



Ayudando a las mujeres a reducir el riesgo de SIDA

Hablamos hace poco tiempo con Grace E. Delano, Directora Ejecutiva de la Asociación para la Salud Reproductiva y Familiar en Ibadan, Nigeria. Ella nos habló de la importancia de elaborar programas educativos de la salud sexual que respetan la realidad de las mujeres.

Entrevista con Grace E. Delano
Fundación Hesperian: Muchos programas que enseñan a las mujeres a protegerse del VIH/SIDA y otras infecciones de transmisión sexual dependen de la abstinencia y la fidelidad. Desde su punto de vista, ¿por qué no es eficaz este enfoque?

Grace Delano: La abstinencia no es una opción fácil y la fidelidad está siendo desechada. Básicamente, para las mujeres, todas estas estrategias pueden ser muy difíciles de llevar a la práctica.

Ser fiel—tener relaciones sexuales con una sola persona—solamente funciona cuando ambas personas la practican. Sin embargo, dada la desigualdad de poder entre hombres y mujeres, a las mujeres les exigen fidelidad y a los hombres no. En las sociedades en que dominan los hombres, ellos disfrutan mayor libertad para tener otras parejas sexuales. De hecho, en sociedades polígamas, donde los hombres pueden tener más de una esposa, ¡un hombre fiel puede ser tomado como alguien que engaña a su mujer!

La abstinencia, o sea no tener relaciones sexuales, no es una forma de protección útil para una mujer casada. El sexo es una necesidad importante, una fuerza estabilizadora para muchos matrimonios. Además, la abstinencia no es una opción para quienes quieren tener hijos.

La abstinencia tampoco es una opción realista para muchos jóvenes. Muchos adolescentes llevan una vida sexual cada vez más activa, debido en parte a la influencia creciente de las ideas modernas. Los muchachos a veces utilizan el sexo para mostrarse macho y

probar su virilidad. Las muchachas a veces se sienten obligadas a tener relaciones sexuales a cambio de favores. También ellas reciben mensajes totalmente contradictorios sobre el sexo antes de casarse. Se valoriza la virginidad a la vez que se espera el sexo como una muestra de la fertilidad.

Con los padres luchando para ganarse la vida, los jóvenes reciben menos atención y apoyo de sus familias. Las muchachas en particular necesitan el apoyo familiar para poder enfrentar la presión de tener sexo.

La recesión económica y otros cambios en la economía significan que más y más mujeres y niñas se ven forzadas a vender sus cuerpos para poder satisfacer sus necesidades cotidianas y escapar de la tortura de la pobreza.

FH: En su opinión ¿cuáles son las peores consecuencias para las mujeres y las jóvenes, cuando los programas educativos de salud se enfocan únicamente en estrategias que no son tan eficaces?

GD: Las consecuencias pueden ser graves especialmente para las mujeres y jóvenes quienes, sin otras opciones, continuarán teniendo relaciones sexuales sin ningún tipo de protección. Esto lleva al embarazo no deseado, al aborto, al matrimonio precoz o forzado, infecciones transmitidas sexualmente y VIH.

El conocimiento es poder, y los programas que se enfocan únicamente en la abstinencia y la fidelidad no informan a las mujeres sobre maneras realistas de reducir el riesgo de VIH, y las dejan sin el poder de negociar



actividades sexuales que podrían reducir bastante el riesgo.

FH: Muchos grupos dicen que uno de las barreras principales que hay que superar en la educación sobre VIH es el hecho de que las mujeres no saben cuándo pueden estar en riesgo. ¿Por qué las mujeres con quienes trabaja Ud. no creen que estén a riesgo?

continuación en la página 2

—No. 4, julio 1999—

Nuevos acontecimientos	página
en la salud de la mujer.....	2
Una prueba de VIH de bajo costo	
Guía de capacitación.....	3 á 6
Pasos para reducir el riesgo de VIH	
Perfil.....	7
Los jóvenes hacen videos para enseñar sobre el VIH	
Educación creativa.....	8
Cómo hacer una "rueda de respuestas"	

Ayudando a las mujeres a reducir el riesgo de SIDA

continuación de la página 1

Pues muchas mujeres tienen ideas falsas sobre el VIH/SIDA. A veces no entienden cómo se transmite, o han escuchado que el SIDA no existe o que es una enfermedad extranjera. Pero incluso las mujeres que saben del VIH/SIDA, no siempre entienden que corren el riesgo de infectarse, no por sus propias acciones sino por lo que hace su compañero. Por ejemplo, una mujer que cree que no hay riesgo porque es fiel a su esposo puede estar en una situación de alto riesgo si su esposo tiene relaciones sexuales sin protección con otras personas.

FH: ¿Cómo se podría mejorar la educación en salud sexual para las mujeres?

La educación debe ayudar a las mujeres a practicar el sexo con más protección, dándoles información sobre

varios tipos de protección, no solamente el condón. Debe incluir otros métodos de barrera, como el diafragma, aunque estos métodos no sean tan eficaces como el condón.

