



MÓDULO III:

El cáncer de cuello uterino

¿QUÉ QUEREMOS LOGRAR EN ESTA REUNIÓN?

1. Que las mujeres conozcan qué es el cáncer de cuello uterino.
2. Que las mujeres conozcan cuál es la causa del cáncer de cuello uterino.
3. Que las mujeres conozcan qué debemos hacer para saber si tenemos cáncer de cuello uterino o las lesiones (heridas) que vienen antes.
4. Que las mujeres conozcan cómo prevenir el cáncer de cuello uterino.

¿QUÉ NECESITAMOS PARA HACER LA REUNIÓN?

- Papelógrafos
- Espéculos o dibujo de ellos.
- Láminas:
 - Los dos árboles.
 - Las células iguales y desiguales.
 - Examen de PAP (Prueba de Papanicolaou).
 - Examen IVAA (Inspección Visual con Ácido Acético).



BIENVENIDA



PARA HACER LA REUNIÓN AGRADABLE Y GANARNOS LA CONFIANZA DE LAS MUJERES

- Las saludamos con cariño y las felicitamos por participar.
- Cuidamos de que todas se sientan bien de estar allí.
- Les hablamos con confianza acerca del cáncer de cuello uterino. ¿Por qué es que las mujeres estamos expuestas a contraer esta enfermedad?

DINÁMICA DE MOTIVACIÓN "GENTE CON GENTE"

Pedimos que las participantes formen dos filas cada una frente a su pareja, luego la facilitadora va dando indicaciones "hombro con hombro" (las parejas tienen que toparse los hombros); brazo con brazo (se topan los brazos); nariz con nariz (se topan las narices); "nalga con nalga" (se topan las nalgas). Cuando la facilitadora dice "GENTE CON GENTE", todas se cambian de pareja.



PASO

1

**QUE LAS MUJERES CONOZCAN
QUÉ ES EL CÁNCER DE
CUELLO UTERINO****PARA RECOGER EL CONOCIMIENTO**

A todas juntas les hacemos las siguientes preguntas:

- ¿Qué hemos escuchado hablar acerca del cáncer?
- ¿Conocemos a alguien que haya tenido cáncer?
- ¿Qué sentía y cómo se veía esa persona?

Escuchamos a las que voluntariamente quieren participar y vamos anotando en un papelógrafo lo que van diciendo.



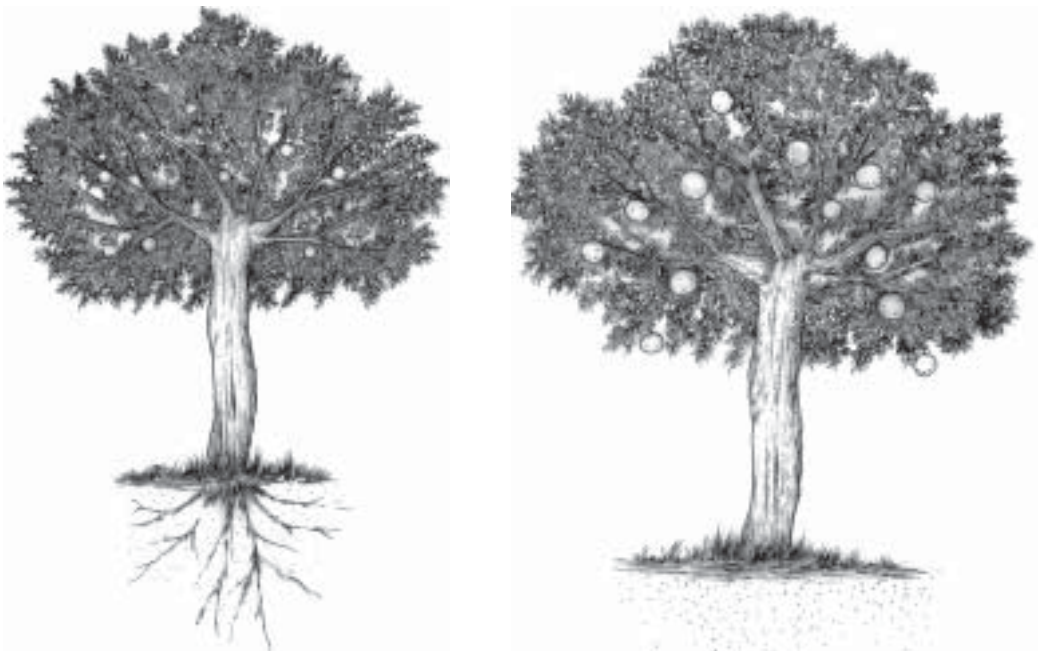


En grupo

Luego les decimos que para que todas den su opinión, esas mismas preguntas van a contestar en grupos. Para eso utilizando figuras de flores formamos cuatro grupos y entregamos a cada grupo un papelógrafo con las tres preguntas y sus plumones.

Después que los grupos han hecho su trabajo, una representante expone las ideas conversadas en cada grupo.

Mientras expone cada grupo, yo escribo en un papelógrafo las ideas principales en relación a cada una de las preguntas.



PARA CONSTRUIR EL NUEVO CONOCIMIENTO

Les presentamos un dibujo de dos árboles, uno sin raíces y el otro con raíces. Luego, les pedimos que describan lo que ven en cada dibujo y luego les preguntamos qué creen que significan. Después de escuchar con atención lo que dicen, les explicamos:

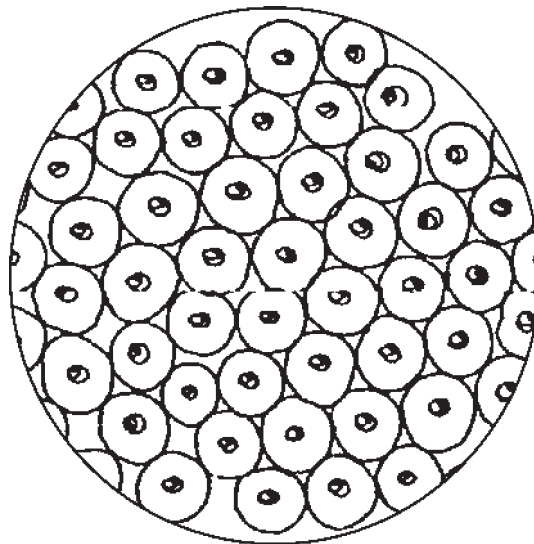


Para comprender que es el cáncer, vamos a imaginarnos que estamos viendo una plantita. ¿Cómo podríamos estar seguras si sus raíces son grandes o pequeñas, y cómo podríamos darnos cuenta si las raíces se están desarrollando bien?

