

PROTOCOLO DE CONSEJERÍA EN EL TEMA ENAMORAMIENTO Y RELACIÓN DE PAREJA



Primer paso:

Establecer una relación de confianza.

- Saludar amablemente a el/la adolescente y preguntarle su nombre.
- Identificarse por nombre, ocupación y como consejero/a.
- Garantizar la confidencialidad, diciéndole que lo que conversemos quedará entre nosotros/as, salvo que decida lo contrario.
- Hacer preguntas para entrar en confianza, tales como su pasatiempo, si estudia, en qué colegio; si trabaja, si pertenece a algún grupo juvenil.
- En todo momento escucharlo/a con atención, gesto agradable, mirándolo a los ojos.

Segundo paso:

Determinar el problema de consulta conjuntamente con el/la adolescente.

- Preguntarle sobre el motivo de la visita, asegurándole que estamos allí para ayudarlo a encontrar una solución.
- Escuchar sin interrumpir, mirar a los ojos, prestar atención, demostrar interés por el problema, tener en cuenta nuestra comunicación gestual para evitar actitudes de censura. Es muy importante establecer la empatía para que se anime a plantearnos su preocupación.
- Preguntar sobre su relación de pareja y cuál es el motivo de preocupación o consulta. En cualquiera de los casos, es importante averiguar sobre edad y ocupación de la pareja, inicio de la relación, tipo de vínculo, cómo se siente con su pareja, cuál es el nivel de comunicación, qué espacios comparten. También es necesario inquirir si han hablado sobre tener relaciones sexuales o si han tenido caricias y juegos sexuales que pudieran llevarlos a creer que van a tener relaciones sexuales.
- Así mismo, es necesario averiguar la opinión de la familia sobre su relación, si la aceptan o no y el nivel de conflicto que esto suscita.
- Indagar sobre la opinión de sus amigos/as más significativos/as acerca de la pareja.

Tercer paso:

Analizar la situación, complementar información y establecer resoluciones conjuntas.

- Analizar con el/la adolescente, las características de una relación de enamoramiento, la importancia del contacto físico, pero también de compartir actividades, grupo de amigos/as; la importancia de sentirse valorado/a y apreciado/a por el otro. En el caso de los varones, aclarar estereotipos asociados a la noción de masculinidad, como que "enamorarse es solamente conquistar sin comprometerse" o que "si la enamorada no acepta tener relaciones sexuales, es porque no lo quiere realmente" o que "el impulso sexual debe ser siempre satisfecho porque sino puede ocasionar traumas o problemas".



En el caso de las mujeres, explorar sentimientos asociados a sensaciones de excitación por besos o caricias, explicando que éstos son normales, despejando sentimientos de culpa. Aclarar estereotipos de género, como que "una chica realmente enamorada debe acceder a tener relaciones sexuales, aunque aún no se sienta preparada" y que "estar enamorada significa entrega y acceder a lo que él le pida".

- Explicar la importancia de utilizar una comunicación asertiva, que implica respeto hacia uno/a mismo/a al expresar las propias necesidades y defender sus derechos y respetar los derechos y necesidades de la pareja.
- Si el/la adolescente está evaluando continuar o interrumpir una relación de pareja, acompañarlo/a para que realice un proceso adecuado de toma de decisiones, analizando las ventajas y desventajas de sus decisiones.

Cuarto paso:

Preguntar si existen dudas o preocupaciones.

- Indagar si hay alguna información que no le quedó clara, si tiene dudas o preocupaciones.
- Si tiene dudas, aclararlas. Preguntar cómo se siente, si con la información que hemos compartido está en condiciones de tomar una decisión o todavía necesita nuestra ayuda. Invitarlo/a a visitarnos nuevamente.

Quinto paso:

Mantener contacto y seguimiento.

- Fijar una cita, explicando que si un problema se presenta antes, podrá venir a buscarnos en los horarios establecidos.
- Asegurarle que cualquiera sea su decisión, podrá contar con el/la consejero/a. Invitarlo/a a una nueva sesión y también a hacer uso del servicio de planificación familiar, si así lo deseara.