Además, los programas educativos deben animar a las mujeres a hablar con sus compañeros sobre las prácticas sexuales. En un proyecto reciente que llevamos a cabo en 8 departamentos nigerianos, la estrategia central era sensibilizar y concientizar a las mujeres

sobre los derechos y la salud reproductiva. Y hubo cambios en las prácticas de algunas mujeres. A raíz del proyecto, más mujeres dijeron que ahora pueden hablar con sus esposos sobre la planificación familiar; tiempos mutuamente deseados de tener sexo y el número de hijos que desean tener.

No es fácil lograr que las mujeres tengan el poder para negociar sexo con más protección debido principalmente a la desigualdad social y económica. Pero

hemos tenido éxito en ayudar a las mujeres y a las jóvenes a pensar en su futuro y desarrollar su autoestima. Es muy importante incluir estos aspectos en la educación en salud para ayudar a las mujeres a tener poder en su vida sexual.

Para reducir el riesgo de VIH, las mujeres necesitan:



Nuevos acontecimientos en la salud de la mujer

Una prueba de VIH de bajo costo

Las personas con VIH pueden sentirse y verse bien de salud. La única manera de saber si una persona tiene el virus es hacerse una prueba de VIH. La mayoría de las pruebas de VIH son caras y tienen que ser enviadas a un laboratorio. Por eso, los programas de detección de VIH son inalcanzables para muchas comunidades.

Pero si Ud. tiene interés en comenzar un programa de detección en su comunidad, ahora existen equipos de detección de VIH que cuestan menos de US \$3 cada uno. Estos equipos utilizan una gota de sangre tomada de un pinchazo del dedo y entregan el resultado en menos de 30 minutos, sin laboratorio.

Iniciar un programa de detección de VIH supone aspectos difíciles. Por ejemplo, este tipo de programa debe preparar a las personas a hacerse cargo de los resultados de la prueba (si tienen o no el VIH). También hay que asegurar que la prueba sea confidencial y que se mantenga en secreto el resultado. Un programa de detección debe además explicar a las personas cuándo y con qué frecuencia deben hacerse la prueba del VIH.

Puede ser difícil abordar estos asuntos. Pero muchos proyectos de salud han constatado que la prueba sirve para ayudar a las personas a proteger su salud sexual. Además, una persona que sabe que tiene VIH

puede tomar medidas, como usar condón, para no infectar a otras y cuidar a su propia salud también.

Un resultado negativo de una prueba de VIH no es garantía de que la persona no tenga el virus. Pero hacerse la prueba de VIH al comienzo de una relación sexual puede ser parte de un plan para proteger la salud sexual de ambas personas. Ambas deben hacerse la prueba dos veces en un período de 6 meses. (Durante este periodo, sólo deben tener sexo con protección.) Si los 2 resultados de ambas personas salen negativos, y ellos no tienen relaciones con nadie más, entonces es muy probable que no se infectarán con el VIH entre ellos, aunque no usen condones.

La prueba de VIH es una parte importante de la prevención del SIDA. La disponibilidad de una prueba de VIH de bajo costo pueda facilitar el inicio de programas de detección en los proyectos de salud comunitarios.



Para comprar equipos de prueba de VIH para su proyecto, póngase en contacto con:

Rick Hall, TransHealth International Inc.
4400 MacArthur Blvd. 5th floor
Newport Beach, California 92660 EEUU
tel: 1-949-955-4959
fax: 1-949-955-4969

Por mayor, cada equipo cuesta US \$2.38 + envío
(No disponible en EEUU)

Pasos para reducir el riesgo de VIH:

Una guía de capacitación sobre el sexo con más protección

Durante el sexo, el VIH se transmite de hombres a mujeres más fácilmente que de mujeres a hombres. Pero las mujeres no siempre tienen el poder de insistir en que sus compañeros usen un condón. Esta guía ayuda a las mujeres a aprender cómo reducir su riesgo cuando no pueden usar condones. Hay muchas maneras de expresar la sexualidad, y algunas son menos riesgosas que otras.

Aunque una mujer tenga relaciones sexuales con un solo hombre, ella puede estar a riesgo de infectarse con VIH. Si su compañero tiene relaciones sexuales sin protección con otras personas, él comparte con ella sus riesgos cuando tienen sexo.

Por eso, es importante que las mujeres aprendan cómo protegerse de VIH. Pero si los hombres no saben cómo se transmite el VIH, puede ser difícil persuadirles a probar

prácticas sexuales más seguras. Si la comunidad entera sabe del VIH y el sexo con protección, sea más fácil para la gente que quiere hacer cambios en sus vidas íntimas para protegerse mejor.

