

**Tema de la lección: abstinencia, anticonceptivos y STIs****Objetivos:**

- Indicar que la abstinencia es la única forma 100% efectiva de prevenir el embarazo y las ITS
- Describir el impacto del uso correcto y consistente de un método anticonceptivo sobre la efectividad de la prevención del embarazo.
- Recordar correctamente que generalmente hay una brecha entre cuándo una persona puede comenzar a tener sexo vaginal y cuándo desea quedar embarazada, lo que hace que sea importante usar un método anticonceptivo eficaz
- Definir la anticoncepción de emergencia.
- Describir al menos dos formas en que se pueden transmitir las ITS, incluido el VIH.
- Mencionar al menos un paso que planeen dar personalmente para reducir o eliminar sus posibilidades de contraer una ITS
- Nombrar al menos un centro de salud en el área al que puedan acudir para pruebas de detección y tratamiento de ITS que sea asequible y confidencial.

**Actividades:**

## Ocupaciones:

Video: *Sex Education for Middle School Video 3 - Sexo, anticoncepción e ITS* (parada a las 18:27)

<https://youtu.be/cml6eJNEyow>

Tipos de anticonceptivos

Verdadero o falso

ITS

Recursos locales

Boleto de salida

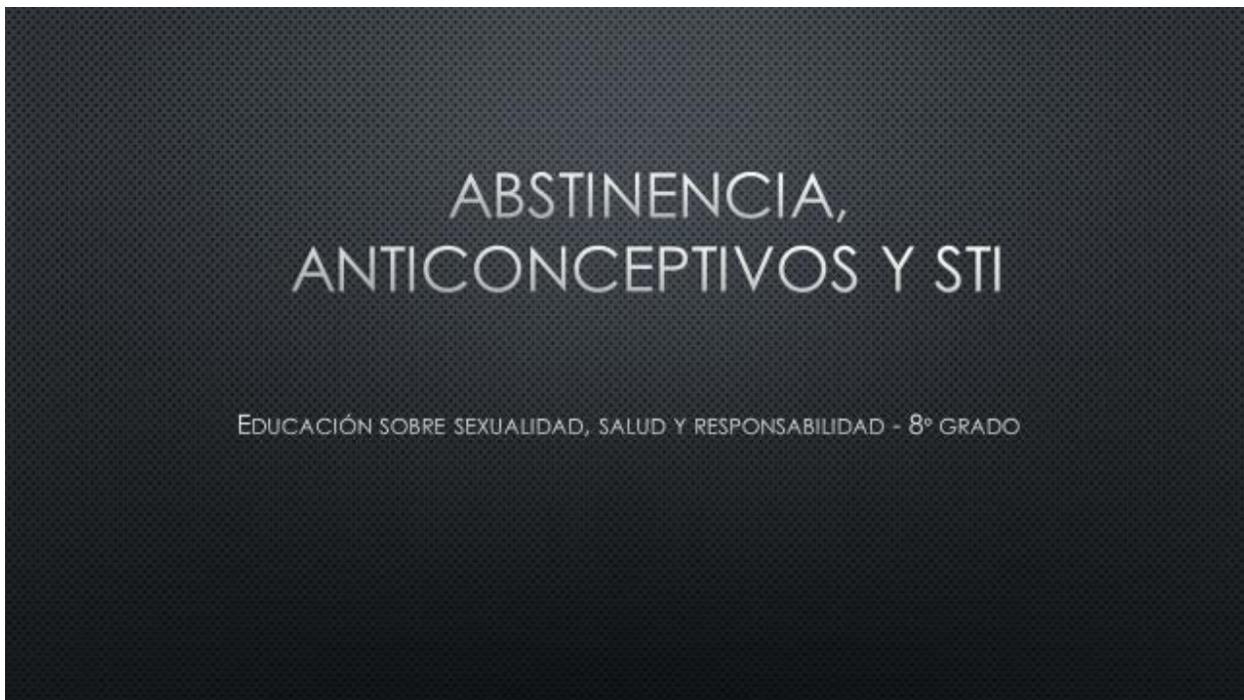
**Definición de abstinencia del WCSD**

- ◊ La abstinencia sexual se define como abstenerse de toda forma de actividad sexual y contacto genital, como el sexo vaginal, oral y anal.
- ◊ Una persona abstinentes es alguien que nunca ha tenido relaciones sexuales o alguien que ha tenido relaciones sexuales pero que ha decidido no continuar teniendo relaciones sexuales durante un período de tiempo.
- ◊ La abstinencia es la única forma 100% efectiva de prevenir el VIH de transmisión sexual, otras enfermedades o infecciones de transmisión sexual y el embarazo.
  - ◊ SEXO: cuando los genitales de una persona tocan los genitales, la boca o el ano de otra persona.