Escuchamos lo que dicen y entonces señalamos: No bastaría con mirar lo que crece encima de la tierra; también tendríamos que mirar debajo de la tierra, para ver lo que está escondido.

Y así como ustedes ya lo han dicho, con el cáncer, generalmente no vemos ninguna señal hasta que ya está muy avanzado.

Para que nosotras podamos saber qué es el cáncer, primero tendremos que conocer ciertas cosas sobre nuestro cuerpo.

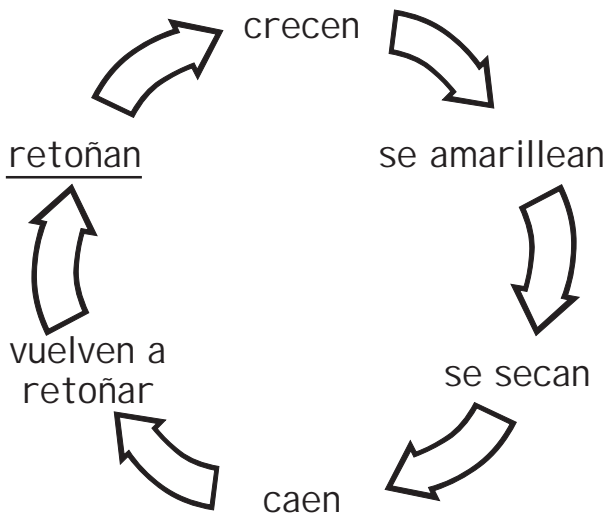


Luego afirmamos:

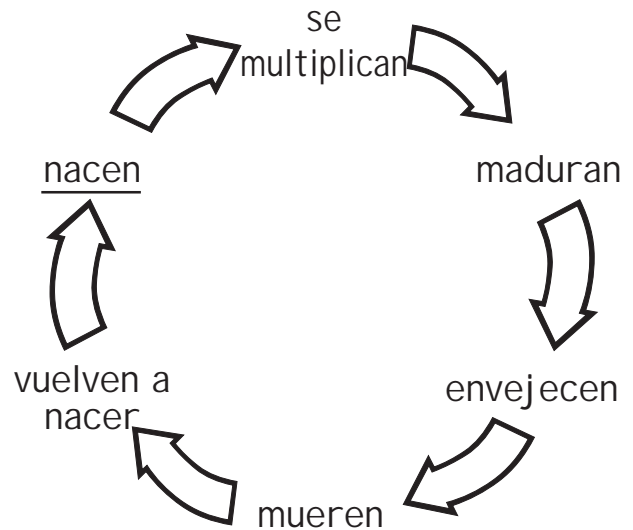
Todos los seres que tenemos vida (personas, animales y plantas) estamos formados por unas partes muy pequeñas, que se llaman células. Así, una flor y una gallina tienen células; una piedra no tiene células (muestro la lámina de las células).



Así como en el árbol,
las hojas:



Así también en nuestro
cuerpo, las células:



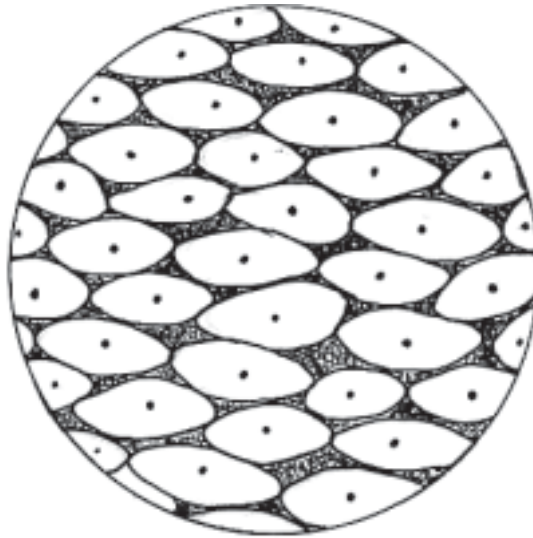
Para que esto funcione, hay una ley natural en el árbol que controla su desarrollo; ese control se altera por la presencia de plagas, que debilitan y enferman al árbol.

Este proceso tiene un control y éste se altera por la presencia de bichos malos (bacterias, virus), que hacen que las células se dañen, produciéndose las enfermedades.

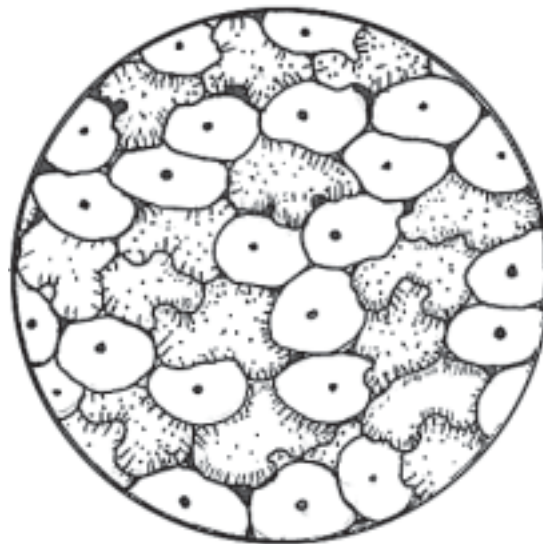
En el caso del cuello uterino, este ciclo se ve alterado en la etapa de la multiplicación, produciendo un crecimiento descontrolado de las células, esto se debe a la presencia de un virus, llamado VIRUS PAPILOMA HUMANO, que es la causa del CÁNCER DE CUELLO UTERINO.



