

Aptitudes para la Vida



Las aptitudes para la vida hacen referencia a las conductas prácticas necesarias para satisfacer las demandas de la vida diaria. Las personas jóvenes que poseen este tipo de aptitudes se encuentran mejor preparadas para tomar decisiones saludables y evitar las conductas de riesgo. Algunos ejemplos de aptitudes para la vida incluyen la capacidad de pensamiento crítico, la capacidad de ser firme, enérgico y seguro y la capacidad para desarrollar redes de apoyo adecuadas.

En el caso de que disponga de suficiente tiempo podrá presentar estas aptitudes durante la sesión de asesoramiento realizada antes y después de administrar la prueba. Asimismo, puede referir a los clientes a otros servicios apropiados para que se informen en mayor profundidad sobre este tema.

Desarrollo del pensamiento crítico

Se debe ayudar a las personas jóvenes a aprender a “consumir” información con criterio. Presente los siguientes consejos a los clientes para ayudarlos a desarrollar su capacidad de pensar críticamente:

- ◆ No aceptar como verdadero todo lo que se lee o escucha. Investigar cuál es la fuente de la información. La persona que ha suministrado la información ¿está suficientemente informada o es confiable, o es posible que sólo esté repitiendo falsos rumores? ¿Obtuvo la información de un periódico sensacionalista o de una fuente informativa respetada? ¿Ha recurrido a Internet? ¿Tenía el sitio Web un aspecto profesional? ¿Contaba con el respaldo de una organización reconocida?

- ◆ Analizar cuáles son los objetivos que persigue la fuente de información. ¿Está intentando venderle algo? ¿Las personas que dicen ser sus “amigos” están buscando a alguien que los acompañe en sus conductas de riesgo? Si las personas sólo consideran sus propios intereses será prudente cuestionar sus mensajes.
- ◆ Recordar el dicho: si algo suena demasiado bueno para ser cierto, entonces probablemente no sea cierto. ¿El hecho de tener relaciones sexuales lo hará más atractivo, hombre o saludable? No. ¿El hecho de tener relaciones sexuales significará que él o ella lo amarán para siempre? No. ¿El consumir drogas resolverá todos sus problemas y lo dejará libre de preocupaciones? No. Se debe cuestionar todo aquello que se presente como una solución rápida y simple a un problema.
- ◆ ¡Pregunte! Si lee o escucha algo que no parece ser verdad, pregunte a un maestro, a un consejero joven que se encuentre capacitado, a un consejero adulto, a un líder religioso, a los padres o a otro adulto confiable.

Desarrollo de la capacidad de ser firme, enérgico y seguro

Esta capacidad tiene que ver con el hecho de ser seguro, de defenderse a uno mismo y a aquello que se considera correcto, y de creer en uno mismo. Las personas que han desarrollado esta capacidad son menos proclives a ser influenciadas por la presión de sus pares, así como más propensos a hacer cambios de conducta positivos y de largo plazo. Las personas que son firmes, enérgicas y seguras:

- ◆ Hablan de manera clara y firme, pero manteniendo buenos modales.
- ◆ Mantienen contacto visual cuando hablan con otras personas (cuando esto resulta culturalmente aceptable).
- ◆ Evitan las discusiones con las personas que no están de acuerdo con sus opiniones; simplemente expresan sus opiniones y reconocen que existen visiones opuestas.
- ◆ Encuentran un modelo de persona que es firme, enérgica y segura —por ejemplo un maestro, un pariente o un amigo— y observan cómo actúa.
- ◆ Tienen presente que el hecho de ser firme, enérgico y seguro no es equivalente a ser agresivo.

Se debe reconocer que no siempre es fácil desarrollar esta capacidad, pero que la práctica puede ayudar.

Desarrollo de buenas redes de apoyo

Se debe alentar a los clientes, independientemente de que opten o no por someterse a la prueba del VIH, a entrar en contacto con personas que los apoyen. Las amistades, miembros de la familia y otras personas que presten apoyo pueden ser un remedio eficaz contra la depresión y la soledad, y pueden estimular a las personas jóvenes en su búsqueda de una vida más feliz y saludable.



Las personas capaces de dar un apoyo útil presentan las siguientes características:

- ◆ Son honestas y genuinas.
- ◆ Respetan a sus amistades.
- ◆ No presionan a sus amistades para que hagan cosas peligrosas o indebidas.
- ◆ Son confiables.
- ◆ No se burlan, lastiman o abusan de la gente.
- ◆ Escuchan.
- ◆ Respetan y mantienen la confidencialidad.
- ◆ Desean lo mejor para las personas que aprecian.

Es posible que los clientes se sientan mal si reconocen que un “amigo” o integrante de su familia no les presta apoyo. Como asesor debe indicar que comprende como se sienten y los alentará a elegir amistades más positivas.

