









# Índice

<u>Introducción</u>	<b>5</b>
<u>Cómo usar esta Guía</u>	<b>6</b>
<u>Consejos</u>	<b>8</b>
<u>Sesión 1</u>	<b>11</b>
<u>Sesión 2</u>	<b>21</b>
<u>Sesión 3</u>	<b>29</b>
<u>Sesión 4</u>	<b>37</b>
<u>Sesión 5</u>	<b>45</b>



## Introducción

La Guía para Capacitar a Comadronas Tradicionales en Planificación Familiar, es una ayuda de comunicación que tiene como objetivo que el personal de salud desarrolle talleres de sensibilización y aprendizaje, especialmente sobre los beneficios de la Planificación Familiar y cómo promoverla; particularmente con personal comunitario.

Está dividida en 5 sesiones. Cada sesión contiene actividades cuyo objetivo es sensibilizar a los/las participantes sobre los beneficios de la Planificación Familiar e incrementar conocimientos, actitudes y prácticas positivas hacia este tema. Para lograrlo, se realizan diversas actividades participativas que promueven el autoanálisis de su realidad desde la perspectiva de los derechos humanos, para que a partir de esto, propongan alternativas de cambio.

La Guía, contribuye a la promoción del derecho de hombres y mujeres a la salud sexual y reproductiva, lo que ayuda a mejorar las oportunidades de desarrollo social y económico de las comunidades del país. Representa un esfuerzo más del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social (MSPAS) por coadyuvar con el ejercicio de los derechos y responsabilidades en la salud sexual y reproductiva de la población y, por consiguiente a reducir la mortalidad materna-neonatal.

# Cómo usar la Guía

- Está formada por 5 sesiones
- Cada sesión o reunión se desarrolla en un día (no deben ser días seguidos)



Imagen con fin ilustrativo/ decorativo →



## SESIÓN 1

DÍA 1

Vivir bien

← Número de la sesión

← Número de día

← Título de la sesión



## SESIÓN 2

DÍA 2

El cuerpo de la mujer y del hombre



## SESIÓN 3

DÍA 3

Cuántos y cada cuánto tener los hijos(as)



## SESIÓN 4

DÍA 4

Los métodos de Planificación Familiar

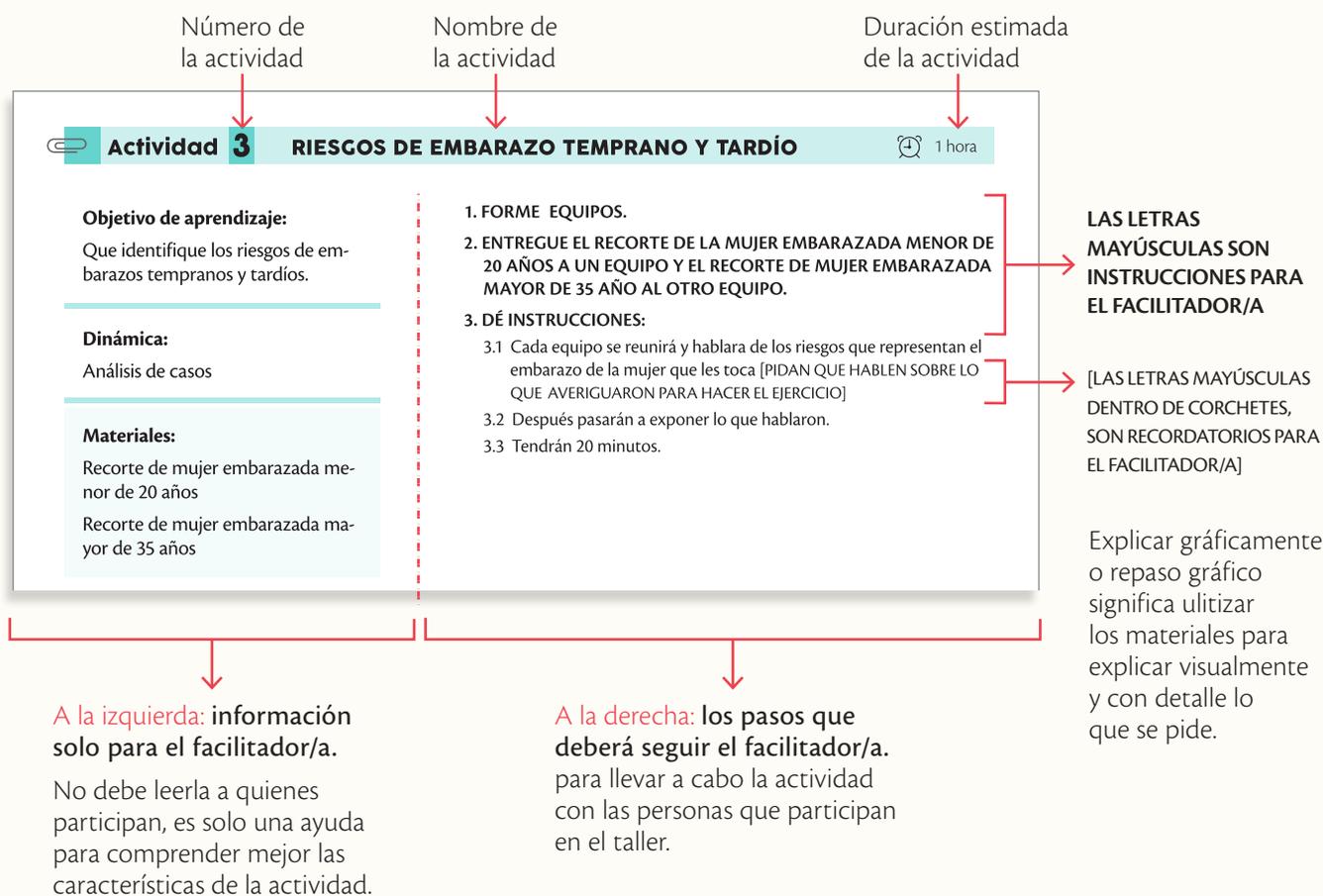


## SESIÓN 5

DÍA 5

Momentos y cómo hablar sobre la Planificación Familiar

Cada sesión tiene actividades  
Ejemplo:



# Consejos

El equipo de participantes debe ser el mismo durante los cinco días porque cada sesión ayuda a entender la que sigue. Se recomienda que compartan características similares como: escolaridad, costumbres, idioma u otras que les permita intercambiar experiencias y conocimientos. El número ideal de participantes es de 12 a 20 personas.

## Antes de cada sesión:

1

**Haga un plan. Decida:** a quiénes y cómo convocará a los/las participantes, fecha, hora, lugar, fondos necesarios, materiales, entre otros. Averigüe a qué hora le queda mejor a la mayoría de quienes participarán.

2

**Prepare el lugar donde realizarán el taller:**

Procure que sea un lugar iluminado, limpio, con suficiente espacio, libre de interrupciones y ruidos.

Las sillas deben disponerse en círculo cerrado o semicírculo (lo más cerca posible una de otra), incluyéndola/o a usted. Evite estar detrás de una mesa o escritorio.

3

**Estudie esta Guía, practique cada una de las actividades.**

Para aprender más sobre los temas, estudie su **Texto de estudio y consulta**, documentos del MSPAS y otros.

## Durante cada sesión:

Para asegurar la máxima efectividad se recomienda que:

- 1 Siga los pasos que se describen en esta Guía.
- 2 Lo más importante es que las personas compartan sus experiencias y conocimientos para aprender.
- 3 Motive un ambiente cordial y de participación.
- 4 Evite que las participantes estén sentadas por mucho tiempo. Si están sentadas siéntese, si se paran, párese para estar al mismo nivel visual.
- 5 Para formar equipos, utilice las técnicas participativas que desee.
- 6 Asegúrese que entendieron las instrucciones de la actividad.
- 7 Si alguna respuesta es incorrecta, pida a las participantes que deseen aclarar que lo hagan. Si no hay alguien que pueda hacerlo, hágalo usted, sin avergonzar.
- 8 Establezca las reglas con las/los participantes.
- 9 Evite los conceptos y palabras complicadas.
- 10 Hable fuerte para que todos/as le escuchen.
- 11 Las experiencias de los/las participantes deben ser tomadas como una oportunidad de profundizar en el tema. Usted puede hacer otras preguntas para profundizar.
- 12 Utilice el parafraseo, repita las respuestas que dan los/las participantes.
- 13 Premie con un aplauso o un cumplido a quienes participen.
- 14 Asegúrense que entendieron la nueva información. De lo contrario, pida a las compañeras que le ayuden a explicar y complementen.
- 15 Si no tiene la respuesta para alguna pregunta, consulte su texto de estudio y consulta. Si no encuentra lo que busca, diga que lo averiguará y en la siguiente sesión lo aclarará.



# SESIÓN 1

DÍA 1

Vivir bien



## Objetivos:

1. Identificar qué saben, sienten y hacen respecto a la Planificación Familiar.
2. Que identifiquen a la Planificación Familiar como un derecho que puede contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas.
3. Que se identifiquen como integrantes del equipo de salud y que pueden contribuir a que las personas vivan mejor.

## Actividades:

1. Registro de participantes
2. Presentación de participantes
3. Objetivo del taller
4. Reglas del taller
5. Sondeo
6. Vivir bien
7. Objetivo común
8. Instrucciones para la siguiente reunión

## Materiales:

- Gafetes
- Marcadores
- Masking tape
- Lista de asistencia
- Lapicero
- Lápices
- Crayones
- Almohadilla con tinta
- Papelógrafos
- Marcadores
- Botella vacía
- Cuaderno
- Bola de papel para reciclar o cualquier objeto que puedan lanzarse
- Hojas de papel en blanco (una por participante)
- Recortes que representen: igualdad de derechos entre hombre y mujer (balanza), vivienda digna, libertad de expresión, participación comunitaria, trabajo, descanso, recreación, alimentación, salud, vestido, educación, violencia, desnutrición, falta de trabajo, vestimenta muy pobre
- Recortes:
  - Dos adolescentes: sin embarazo, ni hijos (as)
  - Una familia feliz: mujer embarazada con su pareja y un niño (a) de cinco años
  - Una familia en malas condiciones: mujer embarazada con un niño (a) en brazos, hombre cansado, cuatro hijos (a) con espacio intergenésico menor de tres años.

### TIEMPO ESTIMADO

 4 horas  
50 minutos



Ponga la mesa de materiales a la vista, deberá contener todos los materiales que serán necesarios para desarrollar las actividades de esta sesión.



## Actividad 1 REGISTRO DE PARTICIPANTES

### Objetivo:

Que las participantes se registren en el listado, mientras se espera a que llegue la mayoría.

### Materiales:

Gafetes  
Marcadores  
Masking tape  
Hoja de asistencia  
Lapicero  
Almohadilla con tinta

1. LLENE UN GAFETE CON SU NOMBRE Y PÉGUESELO EN EL PECHO.
2. DÉ LA BIENVENIDA A QUIENES VAN LLEGANDO.
3. ENTREGUE EL GAFETE CON EL NOMBRE DE LA COMADRONA Y MASKING TAPE.
4. PIDA QUE LLENEN LA HOJA DE ASISTENCIA [AYUDE A LAS PERSONAS QUE NO SABEN ESCRIBIR].
5. HABLE CON ELLAS ACERCA DE CUALQUIER TEMA, DIFERENTE DE LOS TEMAS DE ESTA GUÍA. POR EJEMPLO, LA RAZÓN DEL RETRASO A QUIENES LLEGUEN DESPUÉS DE LA HORA CONVOCADA Y LA IMPORTANCIA DE LLEGAR PUNTUAL.
6. ESPERE 15 MINUTOS MÁXIMO PARA INICIAR.



## Actividad 2 PRESENTACIÓN DE PARTICIPANTES

20 minutos

### Objetivo:

Conocer los nombres, comunidad de la que llegan y lo que más les gusta de ser comadronas.

### Dinámica

La pelota

### Materiales

Bola de papel para reciclar o cualquier objeto que puedan lanzarse

1. PIDA QUE SE PAREN Y FORMEN UN CÍRCULO
2. EXPLIQUE LA ACTIVIDAD:  
Se lanzarán una pelota (primero una, luego ésta a otra y así hasta que todas pasen). Quien tenga la pelota dirá:
  - 2.1 Su nombre.
  - 2.2 De que comunidad llega.
  - 2.3 Lo que más le gusta de su trabajo como comadrona.
3. PIDA A UNA VOLUNTARIA QUE REPITA LAS INSTRUCCIONES.
4. INICIE
5. CIERRE CON UN ABRAZO DE EQUIPO [EXPLIQUE LO QUE SIGNIFICA SER UN EQUIPO].