CÉLULAS SANAS



CÉLULAS ENFERMAS



Cuando todo está normal o sano, las células son de la misma forma y tamaño (muestro lámina de células sanas); en cambio cuando se alteran en la etapa de la multiplicación, las células son desordenadas o desiguales (muestro la lámina de células enfermas).



PASO

2

CAUSAS DEL CÁNCER
DE CUELLO DEL ÚTERO

Les decimos a las mujeres: hemos aprendido que nuestro cuerpo tiene distintos tipos de células, tanto en su forma como en las funciones que cumplen.

Entonces, formamos grupos de cuatro o cinco personas. Cada grupo debe conversar sobre la siguiente pregunta:

¿Por qué tenemos cáncer de cuello uterino?

Después de las discusiones de grupo, les entregamos papelotes para que registren sus opiniones, luego sale a exponer un representante de cada grupo.

CREANDO EL NUEVO CONOCIMIENTO



Decimos:

Por los estudios realizados por los especialistas, **la mayoría de los casos de cáncer de cuello uterino, surgen a partir de células infectadas por un virus especial que se llama Virus Papiloma Humano (VPH).**



Características del virus VPH:

- Este virus se contagia a través de las relaciones sexuales.
- El VPH puede hacer que aparezcan células diferentes y desiguales en el cuello del útero, infectándolo y dañándolo lentamente.
- Este virus lo pueden tener tanto los hombres como las mujeres, pero a los hombres rara vez les causa problemas. Sólo las mujeres enfermamos de este cáncer.
- La infección que causa este virus no produce molestias ni descensos, por lo que las mujeres podemos tenerlo y no saberlo.

¿Y COMO AVANZA EL CÁNCER?

EVOLUCIÓN DEL CÁNCER EN EL CUELLO DEL ÚTERO



Mostramos la lámina de los tres cuellos de útero y hago las preguntas, para cada una de los tres cuellos que tiene la lámina: ¿qué ven acá?, ¿qué piensan que es esto? ¿cómo les gustaría que esto fuera para ustedes?

Luego de escuchar sus respuestas decimos:

Si en un cuellito sano, como este (muestro el cuello sano en la lámina) le penetra el virus, va a pasar mucho tiempo para que haga infección y sea como este otro (muestro el segundo cuello de la lámina) y de ahí para que sea cáncer invasor o cáncer avanzado como este otro (muestro el tercer dibujo de la lámina) va a pasar muchos años más, **en total puede demorar de 10 a 15 años desde que un cuello sano se infecte hasta que se convierta en cáncer invasor.**



¿Qué mujeres están en mayor peligro de desarrollar el cáncer de cuello uterino?

Para recoger el conocimiento hacemos la siguiente pregunta:

¿Qué mujeres están más propensas de tener el cáncer de cuello uterino?

Después de escuchar y resaltar lo que dicen las mujeres, les decimos:

Al iniciar la vida sexual, se inicia el riesgo de contraer el virus que causa el cáncer de cuello del útero.

Por la lenta evolución de la enfermedad, **es importante saber que las mujeres de 25 a 49 años de edad son las que están en mayor riesgo de tener las lesiones precancerosas causadas por VPH. Y deben ser las primeras en hacerse un examen ginecológico cada 3 años**, para vigilar que el virus no avance y así evitar que se convierta en cáncer.

A las mujeres menores de 25 años, se les puede hacer el examen, pero es raro encontrar lesiones en estas edades. En el caso de las mujeres mayores de 49 años es recomendable realizarse el PAP utilizando un cepillo especial para tomar la muestra.



PASO

3

¿CÓMO SE DETECTA Y QUÉ DEBEMOS HACER SI TENEMOS HERIDAS DE CUELLO UTERINO PRODUCIDAS POR EL VIRUS DEL CÁNCER?

RECOGIENDO EL CONOCIMIENTO

Pregunto a las mujeres:

¿Si en un sembrío crece la mala hierba, qué se debe hacer?

Luego, recogemos las opiniones expresadas.

Entonces les decimos:

Cuando aparece la mala hierba, debemos sacarla. Si no, irá creciendo cada vez más y las plantas no podrán crecer bien.

El cáncer es la mala hierba. Si no se atiende a tiempo, nos invade y no deja que los órganos de nuestro cuerpo funcionen bien, y en muchos casos nos puede causar la muerte; **pero esto lo podemos evitar si se descubre a tiempo las lesiones, antes de que se conviertan en cáncer.**

CONSTRUYENDO EL NUEVO CONOCIMIENTO





Presentamos dos láminas, una que ilustra la prueba de Papanicolaou (PAP) y otra que ilustra la inspección visual con ácido acético (I VAA). Les pedimos que describan cada una de ellas, que digan lo que significan estas láminas para ellas y que digan también si a ellas les gustaría hacerse los exámenes que se representan en las láminas.

Escuchamos con atención sus respuestas y reforzamos lo que han dicho con la siguiente información:

Para que nos realicen el examen ginecológico, es decir la revisión de nuestros órganos sexuales internos, tenemos que quitarnos el calzón, nos echamos en una camilla y colocamos nuestras piernas (abiertas) en las pierneras. Normalmente estamos en esa posición entre 5 y 15 minutos mientras nos hacen el examen.

Entonces, la profesional de salud colocará el espéculo en la vagina para poder observar el cuello del útero.

Es bueno hacer preguntas y aclarar dudas si las tenemos cuando nos están haciendo el examen. Podemos hacer cualquier pregunta que tengamos antes, durante, o después del examen al profesional que nos está haciendo el examen.



En el examen ginecológico nos pueden hacer dos tipos de pruebas:

1. **Una, es la prueba de Papanicolaou (PAP)**, que consiste en que la obstetrix o el médico tome una muestra del moco del cuello del útero y lo envíe a ser examinado en un laboratorio por un experto en células; dentro de dos meses aproximadamente, nos entregan los resultados.
2. **Otra, es la inspección visual con ácido acético (IVAA).** Este es un procedimiento que consiste en que la obstetrix o el médico moje suavemente el cuello del útero con ácido acético (vinagre). Entonces, si hay lesiones (heridas) o células desordenadas que pueden terminar en cáncer, el tejido se pone blanco y la obstetrix o el médico capacitado para esto, inmediatamente puede identificarlas; dándonos el resultado en ese mismo instante.