Los objetivos de esta guía de capacitación

Las actividades en esta guía pueden ayudar a las mujeres a:

- aprender cómo se infectan con el VIH por medio del sexo
- comparar las diferentes maneras de tener relaciones sexuales para aprender cuáles llevan menos riesgo de transmitir el VIH y cuáles llevan más riesgo
- comprender que la salud de una mujer depende de los riesgos que corra su compañero, y lo que pueden hacer para reducir el riesgo del sexo

Nota: Esta guía se trata solamente de las maneras de contraer el VIH por medio del sexo. Asegúrese que su grupo también aprenda de las otras formas de infectarse (tales como compartir agujas para inyecciones, o de madre a bebé durante el embarazo).

El sexo y el riesgo de VIH

¿Qué es el VIH?

El VIH es el virus que causa la enfermedad del SIDA. Millones de personas mueren de SIDA cada año. Muchas personas que tienen el VIH no lo saben porque pueden estar sanos por años antes de enfermarse de SIDA. Pero aunque se vean sanos, pueden infectar a otras personas con el VIH durante relaciones sexuales riesgosas. No hay ningún remedio para el SIDA.

¿Cómo se transmite el VIH durante el sexo?

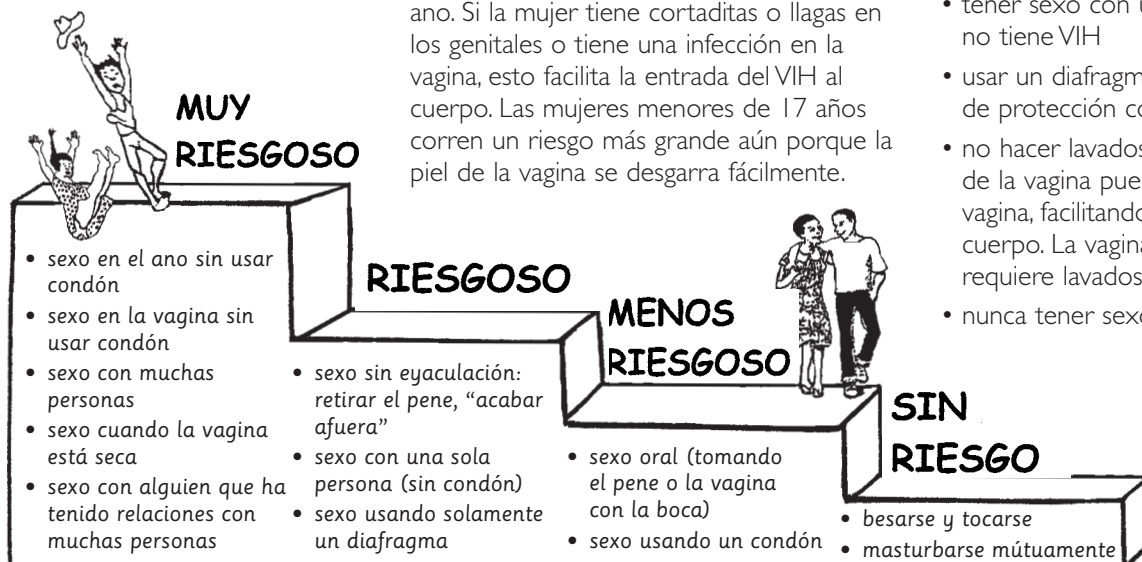
El VIH vive en la sangre, semen y flujo vaginal de las personas infectadas. Cuando estos fluidos entran al cuerpo de otra persona por la vagina, el pene, el ano o por lesiones en la piel, entonces esta persona puede infectarse con el VIH.

¿Por qué hay más riesgo para las mujeres que para los hombres cuando tienen sexo?

Cuando un hombre eyacula dentro de una mujer, el semen permanece en el cuerpo de la mujer por mucho tiempo. Si el hombre tiene el VIH, el virus en su semen tendrá mucho tiempo para penetrar el cuerpo de la mujer por su vagina, cervix o ano. Si la mujer tiene cortaditas o llagas en los genitales o tiene una infección en la vagina, esto facilita la entrada del VIH al cuerpo. Las mujeres menores de 17 años corren un riesgo más grande aún porque la piel de la vagina se desgarrar fácilmente.

¿Cómo pueden las mujeres protegerse del VIH?

- practicar el sexo de manera de que no se permita que el semen entre la vagina ni el ano
- siempre usar los condones de latex cuando tienen sexo
- no dejar que el hombre se viene o eyacula dentro de su cuerpo (que retire el pene)
- evitar el sexo cuando la vagina está seca (la piel de una vagina seca se desgarrar fácilmente, facilitando la entrada de VIH al cuerpo)
- tener sexo con una sola persona que no tiene VIH
- usar un diafragma. Esto ofrece un poco de protección contra el VIH.
- no hacer lavados vaginales. Lavar dentro de la vagina puede irritar la piel en la vagina, facilitando la entrada del VIH al cuerpo. La vagina se limpia bien y no requiere lavados.
- nunca tener sexo (lo más seguro)



Esta escalera muestra el nivel de riesgo de diferentes prácticas sexuales.