### Actividad 3 OBJETIVO DEL TALLER



15 minutos

#### Objetivo:

Que las participantes conozcan el objetivo del taller y como está organizado.

#### Dinámica

Presentación verbal

#### Materiales

Ninguno

1. **EXPLIQUE:**
  - 1.1 El objetivo del taller.
  - 1.2 Como está organizado.
  - 1.3 La importancia que asistan siempre y puntuales.
  - 1.4 La importancia de aprender para crecer.
  - 1.5 La importancia de su participación activa.
  - 1.6 Que al final de las cinco sesiones recibirán un diploma.
2. **MOTIVE A SENTIRSE EN CONFIANZA, ENTRE COMPAÑERAS/OS.**
3. **MUESTRE LA MESA DE LOS MATERIALES Y CÒMO HACER USO DE ELLA.**



### Actividad 4 REGLAS DEL TALLER



30 minutos

#### Objetivo:

Acordar reglas para la buena convivencia durante el taller.

#### Dinámica

Trabajo en equipos y plenaria

#### Materiales

5 papelógrafos

3 marcadores

Masking tape

1. **FORME TRES EQUIPOS.**
2. **ENTREGUE UN PAPELÓGRAFO Y UN MARCADOR A CADA EQUIPO.**
3. **DÉ INSTRUCCIONES:**
  - 3.1 Cada equipo escribirá en el papelógrafo o dirá como les gusta que les traten cuando participan en un taller [EJEMPLOS: RESPETAR LAS OPINIONES DE LOS/AS DEMÁS; PEDIR LA PALABRA, CUANDO UNA PERSONA HABLA, LAS DEMÁS ESCUCHAN CON ATENCIÓN; QUE LOS CELULARES ESTEN EN VIBRADOR O APAGADOS].
  - 3.2 Cuando hayan terminado, cada equipo pegará su papelógrafo en la pared y explicará a todas/os cómo les gusta ser tratados/as durante un taller [SI EL EQUIPO NO SABE LEER NI ESCRIBIR, LO EXPLICARÁN.]
  - 3.3 Tendrán 10 minutos.
4. **INICIE. RECUÉRDELES QUE TENDRÁN 10 MINUTOS PARA TRABAJO EN EQUIPOS.**
5. **EXPOSICIÓN DE EQUIPOS.**
6. **ANOTE LAS IDEAS COMUNES EN UN SOLO PAPELÓGRAFO Y COMPLEMENTE [PÉGUELO EN LA PARED].**
7. **PIDA QUE REPITAN EN VOZ ALTA TODAS LAS REGLAS.**
8. **ESTABLEZCA COMPROMISO PARA CUMPLIR LAS REGLAS.**

**Objetivo:**

Identificar qué saben, sienten y hacen respecto a la planificación familiar.

**Dinámica:**

Botella preguntona

**Materiales:**

Botella vacía  
Papelógrafo  
Marcadores  
Cuaderno  
Lapicero

**1. EXPLIQUE LA ACTIVIDAD**

- 1.1 Se hará girar la botella y a quien señale ésta, deberá responder la pregunta. Otras personas también podrán responder.
- 1.2 No se responderán las preguntas por parte del facilitador/a, ya que la actividad es para averiguar.

**2. PREGUNTE: [RECUERDE, NO RESPONDA DUDAS, TODA RESPUESTA ES VÁLIDA ANOTE LAS RESPUESTAS EN SU CUADERNO].**

- 2.1 ¿Qué necesitan las personas para vivir bien?
- 2.2 ¿Tendrán los mismos derechos hombres y mujeres? ¿Por qué?
- 2.3 ¿Cuáles son los genitales de la mujer? [AVERIGÜE CUÁLES CREEN QUE SON LAS FUNCIONES DE CADA GENITAL EXTERNO E INTERNO].
- 2.4 ¿Cuáles son los genitales del hombre? [AVERIGÜE CUÁLES CREEN QUE SON LAS FUNCIONES DE CADA GENITAL EXTERNO E INTERNO].
- 2.5 ¿Qué es el ciclo de la mujer? [AVERIGÜE CUÁLES CREEN QUE SON LOS DÍAS FÉRTILES Y LOS INFÉRTILES].
- 2.6 ¿Cómo se produce un embarazo?
- 2.7 ¿Cuál es la mejor edad para tener a los hijos (as)? ¿Por qué?
- 2.8 ¿Cada cuánto es mejor tener a los hijos (as) ¿por qué?
- 2.9 ¿Habrá un número ideal de hijos (as)? ¿Cuál cree que es? ¿Por qué?
- 2.10 ¿Conoce la Ley de Planificación Familiar? ¿De que trata?
- 2.11 ¿Quién decide si se usa o no un método para planificar la familia? ¿Por qué?
- 2.12 ¿Si una persona o pareja le pregunta qué método puede usar?, ¿Qué le diría?
- 2.13 ¿Qué es más seguro para evitar un embarazo: ¿usar un método o no usar ninguno? ¿Por qué?
- 2.14 ¿Qué métodos existen para planificar la familia?
- 2.15 ¿Será bueno o malo para la comadrona que las mujeres o las parejas planifiquen su familia? ¿Por qué?
- 2.16 ¿El trabajo de la comadrona en la comunidad será solo atender partos o hay algo más que pueda hacer para ayudar a las personas? ¿Qué más puede hacer la comadrona?
- 2.17 ¿Cuáles son los mejores momentos para hablarle a las personas sobre los beneficios de planificar la familia?
- 2.18 ¿Si una persona o pareja desea usar un método para planificar su familia: ¿qué le diría? ¿Qué haría?

**3. DIGA QUE EN EL TRANCURSO DEL TALLER APRENDERÁN MAS SOBRE LOS TEMAS.**

**Objetivo:**

Que identifiquen a la Planificación Familiar como un derecho que puede contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas.

**Dinámicas:**

Análisis de casos  
Diálogo socializado

**Materiales:**

1. Recortes que irán al centro del papelógrafo
  - Dos adolescentes sin embarazo, ni hijos (as)
  - Una familia feliz: mujer embarazada con su pareja y un niño (a) de cinco años
  - Una familia en malas condiciones: mujer embarazada con un niño (a) en brazos, hombre cansado, cuatro hijos (a) con espacio intergenésico menor de tres años
2. Recortes que irán en la mesa para que agarren. Que representen:
  - Igualdad de derechos entre hombre y mujer (balanza), vivienda digna, libertad de expresión, participación comunitaria, trabajo, descanso, recreación, alimentación, salud, vestido, educación, violencia. Desnutrición, falta de trabajo, vestimenta muy pobre
3. Tres papelógrafos
4. Masking tape

**Historia 1: ADOLESCENTES**

1. **PONGA EN LA MESA LOS RECORTES DEL ITEM 2 DE MATERIALES.**
2. **EXPLIQUE LA ACTIVIDAD:**
  - 2.1 Se hará una historia sobre cómo creen que viven los adolescentes que están en el papelógrafo.
  - 2.2 Irán a la mesa donde están los recortes y cada persona selecciona un recorte con la ilustración que considera que representa cómo viven y qué tienen esas personas.
3. **INICIE. PEGUE EL PAPELÓGRAFO CON EL RECORTE DE ADOLESCENTES EN LA PARED Y PIDA QUE SE PAREN PARA VERLO.**
4. **PREGUNTE:** ¿cómo se ven esos adolescentes? ¿Cómo creen que viven?
5. **PIDA QUE VAYAN A LA MESA Y SELECCIONEN UN RECORTE CON LO QUE CONSIDEREN QUE REPRESENTA CÓMO VIVEN ESOS ADOLESCENTES Y LUEGO QUE LO PEGUEN ALREDEDOR DEL RECORTE QUE ESTÁ AL CENTRO. Tendrán 5 minutos para escoger un recorte.**
6. **ANÁLISIS EN EQUIPO:** cada persona mostrará el recorte que pegó y explicará lo que significa, por qué cree que es algo que tienen los adolescentes.
7. **PREGUNTE Y AL FINAL EXPLIQUE:**
  - 7.1 ¿Ellos necesitan de las cosas que explicaron para vivir bien? ¿Por qué?
  - 7.2 ¿Creen que tienen hijos (as)? ¿Por qué creen eso?
  - 7.3 ¿Han recibido pláticas de educación sexual? ¿Por qué creen eso?
  - 7.4 ¿Qué planes creen que tienen para el futuro?
  - 7.5 ¿Cómo creen que será su futuro? ¿Por qué?
  - 7.6 Si deciden tener hijos (as) en el futuro: ¿los hijos (as) tendrán lo que mencionaron que tienen los adolescentes de la historia? ¿Por qué?
  - 7.7 ¿Qué pasa si la adolescente queda embarazada ahora? ¿Cómo cambiará su vida?
  - 7.8 ¿Qué pasa si el adolescente embaraza a una mujer? ¿Cómo cambiará su vida?
8. **CONCLUSIÓN EN PLENARIA ENCAMINADA A QUÉ NECESITAN LOS Y LAS ADOLESCENTES DE SU COMUNIDAD PARA VIVIR BIEN: INFORMACIÓN SOBRE SEXUALIDAD Y REPRODUCCIÓN PARA TOMAR LAS MEJORES DECISIONES, PUEDE AYUDARLES A TENER UNA MEJOR VIDA.**

*continúa siguiente página*



## Historia 2: “FAMILIA FELIZ”

1. **EXPLIQUE LA ACTIVIDAD:**
  - 1.1 Se hará una historia sobre cómo creen que viven las personas que están en el papelógrafo.
  - 1.2 Cada persona agarrará un recorte de la mesa con la ilustración que crea que represente cómo viven, que tienen esas personas.
2. **INICIE. PEGUE EL PAPELÓGRAFO CON EL RECORTE EN LA PARED Y PIDA QUE SE PAREN PARA VERLO.**
3. **PREGUNTE:** ¿cómo se ven en estas personas? ¿Cómo creen que viven?
4. **PIDA QUE VAYAN A LA MESA Y SELECCIONEN UN RECORTE CON LO QUE CONSIDERAN QUE REPRESENTA CÓMO VIVE ESA FAMILIA Y LUEGO QUE LO PEGUEN ALREDEDOR DEL RECORTE QUE ESTÁ AL CENTRO.** Tendrán 5 minutos para escoger un recorte.
5. **ANÁLISIS EN EQUIPO:** Cada persona mostrará el recorte que pegó y explicará lo que significa, por qué cree que es algo que tiene esa familia [MOTIVE AL ANÁLISIS: ASI DEBERÍAN VIVIR LAS FAMILIAS DE SUS COMUNIDADES]
6. **PREGUNTE Y AL FINAL EXPLIQUE:**
  - 6.1 ¿La familia necesita de las cosas que explicaron para vivir bien? ¿Por qué?
  - 6.2 ¿Creen que planifican su familia? ¿Por qué?
  - 6.3 ¿Cómo creen que será el futuro de esa familia? ¿Por qué?
  - 6.4 ¿Cómo creen que será el futuro de los niños (as) ¿por qué?
  - 6.5 ¿Las familias son siempre: madre, padre e hijos (as) o pueden ser diferentes? ¿Qué otros tipos de familias conocen? [EXPLIQUE LOS DIFERENTES TIPOS DE FAMILIAS QUE EXISTEN]
  - 6.6 ¿Las familias de su comunidad son como éstas? ¿Por qué?
7. **CONCLUSIÓN EN PLENARIA QUE LLEVE A LA REFLEXIÓN SOBRE LO QUE NECESITAN LAS FAMILIAS DE LA COMUNIDAD PARA VIVIR BIEN: INFORMACIÓN SOBRE LOS BENEFICIOS DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR Y EL USO DE MÉTODOS PUEDE AYUDAR A TENER UNA MEJOR VIDA.**