PROTOCOLO DE CONSEJERÍA EN EL TEMA INICIO SEXUAL



Primer paso:

Establecer una relación de confianza.

- Saludar amablemente a el/la adolescente y preguntarle su nombre.
- Identificarse por nombre, ocupación y como consejero/a.
- Garantizar la confidencialidad, diciéndole que lo que conversemos quedará entre nosotros/as, salvo que decida lo contrario.
- Hacer preguntas para entrar en confianza, tales como su pasatiempo, si estudia, en qué colegio; si trabaja, si pertenece a algún grupo juvenil.
- En todo momento escucharlo/a con atención, con gesto agradable, mirándolo a los ojos.

Segundo paso:

Determinar el problema de consulta conjuntamente con el/la adolescente.

- Preguntarle sobre el motivo de la visita, asegurándole que estamos allí para ayudarlo/a a encontrar una solución.
- En este momento es importante una comunicación gestual de aceptación para evitar actitudes de censura. Es muy importante establecer la empatía para que se anime a plantearnos su preocupación.
- Explorar sobre el hogar, con quién vive, cómo se lleva con los miembros de la familia, el nivel de comunicación que mantiene con ellos.
- Es importante averiguar si es su primera pareja o ha tenido otras, o varias a la vez. Conocer edad, ocupación y estado civil de la actual pareja, inicio de la relación, tipo de vínculo, cómo se siente, cuál es el nivel de comunicación, y si han hablado sobre tener relaciones sexuales. Explorar presión. Indagar si la familia conoce y acepta la relación de pareja.
- Preguntar si habla con los amigos sobre sus experiencias, preocupaciones, si ellos ya han tenido relaciones sexuales. Explorar presión.

Tercer paso:

Analizar la situación, complementar información y establecer resoluciones conjuntas.

- En este momento es importante que el/la adolescente tenga un espacio para analizar las ventajas y desventajas de iniciarse sexualmente, así como las otras posibilidades de expresión de su sexualidad. Explorar los sentimientos que le suscita iniciar relaciones sexuales.
- Podemos usar la técnica de confrontación: "¿tú qué piensas de esto?", "¿cómo te hace sentir?". Analizar las dos alternativas.
 - **Si decide tener relaciones sexuales**
 - ◆ ¿Cuáles son los beneficios y las desventajas? Analizar cómo se va a sentir con su pareja después de tenerlas, cómo cree que va afectar su relación afectiva, cómo va a reaccionar consigo mismo/a, cómo se va a sentir con sus amigos/as.

- En el caso de las mujeres, ¿qué pasaría si la relación termina?, ¿cómo se sentiría después de tener relaciones sexuales?
- Indagar sobre sus conocimientos del riesgo de embarazo. Brindar información y colocar al adolescente en la situación supuesta de un embarazo, a fin de preguntar qué haría y cómo enfrentaría esa situación.
- Conversar sobre relaciones sexuales protegidas y dar información sobre métodos anticonceptivos (MAC). Indagar sobre la actitud de su pareja sobre los MAC.

○ Si decide no tener relaciones sexuales

- En el caso de las mujeres, cuál sería el impacto en la relación con su enamorado, qué pasaría si decide dejarla o si ella decide dejarlo. Explorar y complementar información sobre juegos sexuales, seguridades y riesgos asociados.
- En el caso de los varones, cómo se sentiría frente al grupo de pares, cuál sería el impacto en la relación con su enamorada.
- En este paso es importante:
 - Que el/la adolescente conozca que disfrutar su sexualidad responsablemente es uno de sus derechos sexuales y reproductivos, lo cual implica tanto el derecho a la abstinencia o a la postergación, como a tener relaciones sexuales protegidas.
 - Reforzar la idea que tener relaciones sexuales es una decisión muy importante, por lo que no debemos basarla en la opinión de los demás.
 - Plantear que existen otras formas de expresar los deseos sexuales sin llegar necesariamente a las relaciones sexuales coitales (tales como los toqueteos, las caricias, la masturbación mutua), que son seguras para evitar una ITS y un embarazo no deseado. Lo importante es que posea la información necesaria, para que tome la decisión con la que mejor se sienta y se asegure una adecuada protección contra posibles riesgos.

