1 (Sexualidad y Salud Reproductiva) del la serie “Trabajando con hombres jóvenes” del Programa H.



## Preguntas para el debate

- ¿Cuáles son las diferentes orientaciones sexuales?
- ¿Existe algún tipo de prejuicio con relación a las personas que no son heterosexuales en la escuela?
- ¿Cuáles? ¿Por qué?
- ¿Y si fuera profesor o funcionario? ¿También existe falta de respeto? ¿Cómo acontece?
- ¿Un adolescente gay enfrenta los mismos prejuicios que una adolescente lesbiana?
- El cantor brasileño Gilberto Gil afirmó en una entrevista que “nadie está obligado a que le gusten los homosexuales, pero tienen que respetarlos”. ¿Qué cree usted de esta afirmación?

## CIERRE

Aclarar que existe la tendencia a pensar que la relación heterosexual es el patrón "normal" de la sexualidad (heteronormatividad). Esa idea del sentido común, debe ser analizada para que la orientación sexual homosexual y bisexual pueda ser comprendida y respetada.

Demostrar cómo la polarización entre lo que es considerado masculino y lo que es considerado femenino en nuestra sociedad, limita y descalifica otras expresiones de la sexualidad y de la identidad sexual.

Recurra a la historia de la sexualidad para mostrar cómo es variable, a lo largo del tiempo, la aceptación o rechazo de otras orientaciones sexuales.

## Orientación Sexual

**P**uede ser definida como la sensación de ser capaces de relacionarnos amorosa o sexualmente con alguien. En el mundo, el término orientación sexual es usado para indicar si esa relación será con alguien del sexo opuesto (heterosexual), con alguien del mismo sexo (homosexual) o con personas de ambos sexos (bisexual).

Luiz Mott, profesor y fundador del Grupo Gay de Bahía en Brasil, dice que para que entendamos más sobre sexualidad, debemos partir de tres postulados fundamentales de la antropología de la sexualidad: la sexualidad humana no es instintiva, sino una construcción cultural; la cultura sexual humana varía de pueblo en pueblo y se modifica a lo largo del tiempo dentro de la misma sociedad; no existe una moral sexual natural y universal, por tanto, la sexualidad humana es amoral en el sentido de que cada cultura determina, por razones subjetivas y no siempre saludables, cuáles comportamientos sexuales serán aceptados y cuáles condenados.



**A** sí, cuando una criatura nace, no hay dudas de si es mujer u hombre, basta mirar sus órganos genitales externos. Nadie nace heterosexual u homosexual; nace hombre o mujer. Los nacidos reciben un nombre y una educación de acuerdo con la identidad genital con la que nacieron, según lo que se espera de un hombre o de una mujer. Es imposible, desde el punto de vista social, que alguien crezca sin pertenecer al género masculino o femenino. La formación de la identidad de género, masculina y femenina, es un largo proceso que sólo se evidencia por completo en la adolescencia. La identidad de género (los sentimientos de pertenecer al género masculino o femenino) viene del comportamiento de los padres, de los familiares y de la sociedad, que nos educan para ejercer papeles de género, o sea, nos enseñan a ser hombres o mujeres.

**L**os niños crecen, van a la escuela, hacen amigos y en la adolescencia, sus cuerpos inician cambios muy importantes. Es en esta fase en la que el deseo comienza a manifestarse de forma más intensa. Si ese deseo se manifiesta con relación a una persona del sexo opuesto, la familia, la sociedad y la iglesia no se oponen. Sin embargo, si la manifestación fuera la atracción por personas del mismo sexo, la situación cambia: el padre cree que el “nombre” de la familia va a acabar ahí mismo, la madre quiere saber dónde fue que falló. El propio adolescente experimenta mil conflictos porque no se ve “normal” y siente vergüenza e infelicidad. A estas alturas, él ya sabe de los prejuicios que muchos homosexuales experimentan porque aman de una forma diferente. Muchos los consideran enfermos, indecentes, viciados, sin carácter, etc. La información en los medios muestra que son centro del odio de personas o de grupos radicales racistas e intolerantes, que practican actos criminales tan violentos que pueden causar la muerte.

Tener un comportamiento que escapa de los patrones, es motivo de comentarios en todos los lugares, incluso en las escuelas. Por más graciosa que sea una broma sobre homosexuales, tenemos que darnos cuenta que al hacerla y divulgarla, estamos colaborando con el refuerzo del prejuicio y el estereotipo expresados en la broma. Esa es una forma que muchas personas encuentran para defenderse de lo que consideran una amenaza, una cosa fuera de lo normal. Risas e intercambios maliciosos de miradas aunque de forma involuntaria e inconsciente son parte del repertorio de prejuicios contra los homosexuales.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) y las principales asociaciones científicas internacionales, ya no considera la homosexualidad como un desvío o enfermedad, sino como una orientación sexual tan saludable como la bisexual o la heterosexual. No existe ninguna ley en Brasil que condene las relaciones afectivo-sexuales entre personas del mismo sexo, los sectores más progresistas de la iglesia de diferentes creencias proponen que la práctica homosexual no es pecado.