Si el resultado de cualquiera de las dos pruebas es **NEGATIVO**, quiere decir que no se detectaron células diferentes o desiguales, lo cual indica que estamos sanas. En este caso, **debemos volver a hacernos un examen ginecológico para detectar cáncer dentro de tres años.**





Si el resultado del IVAA es POSITIVO, la obstetriz solicitará que la mujer pase a ver al médico para verificar la lesión (herida), utilizando un aparato llamado aviscopio. Este aparato permite ver más grande y mejor el cuello del útero (IVAAM), mostramos la lámina correspondiente. Si el resultado del PAP es POSITIVO se avisará a la mujer y solicitará que asista al establecimiento para verificar la lesión (herida). Si una mujer tiene un resultado POSITIVO de IVAA o PAP, es muy importante que vea al médico para el segundo examen.

Si el médico confirma la existencia de una lesión que puede terminar en cáncer, la mujer con su consentimiento, debe recibir tratamiento inmediato para eliminar las células malas (manchas blancas) y así evitar que se desarrolle el cáncer.

Es posible tener un examen IVAA y PAP negativo, pero tener otras infecciones vaginales. Es importante tomar la medicina indicada por el profesional, si él encuentra alguna infección vaginal.



A fin de que las mujeres se relajen y se diviertan un poco, hacemos la dinámica: “pelotitas al cuello” (ver el capítulo DINÁMICAS), y la fila que gane le pone un castigo a la fila perdedora. Una vez cumplido el castigo:

¿CÓMO ES EL TRATAMIENTO DE LA CRIOTERAPIA?

RECOGIENDO EL CONOCIMIENTO

Preguntamos a las mujeres si conocen o han escuchado hablar de algún tratamiento para cáncer al cuello uterino. O si se imaginan cómo podría ser el tratamiento.

Escuchamos con atención lo que dicen las mujeres, resaltamos sus ideas escribiendo o repitiendo lo que dicen

Luego comparto con ellas la siguiente información:





La **CRIOTERAPIA** consiste en aplicar frío sobre la lesión para congelar y destruir las células anormales o desiguales. Para esto a la mujer se le coloca el espéculo en la vagina y el profesional le aplica el tratamiento con un aparato especial.

Estas células destruidas, se desprenderán y saldrán como descenso o flujo vaginal acuoso durante los siguientes 15 días a 1 mes.

Durante este tiempo la mujer deberá tener los siguientes cuidados:

- No debe colocarse nada en la vagina, ni hacerse lavados internos.
- No deberá tener relaciones sexuales y si decide hacerlo, su pareja deberá usar un condón.

La mujer debe acudir de inmediato a consultar al establecimiento de salud, cuando presenta los siguientes **SIGNOS DE ALARMA**:

- Descenso con mal olor o sangrado
- Cólicos o dolor en el bajo vientre
- Fiebre o calentura

Para saber como está respondiendo su cuerpo al tratamiento recibido, la mujer debe acudir a sus citas o **CONTROLES**:

1er. Control: a la semana después del tratamiento, para asegurarse que no tenga problemas.

2do. Control: al mes después del tratamiento.

3er. Control: a los tres meses, para un nuevo examen ginecológico para verificar que ya sanó.



4to. Control: al año, para asegurarse que continúa normal; y repetir este control anual por 5 años.

Descubrir el cáncer a tiempo y recibir el tratamiento apropiado, nos permite conservar nuestro útero, menstruar, y si queremos, incluso podríamos tener un hijo, si estamos todavía en edad.

¿QUÉ PASA SI EL RESULTADO ES: CÁNCER AVANZADO?

Si esto sucede, el médico dirá qué es lo más conveniente hacer, en algunos casos le harán tratamientos en Tarapoto. En otros casos el médico indicará que la mujer necesita tratamiento en Lima.

En cualquiera de los casos, la mujer debe seguir las indicaciones del personal de salud para sentirse mejor y luchar contra esa enfermedad.

Es importante tener presente que la forma más efectiva y barata de luchar contra el cáncer es prevenirlo, es decir, evitar que se presente. Esto se hace a través del examen ginecológico y recibiendo tratamiento si se encuentra lesiones (heridas) en el cuello del útero.

PARA MEDIR LO APRENDIDO

Hacemos la dinámica *“Competencia de sorpresas”*.

Las participantes se ponen de pie formando un círculo, la facilitadora se pone al centro y ofrece a cada una que coja una sorpresa (papeles doblados que contienen un mensaje). Los mensajes deben ser combinados, unos contienen preguntas sobre el módulo tratado, otros indicaciones para hacer un gesto, una imitación, una canción, un chiste, etc.



Luego se da pase a la competencia donde cada una cumple el mensaje que dice su sorpresa. Entonces se tiene mensajes intercalados, de los módulos y otras actuaciones.

Por ejemplo, después del módulo III, las sorpresas pueden ser:

- Imita a un animal.
- Explica cómo se produce el cáncer de cuello uterino.
- Desfila por la pasarela.
- ¿Cómo se llama el virus que produce el cáncer de cuello uterino?
- ¿Qué mujeres están en mayor riesgo de contraer el cáncer de cuello uterino?
- Diga un piropo.
- ¿Cómo se llama el nuevo examen para detectar el cáncer de cuello uterino?
- Diga un chiste.
- ¿Dónde nos hacen el nuevo examen?
- Dar una vuelta al círculo saltando en un solo pie.
- ¿Cuánto cuesta hacerse el nuevo examen?
- Canta una canción.
- Haga una mueca
- ¿Cómo adquirimos el virus del cáncer de cuello uterino?
- ¿Cuánto tiempo puede demorar el Virus Papiloma Humano para desarrollar lesiones precancerosas?
- ¿Cada cuánto tiempo debemos hacernos el examen IVAA o PAP?
- ¿Cómo se llama el tratamiento que se hace a las mujeres que salen con lesiones precancerosas?

De acuerdo al número de participantes, se pueden repetir los mensajes, o pueden haber papeles en blanco, sin sorpresa.



Después de cada pregunta contestada, se consulta al jurado (todas) si está conforme con las respuestas, si dice que sí, se premia con un aplauso, y si dice que no, se hace la corrección.