Cuarto paso:

Preguntar si existen dudas o preocupaciones.

- Indagar si hay alguna información que no le quedó clara, si tiene dudas o preocupaciones.
- Si tiene dudas, aclararlas. Preguntar cómo se siente, si con la información que hemos compartido se siente en condiciones de tomar una decisión o todavía necesita nuestra ayuda, invitarlo/a a visitarnos nuevamente.

Quinto paso:

Mantener contacto y seguimiento.

- Fijar una cita, pero explicarle que si tiene un problema antes, puede venir a buscarlos en los horarios en que atendemos
- Asegurarle que cualquiera sea su decisión, podrá contar con nosotros/as e invitarlo/a a otra sesión.

PROTOCOLO DE CONSEJERÍA EN EL TEMA ANTICONCEPCIÓN



Primer paso:

Establecer una relación de confianza.

- Saludar amablemente a el/la adolescente y preguntarle su nombre.
- Identificarse por nombre, ocupación y como consejero/a.
- Garantizar la confidencialidad, diciéndole que nuestra conversación quedará entre nosotros/as, salvo que decida lo contrario.
- Hacer preguntas para entrar en confianza, tales como su pasatiempo, si estudia, en qué colegio; si trabaja, si pertenece a algún grupo juvenil.
- En todo momento escucharlo/a con atención, con gesto agradable, mirándolo/a a los ojos.

Segundo paso:

Determinar el problema de consulta conjuntamente con el/la adolescente.

- Preguntarle sobre el motivo de la visita, asegurándole que estamos allí para ayudarlo/a a encontrar una solución.
- Sobre la pareja es importante averiguar si es la primera o ha tenido otras, o varias a la vez. Sobre la actual pareja averiguar su edad, ocupación y estado civil, inicio de la relación, tipo de vínculo, cómo se siente, cuál es el nivel de comunicación, y si han hablado sobre tener relaciones sexuales. Explorar presión. Indagar si la familia conoce y acepta a la pareja.
También es necesario averiguar si ya han tenido relaciones sexuales antes o si recién las van a tener.
- Si aún no han tenido relaciones sexuales, ir a los pasos 2 y 3 del protocolo de inicio sexual.
- Si actualmente tienen relaciones sexuales, es necesario averiguar si fue una decisión compartida, si lo conversaron antes, con qué frecuencia la tienen y dónde. Explorar presión.
- Indagar sobre el uso de algún método o práctica de anticoncepción. Si usó y ya no lo hace, ¿por qué discontinuó el método? y si usa alguno ¿por qué quiere dejarlo? En el caso de una adolescente descartar si pudiese haber una situación de violencia sexual, explorando si alguna vez ha recibido caricias o abrazos que la hayan hecho sentir mal, algún tipo de contacto sexual o relaciones sexuales a la fuerza o sin quererlo; si es así, continuar con preguntas del protocolo de abuso sexual.

Tercer paso:

Analizar la situación, complementar información y establecer resoluciones conjuntas.

- Indagar sobre la información que tiene sobre cada uno de los métodos y precisar y aclarar información sobre ellos, su acción, efectos secundarios y tasa de falla del método.

- 
- 
- Dar información clara y precisa sobre la fisiología del ciclo menstrual.
 - Es importante aclarar algunas ideas erróneas, preguntándole sobre ideas comunes que se tienen sobre los métodos, estereotipos de género asociados, tales como "con el condón no se siente nada" o "quien tiene que cuidarse es la mujer".
 - Así mismo, hablarle sobre algunas características personales y del entorno que son necesarias para el uso de algunos de ellos.
 - Ayudarle a determinar, realizando un análisis de ventajas y desventajas, cuál o cuáles métodos le parecen más apropiados.
 - Si decide usar algún método, es necesario que pase por un examen obstétrico para descartar contraindicaciones antes de usar algún método.

