



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala



FACULTAD DE
ARQUITECTURA
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE ARQUITECTURA
ESCUELA DE DISEÑO GRÁFICO

**“Elaboración de Rotafolios para orientar
a los adolescentes sobre educación
sexual y prevención de los embarazos
a temprana edad”**

Guatemala, Noviembre 2016.

Wendy Lucrecia González Gálvez



FACULTAD DE
ARQUITECTURA
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA



UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE ARQUITECTURA
ESCUELA DE DISEÑO GRÁFICO

“Elaboración de Rotafolios para orientar a los adolescentes sobre educación sexual y prevención de los embarazos a temprana edad”

Proyecto de Graduación presentado por:
Wendy Lucrecia González Gálvez
al conferírsele el Título de
Licenciada en Diseño Gráfico
Énfasis Editorial Didáctico Interactivo.
Guatemala, Noviembre 2016.

“El Autor es responsable de las doctrinas sustentadas, originalidad y contenido del Proyecto de Graduación, eximiendo de cualquier responsabilidad a la Facultad de Arquitectura de la Universidad de San Carlos de Guatemala”



NÓMINA de Autoridades

Junta Directiva

Msc. Arq. Byron Alfredo Rabe Rendón

Decano

Arqta. Gloria Ruth Lara de Corea

Vocal I

Arq. Sergio Francisco Castillo Bonini

Vocal II

Arq. Marco Vinicio Barrios Contreras

Vocal III

Br. Gladys Jeanhaire Chacón García

Vocal IV

Br. Carlos Rubén Subuyuj Gómez

Vocal V

Msc. Arq. Publio Rodríguez Lobos

Secretario

Tribunal Examinador

Msc. Arq. Byron Alfredo Rabe Rendón

Decano

Lic. Marco Antonio Morales Tomas

Asesor Metodológico

Licda. Miriam Isabel Meléndez Sandoval

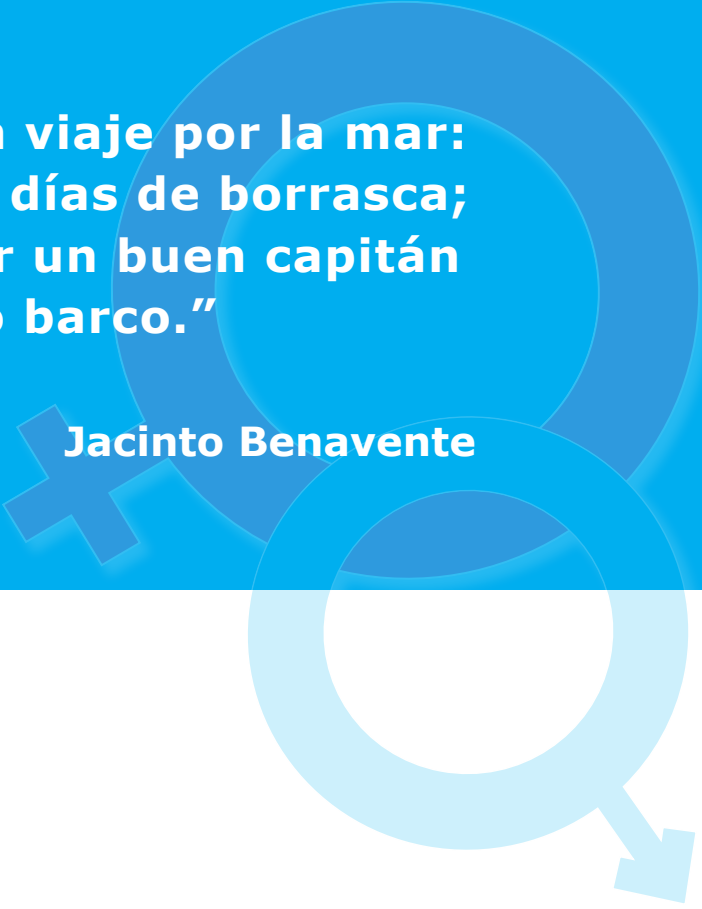
Asesora Gráfica

Dr. David Enrique Cardona Morales

Asesor Especialista

Msc. Arq. Publio Rodríguez Lobos

Secretario



**“La vida es como un viaje por la mar:
hay días de calma y días de borrasca;
lo importante es ser un buen capitán
de nuestro barco.”**