## Historia 3: “FAMILIA TRISTE”

1. **EXPLIQUE LA ACTIVIDAD:**
  - 1.1 Se hará una historia sobre cómo creen que viven las personas que están en el papelógrafo.
  - 1.2 Cada persona seleccionará un recorte de la mesa con la ilustración que crea que represente cómo viven, qué tienen esas personas.
2. **INICIE. PEGUE EL PAPELÓGRAFO CON EL RECORTE EN LA PARED Y PIDA QUE SE PAREN PARA VERLO.**
3. **PREGUNTE:** ¿cómo se ven esas personas? ¿Cómo creen que viven?
4. **PIDA QUE VAYAN A LA MESA Y SELECCIONEN UN RECORTE CON LO QUE CONSIDERAN QUE REPRESENTA CÓMO VIVE ESA FAMILIA Y LUEGO QUE LO PEGUEN ALREDEDOR DEL RECORTE QUE ESTA AL CENTRO.** Tendrán 5 minutos para escoger un recorte.
5. **ANÁLISIS EN EQUIPO:** cada persona mostrará el recorte que pegó y explicará lo que significa, por qué cree que es algo que tiene esa familia.
6. **PREGUNTE Y AL FINAL EXPLIQUE:**
  - 6.1 ¿Las familias de las comunidades, son como éstas? ¿Por qué?
  - 6.2 ¿Vivirán bien las familias como ésta? ¿Por qué?
  - 6.3 ¿Creen que familias como ésta, planifican su familia? ¿Por qué?
  - 6.4 ¿Cómo creen que será el futuro de una familia como ésta? ¿Por qué?
  - 6.5 ¿Cómo creen que sería esta familia si planificaran sus hijos (as)?
  - 6.6 ¿Cómo creen que será el futuro de los niños (as)? ¿Por qué?
7. **CONCLUSIÓN EN PLENARIA QUE LLEVE A LA REFLEXIÓN DE POR QUÉ HAY FAMILIAS ASÍ EN SUS COMUNIDADES Y QUE PODRÍA HACER LA COMADRONA PARA QUE MENOS PERSONAS VIVAN ASÍ: SENSIBILIZAR SOBRE LOS BENEFICIOS DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR Y REFERIR POR CONSEJERÍA Y MÉTODO.**

## ANÁLISIS Y CONCLUSIONES GENERALES

### 23. PREGUNTE:

23.1 ¿Qué significa vivir bien?

23.2 ¿Quiénes tienen derecho a vivir bien? ¿Por qué?

23.3 ¿La educación será importante para que las personas tengan una mejor vida? ¿Por qué?

23.4 ¿Tener solo los hijos (as) que las personas puedan mantener, ayuda a vivir mejor? ¿Por qué?

23.5 ¿Tener los hijos (as) al menos cada tres años ayuda a vivir mejor? ¿Por qué?

23.6 ¿Creen que la planificación familiar puede ayudar a que las personas vivan mejor? ¿Por qué?

23.7 ¿Creen que la planificación familiar puede ayudar a que las mujeres, los niños y niñas tengan mejor salud? ¿Por qué?

23.8 ¿Hay diferencias entre las familias que planifican y las que no? ¿cuáles?

### 24. EXPLIQUE QUÉ SON LOS DERECHOS HUMANOS, PARA QUIÉNES SON ASOCIÁNDOLOS CON LAS HISTORIAS.

### 25. EXPLIQUE QUÉ SON LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS Y QUE ES LA SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA.

### 26. REFUERCE QUE EL ROL DE LA COMADRONA ES SENSIBILIZAR SOBRE LOS BENEFICIOS DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR Y REFERIR A LOS SERVICIOS POR CONSEJERÍA Y MÉTODO.

### 27. CONCLUSIÓN EN PLENARIA QUE LLEVE A LA REFLEXIÓN SOBRE EL ROL DE LA COMADRONA: SENSIBILIZAR SOBRE LOS BENEFICIOS DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR Y REFERIR POR CONSEJERÍA Y MÉTODO.



### Objetivos:

1. Que se identifiquen como integrantes del equipo de salud.
2. Que identifiquen que puede contribuir a que las personas vivan mejor.

### Dinámicas:

Dibujo mi fotografía

Experiencias compartidas

### Materiales:

Hojas de papel en blanco (una por participante)

Lápices

Crayones

Masking tape

1. **ENTREGUE UNA HOJA EN BLANCO Y UN LÁPIZ A CADA PARTICIPANTE** [RECUÉRDELES QUE HAY CRAYONES EN LA MESA].
2. **DÉ INSTRUCCIONES:**
  - 2.1 Se dibujarán ustedes mismas en la hoja, lo más parecidas a como se ven. Esto ayudará a reflexionar sobre una parte de sus vidas [AYUDE A DIBUJAR A QUIENES SE LO SOLICITEN].
  - 2.2 Al terminar, pegarán la hoja en la pared.
  - 2.3 Quienes deseen, podrán responder a las preguntas y se pararán abajo de su dibujo.
  - 2.4 Tendrán 10 minutos para dibujarse.
3. **INICIE. DÉ 10 MINUTOS PARA QUE SE DIBUJEN Y AL FINALIZAR DEBÉRAN PARARSE DEBAJO DE SU DIBUJO**
4. **PREGUNTE AL MENOS A CINCO PARTICIPANTES:**
  - 4.1 ¿Qué es lo que más le gusta de usted? [PIDA QUE MUESTRE SU DIBUJO].
  - 4.2 ¿Cómo se sintió cuando fue madre por primera vez?
  - 4.3 ¿Cuántos hijos (as) tuvo?
  - 4.4 ¿Cuántos hijos (as) le hubiera gustado tener?
  - 4.5 [SI TUVO MÁS DE LOS QUE LE HUBIERA GUSTADO TENER]: ¿cree que su vida y la de su familia habría sido diferente? ¿Por qué?
  - 4.6 [SI TUVO MÁS DE LOS QUE LE HUBIERA GUSTADO TENER]: ¿las mujeres de su comunidad estarán pasando por la situación que le tocó a usted?
  - 4.7 ¿Tuvo alguna complicación? [SI TUVO ALGUNA COMPLICACIÓN MOTIVE A REFLEXIONAR SOBRE LAS CONDICIONES EN QUE ESTÁN LAS MUJERES].
  - 4.8 ¿Es mejor para la comadrona que las mujeres tengan muchos hijos (as) y muy seguidos o no? [INDAGUE SI HAY MOTIVOS ECONÓMICOS O DE OTRO TIPO].
  - 4.9 ¿Podrían hacer algo las mujeres y las parejas para tener solo los hijos (as) que desean? ¿Qué podrían hacer?
  - 4.10 ¿Cómo puede ayudar la comadrona a que las mujeres tengan solo los hijos (as) que desean?
5. **EXPLIQUE CÓMO FUNCIONAN LOS NIVELES DE ATENCIÓN EN SALUD Y EL ROL DE LA COMADRONA (SENSIBILIZAR Y REFERIR POR CONSEJERÍA Y MÉTODO DE PLANIFICACION FAMILIAR).**
6. **ESTABLEZCA COMPROMISO: EL TRABAJO DE LA COMADRONA ES MUY IMPORTANTE PARA QUE LAS PERSONAS DE LA COMUNIDAD CONOZCAN LOS BENEFICIOS DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR Y PARA QUE VAYAN A LOS SERVICIOS DE SALUD POR CONSEJERÍA Y MÉTODO.**



## Actividad 8

### INSTRUCCIONES PARA LA SIGUIENTE REUNIÓN

- TAREA
- CIERRE

 15 minutos

1. **EXPLIQUE LA TAREA PARA LA SIGUIENTE REUNIÓN** [DIGA QUE PUEDEN LLEVARLA DIBUJADA, ESCRITA O EN LA MENTE].
  - 1.1 Averiguar el nombre de los genitales internos y externos de la mujer.
  - 1.2 Averiguar el nombre de los genitales internos y externos del hombre
2. **CIERRE DE LA REUNIÓN: PREGUNTE QUÉ APRENDIERON ESE DIA CÓMO LES SERVIRÁ.**
3. **DIGA LA FECHA, HORA Y LUGAR DE LA PRÓXIMA REUNIÓN. INSISTA EN LA PUNTUALIDAD.**



# SESIÓN 2

DÍA 2

## El cuerpo de la mujer y del hombre

### Objetivos:

1. Que identifiquen nombres y funciones de los genitales internos y externos de la mujer y del hombre.
2. Que identifiquen como funciona el ciclo de la mujer.

### Actividades:

1. Registro de participantes
2. Bienvenida y resumen de la reunión anterior
3. Genitales externos de la mujer
4. Genitales internos de la mujer
5. Genitales externos del hombre
6. Genitales internos del hombre
7. El ciclo de la mujer
8. Instrucciones para la siguiente reunión

### Materiales:

- Gafetes
- Marcadores
- Masking tape
- Hoja de asistencia
- Lapicero
- Almohadilla con tinta
- Dos rompecabezas de genitales externos de la mujer
- Dos rompecabezas de genitales internos de la mujer
- Dos rompecabezas de genitales externos del hombre
- Dos rompecabezas de genitales internos del hombre
- Lámina del ciclo
- Bola de papel (reciclado)

#### TIEMPO ESTIMADO

 4 horas  
30 minutos



Pegue en la pared: las reglas del taller, los papelógrafos y hojas utilizadas en la sesión anterior. Ponga la mesa de materiales a la vista y explique para que sirve.



## Actividad 1 REGISTRO DE PARTICIPANTES

### Objetivo:

Que las participantes se registren en el listado, mientras se espera a que llegue la mayoría.

### Materiales:

Gafetes  
Marcadores  
Masking Tape  
Hoja de asistencia  
Lapicero  
Almohadilla con tinta

1. LLENE UN GAFETE CON SU NOMBRE Y PÉGUESELO EN EL PECHO.
2. DÉ LA BIENVENIDA A QUIENES VAN LLEGANDO.
3. ENTREGUE EL GAFETE CON EL NOMBRE DE LA COMADRONA Y MASKING TAPE.
4. PIDA QUE LLENEN LA HOJA DE ASISTENCIA [AYUDE A LAS PERSONAS QUE NO SABEN ESCRIBIR].
5. HABLE CON ELLAS ACERCA DE CUALQUIER TEMA, DIFERENTE DE LOS TEMAS DE ESTA GUÍA. POR EJEMPLO, LA RAZÓN DEL RETRASO A QUIENES LLEGUEN DESPUÉS DE LA HORA CONVOCADA Y LA IMPORTANCIA DE LLEGAR PUNTUAL.
6. ESPERE 15 MINUTOS MÁXIMO PARA INICIAR.



## Actividad 2 Bienvenida y resumen de la sesión anterior

30 minutos

### Objetivo:

Romper el hielo y hacer recordatorio de la sesión anterior.

### Dinámica:

Plenaria

### Materiales:

Ninguno

1. DÉ LA BIENVENIDA.
2. HAGA DINÁMICA ROMPEHIELO.
3. PREGUNTE Y AL FINAL ACLARE:
  - 3.1 ¿Cuáles son las reglas del taller?
  - 3.2 ¿Qué significa “vivir bien”?
  - 3.3 ¿Quiénes tienen derecho a “vivir bien”?
  - 3.4 ¿Por qué es importante la educación para tener una vida mejor?
  - 3.5 ¿Cómo ayuda a “vivir mejor” tener solo los hijos (as) que se pueden mantener?
  - 3.6 ¿Cómo ayuda a “vivir mejor” cuando se tienen los hijos (as) al menos cada tres años?
  - 3.7 ¿Cómo puede ayudar la planificación familiar a “vivir mejor”?

**Objetivo:**

Que identifiquen nombres y funciones de los genitales externos de la mujer.