**Introducción a la lección:**

- SHARE es importante para todos en la clase.
- El objetivo es que cada uno de ustedes sientan que estas clases se relacionan con ustedes y sus vidas.
- Este plan de estudios y las discusiones de clase resultantes tienen la intención de ser respetuosos e inclusivos de muchas perspectivas y permitir que todos los estudiantes se vean y comprendan su propia salud y sexualidad.
- El propósito de COMPARTIR es ayudarlo a tomar decisiones informadas y evitar comportamientos que lo pongan en riesgo.
- Todas las preguntas son bienvenidas. Si no se siente cómodo preguntando en clase, les he proveído papel para preguntas anónimas o pueden hablar conmigo más tarde.

**Temas de la lección:** abstinencia, anticonceptivos y STIs.



Diapositiva 2: Video: Educación sexual para Middle School-Video 3 - Sexo, anticoncepción y STIs (parada a las18:27)

<https://youtu.be/cml6eJNEyow>



### Tipos de Control de la natalidad / anticonceptivos

Diapositiva 3

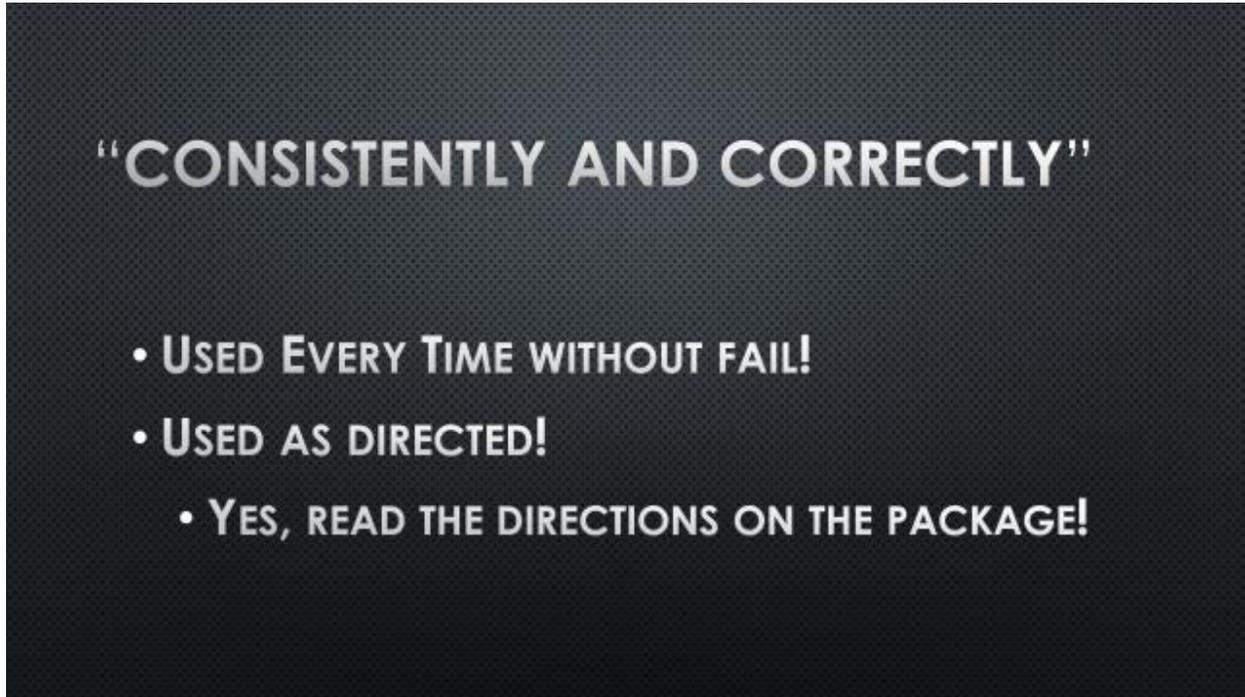


- Presentar el tema explicando que el control de la natalidad, a veces denominado anticoncepción, es una forma de prevenir un embarazo si personas de diferente sexo tienen

sexo vaginal. Existen muchos tipos diferentes de anticonceptivos que funcionan al evitar que el esperma y el óvulo se unan de varias maneras, si se usan de manera consistente y correcta.

- Esto significa que el método se usa cada vez de la manera prevista.