Esta guía está diseñada para usarse con grupos de mujeres, pero se puede usar con hombres o con grupos mixtos de mujeres y hombres. Puede que las mujeres hablen más libremente si se realiza la reunión en un lugar privado alejado de los niños o los hombres. Estas actividades y discusiones pueden durar entre 1 y 2 horas. Funcionan mejor con un grupo de 5 ó 6 personas. Si las personas no se conocen bien, Ud. puede comenzar la reunión con una actividad que ayude a las personas a conocerse y sentirse más cómodas.

Para que todas se sientan más cómodas al hablar, su grupo puede decidir a tratar todo dicho con la máxima confianza.



1. ¿Por qué nos arriesgamos?

Explicar que es un riesgo. Un riesgo es la posibilidad de que algo malo pueda suceder cuando hacemos algo. Use como ejemplo un riesgo que corre la gente de la comunidad en su vida diaria. Por ejemplo, para ir a trabajar, la gente tiene que viajar en un bus en mal estado.

Pida a cada persona que dé un ejemplo de un riesgo que normalmente corre en su vida diaria. Pida al grupo que hable de cuáles riesgos son los más peligrosos y cuáles no son tan peligrosos. ¿Por qué estamos dispuestos a correr ciertos riesgos y otros no? ¿Cuáles son algunas de las cosas que hacemos para minimizar el peligro de los riesgos? Por ejemplo, lavarnos las manos antes de cocinar disminuye el riesgo de pasar microbios a la comida.

2. Explique cómo corremos el riesgo de VIH durante el sexo. (Vea al cuadro en la página 3.)

Asegúrese que el grupo entienda que:

- **El VIH se transmite** cuando el semen, el flujo vaginal o la sangre de una persona que tiene VIH entra la vagina, pene o ano de otra persona. Cortaditas o llagas en la vagina, ano o pene facilitan la entrada del VIH al cuerpo.
- **Para reducir el riesgo** durante el sexo, las personas pueden usar condones u otras barreras para evitar que el semen toque la vagina o el ano. También hay muchas maneras de disfrutar la sexualidad sin que el semen entre a la vagina o al ano como, por ejemplo, el sexo oral, la masturbación y besarse.



Si el grupo puede hablar abiertamente del sexo, haga un concurso para ver quien puede pensar en más maneras de expresar la sexualidad. Si las mujeres aprenden muchas formas de disfrutar la sexualidad, puede ser más fácil para ellas encontrar una forma menos riesgosa de tener sexo.

Guía de actividades:

3. El juego de las cuentas. Este juego ayuda a la gente a comparar los niveles de riesgo de varias prácticas sexuales.

Preparación:

- Haga una lista de diferentes prácticas sexuales usando los ejemplos tomados de la escalera en la página 3, y otros que se le ocurran a Ud.
- Ud. necesitará cuentas de tres colores distintos (o 3 tipos distintos de semillas o monedas) y una bolsita.
- Entréguele a cada mujer varias cuentas de cada color. Explique cuál color significa 'muy riesgoso', cuál significa 'menos riesgoso' y cuál significa 'sin riesgo'.

Para jugar:

- Diga una práctica sexual en voz alta.
- Pida a las mujeres que decidan cuánto riesgo lleva ésta práctica sexual y que pongan una cuenta de ese color en la bolsita.
- Ya que todas hayan metido una cuenta en la bolsita, saque las cuentas y deje que el grupo vea el resultado. ¿De qué color es la mayoría de las cuentas en la bolsa? ¿Qué significa ese color? Según el grupo, ¿cuánto riesgo lleva la actividad mencionada? ¿Por qué es riesgoso, o por qué no lo es? ¿Cuál es la respuesta correcta?
- Vuelva a empezar con otra práctica sexual de la lista.

Este juego anima a participar a las personas a quienes les da vergüenza hablar del sexo delante de todo el mundo.



4. Crear una 'telenovela' sobre el VIH

Este juego muestra al grupo que compartimos los riesgos que corren nuestras parejas, incluso los riesgos que hayan corrido en el pasado. Si ellos han tenido sexo sin ningún tipo de protección con otras personas, entonces es peligroso para nosotras tener relaciones sexuales sin protección con ellos.

Preparación:

- Invente una telenovela que incluya varias situaciones sexuales que relacionen a los diferentes personajes entre sí. Puede inventar personajes que sean fieles, infieles, drogadictos o quienes nunca hayan tenido una relación sexual. Para sacar ideas de cómo inventar una telenovela, vea los cuadros en las páginas 5 y 6. Describa cada personaje al grupo antes de contar la historia. Por ejemplo, "Pepe es un camionero que tiene una esposa y una amante" (vea al ejemplo en el cuadro en la página 5).
- Haga una línea en el piso suficientemente larga para que todas las personas puedan pararse encima de ella. Se puede trazar la línea o hacerla con un cordel o una cinta. En un extremo de la línea, dibuje un símbolo que significa "de mucho riesgo" y en el otro extremo otro símbolo que significa "sin riesgo". Por ejemplo, Ud. podría dibujar la línea con la forma de un río con una playa segura en un extremo y cocodrilos en el otro.

cómo podemos reducir el riesgo de VIH

Cómo realizar la actividad:

Dar un rol de un personaje de la telenovela a cada persona y descríbalo. Pida al grupo que decida dónde debe pararse cada personaje en la línea de riesgo, basado en su primera impresión. El actor debe tomar su lugar en la línea.