**Dinámica:**

Mural de tareas

Rompecabezas

**Materiales:**

Dos rompecabezas de genitales externos de la mujer

Masking tape

1. **MURAL DE GENITALES EXTERNOS DE LA MUJER (TAREA):**  
Quienes llevaron la tarea en papel, que lo peguen y lo expliquen.  
Quienes no lo llevaron en papel, que lo expliquen.
2. **PREGUNTE:**
  - 2.1 ¿Qué otros nombres se les dan a los genitales?
  - 2.2 Como comadrona, ¿por qué es importante conocer los nombres correctos de los genitales externos de la mujer?
3. **ARME EL ROMPECABEZAS CON AYUDA DE ELLAS. PREGUNTE EL NOMBRE Y FUNCIÓN DE CADA GENITAL ASOCIÁNDOLO CON LO QUE VEN CUANDO ATIENDEN UN PARTO Y LUEGO COMPLEMENTE.** [PIDA QUE VAYAN REPITIENDO EN VOZ ALTA LO QUE SE DICE].
4. **DESARME EL ROMPECABEZAS Y REPITA EL PUNTO 3.**
5. **FORME DOS EQUIPOS**
6. **ENTREGUE UN ROMPECABEZAS DESARMADO A CADA EQUIPO.**
7. **DÉ INSTRUCCIONES:**
  - 7.1 Cada equipo, armará el rompecabezas y dirá los nombres y funciones de los genitales.
  - 7.2 Al finalizar, pasarán a armarlo entre todos y a decir el nombre y función de cada genital.
  - 7.3 Tendrán 10 minutos para armarlo
8. **INICIE. RECUÉRDELES QUE TENDRÁN 10 MINUTOS.**
9. **EXPOSICIÓN DE EQUIPOS**  
[QUE SE AYUDEN ENTRE LAS DEL MISMO EQUIPO].
10. **PREGUNTE SI HAY DUDAS Y RESPÓNDALAS**
11. **CONCLUYA EN PLENARIA Y PIDA A DOS VOLUNTARIAS QUE HAGAN EL REPASO.**



### Objetivo:

Que identifiquen nombres y funciones de los genitales internos de la mujer.

### Dinámica:

Mural de tareas  
Rompecabezas

### Materiales:

Dos rompecabezas de genitales internos de la mujer  
Masking tape  
Lámina del ciclo

1. **MURAL DE GENITALES INTERNOS DE LA MUJER (TAREA):** Quienes llevaron la tarea en papel, que lo peguen y lo expliquen. Quienes no lo llevaron en papel, que lo expliquen.
2. **PREGUNTE:** como comadrona, ¿por qué es importante conocer los nombres correctos de los genitales internos de la mujer y sus funciones?
3. **ARME EL ROMPECABEZAS CON AYUDA DE ELLAS. PREGUNTE EL NOMBRE Y FUNCIÓN DE CADA GENITAL Y LUEGO COMPLEMENTE.**  
[PIDAN QUE VAYAN REPITIENDO EN VOZ ALTA LO QUE SE DICE].  
[EXPLIQUE QUE ES EL ÓVULO].  
[EXPLIQUE DÓNDE SE HACE LA OPERACIÓN DE LA MUJER].
4. **PREGUNTE:** ¿A qué edad podría quedar embarazada la mujer? ¿Por qué?
5. **DESARME EL ROMPECABEZAS Y REPITA EL PUNTO 3.**
6. **EXPLIQUE DÓNDE SE TOMA LA MUESTRA PARA EL PAPANICOLAU Y LA IMPORTANCIA DE HACERLO CADA AÑO.**
7. **FORME DOS EQUIPOS.**
8. **ENTREGUE UN ROMPECABEZAS DESARMADO A CADA EQUIPO.**
9. **DÉ INSTRUCCIONES:**
  - 9.1 Cada equipo por separado, armará el rompecabezas y dirá los nombres y funciones de los genitales.
  - 9.2 Al finalizar, pasarán a armarlo y a decir los nombres y funciones.
  - 9.3 Tendrán 10 minutos para armarlo.
10. **INICIE. RECUÉRDELES QUE TENDRÁN 10 MINUTOS.**
11. **EXPOSICIÓN DE EQUIPOS**
12. **PREGUNTE SI HAY DUDAS Y RESPÓNDALAS.**
13. **CONCLUYA EN PLENARIA Y PIDA A DOS VOLUNTARIAS QUE HAGAN EL REPASO.**



## Actividad 5 GENITALES EXTERNOS DEL HOMBRE

30 minutos

### Objetivo:

Que identifiquen nombres y funciones de los genitales externos del hombre.

### Dinámica:

Mural de tareas  
Rompecabezas

### Materiales:

Dos rompecabezas de genitales externos del hombre

*Masking tape*

1. **MURAL DE GENITALES EXTERNOS DEL HOMBRE (TAREA):** Quienes llevaron la tarea en papel, que lo peguen y lo expliquen. Quienes no lo llevaron en papel, que lo expliquen.
2. **PREGUNTE:**
  - 2.1 ¿Qué otros nombres se les dan?
  - 2.2 ¿Cómo comadrona ¿por qué es importante conocer los nombres correctos de los genitales externos del hombre?
3. **ARME EL ROMPECABEZAS CON AYUDA DE ELLAS, PREGUNTE NOMBRE Y FUNCIÓN DE CADA GENITAL Y LUEGO COMPLEMENTE** [PIDA QUE VAYAN REPITIENDO EN VOZ ALTA LO QUE SE DICE].
4. **DESARME EL ROMPECABEZAS Y REPITA EL PUNTO 3.**
5. **FORME DOS EQUIPOS.**
6. **ENTREGUE UN ROMPECABEZAS DESARMADO A CADA EQUIPO.**
7. **DÉ INSTRUCCIONES:**
  - 7.1 Cada equipo por separado, armará el rompecabezas y dirá los nombres y funciones de los genitales.
  - 7.2 Al finalizar, pasarán a armarlo y dirán los nombres y sus funciones.
  - 7.3 Tendrá 10 minutos para armarlo.
8. **INICIE, RECUÉRDELES QUE TENDRÁN 10 MINUTOS.**
9. **EXPOSICION DE EQUIPOS**
10. **PREGUNTE SI HAY DUDAS Y RESPÓNDALAS.**
11. **CONCLUYA EN PLENARIA Y PIDA A DOS VOLUNTARIAS QUE HAGAN EL REPASO.**



## Actividad 6 GENITALES INTERNOS DEL HOMBRE

30 minutos

### Objetivo:

Que identifiquen nombres y funciones de los genitales internos del hombre.

### Dinámica:

Mural de tareas  
Rompecabezas

### Materiales:

Dos rompecabezas de genitales internos del hombre

*Masking tape*

1. **MURAL DE GENITALES INTERNOS DEL HOMBRE (TAREA):** quienes llevaron la tarea en papel, que lo peguen y lo expliquen. Quienes no lo llevaron en papel, que lo expliquen.
2. **PREGUNTE:**
  - 2.1 ¿Qué otros nombres se les dan?
  - 2.2 Como comadrona ¿por qué es importante conocer los nombres correctos de los genitales internos del hombre?
3. **ARME EL ROMPECABEZAS CON AYUDA DE ELLAS, PREGUNTE NOMBRE Y FUNCIÓN DE CADA GENITAL Y LUEGO COMPLEMENTE.** [PIDA QUE VAYAN REPITIENDO EN VOZ ALTA LO QUE SE DICE]  
[EMPIECE POR LOS TESTÍCULOS Y LUEGO SIGA CON LOS DEMÁS GENITALES EN ORDEN DE RECORRIDO DE LOS ESPERMATOZOIDES. EXPLIQUE QUÉ SON LOS ESPERMATOZOIDES].  
[EXPLIQUE DÓNDE SE HACE LA OPERACIÓN DEL HOMBRE].

*continúa siguiente página*

4. **PREGUNTE:** ¿a qué edad podría el hombre embarazar a una mujer? ¿Por qué?
5. **DESARME EL ROMPECABEZAS Y REPITA EL PUNTO 3.**
6. **FORME DOS EQUIPOS.**
7. **ENTREGUE UN ROMPECABEZAS DESARMADO A CADA EQUIPO.**
8. **DÉ INSTRUCCIONES:**
  - 8.1 Cada equipo por separado, armará el rompecabezas y dirá los nombres y funciones de los genitales.
  - 8.2 Al finalizar, pasarán a armarlo y a decir los nombres y funciones de cada genital, empezando por los testículos y luego en dirección del recorrido de los espermatozoides.
  - 8.3 Tendrán 10 minutos para armarlo.
9. **INICIE. RECUÉRDELES QUE TENDRÁN 10 MINUTOS.**
10. **EXPOSICIÓN DE EQUIPOS**
11. **PREGUNTE SI HAY DUDAS Y RESPÓNDALAS.**
12. **CONCLUYA EN PLENARIA Y PIDA A DOS VOLUNTARIAS QUE HAGAN EL REPASO.**



## Actividad 7 CICLO DE LA MUJER

1 hora 30 minutos

### Objetivo:

Que identifiquen cómo funciona el ciclo de la mujer.

### Dinámica:

Pelota caliente

### Materiales:

Bola de papel (reciclado)

Lámina del ciclo

1. **PIDA QUE SE PAREN Y FORMEN UN CÍRCULO.**
2. **EXPLIQUE LA ACTIVIDAD:** se lanzarán entre si una pelota. Quien tenga la pelota al momento que pare el ruido deberá responder la pregunta.
3. **INICIE. LANCE LA PELOTA A LA PRIMER PARTICIPANTE.**
4. **PREGUNTE AL MENOS A TRES PERSONAS Y AL FINAL DE CADA RESPUESTA EXPLIQUE [USE LÁMINAS ]**
  - 4.1 ¿Qué es un ciclo?
  - 4.2 ¿Qué es el ciclo de mujer? [EXPLIQUE EN DETALLE TODO EL PROCESO: CÓMO OCURRE Y POR QUE SE DA LA MENSTRUACIÓN, LOS DÍAS FÉRTILES E INFÉRTILES].
  - 4.3 ¿De cuántos días es el ciclo de la mujer? [ACLARE QUE CADA MUJER ES DIFERENTE EN EL NÚMERO DE DÍAS DE SU CICLO Y QUE NO ES SINÓNIMO DE "MES"].
  - 4.4 ¿Cómo se produce un embarazo? ¿En qué momento del ciclo podría ocurrir un embarazo?
  - 4.5 ¿Qué tipo de relaciones sexuales son las que si ponen en riesgo de embarazo? [AVERIGÜE MITOS Y ACLARE].
  - 4.6 ¿Qué tipo de relaciones sexuales son las que no ponen en riesgo de embarazo? [AVERIGÜE MITOS Y ACLARE].

continúa siguiente página

**5. REPASO:**

- 5.1 ¿Qué es el ciclo de la mujer?
- 5.2 ¿Cuándo empieza y cuando termina el ciclo de la mujer?
- 5.3 ¿De cuántos días es el ciclo de la mujer?
- 5.4 ¿Se puede dar un embarazo cuando la mujer tiene su regla?
- 5.5 ¿Por qué?
- 5.6 ¿En qué momento del ciclo podría producirse un embarazo?
- 5.7 ¿Por qué?
- 5.8 ¿El hombre será fértil todos los días o solo algunos? ¿Por qué?  
[REFUERCE QUE CUANDO EL HOMBRE NO SE HA OPERADO O UNOS DÍAS DESPÚES DE LA OPERACIÓN, EL LIQUIDO PREEYACULATORIO TIENE ESPERMATOZOIDES].

**6. CONCLUYA EN PLENARIA Y ACLARE QUE TODOS LOS CUERPOS SON DIFERENTES, POR LO QUE PARA SABER EXACTAMENTE QUÉ DÍAS ES FÉRTIL UNA MUJER, LA COMADRONA DEBE REFERIR AL SERVICIO DE SALUD.**



**Actividad 8**

**INSTRUCCIONES PARA LA SIGUIENTE REUNIÓN**

- TAREA
- CIERRE

15 minutos

1. **FORME CINCO EQUIPOS**
2. **EXPLIQUE LA TAREA PARA LA SIGUIENTE REUNIÓN** [DIGA QUE PUEDEN LLEVARLA DIBUJADA, ESCRITA O EN LA MENTE]
3. **ASIGNE TAREAS POR EQUIPO:**
  - EQUIPO 1:** Averiguar los riesgos de embarazos en mujeres menores de 20 años.
  - EQUIPO 2:** Averiguar los riesgos de embarazo en mujeres mayores de 35 años.
  - EQUIPO 3:** Averiguar los riesgos de tener muchos hijos (as) muy seguido.
  - EQUIPO 4:** Averiguar los riesgos de tener muchos hijos (as).
  - EQUIPO 5:** Averiguar con las personas de la comunidad, cuáles son los beneficios de planificar la familia.
4. **CIERRE DE LA REUNIÓN: PREGUNTE QUÉ APRENDIERON ESE DÍA Y CÓMO LES SERVIRÁ.**
5. **DIGA LA FECHA, HORA Y LUGAR DE LA PRÓXIMA SESIÓN. INSISTA EN LA PUNTUALIDAD.**



# SESIÓN 3

DÍA 3

## Cuántos y cada cuánto tener los hijos(as)

### Objetivos:

1. Que identifiquen los riesgos de embarazos tempranos y tardíos.
2. Que identifiquen riesgos de multiparidad y de espacio intergenésico menor de tres años.
3. Que conozcan el contenido de la Ley de Planificación Familiar.
4. Que comprendan qué significa decisión libre e informada.
5. Reforzar los conocimientos y las actitudes positivas hacia la planificación familiar.
6. Reforzar la responsabilidad compartida de mujeres y hombres, individualmente o en pareja sobre cuántos hijos (as) tener y cada cuánto.