Diapositiva 4:



Diapositiva 5:



- Explique: "Hay muchos métodos de anticonceptivos disponibles para las personas que desean esperar para tener hijos hasta más adelante en la vida o que tal vez nunca quieran tener hijos".
- Hay tres categorías de métodos de anticonceptivos
  - **Protege ahora**
  - **Protege por un mes** (métodos de acción corta)
  - **Protege por unos pocos años** (métodos de acción prolongada)

Diga: "Todos estos métodos funcionan de manera un poco diferente, pero algunos protegen en este momento, algunos protegen por un corto tiempo, como un mes, y algunos protegen por un largo tiempo, a veces incluso unos pocos años".

Revise los siguientes 7 métodos anticonceptivos, uno a la vez.

#### **Abstinencia:**

Diapositiva 6: Definición de abstinencia de WCSD: la única forma 100% efectiva de prevenir el VIH de transmisión sexual, otras enfermedades o infecciones de transmisión sexual y el embarazo.

## WCSD DEFINITION OF **ABSTINENCE**

- *Sexual abstinence is defined as refraining from all forms of sexual activity and genital contact such as vaginal, oral and anal sex.*
- *An abstinent person is someone who has either never had sex or someone who's had sex but who has decided not to continue having sex for a period of time.*
- *Abstinence is the only 100% effective way to prevent sexually transmitted HIV, other sexually transmitted diseases or infections and pregnancy.*
  - Sex – when a person's genitals touch another person's genitals, mouth or anus.

- Abstenerse de tener relaciones sexuales vaginales es la única forma 100% efectiva de prevenir el embarazo cuando se hace de manera consistente y correcta. De hecho, es el método utilizado por la mayoría de los alumnos de octavo grado. Pregunte a los alumnos qué quiere decir con "cuando se hace de manera consistente y correcta". Afirme o corrija sus declaraciones hasta que se sienta satisfecho de que entienden que la abstinencia solo funciona cuando las personas la usan todo el tiempo. Esto significa que un pene no entra dentro de la vagina de otra persona. Dígales que la mayoría de las personas no se abstienen para siempre, pero elegir retrasar las relaciones sexuales hasta que sea un poco mayor puede ser una opción muy saludable.

Condomes externos:

- Los condones externos (a veces llamados condones masculinos) se usan en el pene. Cualquier persona puede comprarlos en la tienda (incluidos los alumnos de octavo grado) y son muy efectivos para prevenir el embarazo cuando se usan de manera sistemática (es decir, cada vez que una pareja tiene sexo vaginal) y correctamente. También tienen la ventaja adicional de proteger contra la mayoría de las enfermedades de transmisión sexual o ETS.

Diapositiva 7: Qué hacer y qué no hacer con respecto al uso del condón



*Nota para el maestro: Notará que usamos las frases "condón externo e interno". Explicar que, si bien los estudiantes pueden estar familiarizados con los términos condón "masculino o femenino", usted está usando estos términos para reflejar cómo se usan los métodos, en lugar de asignarles un género.*

Condomes internos:

- Los condones internos (a veces denominados condones femeninos) protegen contra embarazos no planificados y STIs cuando se usan de manera consistente y correcta.
- Se pueden poner con anticipación (a diferencia del condón masculino)
  - o Los condones internos y externos no se pueden usar juntos.
- care provider
- La píldora, el parche y el anillo:
- La píldora anticonceptiva, el parche y el anillo contienen hormonas que son muy efectivas para prevenir el embarazo. El parche y el anillo funcionan durante un mes a la vez y luego tienen que ser reemplazados. El parche que reemplaza una vez por semana y el anillo que reemplaza una vez al mes. La píldora debe tomarse una vez al día, a la misma hora todos los días. Un paquete de píldoras dura un mes y luego debe comenzar el siguiente paquete. Estos se llaman métodos de acción corta que puede obtener de una clínica / proveedor de atención médica.

DIU, la inyección y el implante

- La mayoría de los DIU, la inyección y el implante contienen hormonas que son muy efectivas para prevenir el embarazo durante algunos meses (3 meses para la inyección) y muchos años (hasta 10 para algunos DIU). Estos se llaman métodos de acción prolongada que también puede obtener de una clínica.

Retirada:

- El retiro, a menudo llamado extracción, es cuando se extrae un pene de la vagina antes de que se eyaculen los espermatozoides para evitar el embarazo y, aunque no es tan efectivo como algunos otros métodos, definitivamente es mejor que no usar nada. Sin embargo, no es lo mismo que la abstinencia

Anticoncepción de emergencia: detalles agregados en la diapositiva PP

- La anticoncepción de emergencia, a menudo llamada Plan B, es un medicamento que se toma después del sexo vaginal sin protección para prevenir el embarazo y cuanto antes se toma después del sexo vaginal, es más efectivo.