Entonces, si la homosexualidad no es una enfermedad, crimen, desvío de conducta o pecado, ¿por qué impedir a los homosexuales jóvenes inclusive el libre ejercicio de su orientación sexual? Sólo se impide por prejuicio, ignorancia, desinformación científica y falta de respeto a los derechos humanos fundamentales.





Derechos Humanos  
Derechos Sexuales

## Técnica: - ¿Qué son los derechos sexuales y reproductivos?<sup>24</sup>

### Objetivos:

Debatir los conceptos derechos sexuales y derechos reproductivos como parte de los derechos humanos y reflexionar sobre la importancia de estos conceptos para el ejercicio pleno de la sexualidad.



**Tiempo recomendado:** 1 hora 30 minutos

### Material necesario:

Plumas, lápiz, papel estrasa y copia del modelo (Derechos Sexuales y Reproductivos), fotocopia de la hoja de apoyo 1: Hojas sobre derechos sexuales y reproductivos.

Derechos Sexuales y Reproductivos	C	+ -	NC	¿Se están cumpliendo?
1.				
2.				
3. etc...				

Modelo (Derechos sexuales y reproductivos)

### Sugerencias para la planeación:

Cada derecho está escrito de dos maneras diferentes; el facilitador puede escoger cual se adapta mejor a su realidad.

### Procedimiento:

1. En grupos no escolarizados el facilitador puede leer las frases para cada subgrupo y proseguir del modo indicado en el procedimiento.
2. Prepare con anticipación el material para este taller y recorte las tiras de las copias sobre los derechos sexuales y reproductivos que sean entregadas.
3. Pegue el papel estraza en un lugar visible para tod@s.
4. Separe el grupo en grupos menores y entregue una de las hojas o tiras a cada grupo.

<sup>24</sup> Técnica extraída y adaptada de la formación en advocacy para el proyecto Generación Biz em Moçambique por Silvani Arruda, 2004. Esta técnica está incluida en el Manual M “Trabajando con Mujeres Jóvenes: Empoderamiento y Salud”



5. Inicie comentando que los derechos sexuales y reproductivos deben ser considerados también como derechos humanos.
6. Explique que cada grupo recibió una hoja o tira y pida que discutan lo que entienden sobre ese mensaje: si están de acuerdo (C), si más o menos están de acuerdo(+ -), si no están de acuerdo (NC), y si ese derecho ha sido respetado o no en el cotidiano de las personas;
7. Dé al grupo 20 minutos para la reflexión.
8. Abra las presentaciones, cada subgrupo escoge un representante que sale adelante, lee la hoja o tira recibida y expone la relatoría de la discusión;
9. Al final, las demás personas pueden agregar sus puntos de vista, ampliando las ideas;
10. En un cuadro pre elaborado, pegue las hojas o tiras con los derechos de manera que vayan discutiéndose y explicándose; debatan sobre si ese derecho está cumpliéndose o no en su ciudad y/o en la región donde viven.
11. Haga lo mismo con los demás derechos, hasta trabajar las 12 hojas o tiras.

### Preguntas para la reflexión

- ¿Qué son derechos?
- ¿Qué son derechos sexuales?
- ¿Qué son derechos reproductivos?
- ¿Creen que hombres y mujeres tienen los mismos derechos? ¿Cómo sucede esto en la vida diaria de ustedes?
- ¿Creen que los jóvenes y los adultos tienen los mismos derechos?
- ¿Las personas pueden escoger si deben o no tener hijos(as)?
- ¿Estarías de acuerdo en aplicar estos derechos para homosexuales, transexuales, transgénero, lesbianas?
- En relación con las personas antes mencionadas: ¿Se tendrían que modificar los derechos para su aplicación?, ¿Qué modificarías? y ¿por qué?