### Actividades:

1. Registro de participantes
2. Bienvenida y resumen de la sesión anterior
3. Riesgos de embarazo temprano y tardío
4. Ni muchos (as), ni muy seguidos (as)
5. La Ley de Planificación Familiar. Decisión libre e informada
6. Beneficios de la Ley de Planificación Familiar y responsabilidad compartida
7. Instrucciones para la siguiente reunión

### Materiales:

- Gafetes
- Marcadores
- Masking tape
- Hoja de asistencia
- Lapicero
- Almohadilla con tinta
- Cara alegre
- Cara triste
- Rompecabezas de genitales internos y externos del hombre y de la mujer
- Recorte de mujer embarazada menor de 20 años
- Recorte de mujer embarazada mayor de 35 años
- Recorte de familia con muchos hijos (as) y seguidos
- Una vejiga para cada participante y dos para el/la facilitadora
- Ley de Planificación Familiar para cada participante y una para el/la facilitadora
- Recortes que representen: vivienda digna, participación, comunitaria, trabajo, descanso, recreación, alimentación, salud, vestido, educación, violencia, desnutrición, falta de trabajo, vestimenta muy pobre, muchos hijos (as) y seguidos
- Recortes que representen tareas respecto al cuidado de los hijos (as)

#### TIEMPO ESTIMADO

 4 horas  
30 minutos



Pegue en la pared: las reglas del taller, los papelógrafos y hojas utilizadas en las sesiones anteriores ponga la mesa de materiales a la vista y explique para que sirve.



## Actividad 1 REGISTRO DE PARTICIPANTES

### Objetivo:

Que las participantes se registren en el listado, mientras se espera a que llegue la mayoría.

### Materiales:

Gafetes  
Marcadores  
Masking tape  
Hoja de asistencia  
Lapicero  
Almohadilla con tinta

1. LLENE UN GAFETE CON SU NOMBRE Y PÉGUESELO EN EL PECHO.
2. DÉ LA BIENVENIDA A QUIENES VAN LLEGANDO.
3. ENTREGUE EL GAFETE CON EL NOMBRE DE LA COMADRONA Y MASKING TAPE.
4. PIDA QUE LLENEN LA HOJA DE ASISTENCIA [AYUDE A LAS PERSONAS QUE NO SABEN ESCRIBIR].
5. HABLE CON ELLAS ACERCA DE CUALQUIER TEMA, DIFERENTE DE LOS TEMAS DE ESTA GUÍA POR EJEMPLO: LA RAZÓN DEL RETRASO A QUIENES LLEGUEN DESPUÉS DE LA HORA CONVOCADA Y LA IMPORTANCIA DE LLEGAR PUNTUAL.
6. ESPERE 15 MINUTOS MÁXIMO PARA INICIAR.



## Actividad 2 Bienvenida y resumen de la sesión anterior

30 minutos

### Objetivo:

Romper el hielo y hacer recordatorio de la sesión anterior.

### Dinámica:

Plenaria

### Materiales:

Rompecabezas de genitales internos y externos del hombre y de la mujer

1. DÉ LA BIENVENIDA.
2. HAGA DINÁMICA ROMPEHIELO.
3. PREGUNTE Y AL FINAL ACLARE: [PIDA QUE USEN LOS ROMPECABEZAS PARA EXPLICAR]
  - 3.1 ¿Cuáles son los genitales externos de la mujer?
  - 3.2 ¿Cuáles son los genitales internos de la mujer?
  - 3.3 ¿Cuáles son los genitales externos del hombre?
  - 3.4 ¿Cuáles son los genitales internos del hombre?
  - 3.5 ¿Qué es el ciclo de la mujer?
  - 3.6 ¿Cuáles son los días fértiles de la mujer?
  - 3.7 ¿Cuáles son los días infértiles de la mujer?
  - 3.8 ¿Cuándo se produce la menstruación?
  - 3.9 ¿Cómo se produce un embarazo?

**Objetivo:**

Que identifique los riesgos de embarazos tempranos y tardíos.

**Dinámica:**

Análisis de casos

**Materiales:**

Recorte de mujer embarazada menor de 20 años

Recorte de mujer embarazada mayor de 35 años

1. **FORME EQUIPOS**
2. **ENTREGUE EL RECORTE DE LA MUJER EMBARAZADA MENOR DE 20 AÑOS A UN EQUIPO Y EL RECORTE DE MUJER EMBARAZADA MAYOR DE 35 AÑOS AL OTRO EQUIPO.**
3. **DÉ INSTRUCCIONES:**
  - 3.1 Cada equipo se reunirá y hablará de los riesgos que representa el embarazo de la mujer que les tocó [PIDA QUE HABLEN SOBRE LO QUE AVERIGUARON PARA HACER EL EJERCICIO]
  - 3.2 Después pasarán a exponer lo que hablaron.
  - 3.3 Tendrán 20 minutos.
4. **INICIE. RECUÉRDELES QUE TENDRÁN 20 MINUTOS.**
5. **EXPOSICIÓN DE AMBOS EQUIPOS [MOTIVE AL ANÁLISIS DE LOS RIESGOS/CONSECUENCIAS].**
  - 5.1 Para la salud de la mujer
  - 5.2 Para la salud del recién nacido (a)
  - 5.3 Económicos
  - 5.4 Para la familia
  - 5.5 Para el hombre
  - 5.6 [A LA MUJER MAYOR DE 35 AÑOS]: para la salud de los niños (as) que ya tiene
  - 5.7 Para la comunidad
6. **EXPOSICIÓN DE AMBOS EQUIPOS, SI LA MUJER MUERE [MOTIVE AL ANÁLISIS DE LOS RIESGOS/CONSECUENCIAS DE LA MUERTE MATERNA]**
  - 6.1 Para el recién nacido (a)
  - 6.2 Para la familia [AVERIGÜE CÓMO AFECTA TAMBIÉN AL HOMBRE]
  - 6.3 Para la comunidad
7. **REPASO/CONCLUSIONES. PREGUNTE:**
  - 7.1 ¿Cuáles son los riesgos y las consecuencias de tener hijo (as) antes de 20 años? ¿A quiénes afecta?
  - 7.2 ¿Cuáles son los riesgos y las consecuencias de tener hijos (as) después de los 35 años? ¿A quienes afecta?
  - 7.3 ¿Se dan estos casos en su comunidad? ¿Por qué?
  - 7.4 ¿Cuál es la edad ideal para tener a los hijos (as)?
  - 7.5 ¿Qué podría hacer una mujer menor de 20 años para evitar un embarazo?
  - 7.6 ¿Qué podría hacer una mujer mayor de 35 años para evitar un embarazo?
8. **ESTABLEZCA COMPROMISO. PREGUNTE: ¿cómo podría ayudar la comadrona para que las mujeres no se embarazen antes de los 20 años y después de los 35 años? [PIDA QUE HAGAN UN COMPROMISO Y QUE LO REPITAN TRES VECES].**



### Objetivo:

Que identifiquen riesgos de multiparidad y de espacio intergenésico menor de tres años.

### Dinámica:

Lluvia de ideas

Análisis de caso

Inflando vejigas

### Material:

Recorte de familia con muchos hijos (as) y seguidos

Una vejiga para cada participante y dos para el/la facilitadora

### NI MUCHOS (AS)

1. **EXPLIQUE LA ACTIVIDAD:** Entre todas, analizarán el caso del recorte. Para eso, responderán a las preguntas que se les hará
2. **PEGUE EL PAPELÓGRAFO DE LA “FAMILIA TRISTE” CON LOS RECORTES QUE PEGARON EN LA PRIMERA SESIÓN. PIDA QUE SE PAREN A VERLO.**
3. **PREGUNTE [MOTIVE A LA REFLEXIÓN]**
  - 3.1 ¿Existe el número ideal de hijos (as) que cada persona o pareja pueda mantener bien? ¿Por qué? [AVERIGÜE MITOS SOBRE EL NÚMERO PREDETERMINADO DE HIJOS (AS) Y PIDA QUE LE AYUDEN A DESMITIFICAR] QUE ASOCIEN CON “VIVIR BIEN”].
  - 3.2 ¿Cómo creen que viven esas personas?
  - 3.3 ¿Qué necesitan para vivir bien?
  - 3.4 ¿Tendrán lo que necesitan para vivir bien? [RESPONDEN NO:] ¿por qué no lo tienen?
  - 3.5 ¿Afecta o no, que hayan muchos niños (as) en la familia? [AVERIGÜE COMO LE AFECTA TAMBIÉN AL HOMBRE]
  - 3.6 ¿Qué podrían hacer las personas para no tener mucho hijos (as)?

### NI MUY SEGUIDOS (AS)

4. **DIGA QUE LA VEJIGA REPRESENTA LO QUE SUCEDE EN LA MATRIZ DE LA MUJER CUANDO HAY EMBARAZOS.**
5. **INFLE LA VEJIGA VARIAS VECES Y MUESTRE CÓMO SE VA ESTIRANDO. COMPÁRELA CON UNA NUEVA.**
6. **ENTREGUE UNA VEJIGA SIN INFLAR A CADA PARTICIPANTE Y PIDA QUE LA INFLEN Y DESINFLEN VARIAS VECES [MOTIVE A LA REFLEXIÓN DE LO QUE SUCEDE CON LA MATRIZ CUANDO EL TIEMPO ENTRE CADA EMBARAZO ES MENOR DE 3 AÑOS]**
7. **PREGUNTE Y AL FINAL, ACLARE:**
  - 7.1 ¿Qué pasa cuando se tienen los hijos (as) muy seguidos? [MOTIVE A LA REFLEXIÓN DE LAS CONSECUENCIAS PARA LA SALUD, ECONÓMICAS Y SOCIALES].
  - 7.2 ¿Cada cuanto es mejor tener a los hijos (as) ¿por qué?
  - 7.3 ¿A quienes afecta que la mujer tenga los hijos (as) seguidos? ¿Por qué?
8. **PREGUNTE:**
  - 8.1 ¿Cómo afecta a la comadrona que las mujeres tengan los hijos (as) muy seguidos? ¿Por qué?
  - 8.2 ¿Qué puede hacer la comadrona para que las mujeres y las parejas tengan los hijos (as) al menos cada tres años?
  - 8.3 ¿Qué puede hacer la comadrona para ayudar a que las mujeres y las parejas tengan solo los hijos (as) que puedan mantener?
9. **REFUERCE EL ROL DE LA COMADRONA: SENSIBILIZAR Y REFERIR POR CONSEJERÍA Y MÉTODOS DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR.**



## Actividad 5

### LA LEY DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR DECISIÓN LIBRE E INFORMADA

1 hora 30 minutos

#### Objetivos:

1. Que conozcan el contenido de la Ley de Planificación Familiar.
2. Que comprendan lo que significa decisión libre e informada.