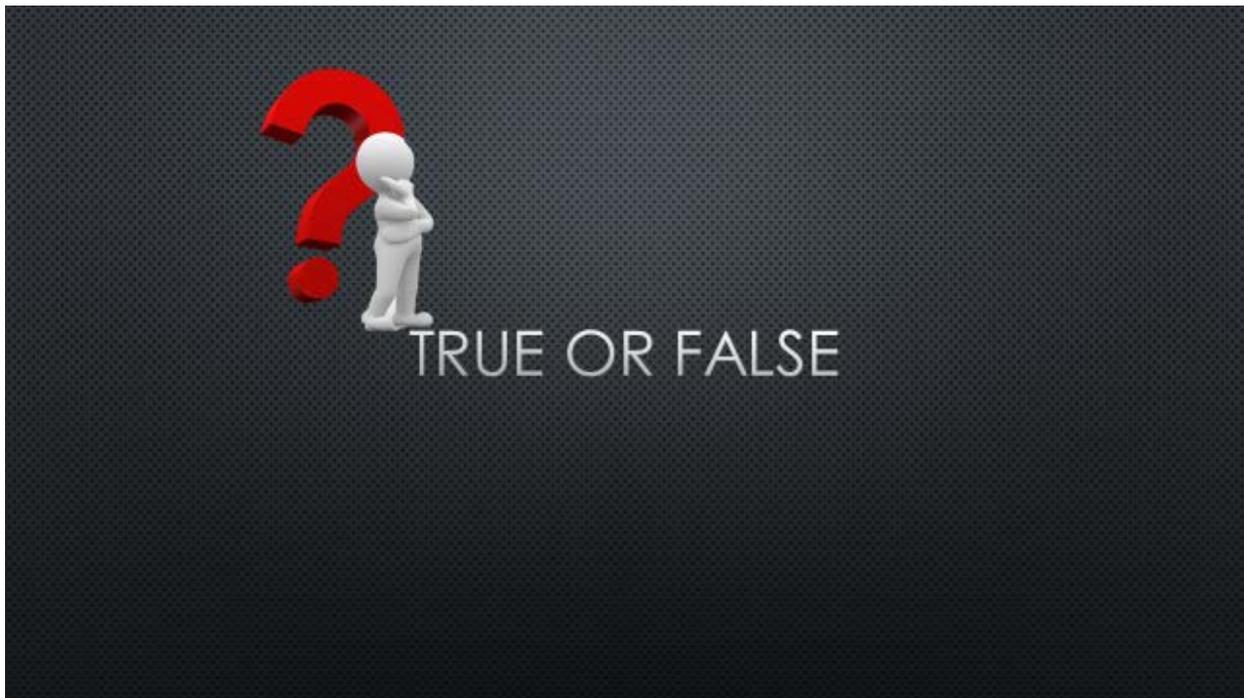
Uso dual:

- El uso dual es cuando las personas que tienen sexo vaginal desean obtener la protección más efectiva posible mediante el uso de un condón además de otro método (un condón y la píldora, un condón y el DIU). Esto duplica su protección y ayuda a protegerlos contra embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual. Pero esto no se aplica al uso de dos condones al mismo tiempo, lo que no se debe hacer, ya que eso puede hacer que el látex se rompa.

Veamos lo que sabemos ...

Diapositivas 8-16: Actividad verdadera o falsa: se ha cambiado a verdadero o falso

Guiar a los estudiantes a través de diapositivas Una declaración aparecerá a la vez



## ABSTINENCE

- ABSTINENCE, IF USED CONSISTENTLY AND CORRECTLY, IS 100% EFFECTIVE AT PREVENTING PREGNANCY.
  - TRUE!
- ABSTAINING FROM VAGINAL, ORAL, AND ANAL SEX CAN ALSO PROTECT AGAINST STIs.
  - TRUE!

## EXTERNAL CONDOMS

- CONDOMS, IF USED **CONSISTENTLY AND CORRECTLY**, ARE 98% EFFECTIVE AT PREVENTING PREGNANCY
  - TRUE!
- YOU MUST BE 16 YEARS OLD TO PURCHASE CONDOMS
  - FALSE!