Creación de una Red de Referencia



Puede crear una red de referencia para su clínica o programa utilizando las páginas que se presentan a continuación y tomando los siguientes pasos:

- ◆ Crear un libro o un juego de tarjetas de referencia.
- ◆ Hacer un listado con los nombres de las organizaciones que se encuentran presentes en la comunidad y que trabajan con adolescentes.
- ◆ Incluir sus direcciones, números de teléfono y el nombre de la persona que deberán contactar los clientes jóvenes.
- ◆ Tomar las medidas necesarias para que este listado se encuentre disponible para todo el personal de la clínica o programa.
- ◆ Asegurar a los clientes que las referencias serán confidenciales.

Organizaciones/clínicas que prestan servicios relacionados con el VIH

Nombre de la organización	Dirección	Teléfono
1.		
2.		
3.		
4.		

Organizaciones/clínicas que prestan servicios anticonceptivos

Nombre de la organización	Dirección	Teléfono
1.		
2.		
3.		
4.		

Organizaciones/clínicas que proporcionan exámenes/tratamiento contra las ITS

Nombre de la organización	Dirección	Teléfono
1.		
2.		
3.		
4.		

Organizaciones/clínicas que prestan atención a las víctimas de la violencia sexual

Nombre de la organización	Dirección	Teléfono
1.		
2.		
3.		
4.		

Organizaciones/clínicas que prestan asesoramiento psicológico o para la salud

Nombre de la organización	Dirección	Teléfono
1.		
2.		
3.		
4.		

Organizaciones que trabajan con adolescentes (YMCA, scouts, grupos para la juventud, etc.)

Nombre de la organización	Dirección	Teléfono
1.		
2.		
3.		
4.		

Recursos

Family Health International. Kit de herramientas para asesoramiento y pruebas voluntarias (APV). Arlington, VA: Family Health International, 2002-2004. Algunas de las herramientas en inglés incluidas en este kit (disponible en <http://www.fhi.org/en/HIVAIDS/pub/guide/vcttoolkit.htm>) se resumen a continuación:

- ◆ Boswell D, Baggaley R. *Voluntary Counseling and Testing and Young People: A Summary Overview*, 2002. Este folleto de 28 páginas sintetiza una serie de cuestiones vinculadas al APV y a la juventud, incluyendo la relevancia y las razones del APV para jóvenes, los enfoques y modelos de servicios a considerar, la diversidad de personas jóvenes, los obstáculos a tomar en cuenta, los mensajes de promoción de la causa, casos de estudio cortos y otros temas relevantes.
- ◆ Sangiwa G. *A Guide to Establishing Voluntary Counseling and Testing Services for HIV*, 2002. Esta guía de 11 páginas describe los elementos con lo que debe contar un programa que planea establecer servicios de APV en las fases de evaluación, diseño e implementación, resumiendo las necesidades mínimas de personal, espacio, equipos e insumos.
- ◆ Sangiwa G, Kamenga C, Boswell D, et al. *HIV Voluntary Counseling and Testing: A Reference Guide for Counselors and Trainers*, 2004. Esta guía de 125 páginas incluye información básica sobre el VIH y otras ITS, asuntos relacionados a las pruebas del VIH, conceptos de asesoramiento, estrategias para promover el cambio de conductas, marcos para el asesoramiento realizado antes y después de administrar las pruebas del VIH, asuntos relacionados a la atención y el apoyo social, pérdidas de seres queridos, asuntos vinculados al apoyo brindado por el asesor, cuestiones de monitoreo, supervisión y cuestiones éticas.
- ◆ Sangiwa G. *Voluntary Counseling and Testing for HIV: A Strategic Framework*, 2003. Esta descripción corta de un marco estratégico (nueve páginas más apéndices) brinda una aproximación conceptual para enfrentar los variados aspectos de un programa de APV.

- ♦ Walkowiak H, Gabra M, van Praag E, et al. *Commodity Management in VCT Programs: A Planning Guide*, 2002. Elaborado en conjunto con Management Sciences for Health, esta guía de 39 páginas sintetiza una serie de cuestiones vinculadas a los kits para pruebas del VIH y otros insumos en los servicios de APV, incluyendo un estudio de caso de Zambia y un conjunto de recomendaciones.

Otras fuentes de información

Finger W. *VIH: Asesoramiento y Pruebas Voluntarias. LenteJoven No. 3*. Arlington, VA: Family Health International/YouthNet, 2002.

<http://www.fhi.org/en/Youth/YouthNet/Publications/YouthLens+English.htm#LenteJoven> (desplazarse al No. 3).

Esta publicación de cuatro páginas sintetiza las direcciones investigativas y programáticas sobre el tema del APV y la juventud que se encontraban disponibles al momento de la publicación, resumiendo la demanda de servicios, el impacto del APV sobre el comportamiento y los desafíos en el campo programático.

Horizons Program, Kenya Project Partners, Uganda Project Partners. *HIV Voluntary Counseling and Testing among Youth Ages 14 to 21: Results from an Exploratory Study in Nairobi, Kenya, and Kampala and Masaka, Uganda*. Washington, DC: Population Council, 2001.