Jacinto Benavente

2,016



DEDICATORIA

Primeramente a **Dios**, por su gracia, sabiduría, entendimiento y su infinito Amor, porque sólo Él me mantuvo de pie hasta el día de hoy, y a Él sea toda la Gloria y Honra.

A mis **Padres**, Fernando González y Sonia de González, por su amor y apoyo incondicional, por sus consejos, comprensión y paciencia; gracias por creer en mí y este mérito es de ustedes también. Los amo. Mil gracias

A mi **Hija** María Jimena, por ser ese motor que me da las fuerzas para esforzarme y seguir adelante; y ser un ejemplo para ella. Gracias por tu comprensión, paciencia y amor. Te amo

A mi **Hermano** Erick, a mi cuñada Flor y a mis sobrinos Maria Fernanda y Josue, por el apoyo, cariño y comprensión que siempre me brindaron en todo momento, y por ayudarme en el cuidado de la nena cuando lo necesite, mil gracias. Los quiero mucho

A toda mi **Familia**, abuelitas, tios, tias, primos, primas y a los que ya no estan presentes; por el cariño y apoyo que siempre me han brindado, por sus motivaciones a seguir adelante, por esas y muchas razones ocupan un lugar muy importante en mi corazón y en mi vida. Los quiero mucho

A mis **Amigas y Amigos**, que de alguna u otra manera siempre han estado conmigo en las buenas y en las malas, gracias por su apoyo incondicional, y a mis **Amigos del Énfasis Editorial**, mil gracias por haberme brindado su amistad en todo momento, por compartir momentos alegres y por su motivación a seguir adelante, los llevo en mi corazón.



AGRADECIMIENTOS

Muy especialmente quiero agradecer a **Lic. Alberto Paguaga, Licda. Isabel Meléndez y Licda. Larisa Mendoza**, por haber creído y confiado en mí, por su apoyo incondicional en los momentos que más lo necesite. Mil gracias.

Al **Lic. Marco Antonio Morales**, por su dedicación y entrega en cada una de las tareas realizadas, por su paciencia y apoyo en todo momento; y por cada uno de sus conocimientos. Gracias

Al **Arq. Salvador Gálvez**, por ser un ejemplo a seguir, porque en todo momento me brindo su ayuda y apoyo. Gracias

A la **Licda. Miryam Paíz**, por su entusiasmo, motivación y apoyo en todo momento que lo necesite, por su paciencia, consejos y asesoría en todo este proceso.

Al **Dr. David Cardona**, por su actitud y colaboración en todo momento, por enseñarme de sus conocimientos y tomarse el tiempo para asesorarme.

A la **Facultad de Diseño Gráfico**, por forjar lo que soy y darme la oportunidad de estudiar.

A la **Universidad de San Carlos de Guatemala**, por ser mi casa de estudios y haberme abierto sus puertas.



ÍNDICE

Nomina de Autoridades -----	5
Dedicatoria -----	9
Agradecimientos -----	11
Presentación -----	15

Capítulo I: Introducción

1.1 Antecedentes -----	19
1.2 Problema -----	20
1.3 Justificación -----	21
1.4 Objetivos de Diseño -----	23

Capítulo II: Perfil de la Organización

2.1 Perfil de la Organización y el Servicio que brinda ----	27
2.2 Grupo objetivo -----	30

Capítulo III: Definición Creativa

3.1 Análisis y selección de pieza a diseñar -----	33
3.2 Concepto creativo de diseño -----	37
3.3 Brief -----	40

Capítulo IV: Planeación Operativa

4.1 Flujograma del proceso -----	47
----------------------------------	----

Capítulo V: Marco Conceptual

5.1 Dimensión Social -----	55
5.2 Dimensión Funcional -----	56

5.3	Dimensión Estética -----	57
5.4	Dimensión Ética -----	58

Capítulo VI: Proceso de producción Gráfica y Validación

6.1	Pre visualización -----	61
6.2	Nivel 1 de visualización -----	65
6.3	Nivel 2 de visualización -----	71
6.4	Nivel 3 de visualización -----	73
6.5	Propuesta gráfica fundamentada -----	83