CONDOMS CAN BE LEGALLY BOUGHT FROM ANY STORE AT ANY AGE. WHILE THEY MAY BE PLACED BEHIND A COUNTER, ANYONE AT ANY AGE IS LEGALLY ALLOWED TO BUY CONDOMS.

## INTERNAL CONDOMS

- INTERNAL CONDOMS PROTECT FROM UNPLANNED PREGNANCY AND STIs WHEN WORN CONSISTENTLY AND CORRECTLY.
  - TRUE!
- INTERNAL AND EXTERNAL CONDOMS CAN BE USED TOGETHER.
  - FALSE!- THEY CAN NOT BE USED TOGETHER
- INTERNAL CONDOMS CAN BE PUT IN AHEAD OF TIME (UNLIKE THE EXTERNAL CONDOM)
  - TRUE!

## PILLS/PATCH/RING

- The pill, patch and ring can help reduce menstrual cramps and make menstrual periods shorter.
  - TRUE!
- The pill, patch and ring, if used consistently and correctly, are each 99% effective at preventing pregnancy.
  - TRUE!
- The pill, patch and ring, if used consistently and correctly, are also really effective at preventing STIs
  - FALSE-
    - the pill, patch and ring only provide protection from pregnancy but do not provide any protection against STIs So using a condom along with one of these methods will help increase the protection against pregnancy and protect against STIs.)

## WITHDRAWAL

- WITHDRAWAL OR PULLING OUT, PREVENTS MOST STIS.
  - FALSE– SINCE WITHDRAWAL DOES NOT PREVENT SKIN-TO-SKIN TOUCHING OR FLUID EXCHANGE, IF ONE PERSON IS INFECTED WITH AN STI IT CAN STILL BE PASSED TO THEIR PARTNER EVEN IF THEY USED WITHDRAWAL PERFECTLY.)
- WITHDRAWAL IS MORE EFFECTIVE AT PREVENTING PREGNANCY THAN DOING NOTHING IF SOMEONE HAS UNPROTECTED SEX.
  - TRUE!
- PRE-EJACULATORY FLUID (OR "PRE-CUM"), WHICH COMES OUT OF A PENIS WHEN IT IS ERECT, MAY CONTAIN SOME SPERM. WITHDRAWAL CANNOT PREVENT THIS "PRE-CUM" FROM GETTING INSIDE A VAGINA.
  - TRUE!

## DUAL USE

- DUAL USE GENERALLY MEANS USING A CONDOM IN ADDITION TO ANOTHER METHOD OF BIRTH CONTROL FOR STI AND PREGNANCY PREVENTION.
  - TRUE!
- A PERSON WOULD NEED TO GET A HEALTH CARE PROVIDERS PERMISSION BEFORE THEY USED DUAL USE WITH THEIR PARTNER.
  - FALSE
    - DUAL USE IS SOMETHING TWO PEOPLE CAN DECIDE ON THEIR OWN IF THEY WANT TO INCREASE THEIR PROTECTION.

## EMERGENCY CONTRACEPTION

- **ANYONE** OF ANY AGE CAN BUY EMERGENCY CONTRACEPTION FROM A DRUGSTORE LIKE TARGET, CVS, RITE AID OR WALGREENS.
  - TRUE!
- THE SOONER AFTER UNPROTECTED VAGINAL SEX A PERSON TAKES EMERGENCY CONTRACEPTION, THE MORE EFFECTIVE IT IS. IT MUST BE TAKEN WITHIN FIVE DAYS AFTER UNPROTECTED SEX.
  - TRUE!-WITHIN 24 HOURS OF UNPROTECTED SEX IS THE MOST EFFECTIVE
- EMERGENCY CONTRACEPTION WORKS BY FORMING A BARRIER IN THE FALLOPIAN TUBE WHICH PREVENTS SPERM FROM PASSING THROUGH.
  - FALSE!-
    - EMERGENCY CONTRACEPTION WORKS MOSTLY BY TELLING THE OVARIES TO NOT LET ANY EGGS OUT AND SOMETIMES BY PREVENTING THE EGG FROM BEING FERTILIZED.)

## NEED TO KNOW... EMERGENCY CONTRACEPTION

- EMERGENCY CONTRACEPTIVE PILLS- MOST EFFECTIVE TAKEN ASAP
  - **WITHIN 24 HOURS AFTER UNPROTECTED SEX – 95% EFFECTIVE**
  - 48 HOURS AFTER UNPROTECTED SEX – 85% EFFECTIVE
  - 72 HOURS AFTER UNPROTECTED SEX – 58% EFFECTIVE
- COPPER IUD- CAN BE INSERTED (BY A HEALTH CARE PROVIDER) WITHIN 5 DAYS OF UNPROTECTED SEX.