<http://www.popcouncil.org/pdfs/horizons/vctyouthbaseline.pdf>

Este informe centra su atención en las actitudes y opiniones sobre el APV manifestadas por los jóvenes de Kenia y Uganda que se realizaron (o no) una prueba APV.

Federación Internacional de Planificación de la Familia /Oficina Regional del Sur de Asia (IPPF/SAR) y el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA).

Integrating HIV Voluntary Counselling and Testing Services into Reproductive Health Settings: Stepwise Guidelines for Programme Planners, Managers and Service Providers. London: IPPF/South Asia Regional Office y UNFPA, 2004.

http://www.unfpa.org/upload/lib_pub_file/245_filename_hiv_publication.pdf

Este juego de guías de 77 páginas sobre cómo integrar el APV a los contextos de salud reproductiva se basa en las experiencias de cuatro proyectos donde se probó la incorporación de servicios de APV a servicios de salud reproductiva previamente existentes, dos de ellos en India y dos en Costa Marfil. El personal y los usuarios en estos cuatro sitios contribuyeron a la elaboración de las guías. Las guías apuntan a ayudar a los planificadores, administradores y prestadores de servicios de salud reproductiva a integrar el APV a sus servicios.

McCauley A, Juma MA, Kirumira E, et al. *Attracting Youth to Voluntary Counseling and Testing Services in Uganda, Horizons Research Summary*. Washington, DC: Population Council, 2004.

<http://www.popcouncil.org/horizons/ressum/vctyth/vctythsum.html>

Este informe de ocho páginas describe los resultados de un programa que estableció servicios de APV amigables para jóvenes y una campaña de comunicación de alcance comunitario centrada en los jóvenes y que midió el éxito de esta intervención.

McCauley AP. *Equitable Access to HIV Counseling and Testing for Youth in Developing Countries: A Review of Current Practice, Horizons Report*. Washington, DC: Population Council, 2004.

<http://www.popcouncil.org/pdfs/horizons/vctythrvw.pdf>

Este informe de 18 páginas repasa los programas de APV para jóvenes en todo el mundo y brinda recomendaciones para aumentar el

acceso de los jóvenes que viven en países en desarrollo a este tipo de programas.

Revised guidelines for HIV counseling, testing: technical expert review of CDC HIV counseling, testing and referral guide. *MMWR Recommendations and Reports*. November 9, 2001/50(RR);1-58.

<http://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/rr5019a1.htm>

Esta publicación electrónica de 51 páginas sintetiza los hallazgos realizados por un grupo de expertos de los Centros de los Estados Unidos para el Control y la Prevención de Enfermedades que revisó las guías de APV en el año 2001. Incluye tablas y gráficos de utilidad sobre temas vinculados al asesoramiento y a las pruebas del VIH.

World Health Organization. *Rapid HIV Tests: Guidelines for Use in HIV Testing and Counselling Services in Resource-Constrained Settings*. Geneva: World Health Organization, 2004.

<http://www.who.int/hiv/pub/vct/en/rapidhivtests/en.pdf>

Estas guías de 48 páginas preparadas por la OMS en colaboración con los Centros de los Estados Unidos para el Control y la Prevención de Enfermedades constituye una valiosa herramienta de referencia sobre la evolución de los enfoques para el asesoramiento y pruebas del VIH, las ventajas de usar pruebas rápidas, diferentes estrategias de pruebas y consideraciones para pruebas rápidas, la garantía de la calidad, y protocolos y listas de verificación sugeridas sobre como asesorar ante casos de resultados negativos y positivos.

Youth-Friendly Services: An Annotated Web-Based Guide to Available Resources. Arlington, VA: Family Health International/YouthNet, 2004.

<http://www.fhi.org/en/Youth/YouthNet/ProgramsAreas/YouthFriendlyServices/index.htm>

Esta guía ofrece enlaces a 16 fuentes de información agrupadas en las siguientes categorías: promoción de la causa, planificación, análisis, implementación, currículos para la capacitación de los prestadores de servicios, instrumentos para facilitar el trabajo y evaluación. Estos recursos fueron desarrollados por CEDPA/Catalyst, EngenderHealth, YouthNet/Family Health International, PATH, Pathfinder y la OMS.

Notas

Créditos fotográficos

Gabriel Amadeus Cooney
portada, página 7
página de título

Richard Lord
contraportada, páginas
divisorias para los
capítulos 1, 2, 4, 5, 6; y
páginas 9, 10, 15, 26, 29,
32, 45, 50, 55, 67, 69, 81,
83, 85

Giselle Carino
página divisoria para
recursos, página 17

BEMFAM
página 30

William Finger
página 35

Beth Robinson
página 37

Stephanie Savariaud
página divisoria para el
capítulo 3, página 59

PhotoDisc
página divisoria para el
capítulo 3, página 19, 62

Marina McCune
página 78



© 2006 por Family Health International

Family Health International
YouthNet Program
2101 Wilson Blvd, Suite 700
Arlington, VA 22201 EE.UU.
703-516-9779 (teléfono)
703-516-9781 (fax)

www.fhi.org/youthnet (sitio Web)