## CIERRE

Aclare que:

- A) Los derechos sexuales y los derechos reproductivos son una extensión de los Derechos Humanos y, para que estos sean implementados, es muy importante pensar de qué manera toda la sociedad puede apropiarse de tales derechos, así como garantizar su implementación, monitoreo y evaluación.
- b) La sexualidad debe ser vivida de manera plena y saludable por hombres y mujeres en todas las edades, pero en especial, las actitudes relacionadas al ejercicio sexual deben ser vistas atentamente si se trata de niños y adolescentes.
- c) Existen situaciones en que el consentimiento dado por una niña/ adolescente, en relación a tocamientos, a la exposición de su cuerpo a otros, o al mismo acto sexual, pueden encubrir una situación de abuso, explotación sexual, coerción y violencia (por ejemplo, sexual o intrafamiliar).
- d) Hay casos en que las personas con ascendencia de parentesco o amistad en relación a los niños usan esa “autoridad” para seducir, coaccionar e incluso amenazar hasta el punto de conseguir el consentimiento de niños/ adolescentes.
- e) Es importante destacar que el consentimiento será dado en la medida que esta persona también tenga la capacidad de juzgar la consecuencia del consentimiento.





## Hoja de apoyo 1: Sobre los derechos sexuales y reproductivos

1. Derecho a vivir la sexualidad sin miedo, vergüenza, culpa, falsas creencias u otros impedimentos a la libre expresión de los deseos.

Las personas de todas las edades, tienen derecho a vivir y buscar sus formas de disfrutar el placer sexual.

2. Derecho a vivir la sexualidad libre de violencia, discriminación, coerción y, en un contexto amplio, a establecer relaciones inspiradas en la igualdad, el respeto y la justicia.

Cada persona tiene derecho a ejercer su sexualidad de manera plena, sin sufrir violencia o ser forzada a hacer algo que no desea.

4. Derecho al respeto pleno de la integridad corporal.

No dejar que otras personas la obliguen a hacer algo que no quiere, como por ejemplo, tocar sus partes íntimas. En el caso de exámenes médicos, contar con una persona de su confianza que la acompañe.

5. Derecho a optar a ser o no sexualmente activo, incluyendo el derecho a involucrarse en relaciones sexuales consensuadas y de casarse con el pleno y libre consentimiento de ambas personas.

Nadie puede ser forzado a casarse y/ o mantener relaciones sexuales, sin que ambas partes estén de acuerdo y lo deseen.

6. Derecho a ser libre y autónoma(o) para expresar su orientación sexual.

Cada persona tiene su propia manera de ser hombre o de ser mujer.

7. Derecho a expresar su sexualidad de manera independiente de la reproducción.

Cada persona tiene el derecho a relacionarse sexualmente sin querer tener hijos.

8. Derecho a gozar de la sexualidad, respeto mutuo y responsabilidad compartida en las relaciones sexuales.

Hombres y mujeres tienen los mismos derechos, deben tener igualdad y las mismas responsabilidades en las relaciones sexuales.

9. Derecho a insistir sobre la sexualidad y la práctica del sexo seguro para evitar el embarazo y prevenir infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH.

La persona puede exigir el uso de preservativo para prevenirse de ITS/VIH-Sida o para no quedar embarazada.

10. Derecho a decidir libre y responsablemente sobre tener o no descendientes, sin temer coacciones, discriminación o violencia, y a decidir el intervalo de tiempo y momento para tener hijos(as).

Las personas pueden decidir si quieren o no tener hijos, cuándo y cuántos hijos(as) quieren tener.

11. Derecho a tener información y medios adecuados para poder ejercer la toma de decisión.

Las personas deben estar informadas para poder decidir lo que es mejor para sí mismas.

12. Derecho a la salud sexual, lo cual exige el acceso a todo tipo de información, educación y a servicios confidenciales de alta calidad sobre sexualidad y salud sexual.

Derecho a recibir información para poder elegir dónde informarse y que esos servicios sean confidenciales.



## Técnica: El semáforo<sup>25</sup>

### Objetivos:

Identificar elementos que favorecen o impiden el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos.



**Tiempo recomendado:** 1 hora

### Materiales necesarios:

Periódicos, tarjeta roja y una verde, listado de frases.

### Procedimiento:

1. Coloca un tapete de periódicos de tal manera que las y los participantes puedan circular por él después. Señala que cada participante es un automóvil, que su vía de tránsito son los periódicos y que circularán teniendo en cuenta los semáforos, éstos estarán representados por las tarjetas roja y verde que mostrarás al grupo cada vez que leas una frase.
2. Cada participante se detendrá con las frases donde señales la tarjeta roja, siempre y cuando se identifiquen con lo que dice la frase y se moverá cuando señales la tarjeta verde sólo si se identifican con lo que la frase dice. Comienza a leer cada frase y señala la tarjeta correspondiente de “alto” o “siga”. Puedes usar las frases del cuadro 2.3 y crearlas o modificarlas dependiendo de las necesidades y situaciones que te interese enfatizar.
3. Pide a una persona de apoyo que conforme el grupo avance sobre el “camino” trazado, vaya quitando hojas de periódico del tapete de tal manera que se reduzca el espacio para tránsito.
4. Cuando se agoten las frases o el camino, invita al grupo a ocupar sus asientos para pasar a la reflexión sobre lo que ocurrió y lo que sintieron durante la actividad, así como a identificar la relación que esto tiene con el ejercicio de los derechos sexuales.