COMPROMISO

Para que otras mujeres también se beneficien de lo que nosotras aprendimos, cada una debe comprometerse a decirle, por lo menos a una mujer, lo importante que es hacerse el examen ginecológico para saber si tenemos células diferentes.

¿QUÉ DEBEMOS HACER CUANDO TERMINA LA REUNIÓN?

Nos damos un aplauso por lo bien que hemos trabajado.
Recogemos todos los materiales y los guardamos.



MÓDULO IV:

Apreniendo a querernos (autoestima)

¿QUÉ QUEREMOS LOGRAR EN ESTA REUNIÓN?

1. Que las participantes reconozcan sus cualidades y debilidades, y que asuman compromisos de cambio de conducta.
2. Que las participantes identifiquen las características de una comunicación adecuada (autoestima alta) en comparación con una comunicación inadecuada (autoestima baja).
3. Que las participantes reconozcan sus deberes y derechos como usuarias de los servicios de salud.

¿QUÉ NECESITAMOS PARA HACER LA REUNIÓN?

- Papelógrafos.
- Plumones.
- Las historias de Antuca y Marilú.
- Dos carteles con las frases AUTOESTIMA ALTA y AUTOESTIMA BAJA.



BIENVENIDA

Y DINÁMICA DE PRESENTACIÓN



PARA HACER LA REUNIÓN AGRADABLE Y GANARNOS LA CONFIANZA DE LAS MUJERES

- Saludamos cordialmente a todas las participantes.
- Todas nos sentamos cómodamente en un círculo.
- Les decimos que en esta reunión, todas juntas aprenderemos a querernos y valorarnos como personas y eso nos ayudará a darnos cuenta de la importancia de cuidar nuestra salud como mujeres, como esposas y como madres.

**PASO****1****DESCUBRIR MI AUTOESTIMA****PARA RECOGER EL CONOCIMIENTO****DINÁMICA: LA RULETA DE LA AUTOESTIMA**

Lo que queremos lograr con esta dinámica:

- Que las participantes identifiquen las ideas claves sobre la autoestima, a partir de sus conocimientos previos al respecto.
- Que las participantes reciban el reconocimiento de sus compañeras por las características de su propia autoestima.

Desarrollo:

Las participantes se agrupan formando un círculo grande, dentro del cual algunas forman otro círculo más pequeño. Las integrantes del círculo pequeño cierran los ojos, se abrazan y agachan la cabeza. Las integrantes del círculo grande giran y mientras dan vueltas, ejecutan las órdenes que les damos, como por ejemplo:

- Darle una palmada en la espalda a la que toma decisiones por su propia voluntad y se hace responsable de ellas.
- Tocarle la cabeza a la que sea una persona amigable y comprensiva.
- Darle una palmada en el brazo a la que pueda trabajar bien con las demás.
- Tocarle el hombro a la que es respetada y reconocida en su comunidad.
- Darle un abrazo a la que es positiva y nos llena de alegría.
- Tocarle el hombro a la que nos hace sentir confianza.
- Darle un abrazo a la que es colaboradora con las demás.



Después de unos minutos cambian de lugar y las integrantes del círculo grande pasan a conformar el círculo pequeño y viceversa.

Al final, les pregunto cómo se sintieron cuando sus compañeras las tocaron.

PARA CONSTRUIR EL NUEVO CONOCIMIENTO

Usando los papelógrafos, procedo a repasar las palabras de las participantes, construyendo con ellas la definición e ideas claves sobre autoestima, para esto decimos:

- Así como en este ejercicio nuestras amigas han reconocido nuestras cualidades, nosotras mismas también debemos reconocer que tenemos cualidades y valores de los cuales debemos estar orgullosas.
- También es bueno reconocer que tenemos algunas debilidades y que podemos mejorar.

Y QUE EL RECONOCERNOS, EL VALORARNOS A NOSOTRAS MISMAS, SE LLAMA **AUTOESTIMA**.





PASO

2

DESARROLLAR MI AUTOESTIMA

PARA RECOGER EL CONOCIMIENTO

Les pido que formen dos grupos. Entrego a uno de ellos una historia de una mujer con autoestima baja y al otro una historia de una mujer con autoestima alta.



HISTORIA DE ANTUCA

Antuca vive en el barrio Bajada de San Antonio, tiene 8 hijos, el menor tiene 6 años y asiste a la escuela casi siempre muy triste. Su esposo se llama Jorge más conocido como "Bien Varón". Antuca siempre tiene dolores en el bajo vientre y cada día se siente peor, no puede contarle nada de esto a su esposo, porque siempre está mareado y casi ya no trabaja, pero sí que la maltrata cada vez que puede.

Por esta razón Antuca tiene que ir a la chacra, a cultivar sus sembríos, carga la leña para su cocina y además tiene que atender a sus hijos en su casa.

Emita su vecina sabe de sus malestares, en varias oportunidades le ha aconsejado que asista al centro de salud, pero Antuca responde que lo va a pensar, ya le pasará con sus hierbas, y además no tiene tiempo y que finalmente tiene miedo y vergüenza.



HISTORIA DE MARILÚ

Marilú es una joven madre de 27 años, tiene dos hijas, ella vive en el caserío de La Banda de Cumbaza, su esposo se llama Edinson y se dedica a la agricultura, mientras que Marilú está al cuidado de sus menores hijas, la última tiene 1 año y 3 meses. Marilú ahora es presidenta del Club de Madres de esa comunidad, ella para llegar a este cargo tuvo que pasar muchas dificultades por la incomprensión de su esposo.

Después de su último parto Marilú empezó a sentir algunas molestias en sus partes, le comentaba a su esposo, pero él no le dio importancia y por insistencia de ella él se molesta y terminan peleándose; y como Marilú comprende que tiene que estar sana para seguir trabajando por su familia y comunidad, ha decidido asistir al Centro de Salud, aunque tenga que cruzar el río crecido y aunque su marido se moleste, para cumplir con su cita. Ahora ella ya no tiene molestias, está contenta y feliz.