Diapositiva 17:

# SEXUALLY TRANSMITTED INFECTIONS-STIS

Hemos revisado algunos métodos anticonceptivos y, como hemos aprendido, algunos son efectivos para prevenir el STIS.

- Vamos a ver un poco más de cerca dos formas en que se pueden transmitir las STI, incluso que el VIH puede ser contagiado.
- Mencione al menos un paso que planeen tomar personalmente para reducir o eliminar sus posibilidades de contraer en STI.
- Nombrar al menos un centro de salud en el área al que puedan acudir para pruebas y tratamiento de STI que sea asequible y confidencial.

Diapositiva 18:

## SEXUALLY TRANSMITTED INFECTION (STI) OR SEXUALLY TRANSMITTED DISEASE (STD)

- THE TERMS ARE USED INTERCHANGEABLY
- MOST WOULD SAY AN STD DESCRIBES A CONDITION WITH VISIBLE SIGNS AND DESCRIBABLE SYMPTOMS- AN ITCH, DRIP, BUMP, FATIGUE,
- STI COVERS A BROADER SPECTRUM OF CONDITIONS BOTH WITH OR WITHOUT SYMPTOMS.

- STI Enfermedad Transmitida Sexualmente
- STD: Enfermedad de transmisión sexual
- Muchas veces las siglas, STI y STD se usan indistintamente

Pídales a los estudiantes que le recuerden qué es una STI. Investigue las enfermedades que pueden transmitirse de una persona a otra a través del contacto sexual. Recuerde a los estudiantes que para contraer una STI, una persona debe tener eso, Las STIs no se crean espontáneamente al hacer algo sexual con otra persona.

Explique que usaremos las siglas STI a lo largo de esta lección.

Diapositiva 19:

## WHAT ARE SEXUALLY TRANSMITTED INFECTIONS (STI)?

- STIs ARE INFECTIONS THAT ARE PASSED FROM ONE PERSON TO ANOTHER THROUGH SEXUAL CONTACT. THESE INCLUDE CHLAMYDIA, GONORRHEA, GENITAL HERPES, HUMAN PAPILLOMAVIRUS (HPV), SYPHILIS, AND **HIV**. MANY OF THESE STIs DO NOT SHOW SYMPTOMS FOR A LONG TIME. EVEN WITHOUT SYMPTOMS, THEY CAN STILL BE HARMFUL AND PASSED ON DURING SEX.
- LEFT UNTREATED, CAN HAVE LONG TERM EFFECTS ON YOUR BODY.
  - TROUBLE GETTING PREGNANT, NEUROLOGICAL DEFICITS (SYPHILIS)