---

<sup>25</sup> Está técnica fue extraída de: “Jóvenes, sexualidad y Género: Modelo de capacitación para promover la salud y prevenir la violencia”. SISEX; Colectivo OLLIN A.C. y la Coordinación de Servicios Estudiantiles. 2006.



## Ideas Clave

- Invita al grupo a identificar los derechos que se mencionaron implícitamente durante el ejercicio.
- Comenta las actitudes y conductas que favorecen el ejercicio de los derechos.
- Señala las situaciones socioculturales que promueven o las que dificultan el ejercicio de los derechos.
- Resalta la importancia de defender los derechos de todas las personas.
- Enfatiza lo importante que resulta organizarnos para hacer respetar los derechos sexuales, sobre todo ante los avances de grupos que buscan restringirlos.
- Recupera estrategias personales y grupales para promover y defender los derechos sexuales.

SIGA	Para quienes deciden sobre su cuerpo.
ALTO	Para quienes tuvieron que pedir permiso para tener novio o novia.
SIGA	Para quienes nunca han sido discriminados.
ALTO	Para quienes han discriminado a otros.
SIGA	Para quienes conocen sus derechos sexuales.
SIGA	Para quienes están a favor de una sexualidad informada y responsable.
SIGA	Para quienes recibieron en su infancia y adolescencia información de sexualidad libre de prejuicios.
ALTO	Para quienes alguna vez no les respondieron una duda sobre sexualidad.
SIGA	Para quienes han ejercido su sexualidad sin presión o censura.
SIGA	Para quienes consideren que tienen elementos para cuidar su salud sexual y reproductiva.
ALTO	Para aquellos cuya intimidad ha sido violada alguna vez.
ALTO	Para quienes crean que los jóvenes no tienen capacidad de autonomía en toma de decisiones con respecto a su sexualidad.
SIGA	Para quienes consideren que las y los jóvenes deben incidir políticamente.
ALTO	Para quienes hayan sido censurados por expresar sus afectos.
ALTO	Para quienes conocen de un caso de acoso, hostigamiento, abuso o explotación sexual.



## Video “Miedo de qué”

### Material necesario:

Video o DVD “¿Miedo de qué?”, de la autoría de la Alianza H- Serie Trabajando con Jóvenes por la Equidad de Género. El video tiene una duración de 18 minutos. Se trata de un diseño animado que cuenta la historia de Marcelo, un joven que descubre su homosexualidad, al mismo tiempo que descubre la reacción y el miedo de las personas que lo rodean. Es importante recordar que la homofobia es una forma de expresión de rechazo y de miedo.

 **Tiempo recomendado:** 1 hora 30 minutos

### Procedimiento:

- Es importante ver el video antes de la presentación para conocer el contenido, el lenguaje y ver como adecuarlo al público. Vale la pena anotar escenas más importantes y hacer una lista de las principales ideas, para discutir con el grupo.
- El día de la exhibición, revisar que el equipo esté disponible y funcionando bien. Comente la producción del video, el tema, la duración y por qué va a exhibirlo.
- En un primer momento, no presente su interpretación, ni haga juicios. Colóquese en el papel de espectador y deje al grupo expresar sus opiniones libremente.
- Al término del video, es momento de hacer preguntas para la discusión, como por ejemplo:
  - a) ¿Qué les llamo la atención del video?
  - b) ¿Cuáles eran las expectativas del papá en relación al hijo? ¿Y los sueños del papá en relación con él?
  - c) ¿Cómo la sociedad ve la homosexualidad? ¿Cuáles escenas describen la reacción de la sociedad? ¿Cómo siente Marcelo esa reacción?
  - d) ¿En cuáles escenas del video hay discriminación velada y abierta?
  - e) En el caso del video, cuando el muchacho le cuenta a su mejor amigo que siente atracción por otro joven, ¿cómo reacciona él? ¿y después? ¿por qué el amigo cambia de idea? ¿por qué el video recibe ese nombre?



AGRADECEMOS EL APOYO A ESTA INICIATIVA  
DE LA FUNDACIÓN MAC ARTHUR, DE LA FUNDACIÓN FORD, DE LA MORIAH FUND Y DE EL CENSIDA  
ESTE MATERIAL ES GRATUITO, DE CARÁCTER PÚBLICO Y ESTÁ FINANCIADO POR EL CENSIDA