En este paso, es importante plantear el uso de métodos anticonceptivos, como responsabilidad de ambos y que, generalmente, existen métodos que son más adecuados para cada pareja, con relación a las características personales y del entorno.

Cuarto paso:

Preguntar si existen dudas o preocupaciones.

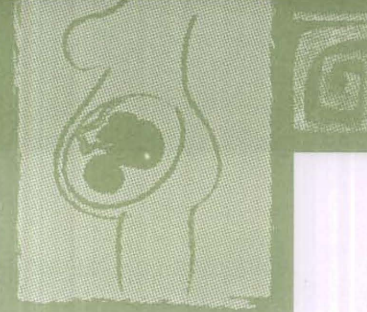
- Indagar si hay alguna información que no le quedó clara, si tiene dudas o preocupaciones.
- Si tiene dudas, aclararlas. Preguntar cómo se siente, si con la información que hemos compartido se siente en condiciones de tomar una decisión o todavía necesita nuestra ayuda, invitarlo/a a visitarnos nuevamente.

Quinto paso:

Mantener contacto y seguimiento.

- Fijar una cita, explicándole que si antes tiene un problema, puede venir a buscarnos en los horarios en que vamos a estar.
- Asegurarle que cualquiera sea su decisión, puede contar con nosotros e invitarlo/a a una nueva cita o a hacer uso del programa de planificación familiar.

PROTOCOLO DE CONSEJERÍA EN EL TEMA EMBARAZO EN LA ADOLESCENCIA



Primer paso:

Establecer una relación de confianza.

- Saludar amablemente a la adolescente y preguntarle su nombre.
- Identificarse por nombre, ocupación y como consejero/a.
- Garantizar la confidencialidad, diciéndole que lo que conversemos quedará entre nosotros/as, salvo que decida lo contrario.
- Hacer preguntas para entrar en confianza, tales como su pasatiempo, si estudia, en qué colegio; si trabaja, si pertenece a algún grupo juvenil. Preguntarle si en el colegio le hablaron de MAC.
- En todo momento escucharla con atención, con gesto agradable, mirándola a los ojos.

Segundo paso:

Determinar el problema de consulta conjuntamente con la adolescente.

- Preguntarle sobre el motivo de la visita, asegurándole que estamos allí para ayudarla a encontrar una solución

○ Si viene con diagnóstico de embarazo:

Y viene sola:

- Preguntarle algunos datos sobre su embarazo: tiempo de gestación, molestias, si es el primero.
- Preguntarle cómo se siente frente a su embarazo.
- Preguntar sobre el motivo de la gestación (presión, falla de métodos).
- Indagar sobre el entorno familiar, si la familia está enterada y cuál es su reacción.
- Si tiene pareja preguntarle, si es la primera, cuánto tiempo tienen juntos, cómo se llevan, si es aceptado por sus padres. Además, algunos datos sobre él, tales como edad, con quien vive, si trabaja o no, en qué, qué actitud tuvo respecto al embarazo, si la apoya o no.

Si viene acompañada de su pareja:

- Observar si ella se siente cómoda o no con su presencia; de eso depende que la entrevista sea en conjunto o que la entrevista sea primero con ella, a solas, e incluir a la pareja al final de la misma, cuando se hable del plan de cuidado de su salud y del embarazo, a fin de que pueda asumir responsabilidades.

Si viene acompañada de la madre o algún familiar:

- Puede ser más conveniente decirle que deseamos hacerle a la adolescente algunas preguntas a solas. Si notamos a la madre o al familiar muy reticente, podemos decirle que queremos examinarla. La idea es darle la oportunidad a la adolescente de que nos diga si desea o no que alguien más esté presente en la sesión o si quiere decirnos algo de manera confidencial.