#### Dinámica:

Interpretación de ilustraciones en equipos  
Análisis en plenaria

#### Materiales:

Ley de Planificación Familiar para cada participante y una para el/la facilitadora

Masking tape

1. **PREGUNTE Y AL FINALIZAR COMPLEMENTE:** ¿Qué es una ley, para qué sirve?
2. **FORME DOS EQUIPOS**
3. **INICIE. RECUÉRDELES QUE TENDRÁN 20 MINUTOS.**
4. **EXPOSICIÓN DE EQUIPOS.**
5. **LEA LA INTRODUCCIÓN DE LA LEY DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR Y PIDA AL MENOS TRES VOLUNTARIAS QUE EXPLIQUEN LO QUE ESCUCHARON.**
6. **PREGUNTE Y AL FINALIZAR LAS RESPUESTAS, COMPLEMENTE:**
  - 6.1 Para que es la Ley de Planificación Familiar?
  - 6.2 ¿La planificación familiar es un derecho? ¿Por qué?
  - 6.3 ¿Tendrán los mismos derechos hombres y mujeres? ¿Por qué?
  - 6.4 ¿Para quienes es la planificación familiar?
  - 6.5 ¿Qué es la salud reproductiva? [REFUERCE LA IMPORTANCIA DE CADA COMPONENTE].
  - 6.6 ¿Quién decide si desea planificar o no la familia? ¿Por qué? [REFUERCE SOBRE LA DECISIÓN INDIVIDUAL O DE PAREJA].
  - 6.7 ¿Quién decide qué método usar? ¿Por qué?
  - 6.8 ¿Qué puede hacer la comadrona si una persona o pareja no tiene información sobre los beneficios de la planificación familiar?
  - 6.9 ¿Qué puede hacer la comadrona si una persona o pareja desea usar un método de planificación familiar?
  - 6.10 ¿Qué puede hacer la comadrona si una persona o pareja no desea planificar su familia?
7. **HAGA UN REPASO EN PLENARIA DE LO MÁS IMPORTANTE EN LA LEY Y SOBRE LA RESPONSABILIDAD DEL PERSONAL DE SALUD PARA CUMPLIR CON LA LEY.**
8. **ESTABLEZCA COMPROMISO: LA COMADRONA PUEDE SENSIBILIZAR SOBRE LOS BENEFICIOS DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR Y REFERIR O ACOMPAÑAR POR CONSEJERÍA Y MÉTODO.**



## Actividad 6

# BENEFICIOS DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR Y RESPONSABILIDAD COMPARTIDA

🕒 1 hora 30 minutos

### Objetivos:

1. Reforzar los conocimientos y las actitudes positivas hacia la planificación Familiar.
2. Reforzar la responsabilidad compartida de mujeres y hombres, individualmente o en parejas sobre cuánto hijos (as) tener y cada cuanto.

### Dinámica:

Decidiendo por cara triste o alegre  
Tareas cruzadas

### Materiales:

1. Recortes que representen:
  - Vivienda digna
  - Participación comunitaria
  - Trabajo
  - Descanso, recreación
  - Alimentación
  - Salud
  - Vestido
  - Educación
  - Violencia
  - Desnutrición
  - Falta de trabajo
  - Vestimenta muy pobre
  - Muchos hijos (as) y seguidos
2. Cara alegre
3. Cara triste
4. Recortes que representen tareas respecto al cuidado de los hijos (as)
5. Papelógrafo
6. Masking tape

### BENEFICIOS DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR

1. PEGUE LA CARA TRISTE EN LA PARED DERECHA Y LA CARA ALEGRE EN LA PARED IZQUIERDA
2. ENTREGUE UN RECORTE A CADA PERSONA.
3. DÉ INSTRUCCIONES:
  - 3.1 Deberán pensar si el recorte que les tocó va alrededor de la “cara triste” o la “cara alegre” y lo pegarán donde crean que va.
  - 3.2 Cada una explicará por qué pegó debajo de la: “cara alegre o triste”
4. INICIE. DÉ UNOS MINUTOS PARA QUE REFLEXIONEN SOBRE EL RECORTE QUE LES TOCÓ Y QUE LO PEGUEN DONDE CREEN QUE VA.
5. EXPOSICIÓN DE PARTICIPANTES DE “CARA ALEGRE” [MOTIVE AL ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN QUE LE TOCÓ A CADA UNA. PIDA QUE LO ASOCIEN CON LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR]
6. EXPOSICIÓN DE PARTICIPANTES DE “CARA TRISTE” [MOTIVE AL ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN QUE LE TOCÓ A CADA UNA. PIDA QUE LO ASOCIEN CON LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR].
7. PREGUNTE:
  - 7.1 ¿Por qué hay personas que no desean planificar su familia?
  - 7.2 ¿Cuáles son los beneficios de planificar la familia?
  - 7.3 ¿Qué puede hacer la comadrona para que las personas comprendan los beneficios de planificar la familia?
8. RESPONSABILIDAD DEL HOMBRE Y DE LA MUJER [CONCLUYA EN PLENARIA SOBRE LOS BENEFICIOS DE PLANIFICAR LA FAMILIA].

### RESPONSABILIDAD DEL HOMBRE Y DE LA MUJER

9. PREGUNTE: ¿cuales son las tareas que la mujer realiza?
  - 9.1 [ANOTE AL CENTRO DEL PAPELÓGRAFO LAS RESPUESTAS]
  - 9.2 [ASEGÚRESE QUE MENCIONEN ACTIVIDADES RELACIONADAS CON LOS DERECHOS HUMANOS].
10. PEGUE UN RECORTE DE LA MUJER DEL LADO IZQUIERDO Y UNO DEL HOMBRE DEL LADO DERECHO.

*continúa siguiente página*

11. **PREGUNTE CON CADA TAREA PARA MOTIVAR AL ANÁLISIS:** ¿es una tarea sólo de la mujer o también le corresponde al hombre? ¿Por qué?
  - 11.1 [SI LA RESPUESTA ES QUE CORRESPONDE A AMBOS, HAGA UNA FLECHA QUE SEÑALE A AMBOS. SI NO, AVERIGÜE POR QUÉ LO CREEN].
  - 11.2 [EXPLIQUE LO QUE SIGNIFICA IGUALDAD DE GÉNERO].
12. **CONCLUYA EN PLENARIA: LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR ES UNA RESPONSABILIDAD COMPARTIDA.**
13. **ESTABLEZCA COMPROMISO ENCAMINADO A LA RESPONSABILIDAD DEL PERSONAL DE SALUD DE SENSIBILIZAR AL HOMBRE Y A LA MUJER INDIVIDUALMENTE O EN PAREJA SOBRE LOS BENEFICIOS DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR Y DE LA RESPONSABILIDAD COMPARTIDA.**



## Actividad 7

### INSTRUCCIONES PARA LA SIGUIENTE REUNIÓN

- TAREA
- CIERRE

 15 minutos

1. **EXPLIQUE LA TAREA PARA LA SIGUIENTE REUNIÓN** [DIGA QUE PUEDEN LLEVARLA DIBUJADA, ESCRITA O EN LA MENTE].
2. **ASIGNE TAREA:**  
Pregunten a las personas de su comunidad qué métodos existen para planificar la familia.
3. **CIERRE DE LA REUNIÓN: PREGUNTE QUÉ APRENDIERON ESE DÍA Y CÓMO LES SERVIRÁ.**
4. **DIGA LA FECHA, HORA Y LUGAR DE LA PRÓXIMA SESIÓN. INSISTA EN LA PUNTUALIDAD.**





# SESIÓN 4

DÍA 4

## Los métodos de Planificación Familiar

### Objetivos:

1. Que identifiquen que los métodos de Planificación Familiar pueden ayudar a prevenir embarazos.
2. Que identifiquen todos los métodos de Planificación Familiar y sus características principales.
3. Que mencionen que para evitar un embarazo, es más seguro utilizar un método de Planificación Familiar que no utilizar ninguno.
4. Que mencionen que los métodos que ofrece el personal de salud pueden ayudar a evitar embarazos.

### Actividades:

1. Registro de participantes
2. Bienvenida y resumen de la sesión anterior
3. Los métodos de planificación Familiar
4. Comparando efectividad de planificación Familiar
5. Inefectividad de los métodos caseros
6. Instrucciones para la siguiente reunión

### Materiales:

- Gafetes
- Marcadores
- Masking tape
- Hoja de asistencia
- Lapicero
- Almohadilla con tinta
- Rotafolio de Planificación Familiar
- Muestrario de métodos: condón, pastilla, T de cobre, inyección, Jadelle
- Folletos de métodos para después del parto, uno para cada participante
- Folletos de todos los métodos, uno para cada participante
- Tres hojas de papel para reciclar
- 99 frijoles blancos y un frijol negro
- 15 frijoles blancos y 85 frijoles negros
- Métodos caseros que usan en la comunidad

#### TIEMPO ESTIMADO

 4 horas  
45 minutos



Pegue en la pared: las reglas del taller, los papelógrafos y hojas utilizadas en las sesiones anteriores ponga la mesa de materiales a la vista y explique para que sirve.



## Actividad 1 REGISTRO DE PARTICIPANTES

### Objetivo:

Que las participantes se registren en el listado, mientras se espera a que llegue la mayoría.

### Materiales:

Gafetes  
Marcadores  
Masking tape  
Hoja de asistencia  
Lapicero  
Almohadilla con tinta

1. LLENE UN GAFETE CON SU NOMBRE Y PÉGUESELO EN EL PECHO.
2. DÉ LA BIENVENIDA A QUIENES VAN LLEGANDO.
3. ENTREGUE EL GAFETE CON EL NOMBRE DE LA COMADRONA Y MASKING TAPE
4. PIDA QUE LLENEN LA HOJA DE ASISTENCIA [AYUDE A LAS PERSONAS QUE NO SABEN ESCRIBIR].
5. HABLE CON ELLAS ACERCA DE CUALQUIER TEMA, DIFERENTE DE LOS TEMAS DE ESTA GUIA. POR EJEMPLO: LA RAZÓN DEL RETRASO A QUIENES LLEGUEN DESPUÉS DE LA HORA CONVOCADA Y LA IMPORTANCIA DE LLEGAR PUNTUAL.
6. ESPERE 15 MINUTOS MÁXIMO PARA INICIAR.



## Actividad 2 BIENVENIDA Y RESUMEN DE LA SESIÓN ANTERIOR

30 minutos

### Objetivo:

Romper el hielo y hacer recordatorio de la sesión anterior.

### Dinámica:

Plenaria

### Materiales:

Ninguno

1. DÉ LA BIENVENIDA.
2. HAGA DINÁMICA ROMPEHIELO.
3. PREGUNTE Y AL FINAL ACLARE:
  - 3.1 ¿Cuál es la mejor edad para tener a los hijos (as)? ¿Por qué?
  - 3.2 ¿Existe un número ideal de hijos (as)? ¿Por qué?
  - 3.3 ¿Cada cuanto es mejor tener a los hijos (as) ¿por qué?
  - 3.4 ¿Qué dice la Ley de Planificación Familiar? ¿Para quienes es?
  - 3.5 ¿Quién decide utilizar o no un método para planificar la familia?
  - 3.6 ¿Quién decide qué método usar?
  - 3.7 ¿Cuidar a los hijos (as) es tarea sólo de la mujer o también del hombre? ¿Por qué?

**Objetivos:**

1. Que identifiquen que los métodos de planificación familiar pueden ayudar a prevenir embarazos.
2. Que identifiquen todos los métodos de planificación familiar y sus características principales.

**Dinámica:**

Exposición de tareas

Tocando métodos

Lotería

**Materiales:**

Rotafolio de planificación Familiar

Muestrario de métodos: condón, pastilla de cobre, Inyección, jadelle

Folleto de métodos para después del parto, uno para cada participante

Folleto de todos los métodos, uno para cada participante

Tres hojas de papel para reciclar

1. **CON LA AYUDA DE ELLAS, HAGA UN REPASO GRÁFICO DE CÓMO SE PRODUCE UN EMBARAZO.**
2. **PIDA QUE PEGUEN Y/O CUENTEN LO QUE AVERIGUARON EN LA COMUNIDAD SOBRE QUÉ MÉTODOS EXISTEN PARA PLANIFICAR LA FAMILIA (TAREA).**
3. **REFUERCE QUE NO HAY NÚMERO PREDETERMINADO DE HIJOS O HIJAS A TENER.**
4. **PREGUNTE Y AL FINALIZAR EXPLIQUE:**
  - 4.1 ¿Podrán hacer algo las personas para evitar un embarazo?  
¿Qué pueden hacer?
  - 4.2 ¿Qué métodos conocen para planificar la familia?
5. **ENTREGUE UN FOLLETO DE TODOS LOS MÉTODOS, PIDA QUE LO HABRAN Y LO VEAN.**
6. **PIDA QUE EXPLIQUEN LO QUE INTERPRETAN DE LAS ILUSTRACIONES.**
7. **PIDA QUE LEAN LA PORTADA Y CONTRAPORTADA O LEA USTED.**
8. **INTERIOR:**
  - 8.1 Explique la clasificación de los métodos y que significa cada clasificación.
9. **EXPLIQUE LO QUE SIGNIFICA “EFECTOS SECUNDARIOS” DE LOS MÉTODOS [DE ALGUNOS EJEMPLOS]**
10. **CON CADA MÉTODO [EN ORDEN DEL FOLLETO].**
  - 10.1 MUESTRE EL MÉTODO. PERMITA QUE TODAS LO TOQUEN.
  - 10.2 REPITA EN QUÉ CLASIFICACIÓN ESTÁ.
  - 10.3 PIDA UNA VOLUNTARIA O LEA LA DESCRIPCIÓN DEL MÉTODO. PIDA QUE VEAN LA ILUSTRACIÓN.
  - 10.4 AVERIGÜE MITOS Y DESMITIFIQUE CON LA AYUDA DE ELLAS.
  - 10.5 EXPLIQUE CÓMO FUNCIONA EN EL CUERPO [ENFATICE CÓMO EVITAN QUE EL ÓVULO Y EL ESPERMATOZOIDE SE JUNTEN].  
  