Este juego ayuda a la gente a entender que no es QUIEN eres sino LO QUE HACES lo que te expone al riesgo. ¡Una trabajadora de sexo puede tener poco riesgo de contraer el VIH si siempre usa un condón!



Cuenta la historia al grupo. Cuando escuchen algo que pueda cambiar el nivel de riesgo de contraer el VIH de un personaje, el grupo interrumpe la historia y cambia de lugar los actores en la línea. El grupo puede hacerles preguntas a los actores para averiguar si están tomando precauciones para protegerse del VIH. El grupo debe hablar de lo que les pasa a los personajes que tienen sexo con alguien que está parado en el extremo de la línea "de mucho riesgo". ¿Cómo se podría cambiar la historia para que los personajes se protejan mejor?

Cómo terminar la actividad:

Pida a los actores que dejen la línea y invite a todos a sentarse en un círculo. Pida al grupo que hable de cómo los distintos personajes compartieron con los demás su riesgo de VIH.

Una telenovela sobre el VIH

Personajes

- Nina:** 18 años, creyente, casada con Rajiv, 3 hijos.
- Rajiv:** camionero, casado con Nina, visita la ciudad a menudo y tiene una amante llamada Roopa en otro pueblo.
- Roopa:** la amante de Rajiv, tiene un hijo de él.
- Mohan:** casado y fiel a Maya. Mohan tiene VIH pero no lo sabe.
- Maya:** casada con Mohan. Ella es la trabajadora de salud del pueblo.
- Gita:** trabajadora de sexo en la ciudad.

La historia

Roopa lleva a su bebé enfermo a una clínica en un pueblo cercano para ver a Maya, la trabajadora de salud. Después de atender al bebé, Maya empieza a platicar con Roopa sobre el VIH. Maya le pregunta a Roopa si su amante usa condones. Roopa dice que no, que su amante Rajiv jamás usaría un condón. (Pare aquí para ver si los actores quieren cambiarse de lugar en la línea de riesgo.)

Maya le dice a Roopa que aunque su esposo Mohan es fiel, ellos siempre usan condones porque ambos han tenido sexo con otras personas en el pasado. Al principio, Mohan no quería usarlos pero ahora está acostumbrado. (Pare otra vez.)

Mientras tanto, Rajiv está manejando

su camión hacia la ciudad. Esa noche, tiene sexo con Gita, una trabajadora de sexo. (Pare otra vez.)

Gita sorprende a Rajiv cuando ¡ella insiste en que use un condón! Ella es miembro de un sindicato que enseña a las mujeres sobre el VIH y ellas han acordado exigir a sus clientes usar condones. De las muchas mujeres con quienes Rajiv ha tenido relaciones, Gita es la primera que le exige protegerse. (Pare otra vez.)

En la mañana, Rajiv vuelve donde su esposa, Nina. El piensa en lo que Gita dijo sobre el VIH. Rajiv considera la posibilidad de hablar con su esposa sobre los condones pero decide que ella sospecharía de su infidelidad. Esa noche, Rajiv y Nina tienen sexo sin usar un condón...

La telenovela puede educar sobre el VIH

En una telenovela, los personajes enfrentan muchos problemas que pueden suceder en realidad. A la gente le gustan las telenovelas porque los personajes siempre se meten en problemas y las historias están llenas de sorpresas.

Las telenovelas son útiles para educar sobre temas de salud complejos como el VIH. Ya que las telenovelas usan personajes inventados, pueden explorar el comportamiento sexual sin avergonzar a la gente. Después de enseñar la información básica sobre un tema de salud, use una telenovela para explorar las relaciones personales y otras situaciones relacionadas con ese tema. Invente una telenovela para contar como historia o para dramatizar. También puede grabar la novela como un programa de radio, o dibujarla como una historieta.

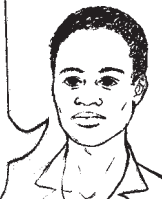
Ideas para inventar telenovelas útiles y divertidas

1. Los personajes deben ser interesantes.
2. Una buena telenovela cuenta varias historias al mismo tiempo, y estas relacionan a los distintos personajes entre sí.
3. En una telenovela, Ud. puede mostrar personajes haciendo cosas de las cuales no se habla, tales como un hombre visitando a una trabajadora de sexo o teniendo relaciones sexuales con otro hombre.
4. Al terminar la telenovela, pregunte al grupo cómo podrían resolver los problemas que enfrentaron los personajes.