Entonces, cada grupo debe ponerse de acuerdo para escenificar el caso en un sociodrama. Luego de unos diez minutos, ambos grupos dramatizarán frente al resto, el caso entregado.

Seguidamente entre todas, se hará un proceso de reflexión dando respuesta junto con ellas a las siguientes preguntas:

- ¿Qué les ha parecido las historias?
- ¿Cuál les gustó más?

Sobre la historia de ANTUCA

- ¿Por qué piensan que actuó así?
- ¿Qué piensan que ha influido en su forma de ser?
- ¿Qué consecuencias produce para ella y para su familia el hecho que sea así?
- ¿Qué pueden hacer ella, su familia y todos las que la conocen para ayudarla a cambiar?

Sobre la historia de MARI LÚ

- ¿Qué cosas habrán ayudado para que Marilú actúe así?
- ¿Cómo influye su forma de ser con ella misma y para con toda su familia?
- ¿Qué nos falta a cada una de nosotras para ser como ella?
- ¿Qué podemos hacer con nuestras hijas para que de grandes sean como Marilú?

A medida que ellas van contestando a cada pregunta, voy anotando las ideas dadas en un papelógrafo.

PARA CONSTRUIR EL NUEVO CONOCIMIENTO

Según las ideas dadas por ellas en la reflexión, reforzamos y/o agregamos las siguientes ideas:

Para desarrollar nuestra autoestima, debemos:

- **Concernos**, ¿QUI ÉN SOY?
- **Aceptarnos como somos**, SOY ÚNICA, y así me acepto con mis virtudes y mis defectos.
- **Sentirnos orgullosas de lo que somos**, respetarnos y valorarnos, sentir confianza y amor por nosotras mismas.

**PASO****3****DEBERES Y DERECHOS DE
LA USUARIA DE LOS SERVICIOS
DE SALUD****PARA RECOGER EL CONOCIMIENTO**

A través de un sociodrama, donde se escenifique una consulta, los demás participantes identificarán los deberes y derechos como usuarias de un servicio de salud. Posteriormente, la facilitadora complementa el sociodrama si fuera necesario, mencionando otros deberes y derechos que no fueron dramatizados.

PARA EL NUEVO CONOCIMIENTO



DEBERES DE LA USUARIA DE LOS SERVICIOS DE SALUD

- 1) Acudir oportunamente al establecimiento de salud.
- 2) Practicar hábitos y costumbres que cuiden su salud.
- 3) Asistir puntualmente a las citas.
- 4) Cooperar con el personal de salud durante el interrogatorio y el examen clínico.
- 5) Cumplir con las indicaciones del personal de salud.
- 6) Difundir en su comunidad las orientaciones generales y consejería sobre el cuidado de la salud.
- 7) Respetar el tiempo de consulta de los demás.
- 8) Respetar y dar buen trato al personal que le brinda el servicio.
- 9) Hacer conocer sus sugerencias y/o disconformidad al jefe del servicio.





DERECHOS DE LA USUARIA DE LOS SERVICIOS DE SALUD

- 1) Ser atendida con amabilidad y sinceridad.
- 2) Tener la oportunidad de explicar todos sus problemas.
- 3) Recibir orientación y consejería.
- 4) Que sus problemas no sean divulgados.
- 5) Recibir atención en privado.
- 6) Tener tiempo adecuado de consulta.
- 7) Recibir una explicación de lo que le van a hacer.
- 8) Recibir servicios cómodos y limpios.
- 9) Poder elegir libremente lo que le van a hacer.
- 10) Recibir un examen minucioso y completo.
- 11) Recibir la información necesaria para conocer lo que tiene.
- 12) Poder hacer preguntas y aclarar todas sus dudas.
- 13) Recibir mas información, siempre que la desee.



PARA MEDIR LO APRENDIDO

- Colocar dos carteles con los títulos: AUTOESTIMA ALTA y AUTOESTIMA BAJA.



- Repartir tarjetas con frases que describan cada una de estos tipos de autoestima. Como, por ejemplo: las mujeres, al son de una música, de aplausos o de una canción deben ir colocando cada tarjeta bajo el título que le corresponde

AUTOESTIMA ALTA

Segura de lo que dice.

Mirada alegre.

Siempre optimista.

Le gusta participar.

Mujer entusiasta.

Es decidida.

No es temerosa.

AUTOESTIMA BAJA

Insegura de lo que dice.

Mirada triste.

Es pesimista en todo.

No le gusta participar.

Actúa con desgano.

Tímida, no sabe defenderse.

Siempre temerosa.

- Para reforzar el tema de autoestima, podemos mostrar las figuras de las mujeres subiendo las escaleras para fijar la idea de que es posible trazarnos metas y esforzarnos para lograrlos, como la mujer de la escalera que llega a la cumbre (las dos figuras de la escalera, la que inicia a subir y la que llega a la cumbre).





COMPROMISOS

- Poner en práctica todos los pasos necesarios para poder tener una autoestima alta.
- Reconocer permanentemente nuestras cualidades y fallas, y tratar diariamente de ser mejores personas.
- Aceptar que una de esas formas de ser mejores personas consiste en preocuparse por su propia salud, y especialmente en aprovechar los nuevos servicios que el Ministerio de Salud está brindando.
- Dar a conocer que las mujeres de nuestras comunidades, en el uso de sus derechos como ciudadanas, deben tomar acciones de amor propio y amor por sus familias, realizándose el examen ginecológico para prevenir el cáncer de cuello uterino.
- Estar siempre vigilantes para reclamar su derecho a recibir una atención de salud de calidad y cumplir sus deberes como usuarias de los servicios de salud.

DESPEDIDA

Ahora ya hemos aprendido que cuidar la salud es una forma de quererse a sí misma. Esto quiere decir que una de las responsabilidades de cada una de nosotras es evitar el cáncer. Para esto, cada una de nosotras debe ir al establecimiento de salud y solicitar el examen ginecológico.



MÓDULO V:

Formación y seguimiento de los grupos de apoyo

Este módulo está diseñado para apoyar a las facilitadoras en su primera reunión con el grupo de apoyo de su microrred, así como en las reuniones de seguimiento mensual.

¿QUÉ QUEREMOS LOGRAR EN ESTA REUNIÓN?