Capítulo VII:

	Lecciones aprendidas	117
	Conclusiones	119
	Recomendaciones	121

Capítulo VIII:

	Bibliografía	125
	Glosario	127
	Anexos	131



PRESENTACIÓN

Debido a que Guatemala ocupa el tercer lugar en una lista de nueve países del continente americano en embarazos a temprana edad, las cuales corresponden entre las edades de 15 a 19 años de edad (ADITAL noticias de América Latina y Caribe), es necesaria una educación sexual, con el programa y servicio de planificación familiar con el que cuenta Maternidad Periférica Zona 13.

El objetivo de este proyecto no es resolver el problema, sino dar alguna solución al problema de comunicación visual, al elaborar material didáctico educativo de apoyo, y con ello poder reducir el número de embarazos en adolescentes.

En el décimo semestre de la Licenciatura de Diseño Gráfico con Énfasis Educativo Editorial Didáctico, se debe realizar el Proyecto de Graduación, elaborando propuestas que puedan ser de utilidad dentro de una institución no lucrativa y que se relacione con temas tanto educativos como sociales, por lo que se espera realizar un aporte con el presente material didáctico y de apoyo, la cual pueda ser reproducida.

Capítulo I

Introducción





1.1 ANTECEDENTES del Problema

Maternidad Periférica Zona 13, actualmente es una red de servicios que pertenece al Programa de Inducción Institucional Área de Salud Guatemala Central, del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social.

Maternidad Periférica, está ubicada en la 7 ave. 6-20 Zona 13, departamento de Guatemala; y como institución fue creada con la finalidad de atención del parto normal de bajo riesgo. Cuenta con lo que es Consulta Externa para pacientes embarazadas, Planificación Familiar, Consultas Ginecológicas y Pediátrica de los niños nacidos en esta maternidad; brindan los programas con temas de mayor relevancia como lo son: Control Prenatal, Jornadas de Salud, Pruebas de VIH, Papanicolaou, IVAA (prueba rápida de detección de cáncer en la matriz), Ultrasonido, Red de Paternidad y Maternidad Responsable, Escuelas para Padres, Talleres para Padres y Madres y Espacios Amigables. Trabajan también con adolescentes de Institutos, con Padres y Madres en colonias o comunidades y en Instituciones que así lo requieran.

Con base a encuestas que se realizaron dentro de la institución, se encontró que el mayor problema so-

cial, es que en su mayoría las mujeres que dan a luz son **adolescentes**; por ello la institución empezó a realizar programas en donde se abarcan temas importantes sobre la sexualidad; y se cree que si realmente se les educa sobre sexualidad y los riesgos que corren como adolescentes, se combatirá en un alto grado esta problemática.

Maternidad Periférica, no cuenta con material gráfico apropiado que brinde la información en cuanto a sus servicios, actividades y programas; también carecen de material didáctico y de apoyo visual para poder dar sus charlas y capacitaciones a adolescentes de una manera eficaz.

Por ello se vio la necesidad de elaborar material gráfico educativo en donde se abordaran temas sobre educación sexual, apoyando las charlas y capacitaciones que se les brindan tanto a los adolescentes de la institución como fuera de ella y esto incluye a las colonias, comunidades e institutos dentro del perímetro capitalino, el cual serán los beneficiados.