(Para más ideas sobre historias y cómo dramatizarlas, vea al libro *Aprendiendo a promover la salud*, capítulos 13 y 27.)

5. Como reducir nuestro riesgo de VIH.

Las personas no siempre dicen la verdad sobre sus vidas sexuales. Pero si usas condones, no tienes que preocuparte tanto por los riesgos de tu compañero.



Pida al grupo que haga una lista de todo lo que pueden hacer para protegerse del VIH. Asegúrese que se incluyan todas las ideas del cuadro en la página 3. Recuerde al grupo que la mejor forma de protegerse del VIH es usar condones. Pero si no se puede usar un condón, hacer otra cosa para reducir el riesgo es mejor que no hacer nada.

Ayude al grupo a hablar de sus posibilidades de usar estas ideas para protegerse del VIH. ¿Cuáles ideas dependen de la cooperación del hombre? ¿Hay cosas que la mujer puede hacer para protegerse sin decírselo al hombre? ¿Cómo reaccionarían los hombres ante las mujeres que les piden que usen un condón? ¿Hay maneras de convencer a los hombres que hagan lo que quieren las mujeres? ¿Cómo pueden las mujeres convencer a los hombres que tomen precauciones para reducir el riesgo del sexo?

Quizás Raúl usaría condones si supiera que los otros hombres los usan.

6. Promover una comunidad que ayuda a la gente a protegerse del VIH.

En muchos lugares, es más fácil cambiar las prácticas sexuales cuando se transforman las actitudes de la comunidad hacia el VIH y el SIDA. Facilite una discusión para planificar acciones realizadas por el grupo y que podrían promover el cambio.

Comience con estas preguntas:

- ¿Qué habilidades o talentos tiene la gente? ¿Cómo podemos aprovechar esos talentos para educar a las personas sobre el VIH?
- ¿Qué puede hacer el grupo para apoyar a las mujeres y los hombres que quieren protegerse del VIH?
- ¿Hay personas respetadas en la comunidad que ayudarán al grupo a educar a la comunidad sobre el VIH y el SIDA?
- ¿Cómo podemos hablar con nuestros hijos sobre el VIH y el SIDA?

Haga una lista de las cosas que pueden hacer juntos para ayudar a todos en la comunidad a protegerse del VIH.

Si el equipo de fútbol hablara con los hombres de nuestro barrio sobre el VIH, sería más fácil convencerlos que usen los condones.



Materiales educativos sobre el VIH

Muchos grupos elaboran materiales educativos sobre el VIH. Póngase en contacto con los grupos en su área para obtener más recursos.

Healthlink Worldwide
Farringdon Point
29-35 Farringdon Rd.
London EC1M 3JB, Inglaterra
fax: 44-171-242-0041
publications@healthlink.org.uk

Family Health International
(AIDSCAP)
HIV/AIDS Department
2101 Wilson Boulevard, Suite 700
Arlington, VA 22201 EEUU
fax: 703-516-9781

MexFam
Júarez 208, Tlalpan
México 14000
D.F. México
fax: 525-573-7100

Los jóvenes hacen videos para enseñar sobre el VIH

Puede ser difícil enseñar a los jóvenes a protegerse del VIH. Los jóvenes suelen creer que vivirán para siempre, que nunca se enfermarán, y que el VIH y el SIDA sólo afectan a las personas que viven en otros lugares.

En África Occidental, un proyecto llamado *Historias del Sahel* ha comenzado a producir videos de 5 minutos para la televisión y el cine que tratan del VIH y el SIDA. Los videos son basados en historias escritas por los jóvenes mismos. En 1997, cerca de 13,000 hombres y mujeres menores de 24 años, de Senegal, Mali y Burkina Faso, participaron en un concurso llamado "*Historias del Sahel*," escribiendo ideas para historias o guiones para videos cortos sobre el VIH y SIDA.

Un jurado internacional de expertos en cine y prevención de VIH seleccionaron a los 30 ganadores, basándose en los siguientes criterios:

- ideas creativas, originales y educativas
- historias realistas con personajes y situaciones con las cuales se identificaran los jóvenes
- una comprensión sensible y respetuosa de las personas que viven con el VIH y el SIDA
- historias que sirvieran como buenos recursos por si solos o en combinación con los demás cuando se mostraran los 30 videos juntos.