<https://www.cdc.gov/std/general/default.htm>

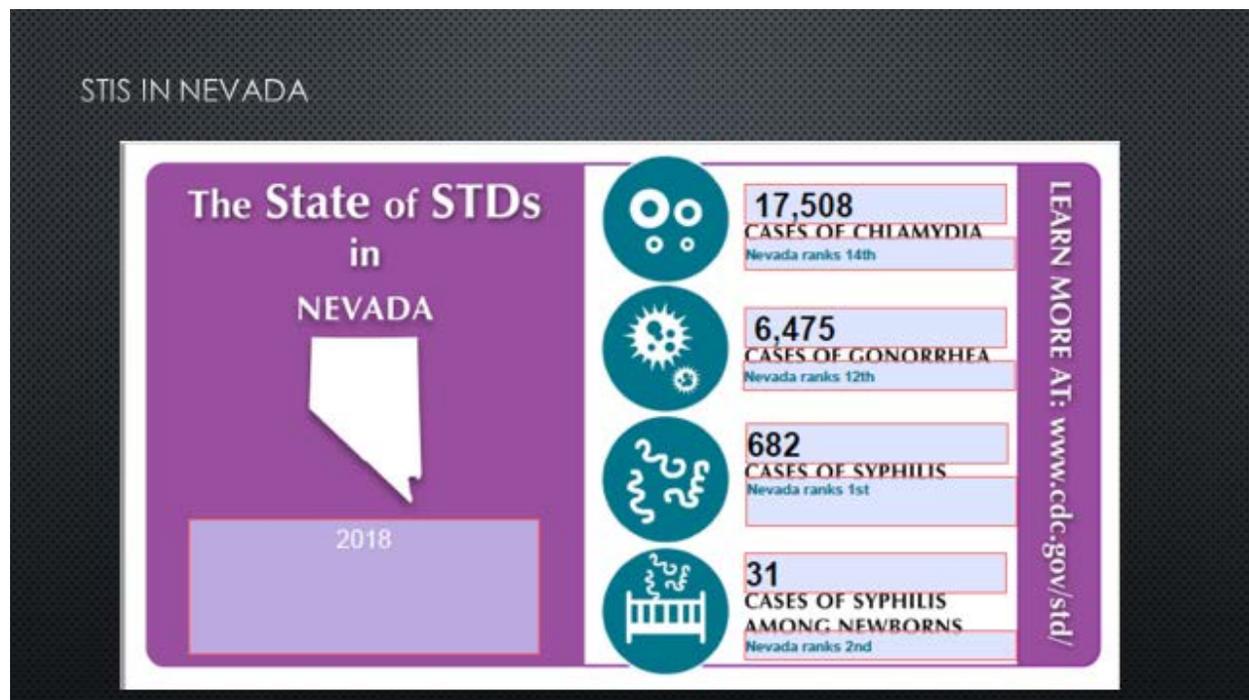
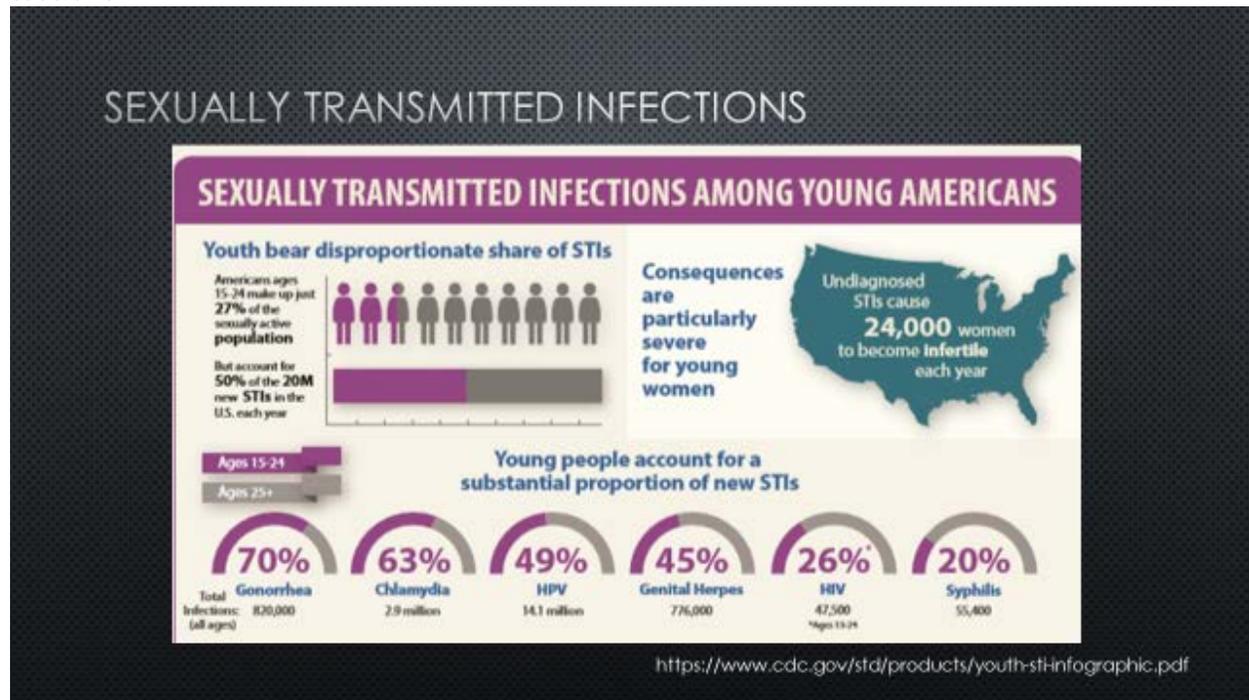
Slide 20: ¿Cómo se contagian las STIs?

## HOW ARE STIs SPREAD?

- YOU CAN GET AN STI BY HAVING VAGINAL, ANAL OR ORAL SEX WITH SOMEONE WHO HAS AN STI.
- ANYONE WHO IS SEXUALLY ACTIVE CAN GET AN STI.
- YOU DON'T EVEN HAVE TO HAVE ANAL OR VAGINAL SEX TO GET AN STI.
  - THIS IS BECAUSE SOME STIs, LIKE HERPES AND HPV, ARE SPREAD BY SKIN-TO-SKIN CONTACT.