1. Sensibilizar a las participantes a fin de convertirse en un apoyo para los equipos de promoción.
2. Determinar la junta directiva de los grupos de apoyo, a fin de que dirija las actividades del mismo.
3. Que las participantes elaboren un plan de trabajo para su microrred, dirigido a lograr que las mujeres de 25 a 49 años de edad se realicen el examen ginecológico.

INICIO DE LA REUNIÓN

PARA HACER LA REUNIÓN AGRADABLE Y GANARNOS LA CONFIANZA DE LAS PARTICIPANTES

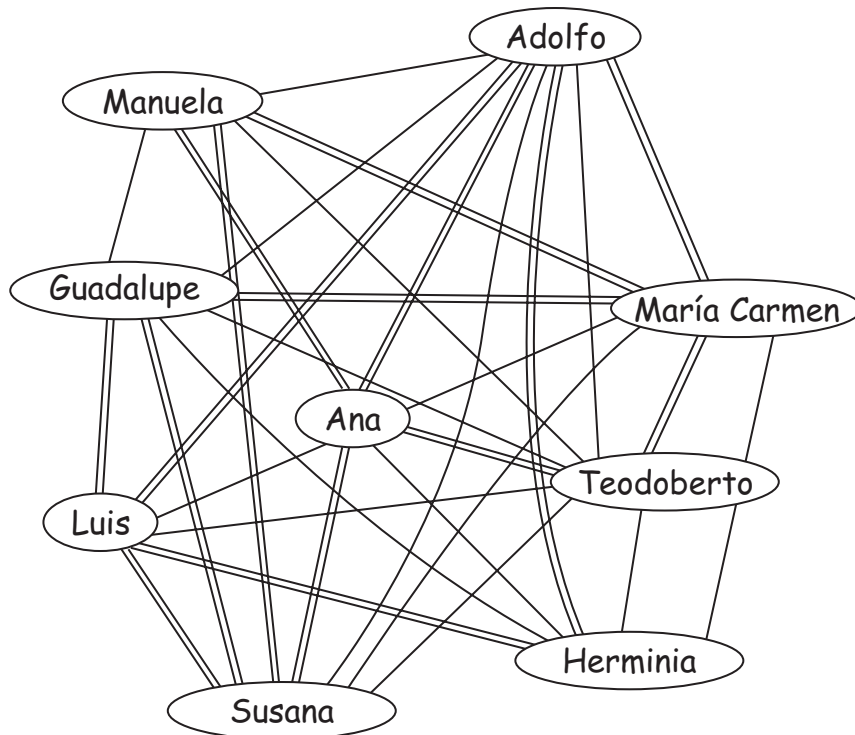
- Felicitamos a las participantes por su asistencia.
- Colocamos las sillas en un círculo y les pedimos que se sienten cómodamente.
- Les explicamos que la reunión tiene por objetivo hacer que ellas se comprometan a hacer un plan de trabajo para ayudar a mejorar la salud de las mujeres y de las comunidades en que ellas viven.



PASO

1

LA IMPORTANCIA DE ESTAR UNIDOS Y ORGANIZADOS



DINÁMICA DE MOTIVACIÓN: "La telaraña"

Objetivo: que las participantes visualicen la importancia del trabajo organizado de las autoridades y representantes de la comunidad.

Para comenzar, les pedimos que todas se pongan de pie y formen un círculo. Una de ellas se presenta y habla sobre alguna habilidad propia; luego, toma un ovillo de hilo o lana. Sin soltar el hilo, le entrega el ovillo a otra persona, y entonces esa persona se presenta y a su vez menciona alguna habilidad propia. Cuando termina, otra participante que aún no lo haya recibido toma el ovillo y continúa. Mientras tanto, cada persona que ya habló continúa agarrando el hilo. De esta manera, cuando ya todas se hayan presentado se verá una telaraña de hilo conectándolas a todas.



Después que todas hayan recibido el ovillo y se haya formado la telaraña, pregunto a todos:

¿Qué significa para ustedes esto que se ha formado con el hilo?

¿Cómo podemos relacionar la telaraña o tejido que vemos acá con nuestro trabajo de autoridades y líderes de nuestra comunidad?

Luego de escuchar y resaltar lo que dicen los participantes, explicamos:

Esa telaraña representa lo que tratamos de formar hoy en esta reunión, como parte de este programa de prevención del cáncer de cuello uterino: construir una telaraña de miembros de la comunidad, construir una organización, un equipo de personas activas y con buenas relaciones en su comunidad. Así habremos desarrollado una telaraña que comprometa a la gente hacia el logro de objetivos comunes.

Cada vez que coordinamos y nos relacionamos con una autoridad o con un líder en la comunidad, es como si le entregáramos el hilo y el tejido aumenta. Eso es lo que estamos haciendo durante este proyecto, identificando gente que está fuera de la telaraña y entregándoles el hilo para incluirlos y conectarlos a nuestra comunidad.

Toda persona que está en la telaraña de una comunidad es importante. Si nadie suelta el hilo, los bordes se mantienen fuertes; pero si tan sólo una persona lo suelta, la telaraña se desarma y se rompe (para ilustrar este punto, yo suelto el hilo). Esto demuestra que todos son igualmente importantes y si uno de nosotros falla en su compromiso esto afecta a todos y si eso sucede hay que estar alerta para que otra persona la reemplace.

Para terminar el ejercicio, le pido al grupo que baje la telaraña al piso y admire el diseño complejo que fue creado.

**PASO****2****CONOCIENDO LA ORGANIZACIÓN DEL
PROGRAMA DE PREVENCIÓN DEL CÁNCER
DE CUELLO UTERINO**

Para realizar esta parte utilizamos la guía para la reunión de sensibilización. Al finalizar, hacemos hincapié en la necesidad de que la comunidad organizada participe en el proceso de mejorar la salud de la población, como parte de la corresponsabilidad en el cuidado de la salud.

Pues no sólo el Ministerio de Salud, es decir los establecimientos de salud, es responsable de la salud de nuestra comunidad, sino también nosotros los pobladores; para eso debemos organizarnos y juntos podemos enfrentar cualquier problema de salud que ataque a nuestros pobladores, hombres y mujeres y también los niños.