Tres de las historias ganadoras, dirigidas por el Sr. Idrissa Ouédraogo y la Srta. Fanta Nacro de Burkina Faso, han salido recientemente en la televisión de ese país y el público parece disfrutarlas. Una de ellas sale cada tarde inmediatamente antes del noticiero cuando mucha gente está mirando la televisión. Lo que siga es una de las historias:

La Tienda

por Srta. Olga Kiswend-Sida, Ouédraogo, 20 años, Ouagadougou, Burkina Faso

Historia: Dos jóvenes, un hombre, Adama, y una mujer, Khady, están a punto de tener sexo. Ella dice que debe usar condón, entonces él va a la tienda a comprarlo. Pero a Adama le da vergüenza comprar condones frente a otras personas, entonces compra un paquete de galletas...

y otro... ¡y otro más! Otro joven entra la tienda y le pide condones al vendedor. Luego llega un hombre más viejo, pide lo mismo y le dice al vendedor —¡son para mi esposa número cuatro!

Adama se da cuenta de que no tiene por qué sentir vergüenza y entonces compra una caja completa de condones. Muy feliz vuelve con su enamorada, pero la ve saliendo muy enojada. La ha hecho esperar demasiado. Por lo menos, ¡estaré listo la próxima vez que estén juntos!

Si a ellos no les da vergüenza comprar condones, ¿por qué me preocupo yo?



Mensajes importantes:

- Una mujer joven y fuerte dice que no tendrá sexo sin usar condón y su enamorado acepta su punto de vista sin discutirlo
- A algunas personas les da vergüenza comprar condones, pero muchas personas los compran sin vergüenza
- ¡Si no andas con condón, te puedes quedar con las ganas!

Los videos son muy populares entre los jóvenes. Cuando tienen la libertad de aportar sus propias ideas para una película, los jóvenes son capaces de crear historias realistas que describan situaciones que les podrían pasar a ellos o a sus amigos. Los videos tienen la ventaja de poner cierta distancia entre los personajes en el video y las personas que los miran. Esto les da a las personas una manera menos directa y personal que los psicodramas o el teatro popular para hablar de temas como el sexo.

Dado que los videos son tan realistas, pueden ayudar además a los trabajadores

de la salud y los planificadores de salud pública a comprender el lenguaje y las preocupaciones de la juventud y así poder diseñar mejor los programas para ayudar a los jóvenes a protegerse del SIDA.

Se puede organizar un proyecto de video como *Historias del Sahel* a nivel local o regional. Un pueblo o una escuela puede llamar a un concurso y usar las historias ganadoras para iniciar discusiones en la comunidad de cómo las personas pueden reducir el riesgo de infectarse del VIH.

Es importante que los jóvenes sepan que corren el riesgo de infectarse del VIH y que necesitan protegerse. Este proyecto les da a los jóvenes la posibilidad de tomar la iniciativa para ayudar a sus amigos, familias y comunidades. Para obtener más información de cómo comenzar un concurso de videos en su comunidad o escuela, póngase en contacto con:

The Global Dialogues Trust

BP 11589

Dakar/Peytavin

Senegal (Africa Oeste)

tel: 221-825-3554

fax: 221-824-0742

correo electrónico: gdt@enda.sn

Otras historias ganadoras:

El guerrero (por Srta. Amy Badiane, 14 años, de Tambacounda, Senegal)

Un joven guerrero se entera de los estragos causados por el SIDA y, pensando que el SIDA es un enemigo humano, sale a luchar contra "él". Pero en el camino se encuentra con una mujer hermosa quien le explica cómo se propaga la epidemia realmente y le enseña maneras eficaces y amorosas para combatirlo.

Solamente Una Vez (por Diarra Diakhaté, 17 años, Dakar, Senegal)

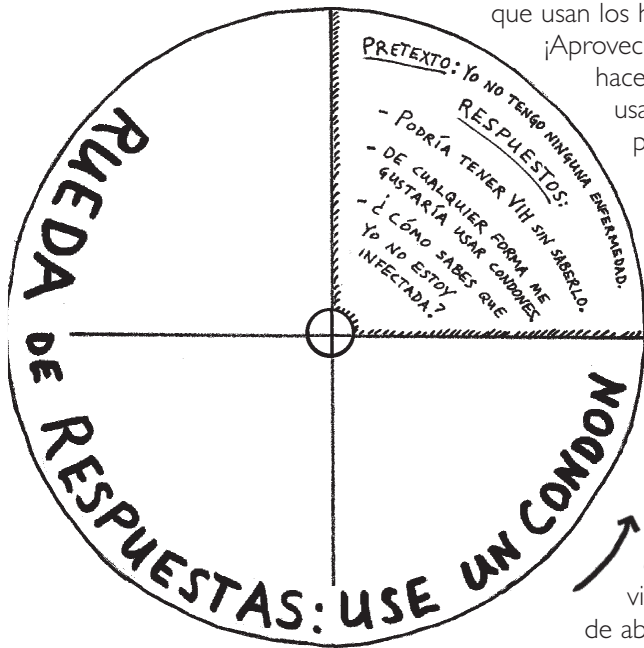
Un hombre vuelve del campo con ganas de hacer el amor con su esposa, quien tiene VIH. Ella insiste en usar un condón y le pide a él que vaya a comprar unos. El sale a buscar por todas partes sin encontrar ninguno. Por fin, encuentra unos y corre para su casa—donde descubre que su esposa ya tenía condones. Ella quería comprobar que él la quería suficientemente para cuidar su propia salud.