1.2 PLANTEAMIENTO del Problema

Maternidad Periférica, tiene una gran deficiencia en cuanto a comunicación visual se refiere, porque no cuentan con el material educativo de apoyo para capacitar a los adolescentes sobre los temas de educación sexual; el propósito es beneficiar a un 35% del grupo objetivo y así poder disminuir con la problemática social de tantos embarazos en adolescentes y que muchas veces son embarazos no deseados.

Con lo dicho anteriormente, se propone la elaboración de rotafolios para las capacitaciones que se les brindan a los adolescentes, tanto interna como externamente de la institución, las cuales abarcaran los temas: Enfermedades de Transmisión sexual, Métodos de Planificación y Adolescencia; ya que actualmente solo cuentan con carteles o dan sus charlas oralmente.

En la mayoría de cursos se trabaja con adolescentes, por lo que se necesita que todo el material educativo transmita el mensaje de cada uno de los temas que darán en las charlas y capacitaciones; por ello se considera necesario que se trabajen con ilustraciones y fotografías adecuadas y que llamen su atención,

para que les quede grabado y no se olviden tan fácilmente del tema que se les impartió, con esto se sentirán motivados a querer seguir aprendiendo más sobre educación sexual y sobre todo que aprendan a saber llevar una vida sexual responsable.



1.3 JUSTIFICACIÓN

Debido al problema que afecta tanto a nuestra sociedad guatemalteca como lo son los embarazos a temprana edad, es necesario dar una solución a la problemática, apoyando con material didáctico educativo la cual serán para beneficio de la Institución Maternidad Periférica Z. 13, quienes dentro de sus actividades cuentan con capacitaciones a adolescentes dentro de la misma y fuera de ella; como en institutos, escuelas, comunidades, colonias y las instituciones que así lo requieran. A continuación se presenta la justificación para dar una solución a dicha problemática.

1.3.1 Magnitud

En las encuestas realizadas a las usuarias de la Maternidad, vemos que las estadísticas nos muestran que con un 67% las adolescentes son las que tienen a sus bebés entre las edades de 15 a 19 años y vemos con ello el problema social que afecta a la población guatemalteca adolescente y esto se considera que es por la falta de información sobre educación sexual.

Esta investigación sirve para darse cuenta de cuál es la situación actual dentro de la Maternidad en cuanto al tema tan importante de los embarazos en adolescentes. Este proyecto se realiza con el objetivo no de resolver el problema, porque una de las causas más fuertes es por violaciones, por está y muchas razones se expresa que se va a tratar de dar

una solución con un material educativo de apoyo para poder disminuir los embarazos en adolescentes.

Se ve día a día como se incrementa la llegada de niñas adolescentes embarazadas a la Maternidad Periférica Zona 13, ya sea a su primer control prenatal o porque van a tener a su bebé; esto sin haber tenido los previos cuidados que una madre embarazada debe de tener durante su embarazo, no miden las consecuencias o riesgos que tanto ellas como él bebé podrían correr.

1.3.2 Trascendencia

Se observa que la creación de una pieza gráfica de apoyo visual dentro de Maternidad Periférica, puede ser de mucha ayuda para tratar los temas sobre educación sexual que se imparten mediante capacitaciones y charlas a los adolescentes.

Para la “Mater” como se le llama, es importante hacer conciencia a los adolescentes sobre una vida sexual responsable; y por ello se cree necesario realizar una serie de rotafolios como apoyo gráfico visual que contenga información con temas de interés en cuanto a educación sexual se refiere y con ello se beneficiarán los adolescentes que asistan a las capacitaciones.

1.3.3 Vulnerabilidad

La Maternidad desea contribuir a la reducción de los embarazos durante la adolescencia, mediante sus charlas y capacitaciones que brindan tanto dentro como fuera de la institución; llegando hasta los institutos en donde se podrían obtener resultados positivos en cuanto a reducir la prevención de embarazos en adolescentes.

Por ello, se considera necesario realizar material didáctico para encontrar una solución al problema y así lograr disminuir con este y hacer conciencia a las adolescentes de no poner en peligro su vida y la del bebe.