[CUANDO SEA EL CONDÓN, EXPLIQUE QUE AYUDA A EVITAR INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL, INCLUYENDO EL VIH. QUE EL CONDÓN ES PARA EL HOMBRE].

**10.6 PIDA AL MENOS DOS VOLUNTARIAS QUE HAGAN UN RESUMEN DE LO QUE APRENDIERON DE CADA MÉTODO [DESCRIPCIÓN GENERAL, CLASIFICACIÓN COMO FUNCIONA EN EL CUERPO].**

---

**11. REPITA DEL PUNTO 5 AL 10 CON EL FOLLETO DE MÉTODOS PARA DESPUÉS DEL PARTO.**

---

**12. EXPLIQUE LA ACTIVIDAD:**

- 12.1** Se hará una lotería, utilizando primero el folleto de todos los métodos como cartón y después se repetirá la lotería con el folleto de métodos para después del parto.
- 12.2** Cuando diga algo sobre un método, deberán poner una bolita de papel sobre el método que crean que es.
- 12.3** La lotería se repetirá dos veces con cada folleto. [ENTREGUE UN PEDAZO DE PAPEL A CADA UNA Y PIDAN QUE HAGAN UNAS DIEZ BOLITAS].

**13. INICIE [OBSERVE DÓNDE PONEN LA BOLITA DE PAPEL. VAYA CORRIENDO].**

**13.1 PRIMER JUEGO DE LOTERIA: SIN DECIR QUE MÉTODO ES, DIGA EN QUE CLASIFICACIÓN ESTA Y LEA LO QUE DICE DEL MÉTODO.**

**13.2 SEGUNDO JUEGO DE LOTERÍA: DESCRIBA CÓMO FUNCIONA EL MÉTODO EN EL CUERPO.**

**14. PREGUNTE SI HAY DUDAS.**

**15. EXPLIQUE A DÓNDE PUEDEN IR LAS PERSONAS O PAREJAS PARA MAYOR INFORMACIÓN, CONSEJERÍA Y POR MÉTODO PARA PLANIFICAR LA FAMILIA [MOTÍVELAS A DARLES ACOMPAÑAMIENTO A LAS PERSONAS DE SU COMUNIDAD].**

---

**16. REPITA LA ACTIVIDAD CON EL FOLLETO DE MÉTODOS PARA DESPUÉS DEL PARTO, DESDE EL PUNTO 13.**

**17. CADA UNA SE LLEVA DOS FOLLETOS: UNO DE TODOS LOS MÉTODOS Y UNO DE MÉTODOS PARA DESPUÉS DEL PARTO.**



### Objetivo:

Que mencionen que para evitar un embarazo, es más seguro utilizar un método de planificación familiar que no utilizar ninguno.

### Dinámica:

Comparando grupos de granos

### Materiales:

Efectividad de operación de la mujer: 99 Granos de frijol blanco y un frijol negro (100 en total)

No usar ningún método: 15 granos de frijol blanco y 85 de frijol negro (100 en total)

1. **PREGUNTE**
  - 1.1 ¿Qué es más seguro: utilizar un método para planificar la familia o no utilizar ninguno? ¿Por qué?
  - 1.2 ¿Cuál será la única forma cien por ciento segura para evitar embarazos? [EXPLIQUE QUÉ ES LA ABSTINENCIA].
2. **PIDA QUE SE PAREN ALREDEDOR DE UNA MESA.**
3. **EXPLIQUE LO QUE SIGNIFICA EFECTIVIDAD DE LOS MÉTODOS.**
4. **PONGA DOS GRUPOS DE GRANOS: LOS BLANCOS Y NEGROS DE “EFECTIVIDAD DE OPERACIÓN DE LA MUJER” A LA DERECHA Y LOS GRANOS BLANCOS Y NEGROS DE “NO USAR NINGÚN MÉTODO” A LA IZQUIERDA DE LA MESA.**
5. **EXPLIQUE LO QUE REPRESENTA:**
  - 5.1 **CADA GRUPO:**

[GRUPO DE LA DERECHA: MUJERES QUE SE OPERARON, COMO EJEMPLO].

[GRUPO DE LA IZQUIERDA: MUJERES QUE NO USAN NINGÚN MÉTODO].
  - 5.2 **CADA GRANO:**

[FRIJOLES BLANCOS: MUJERES QUE NO RESULTAN EMBARAZADAS].

[FRIJOLES NEGROS: MUJERES QUE SÍ RESULTAN EMBARAZADAS].
6. **PIDA QUE OBSERVEN Y COMENTEN SOBRE LO QUE VEN, PREGUNTE:**
  - 6.1 Que es más seguro para las personas o parejas que no desean un embarazo: usar un método o no usar ninguno? ¿Por qué?
  - 6.2 ¿Por qué creen que se riega “la bola” de que algún método no funciona? [EXPLIQUE QUE SON EFECTOS SECUNDARIOS, QUE REGULARMENTE DESAPARECEN].

[REFUERCE QUE ALGUNAS PERSONAS NO USAN CORRECTAMENTE EL MÉTODO].
  - 6.3 ¿Qué le dirán a las personas si les dicen que los métodos de planificación familiar no funcionan?
7. **DIGA QUE SI ALGUNA PERSONA TIENE ALGUNA MOLESTIA CON EL MÉTODO, QUE VAYA AL SERVICIO DE SALUD, QUE REFIERA.**
8. **CONCLUYA: PARA EVITAR UN EMBARAZO, ES MÁS SEGURO USAR UN MÉTODO DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR QUE NO USAR NINGUNO.**

**Objetivo:**

Que mencionen que los métodos que ofrece el personal de salud pueden ayudar a evitar embarazos.

**Dinámica:**

Plenaria

**Materiales:**

Métodos caseros que usan en la comunidad

1. **AVERIGÜE QUE MÉTODOS CASEROS DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR CONOCEN O HAN ESCUCHADO.**
2. **AVERIGÜE [MÉTODO POR MÉTODO]:**
  - 2.1 **EL ORIGEN DE LA CREENCIA DEL MÉTODO CASERO.**
  - 2.2 **QUIENES DE LA COMUNIDAD CREEN ESO O SI ELLAS LO CREEN.**
  - 2.3 **SI CREEN QUE FUNCIONAN.**
  - 2.4 **[CREEN QUE SI FUNCIONAN]: CÓMO CREEN QUE FUNCIONAN.**
  - 2.5 **PIDA OTRAS OPINIONES SOBRE EL RUMOR, QUE ENTRE ELLAS, DESMITIFIQUEN.**
3. **PIDA QUE HAGA UNA COMPARACIÓN CON LOS MÉTODOS QUE OFRECEN EL PERSONAL DE SALUD.**
4. **PREGUNTE:** Como comadrona, ¿qué tipo de métodos recomendaría: los caseros o los que da el personal de salud? ¿Por qué?  
[COMPLEMENTE]  
[REFUERCE LO QUE SIGNIFICA DECISIÓN LIBRE E INFORMADA]  
[REFUERCE LA REFERENCIA POR CONSEJERÍA Y MÉTODO]
5. **CONCLUYA EN PLENARIA QUE LOS MÉTODOS CASEROS NO SON EFECTIVOS Y LOS QUE OFRECE EL PERSONAL DE SALUD SI LO SON.**



## Actividad 6

### INSTRUCCIONES PARA LA SIGUIENTE REUNIÓN

 15 minutos

- TAREA
- CIERRE

1. **EXPLIQUE LA TAREA PARA LA SIGUIENTE REUNIÓN** [DIGA QUE PUEDEN LLEVARLA DIBUJADA, ESCRITA O EN LA MENTE].
2. **ASIGNE TAREA:**  
Pregunte a las personas de su comunidad, a hombres y mujeres, en qué momento y lugar le gustaría que les hable sobre la planificación familiar.
3. **CIERRE DE LA REUNIÓN: PREGUNTE QUÉ APRENDIERON ESE DÍA Y CÓMO LES SIRVIRÁ.**
4. **DIGA LA FECHA, HORA Y LUGAR DE LA PRÓXIMA SESIÓN. INSISTA EN LA PUNTUALIDAD.**



# SESIÓN 5

DÍA 5

## Momentos y cómo hablar sobre la Planificación Familiar

### Objetivos:

1. Que identifiquen los mejores momentos para hablar sobre la Planificación Familiar.
2. Que identifiquen las formas de abordar los casos en que existen barreras hacia la planificación Familiar.
3. Que practiquen como sensibilizar sobre los beneficios de Planificación Familiar.
4. Que realicen referencia por consejería y método.
5. Evaluar lo aprendido y cambios de actitud respecto a la Planificación familiar.

### Actividades:

1. Registro de participantes
2. Bienvenida y resumen de la sesión anterior
3. Análisis de casos (preparación para la actividad cuatro)
4. Ejercicios para repaso general
5. Post test
6. Cierre del taller y motivar a seguir aprendiendo

### Materiales:

- Gafetes
- Marcadores
- Masking tape
- Hoja de asistencia
- Lapicero
- Almohadilla con tinta
- Cuaderno
- Lápices
- Boletas de referencia (varias para cada participantes)
- Folleto de todos los métodos
- Folletos de métodos para después del parto
- Todos los materiales elaborados y usados durante las sesiones
- Botella vacía
- Diplomas con el nombre de quien lo recibirá

#### TIEMPO ESTIMADO



5 horas



Pegue en la pared: las reglas del taller, los paleógrafos y hojas utilizadas en las sesiones anteriores ponga la mesa de materiales a la vista y explique para que sirve



## Actividad 1 REGISTRO DE PARTICIPANTES

### Objetivo:

Que las participantes se registren en el listado, mientras se espera a que llegue la mayoría.

### Materiales:

Gafetes  
Marcadores  
Masking tape  
Hoja de asistencia  
Lapicero  
Almohadilla con tinta

1. LLENE UN GAFETE CON SU NOMBRE Y PÉGUESELO EN EL PECHO.
2. DÉ LA BIENVENIDA A QUIENES VAN LLEGANDO.
3. ENTREGUE EL GAFETE CON EL NOMBRE DE LA COMADRONA Y MASKING TAPE
4. PIDA QUE LLENEN LA HOJA DE ASISTENCIA [AYUDE A LAS PERSONAS QUE NO SABEN ESCRIBIR].
5. HABLE CON ELLAS ACERCA DE CUALQUIER TEMA, DIFERENTE DE LOS TEMAS DE ESTA GUÍA. POR EJEMPLO: LA RAZÓN DEL RETRASO A QUIENES LLEGUEN DESPUÉS DE LA HORA CONVOCADA Y LA IMPORTANCIA DE LLEGAR PUNTUAL.
6. ESPERE 15 MINUTOS MÁXIMO PARA INICIAR.



## Actividad 2 BIENVENIDA Y RESUMEN DE LA SESIÓN ANTERIOR 15 minutos

### Objetivo:

Romper el hielo y hacer recordatorio de la sesión anterior.

### Dinámica:

Plenaria

### Materiales:

Ninguno

1. DÉ LA BIENVENIDA.
2. HAGA DINÁMICA ROMPEHIELO.
3. PREGUNTE Y AL FINAL ACLARE:
  - 3.1 ¿Cómo se produce un embarazo?
  - 3.2 ¿Qué métodos existen para planificar la familia?
  - 3.3 ¿Cómo funcionan los métodos en el cuerpo? [AVERIGÜE MÉTODO POR MÉTODO]
  - 3.4 ¿Qué métodos existen para después del parto?
  - 3.5 ¿Qué es más seguro para evitar un embarazo: ¿usar un método para planificar la familia o no usar ninguno? ¿Por qué?