Cómo hacer una “rueda de respuestas”

La “rueda de respuestas” prepara a las mujeres para responder a los pretextos que ponen los hombres cuando no quieren usar un condón. Para la mujer puede ser más fácil convencer al hombre de que use condón, si de antemano sabe qué decir cuando el hombre se niega a usarlo. Ud. puede hacer una rueda con los pretextos típicos que usan los hombres en su comunidad.

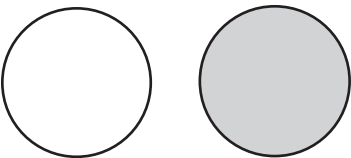
¡Aproveche el humor! Se puede hacer una rueda grande para usar con grupos, o las mujeres pueden hacer sus propias ruedas chicas. Se puede utilizar este tipo de rueda con otros temas de salud, tales como las respuestas que pueden usar los niños cuando alguien les ofrece drogas o alcohol.

Se hace la rueda de 2 círculos de papel o cartulina, juntados en medio con un alfiler. Se corta un pedazo del círculo de encima que deja visible un cuarto del círculo de abajo. Gire el círculo de encima para poder leer las secciones diferentes del círculo de abajo.

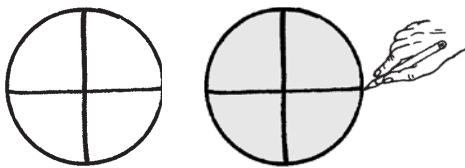


Para hacer la rueda:

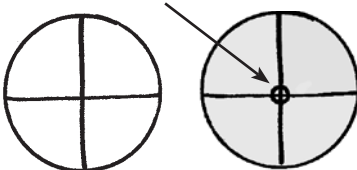
1er paso: Corte 2 círculos del mismo tamaño.



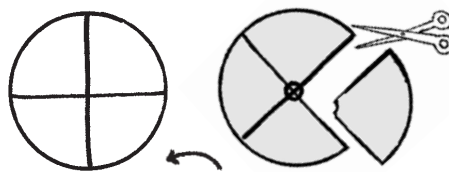
2º paso: Dibuje líneas en ambos círculos que los dividan en 4 partes.



3er paso: Dibuje un círculo pequeño en el centro de uno de los círculos grandes donde lo juntará con el otro con un alfiler.



4to paso: Corte una sección del círculo de encima. Tenga cuidado de no cortar dentro del círculo pequeño en medio donde se pondrá el alfiler.



5to paso: Ponga el círculo cortado encima del otro círculo y júntelos en medio con un alfiler. En el borde de cada sección del círculo de abajo, escriba un pretexto para no usar el condón. Luego, debajo del pretexto, escriba algunas respuestas—lo que se podría contestar. Haga esto para cada sección del círculo. ¡Ahora Ud. puede usar la rueda para preparar a las mujeres para hablar con sus compañeros sobre el condón!



¡Saludos! es una publicación de la Fundación Hesperian.

La Fundación Hesperian es una organización sin fines de lucro dedicada a mejorar la salud de las personas que viven en comunidades pobres en todo el mundo. Proveemos recursos y materiales para el auto-cuidado informado. Creemos que toda persona puede dirigir su propia salud.

Coordinadora de edición: Susan McCallister

Editora en español: Aryn Faur

Redacción y edición: Aryn Faur, Todd Jailer, Jane Maxwell, Elena Metcalf, Sarah Shannon

Diseño: Aryn Faur, Lora Santiago y Elena Metcalf

Este número de ¡Saludos! fue producido con la ayuda de las siguientes personas: Grace E. Delano, Margarita Diaz, Susan Emerich, Daniel Enger, Blanca Figueroa, Ferdinand Gonzales, Daniel Halperin, Coni López, Ronnie Lovich, Bene E. Madunaga, Vijayalaxmi Taskar

Guía de capacitación: Aryn Faur y Sarah Shannon, con Indu Capoor, Caycee Cullin, Schuyler Frautschi, Andrea Irvin, BA Laris, Junice Delmetrio Melgar, Pallavi Patel, Janey Skinner, Melissa Smith y Susan Wilson

Logo: Sara Boore

Dibujos: Sara Boore, Heidi Broner, Barbara Carter, Regina Faul-Doyle, Sandy Frank, Anna Kallis, Petra Röhr-Rouendaal, Lora Santiago

Traducción al español: Kathleen Vickery

Queremos saber de la gente que haya usado este boletín en su comunidad. ¡Escribanos sobre su experiencia!

Póngase en contacto con:

La Fundación Hesperian

1919 Addison Street, Suite 304

Berkeley, California 94704 EEUU

tel: 1-510-845-1447, fax: 1-510-845-9141

correo electrónico: hesperian@hesperian.org

página web: <http://español.hesperian.org>