1.3.4 Factibilidad

Maternidad Periférica Zona 13, cuenta con el apoyo de La Dirección de Área de Salud Guatemala, en la provisión de insumos y recursos financieros para desarrollar todo tipo de actividades con calidad, eficiencia y eficacia.

También cuentan con la ayuda de instituciones y organizaciones, las cuales brindan su aporte muy valioso para poder realizar todas las actividades, programas y jornada que se efectúan tanto dentro como fuera de la institución.



1.4 OBJETIVOS

A continuación se presenta la importancia de los objetivos en cuanto al problema de los embarazos a temprana edad, porque depende de ellos la solución que se plantea para la disminución de la problemática, creando Rotafolios que ayudarán a la enseñanza-aprendizaje de los temas sobre educación sexual.

1.4.1 Objetivo General

* Diseñar Material Educativo de apoyo sobre educación sexual y conocimiento de los métodos anticonceptivos, para orientar a los adolescentes dentro del perímetro de la capital.

* Crear un impacto visual con ilustraciones y fotografías, adecuándolas en cada uno de los rotafolios; esto con el fin de crear consciencia en los adolescentes.

1.4.2 Objetivos Específicos

* Diseñar una serie de rotafolios dirigidos a adolescentes de la capital, que facilite la orientación que da Maternidad Periférica Z.13, sobre temas de educación sexual y métodos anticonceptivos.

* Crear un diseño innovador, dentro de cada uno de los temas a tratar en los rotafolios, que propicie la educación y asimilación de información básica eficazmente.

Definidos los objetivos se espera que la problemática disminuya en un alto porcentaje, con la ayuda que se les brindará creando la serie de rotafolios que contienen los temas sobre educación sexual.



Capítulo II

Perfil de la Organización



2.1 PERFIL de la Organización

2.1.1 Antecedentes

En 1995 por acuerdo del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social se creó el Centro de Atención a la Familia, cuyas actividades fueron: Consulta externa y Atención de partos de bajo riesgo, por personal médico general y comadronas capacitadas, para la atención del parto con horario de 24 horas, durante los 365 días del año.

En 1996 el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social entrega a la antigua Jefatura de Área de Salud Guatemala Sur el Centro de Atención a la familia (Actualmente Maternidad Periférica zona 13).

El Programa de Inducción Institucional Área de Salud Guatemala Central, es una red de servicios que pertenece al Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social.

La Dirección de Área de Salud inicia el proceso de fortalecimiento y elevación de la calidad de atención reclutando personal calificado, cuyo perfil para Médico Ginecobstetra y Pediatras debían tener la especialidad comprobada, así como personal pa-

ramédico con experiencia, que al igual que el resto de personal a contratar (administrativo intendencia y de apoyo), fue sometido a entrevistas y a un proceso de adiestramiento previo a ser contratado.

La Red de Servicios del Área está conformada por 30 servicios que son: 3 Maternidades (Maternidad El Amparo, zona 7, Maternidad Santa Elena, zona 18 y Maternidad Periférica, Zona 13, Centros de Salud y Caps.

Actualmente la Maternidad Periférica de la zona 13, cuenta con el apoyo de la Dirección de Área de Salud Guatemala, en la provisión de insumos y recursos financieros para desarrollar sus actividades con calidad, eficiencia y eficacia las 24 horas del día durante los 365 días del año.

2.1.2 Misión

Proveer gratuitamente servicios de salud preventiva, curativa y de rehabilitación a la población del Departamento de Guatemala, mediante la articulación de una red institucional en los tres niveles de atención, regida por los principios de eficiencia, eficacia, equidad, calidad y calidez.

2.1.3 Visión

El Área de Salud Guatemala constituye una red de servicios, que inciden en el mejoramiento de los indicadores de salud de la población objetivo, mediante la optimización de los recursos, en coordinación con otros sectores comprometidos con la satisfacción de las demandas de la comunidad.

2.1.4 Objetivos de la Maternidad

2.1.4.1 Objetivo General:

Contribuir en la disminución la morbilidad materno perinatal a través de la desconcentración de las maternidades hospitalarias.