**Objetivos:**

1. Que identifiquen los mejores momentos para hablar sobre la planificación familiar.
2. Que identifiquen las formas de abordar los casos en que existen barreras hacia la planificación familiar.

**Dinámica:**

Exposición de tareas

Análisis de casos en plenaria

**Materiales:**

Masking tape

**1. PREGUNTE** [MOTIVE A LA REFLEXIÓN]

- 1.1 ¿El trabajo de la comadrona es solo atender partos? ¿Qué otras cosas hace la comadrona?
- 1.2 Que es mejor para la comadrona: ¿qué las mujeres tengan muchos hijos (as) o pocos? ¿Cómo beneficia eso a la comadrona?
- 1.3 Qué es mejor para la comadrona: ¿qué las mujeres tengan a sus hijos (as) seguido o al menos cada tres años? ¿Cómo beneficia eso a la comadrona?
- 1.4 ¿Qué más puede hacer la comadrona para ayudar a que las personas vivan mejor?
- 1.5 ¿A quiénes ayuda la planificación familiar?

**LOS MEJORES MOMENTOS PARA HABLAR DE LOS BENEFICIOS DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR****2. EXPOSICIÓN DE TAREA:**

[SI LO LLEVAN ESCRITO O DIBUJADO, HAGA MURAL].  
[ESCRIBA EN PAPELÓGRAFO LOS COMUNES].

**3. RESUMA LOS MEJORES MOMENTOS Y LUGARES PARA HABLAR SOBRE LOS BENEFICIOS DE LA PLANIFICACIÓN FAMILIAR Y TODOS LOS MÉTODOS DISPONIBLES, DE ACUERDO A LO QUE LLEVARON Y COMPLEMENTE.****4. PREGUNTE:**

- 4.1 ¿Habría que esperar a que la mujer o la pareja tenga muchos hijos (as) para hablarles de los beneficios de la planificación familiar? ¿Por qué?
- 4.2 ¿La comadrona podría hablarle solo a la mujer sobre los beneficios de planificar o debe ser siempre en pareja? [REFUERCE QUE LA DECISIÓN PUEDE SER INDIVIDUAL O EN PAREJA].

**ANÁLISIS DE CASOS:****5. Explique la actividad: se analizarán cinco cosas entre todas y deberán responder qué harían si estuviera ante esas situaciones.**

- **Caso 1.** Cuando fue a ver cómo iba el embarazo de doña Emma, trató de hablarle a ella y a Raúl; su pareja, de los beneficios de planificar la familia. Ese día le dijeron que no querían saber “de eso” ¿intentaría hablarles otra vez? ¿Por qué? ¿Cómo lo harían?
- **Caso 2.** Doña Marta quiere planificar pero Carlos, su pareja no. Él dice: “mi mujer y yo vamos a tener los hijos (as) que Dios nos dé, al fin y al cabo que yo los mantengo” ¿qué les dirían?

*continúa siguiente página*

- **Caso 3.** Doña Carmen es madre soltera y tiene los hijos muy seguidos. Dice que no desea planificar por que los métodos son malos. ¿Qué le dirían?
- **Caso 4.** Doña Rosaura y don Mario tienen un hijo de año y medio. Están esperando a su segundo hijo. Ellos quieren planificar después de tenerlo. ¿Qué le dirían?
- **Caso 5.** Mayra es una adolescente que está teniendo relaciones sexuales. ¿Qué le dirían?

## Actividad 4 EJERCICIOS PARA REPASO GENERAL

🕒 2 horas

### Objetivos:

1. Que practiquen cómo sensibilizar sobre los beneficios de la planificación familiar.
2. Que realicen referencia para consejería y método.

### Dinámica:

Sociodramas

### Materiales:

Boletas de referencia (varias para cada participante)

Lápices

Folletos de todos los métodos para antes y después del parto

Cuaderno

Lapicero

1. ENTREGUE UNA BOLETA DE REFERENCIA A CADA UNA E INDAGUE SI LA CONOCEN Y SI LA PODRÍAN USAR PARA REFERIR POR MÉTODO DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR.
2. EXPLIQUE COMO LLENARLA EN CASO DE REFERIR POR MÉTODO Y QUE ELLAS LLENEN UNA TAMBIÉN (REALICE UN EJERCICIO).
3. EXPLIQUE, EN UN PAPELÓGRAFO, LAS TÉCNICAS DE COMUNICACIÓN QUE LA COMADRONA DEBE TENER EN CUENTA AL MOMENTO DE HABLAR CON LAS PERSONAS. PÉGUELAS EN LA PARED Y PIDA QUE LAS REPITAN.
4. EXPLIQUE QUÉ ES UN SOCIODRAMA.
5. HAGA UN SOCIODRAMA: PIDA DOS VOLUNTARIAS, QUIENES SERÁN LA PAREJA QUE NO QUIEREN PLANIFICAR Y USTED COMO COMADRONA LOS SENSIBILIZARÁ.
6. PIDA QUE EVALÚEN EL SOCIODRAMA, QUE MEJORARÍAN [HAGA LAS PREGUNTAS DEL PUNTO 10.3 DE ESTA ACTIVIDAD PARA QUE EVALÚEN].
7. EXPLIQUE LA ACTIVIDAD:
  - 7.1 Se formarán cinco equipos. Cada uno hará un sociodrama con el caso que se le entregará e intentarán sensibilizar sobre los beneficios de la planificación familiar, utilizando las técnicas de las que se habló.
  - 7.2 Al finalizar cada equipo, se harán preguntas a quienes observaron.
8. FORME CINCO EQUIPOS, ENTRÉGUELES FOLLETOS DE TODOS LOS MÉTODOS Y PARA DESPUÉS DEL PARTO Y DÉ UN CASO A CADA EQUIPO:

continúa siguiente página

**Equipo 1: Comadrona, Emma y Raúl (3 personas)**

**Caso:** cuando fue a ver cómo iba el embarazo de doña Emma, trato de hablarle a ella y a Raúl; su pareja, de los beneficios de planificar la familia. Ese día le dijeron que no querían saber “de eso”

**Equipo 2: Comadrona, doña Marta y don Carlos (3 personas)**

**Caso:** Doña Marta quiere planificar pero Carlos, su pareja no. Él dice: “mi mujer y yo vamos a tener los hijos (as) que Dios nos dé, al fin y al cabo que yo los mantengo” qué les dirían?

**Equipo 3: Comadrona y doña Carmen (2 personas)**

**Caso:** Doña Carmen es madre soltera y tiene hijos muy seguidos. No desea planificar porque dice que los métodos son malos.

**Equipo 4: Comadrona, doña Rosaura y don Mario (3 personas)**

**Caso:** Doña Rosaura y don Mario tienen un hijo de año y medio. Están esperando a su segundo hijo. Ellos quieren planificar después del parto

**Equipo 5: Comadrona y Mayra (2 personas)**

**Caso:** Mayra es una adolescente que está teniendo relaciones sexuales.

**9. DÉ 15 MINUTOS PARA QUE SE PREPAREN.**

**10. INICIE.**

**10.1 LEA EL CASO.**

**10.2 EL EQUIPO HACE EL SOCIODRAMA [OBSERVE Y TOME NOTA]**

**10.3 AL FINALIZAR EL SOCIODRAMA, PREGUNTE A LAS OBSERVADORAS [AVERIGÜE]**

- ¿Cómo creen que lo hicieron?
- ¿Cómo lo hizo la comadrona?
- ¿Le faltó decir algo a la comadrona?
- [RESPONDE QUE SI]: ¿qué le faltó decir?
- ¿Cómo lo hubieran dicho?
- ¿Siguieron los consejos de comunicación de los que se habló?
- [PREGUNTE POR CADA TÉCNICA DE COMUNICACIÓN QUE ESTÁ EN EL PAPELÓGRAFO, SI FUE SEGUIDA DURANTE EL EJERCICIO Y PREGUNTE CÓMO MEJORARLA].

**11. CONTINÚE CON LOS SIGUIENTES SOCIODRAMAS [PASARÁN CASO POR CASO. EN CADA UNO REPITA LOS PASOS 10.1,10.2 Y 10.3].**

**12. HAGA UN REPASO EN PLENARIA DE LO MÁS IMPORTANTE.**

**13. PREGUNTE SI HAY DUDAS Y QUE LE AYUDEN A RESPONDER.**

**14. CONCLUYA EN PLENARIA.**

**Objetivo:**

Evaluar lo aprendido y cambios de actitud respecto a la planificación familiar

**Dinámica:**

Observando el mural

Botella

**Materiales:**

Mural de todos los materiales elaborados y usados durante las cinco sesiones

Botella vacía

1. **HAGA UN MURAL CON TODOS LOS MATERIALES USADOS EN LAS CINCO SESIONES, ORDENADOS POR SESIÓN.**
2. **PIDA QUE PASEN A VER EL MURAL.**
3. **EXPLIQUE LA ACTIVIDAD:** se hará rodar una botella y a quien señale ésta, deberá responder la pregunta. Quienes deseen responder, podrán hacerlo.
4. **INICIE. PREGUNTE:**
  - 4.1 ¿Qué necesitan las personas para vivir bien?
  - 4.2 ¿Tendrán los mismos derechos hombres y mujeres? ¿Por qué?
  - 4.3 ¿Cuáles son los genitales de la mujer? [AVERIGÜE FUNCIONES DE CADA GENITAL EXTERNO E INTERNO].
  - 4.4 ¿Cuáles son los genitales de los hombres? [AVERIGÜE FUNCIONES DE CADA GENITAL EXTERNO E INTERNO]
  - 4.5 ¿Qué es el ciclo de la mujer? [AVERIGÜE CUÁLES SON LOS DÍAS FÉRTILES Y LOS INFÉRTILES]
  - 4.6 ¿Cómo se produce un embarazo?
  - 4.7 ¿Cuál es la mejor edad para tener hijos (as)? ¿Por qué?
  - 4.8 ¿Cada cuanto es mejor tener a los hijos (as)? ¿Por qué?
  - 4.9 ¿Habrá un número ideal de hijos (as)? ¿Por qué?
  - 4.10 ¿Qué dice la Ley de Planificación Familiar? [AVERIGÜE SOBRE LOS PUNTOS CLAVE]
  - 4.11 ¿Es el hombre o la mujer quien decide si planifica o no la familia? ¿por qué?
  - 4.12 ¿Si una persona o pareja le pregunta: ¿qué método puedo usar? ¿Qué le diría?
  - 4.13 ¿Qué es más seguro para evitar un embarazo: ¿usar un método o no usar ninguno? ¿Por qué?
  - 4.14 ¿Qué métodos existen para planificar la familia?
  - 4.15 ¿Beneficia o no a la comadrona que las mujeres o las parejas planifiquen su familia? ¿Por qué?
  - 4.16 ¿El trabajo de la comadrona en la comunidad será solo dar atención prenatal, atender partos y cuidar la madre y al niño (a) después de nacer o hay algo más que pueda hacer para ayudar a las personas? ¿Qué más puede hacer la comadrona?
  - 4.17 ¿Cuáles son los mejores momentos para hablarle a las personas sobre los beneficios de planificar la familia?
  - 4.18 ¿Cuál es la mejor forma de hablarles a las personas sobre los beneficios de la planificación familiar?
  - 4.19 Si una persona o pareja desea usar un método para planificar su familia: ¿qué le diría? ¿Qué haría?
5. **PREGUNTE SI HAY DUDAS Y RESUÉLVALAS CON AYUDA DE ELLAS.**



**Objetivo:**

Cerrar el taller e invitar a continuar aprendiendo

**Dinámica:**

Círculo humano

**Materiales:**

Un diploma para cada participante, con su nombre

1. PREGUNTE CÓMO SE SINTIERON DURANTE TODO EL TALLER.
2. PREGUNTE SI HAY DUDAS. INVITE A RESOLVERLAS Y COMPLEMENTE.
3. AGRADEZCA LA PARTICIPACIÓN. PIDA UN ABRAZO DE EQUIPO Y UN APLAUSO.
4. ENTREGUE DIPLOMA A CADA UNA.
5. INVITELAS A QUE SE ACERQUEN AL PERSONAL DE SALUD PARA SOLICITAR INFORMACIÓN Y APOYO MÚTUO.