Diapositivas 21-22: Los datos de STD - enfermedades por transmisión sexual

Tenga en cuenta que los jóvenes entre los 15 a 24 años de edad representan solo el 24% de la población sexualmente activa, pero representan el 50% de los 20 millones de nuevas STIS en los Estados Unidos cada año.



Diapositiva 23: Bacterial and Viral STIs

# STIS

## BACTERIAL (CURABLE)

- ✓ CHLAMYDIA
- ✓ GONORRHEA
- ✓ SYPHILIS

## VIRAL (TREATABLE)

- GENITAL HERPES (HSV)
- GENITAL WARTS (HPV)
- ✓ HEPATITIS B (HBV)
- ✓ HIV
- ✓ HEPATITIS C (HCV)

- ✓ Reportable to the Health District- means the health district collects data on these STIs

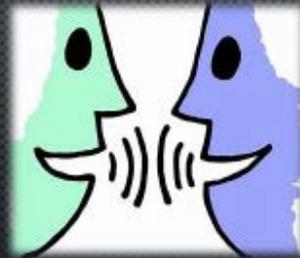
<https://www.washoecounty.us/health/faq/cchs/teen-health-mall/index.php>

Curable con antibióticos.

Tratable-tratar los síntomas, pero la enfermedad no es curable y tendrá para toda la vida

Diapositiva 24: ¿Cómo saber si su pareja ha tenido una STI?

HOW COULD YOU FIND OUT IF YOUR PARTNER HAS AN STI?



Ask them and suggest getting tested together before engaging in any sexual activity.

Diapositiva 25: Formas de reducir o eliminar su riesgo

WAYS TO REDUCE OR ELIMINATE YOUR RISK...

Before abstinence or safer sex comes... **Let's Talk!**

Abstinence means different things to different people and partners need to communicate that

Let's Talk!

Knowing your partners disease status

Safer sex is a negotiation between partners

Diapositiva 26: Dónde ir para pruebas y recursos locales

WHERE TO GO FOR TESTING

**GETTESTED**

NATIONAL HIV, STD, AND HEPATITIS TESTING

FIND FREE, FAST, AND CONFIDENTIAL TESTING NEAR YOU

**CDC** Centers for Disease Control and Prevention  
CDC 24/7: Saving Lives. Protecting People.™

Diapositiva 27-28: Con quienes de los estudiantes pueden hablar y dónde ir para recibir servicios

## WHO TO TALK TO...

- PARENT OR GUARDIAN
- TRUSTED ADULT
- FAITH BASED LEADER
- TEACHER
- SCHOOL COUNSELOR
- SCHOOL NURSE
- HEALTH CLINIC
- HEALTH CARE PROVIDER

Deje los nombres de los recursos locales expuestos de modo que puedan obtener una foto

### LOCAL RESOURCES- PLEASE TAKE A PICTURE FOR FUTURE REFERENCE

- **WASHOE COUNTY HEALTH DISTRICT:**
  - TEEN HEALTH MALL/CLINIC 775-328-2470
- **NORTHERN NEVADA HOPES:**775-786-4673
- **PLANNED PARENTHOOD OF NORTHERN NEVADA:** 775-688-5555
- **CRISIS CALL CENTER:** TEXT "LISTEN" TO 839863
- **SUICIDE PREVENTION LIFELINE:** 1-800-273-8255
- **LGBTQ+ FRIENDLY SERVICES:**  
[HTTPS://WWW.NNHOPES.ORG/PATIENTS/SERVICES/LGBTQ/](https://www.nnhopes.org/patients/services/lgbtq/)

Diapositiva 24: Boleto de salida

## EXIT TICKET

- LIST 3 WAYS AN STI CAN BE SPREAD FROM ONE PERSON TO ANOTHER.
- IF YOU WERE TO FIND OUT YOU HAD AN STI, WHAT COULD YOU DO TO MAKE SURE YOU DON'T PASS IT TO SOMEONE ELSE?
- EXPLAIN WHY THE FOLLOWING THREE STRATEGIES CAN BE THE MOST EFFECTIVE WAY TO PROTECT YOURSELF OR SOMEONE ELSE FROM GETTING AN STI.
  - ABSTINENCE
  - USING CONDOMS/BARRIER METHODS CORRECTLY EACH TIME YOU HAVE SEX
  - GETTING TESTED FOR STIs (AND MAKING SURE YOUR PARTNER DOES TOO) BEFORE YOU HAVE SEX TOGETHER.