2.1.4.2 Objetivos Específicos:

- a)** Ampliar la cobertura del servicio de salud, llevando atención de calidad a las mujeres, prestando el servicio de Control Prenatal, Atención de Parto y control Post-natal; así como la orientación familiar, para lo cual se cuenta con el personal debidamente capacitado.
- b)** Ser un establecimiento de apoyo para los diferentes hospitales nacionales dentro de la ciudad capital y otros centros asistenciales, en la atención de partos de bajo riesgo.
- c)** Servir como una unidad de apoyo para contribuir a disminuir la morbilidad infantil.

2.1.5 Definición del Servicio

Este es un servicio que fue creado con la finalidad de atención del parto normal de bajo riesgo. Inicialmente se pretendía que fuera manejado exclusivamente por comadronas, pero actualmente se cuenta con los servicios de médicos especialistas en Gineco-obstetricia y pediatría, auxiliados por personal de enfermería.



Se cuenta también con servicios de consulta externa para pacientes embarazadas, planificación familiar, consulta ginecológica y pediátrica de niños nacidos en esta maternidad.

2.1.6 Organización

Las maternidades periféricas están organizadas con un Director y/o Coordinador General (Médico especialista en Ginecología y Obstetricia), además de contar con especialistas Gineco-Obstetras de tiempo completo, auxiliares de enfermería, asistentes de maternidades (comadronas), secretaria, pilotos de ambulancia, lavanderas, conserjes y seguridad.

2.1.7 Estructura

Estructuralmente las maternidades periféricas dependen del Área de Salud Guatemala.

2.1.7.1 Gerenciales:

El Director y/o Coordinador de la Maternidad es quien determinará junto con su equipo de trabajo, las funciones de todos y cada uno de los trabajadores dependiendo de las distintas disciplinas a las que pertenezcan.

2.1.7.2 Administrativas:

Se incluye aquí las jornadas de trabajo de los empleados, los roles de turnos de los médicos, enfermeras, conserjes, pilotos de ambulancia, y que se cumplan los horarios de trabajo, las signaciones asistenciales a cada disciplina, las sanciones, permisos, vacaciones e incentivos para el personal.

2.1.8 Servicios Control Prenatal

Los servicios con los que actualmente cuenta Maternidad Periférica Z.13 son los siguientes:

- Control del embarazo.
- Control después del parto.
- Detección temprana en embarazos de riesgo.
- Exámenes de Laboratorio.
- Medicamentos gratuitos; hierro y ácido fólico.
- Atención del parto.
- Fertilidad y Desarrollo del feto

2.2 GRUPO OBJETIVO

Para poder realizar este proyecto fue necesaria la investigación de nuestro grupo objetivo previo a este paso, para poder conocer y saber realmente quienes eran.

2.2.1 Descripción del Grupo Objetivo

Para conocer al grupo objetivo fue necesario hacer uso de los instrumentos de investigación para saber más de sus vidas, gustos, preferencias, etc.

A continuación se presenta a detalle lo investigado.

2.2.1.1 Perfil Geográfico

Región: Maternidad Periférica zona 13.

Población: niñas y jóvenes adolescentes embarazadas.

Área: Perímetro de la Ciudad capital, Guatemala.

2.2.1.2 Perfil Demográfico

Edad: de 13 a 19 años.

Género: Sexo Femenino

Nacionalidad: Guatemaltecas

Educación: Primaria y Secundaria

Estado civil: Solteras

Ocupación: Estudiantes o trabajadoras

Transporte: Autobús o moto

Idioma: Español

2.2.1.3 Perfil Psico-gráfico

Clase social: clase de medio bajo y bajo nivel socioeconómico, que viven en barrios, asentamientos o colonias.