PASO

3

FORMANDO EL GRUPO DE APOYO AL
PROGRAMA DE PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE
CUELLO UTERINO

Objetivos:

- Que los participantes expresen su decisión de formar parte del Grupo de Apoyo.
- Que los participantes elijan la Junta Directiva del Grupo de Apoyo.

Pregunto a todos los presentes:

¿Quiénes de ustedes están decididos a integrar una organización, una telaraña que apoye las actividades por la promoción de la salud de la población, compartiendo las actividades con el establecimiento de salud?



Escuchamos las opiniones y verificando que hay mayoría, declaramos: A PARTIR DE HOY DÍA QUEDA CONFORMADO EL GRUPO DE APOYO AL EQUIPO DE PROMOCIÓN DEL DISTRITO DE Y ESTÁ INTEGRADO POR (menciona a todos los participantes como miembros de la organización a la que representan).

Luego preguntamos:

- Ahora que hemos conformado el Grupo de Apoyo, ¿qué piensan que falta para que empiece a funcionar?

Escuchamos las respuestas y según lo dicho, reafirmamos o completamos:

Lo que ahora corresponde es formar la directiva de nuestra organización. Pedimos que presenten propuestas para elegir:

- Un presidente, encargado de convocar las reuniones y dirigir las acciones del Grupo de Apoyo.
- Un secretario de actas, encargado de tomar nota en las reuniones y archivar los documentos.
- Un secretario de economía, encargado de controlar algún fondo que genere el grupo para apoyar las actividades orientadas a prevenir el cáncer de cuello uterino.
- Dos vocales, que apoyan la labor de los miembros anteriores y los reemplacen en caso de ausencia.

Hecha la elección, felicitamos a los elegidos con un fuerte aplauso.



PASO

4

ELABORACIÓN DEL PLAN DE TRABAJO
DEL GRUPO DE APOYO

- **Preguntamos a los asistentes:** ¿Cuál será el paso siguiente para empezar a trabajar?

Escuchamos las respuestas, luego decimos:

- Corresponde ahora hacer el Plan de Trabajo y para eso necesitamos saber:

1. ¿Cuál es nuestro objetivo?

QUE LAS MUJERES DE 25 A 49 AÑOS ACUDAN VOLUNTARIAMENTE A HACERSE SU EXAMEN DE IVAA O PAP.

2. ¿Qué cosas existen en nuestra comunidad que pueden facilitar a las mujeres asistir a hacerse su examen?

Con la participación de todas hacemos una lista de las situaciones que favorecen a cumplir nuestro objetivo.

3. ¿Qué cosas pueden dificultar a las mujeres de esta comunidad asistir a hacerse su examen?

Con la participación de todas hacemos una lista de las situaciones que dificultan cumplir nuestro objetivo.

4. ¿Qué actividades necesitamos realizar para lograr que las mujeres de 25 a 49 años acudan a hacer su examen IVAA?

Se elabora con ellas la lista de actividades.

5. Con la opinión de las participantes, se ponen fecha a cada una de las actividades, usar el formato P3 para hacer el cronograma de actividades.

6. Luego preguntamos: ¿quiénes pueden encargarse de cada una de las actividades? Esperamos que voluntariamente se anoten.



Luego damos la indicación de que el Grupo de Apoyo con todos sus miembros debe reunirse por lo menos una vez por mes con el fin de evaluar las actividades de cada mes y programar las del mes siguiente.

DESPEDIDA

- Agradecemos la asistencia y la activa participación de todos y las felicitamos por el paso de calidad que han dado al dar nacimiento a una organización, que si la saben mantener puede servir no sólo para el objetivo del Programa de Prevención del Cáncer Ginecológico, sino para cualquier otro objetivo de desarrollo en su comunidad.
- Les pregunto, cuándo piensan que debemos reunirnos nuevamente.
(Si es posible, brindar un sencillo refrigerio).



NOTAS PARA EL EQUIPO DE PROMOCIÓN:

1. Si ya existe en la comunidad un grupo conformado que podría tomar el papel del Grupo de Apoyo, se puede trabajar con este grupo.
2. Si después de formado el Grupo de Apoyo y elegido su directiva, se ve que la gente está cansada, se puede proponer una próxima reunión para hacer el Plan de Trabajo.

RECOMENDACIONES PARA LAS SIGUIENTES REUNIONES DEL GRUPO DE APOYO

- * Una vez formado el grupo de apoyo, lo esperado es que se reúnan una vez por mes, para dar seguimiento a las actividades planeadas.
- * A estas reuniones se espera la asistencia de:
 - Los miembros del grupo de apoyo.
 - El jefe del establecimiento de salud (de ser posible).
 - Las dos integrantes del equipo de promoción.
 - Otras autoridades o líderes invitados.
- * Cada reunión debe iniciar con la participación del jefe del establecimiento de salud o una de las integrantes del equipo de promoción, quien luego de saludar a los asistentes y dar la bienvenida a los nuevos asistentes si los hay, pasará la conducción de la reunión al presidente del grupo de apoyo.
- * El desarrollo de la reunión tendrá el siguiente proceso:
 - Lectura del acta o formato 2 de la reunión anterior.
 - Un informe de las actividades cumplidas por el equipo



de promoción en el mes que termina, haciendo referencia de las cosas que facilitaron su cumplimiento o las cosas que imposibilitaron realizarlas. Si hubiera alguna actividad realizada exclusivamente por el grupo de apoyo, también debe informarse en este momento.

- Propuesta presentada por el equipo de promoción con las actividades que piensa realizar en el mes que inicia.
 - Presentación de sugerencias por parte de los asistentes, sobre otras actividades que pueden incluirse en el cronograma del mes.
 - Para cada actividad aprobada, se acordará una fecha y un responsable de su ejecución.
- * La reunión tendrá como producto una lista de actividades o tareas a cumplirse en el mes, donde se consideren; las acordadas en la reunión anterior y que no fueron realizadas, las propuestas por el equipo de promoción y las sugeridas por los asistentes. Este producto debe ser registrado en el formato P2 del equipo de promoción.