- ♦ Según lo que se acuerde con la adolescente, permitirle a la madre o al familiar que se incorpore cuando se esté hablando del plan para el cuidado de su salud y de su embarazo.
- ♦ Si los familiares insisten en quedarse desde el inicio de la consulta, tenemos que usar mucho la persuasión convencidos de que estamos protegiendo la confidencialidad de la adolescente que viene a la consulta. Estrategias como decirle al familiar que queremos examinar a la adolescente en privado, que sí nos interesan sus opiniones y que hablamos luego, nos pueden permitir tener el primer contacto con la adolescente.
- ♦ Si la familia insiste en saber si la adolescente está embarazada o no, conversemos con la adolescente pues es sólo ella quien puede decírselos, nosotros no podemos romper nuestro principio de confidencialidad con la adolescente.
- ♦ En todos los casos, es necesario indagar acerca del diagnóstico, dónde se lo hizo, para ver qué tan confiable es.

○ Si viene sin diagnóstico

- ♦ Indagar acerca de las razones por las que piensa que está embarazada y si ya estuvo embarazada antes.
- ♦ Derivarla para realizar el diagnóstico y decirle que la estaremos esperando para conversar, cualquiera sea el resultado del diagnóstico.
- ♦ Recordemos que, muchas veces, la adolescente no dice que puede estar embarazada y da otros motivos. En este caso, hacer preguntas abiertas sobre sus estudios, su familia, sus amigos/as, su pareja es una forma de sopesando la sospecha de un embarazo. Preguntar más sobre si han tenido relaciones sexuales, si usó algún método anticonceptivo, brindándole confianza para que ella se anime a contarnos la situación.
- En este momento es importante indagar sobre la posibilidad de violencia sexual, explorando más cómo se produjo la gestación, si tuvo relaciones sexuales a la fuerza o sin quererlo y, si es así, continuar con preguntas del protocolo de abuso sexual. Así mismo, descartar un posible contagio de VIH/SIDA, al momento en que preguntamos sobre la pareja, si ha tenido otras parejas sexuales, qué método empleaban, preguntar si usaron condón, si conocía sobre otras relaciones que hubiera tenido su pareja.

Tercer paso:

Analizar la situación, complementar información y establecer resoluciones conjuntas.

● Embarazo deseado

- Indagar qué espera de su embarazo.
- Indagar qué información tiene sobre el proceso del embarazo y cuidados que se necesitan.
- Complementar información sobre control pre-natal y su importancia, psicoprofilaxis, vacunas, rol de la pareja, comunicación afectiva.
- Analizar las responsabilidades que asume y los cambios que sucederán en su vida.

- 
- 
- Si tiene pareja, hablarle de las responsabilidades que tiene frente a su embarazo.
 - Establecer un plan conjunto para el cuidado de su salud y su embarazo, incluyendo a la pareja, si es que la tiene.
 - Animarla en la tarea que está emprendiendo, fortaleciendo su autoestima.

- **Embarazo no deseado**

- Preguntarle ¿por qué no desea el embarazo?
- Explorar sus sentimientos personales.
- Indagar la red de soporte emocional con la que cuenta.
- Evaluar ventajas y desventajas del embarazo. Complementar información.

- En ambos casos, es necesario que ella pueda hacer un proceso de reflexión, analizando a profundidad e incorporando sus sentimientos frente a las diferentes opciones que tiene.

Cuarto paso:

Preguntar si existen dudas o preocupaciones.

- Indagar si hay alguna información que no le quedó clara, si tiene dudas o preocupaciones.
- Si tiene dudas, aclararlas. Preguntar cómo se siente, si con la información que hemos compartido se siente en condiciones de tomar una decisión o todavía necesita nuestra ayuda, invitarla a visitarnos nuevamente.
- Si es necesario, apoyarla con los padres y la pareja, estableciendo con ella el mejor momento para hablar con uno de ellos o con los dos.

Quinto paso:

Mantener contacto y seguimiento.

- Fijar una cita, explicándole que si antes tiene un problema puede venir a buscarnos en los horarios en que vamos a estar.
- Asegurarle que cualquiera sea la decisión que tome, podrá contar con nosotros/as.
- Derivarla al servicio perinatal o a hacer uso del servicio de planificación familiar.