Estilo de vida: Son las típicas adolescentes que estudian en institutos o escuelas y muchas veces se encuentran estudiando en niveles de escolaridad básica; en su mayoría aún viven con sus papas y las familias son integradas de 4 a 6 personas y duermen de 2 a 3 personas en un mismo cuarto, la mayoría que se quedan viviendo con sus padres es porque su pareja las abandono y no se hicieron responsables, la mayoría de veces ellas tienen que trabajar para mantener al bebe y en muy pocos casos reciben ayuda también de sus padres.

Gustos y Preferencias: Por las edades en las que se encuentran, en la mayoría de casos sus gustos y preferencias son ver televisión y muchas veces por la falta de recursos económicos ven los canales nacionales, pero sobre todo les encanta escuchar radio ya sea desde su celular o en un equipo de sonido.

Capítulo III

Definición Creativa





3.1 ANÁLISIS Y SELECCIÓN de piezas de diseño

En el proceso de investigación se realizó un cuadro comparativo y a continuación se presenta como prueba que si se realizo; para ver ventajas y desventajas de las piezas que se consideraron oportunas para dicho proyecto.

CUADRO COMPARATIVO			
	Revista	Trifoliar	Rotafolios
VENTAJAS	<ul style="list-style-type: none"> • Son de uso fácil • Es ilustrado sumamente con foto grafías y saturado de diseño. • Contiene todo tipo de información y secciones la cual la hacen más interesante. • Es un instrumento el cual se hace facil llevar consigo a donde quiera que uno vaya. • Este tipo de material impreso se puede transportarse con facilidad, porque no pesa. • Por lo general tiene entre 25 a 30 hojas. • El soporte o papel que se utilizará para la publicación (no será lo mismo un papel grueso y satinado, que un papel fino y poroso). 	<ul style="list-style-type: none"> • Los trifoliales son folletos informativos que pueden doblarse en tres partes. • Suelen tener dimensiones semejantes a una hoja de tamaño carta. • Estos trifoliales se entregan para la promoción de eventos, aparece la información sobre la institución que lo desarrolla; en las tres caras del centro, se detallan los participantes y contenidos de las actividades; y en la parte posterior, por último, se mencionan los datos para la inscripción y la solicitud de informes. • Es mucho más economico que una revista y un rotafolio. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fácil de utilizar o manipular. • Se consulta el tema para diseñarlo adecuadamente. • Se puede contemplar la información del rotafolio con algún otro material ilustrado. • Permite rotar sus láminas conforme se va desarrollando tema. • Puede contener cualquier tipo de información (frases, palabras, dibujos, diagramas, o cualquier ilustración para la enseñanza). • Se usa para apoyar la presentación de un tema, explicarlo, ilustrarlo, resumirlo y para complementar otras ayudas didácticas. • Es un instrumento con el cual se puede ir hacia donde las personas viven o trabajan, ya que, muchas veces les resulta difícil acercarse a los espacios institucionales. • Este tipo de láminas se caracteriza para presentar imágenes de un contenido secuencial que facilita las tareas de aprendizaje. • Es un dispositivo que facilita la interacción y el debate.
DESVENTAJAS	<ul style="list-style-type: none"> • Se necesita de una excelente ortografía. • Puede resultar poco atractivo para el público en cuanto a la información o secciones que contenga. • La letra debe ser clara y legible (de buen tamaño para que sea fácil de leer). • No funciona como un material educativo de apoyo. • Limitación de presupuesto que se tenga en cuanto a la impresión por sus costos elevados. 	<ul style="list-style-type: none"> • No pueden colocarse ilustraciones como en un Rotafolio. • La letra debe ser clara y legible (de buen tamaño para que sea fácil de leer). • Despues de leído, facilmente lo tirarán a la basura. • Les servirá en el momento que se de la información, pero luego les estorbará y no volverán a leerlo más. • Si no cuenta con los lineamientos adecuados en diseño, no llamará la atención del grupo objetivo a quien va dirigido. 	<ul style="list-style-type: none"> • Se debe de cuidar los colores que se utilizan para que no ofenda al público. • Se necesita de una excelente ortografía. • Puede resultar poco atractivo para el público. • La letra debe ser clara y legible (de buen tamaño para que sea fácil de leer). • Sus costos son un poco elevados.

CUADRO COMPARATIVO

A continuación se describe el cuadro comparativo para que se pueda apreciar mejor cada uno de los incisos y así pudimos saber que pieza gráfica era la más adecuada a utilizar, para poder transmitir el mensaje a los adolescentes.

Revista

Ventajas

- Son de uso fácil
- Es ilustrado sumamente con fotografías y saturado de diseño.
- Contiene todo tipo de información y secciones la cual la hacen más interesante.
- Es un instrumento el cual se hace fácil llevar consigo a donde quiera que uno vaya.
- Este tipo de material impreso se puede transportar con facilidad, porque no pesa.
- Por lo general tiene entre 25 a 30 hojas.
- El soporte o papel que se utilizará para la publicación (no será lo mismo un papel grueso y satinado, que uno fino y poroso).

Desventajas

- Se necesita de una excelente ortografía.
- Puede resultar poco atractivo para el público en cuanto a la información o secciones que contenga.
- La letra debe ser clara y legible (de buen tamaño para que sea fácil de leer).
- No funciona como material educativo de apoyo.
- Limitación de presupuesto que se tenga en cuanto a la impresión por sus costos elevados.

Trifoliar

Ventajas

- Los trifoliales son folletos informativos que pueden doblarse en tres partes.
- Suelen tener dimensiones semejantes a una hoja de tamaño carta.
- Estos trifoliales se entregan para la promoción de eventos, aparece la información sobre la institución que lo desarrolla; en las tres caras del centro, se detallan los participantes y contenidos de las actividades; y en la parte posterior, por último, se mencionan los datos para la inscripción y la solicitud de informes.
- Es mucho más económico que una revista y un rotafolio.

Desventajas

- No pueden colocarse ilustraciones como en un Rotafolio.
- La letra debe ser clara y legible (de buen tamaño para que sea fácil de leer).
- Después de leído, fácilmente lo tirarán a la basura.
- Les servirá en el momento que se de a información, pero luego les estorbará y no volverán a leerlo más.
- Si no cuenta con los lineamientos adecuados en diseño, no llamará la atención del grupo objetivo a quien va dirigido.



Rotafolios

Ventajas

- Fácil de utilizar o manipular.
- Se consulta el tema para diseñarlo adecuadamente.
- Se puede contemplar la información del rotafolio con algún otro material ilustrado.
- Permite rotar sus láminas conforme se va desarrollando el tema.
- Puede contener cualquier tipo de información (frases, palabras, dibujos, diagramas, o cualquier ilustración para la enseñanza).
- Se usa para apoyar la presentación de un tema, explicarlo, ilustrarlo, resumirlo y para complementar otras ayudas didácticas.
- Es un instrumento con el cual se puede ir hacia donde las personas viven, trabajan o estudian, ya que muchas veces les resulta difícil acercarse a los espacios institucionales.
- Este tipo de láminas se caracteriza para presentar imágenes de un contenido secuencial que facilita las tareas de aprendizaje.
- Es un dispositivo que facilita la interacción y el debate.

Desventajas

- Se debe de cuidar los colores que se utilizan para que no ofenda al público.
- Se necesita de una excelente ortografía.
- Puede resultar poco atractivo para el público.
- La letra debe ser clara y legible (de buen tamaño para que sea fácil de leer).
- Sus costos son un poco elevados.

Gracias a este cuadro comparativo pudimos definir la pieza gráfica a utilizar, tomando en cuenta las ventajas y desventajas de dichas piezas descritas.

3.1.1 Elección de Pieza a Diseñar

En base al cuadro comparativo para la elección de la pieza gráfica, se estableció que la mejor opción a utilizar es el rotafolio, tomando en cuenta las ventajas que se muestran en el cuadro.

El grupo objetivo que son adolescentes de 13 a 19 años de edad, carecen de un rotafolio para las capacitaciones que Maternidad Periférica les brinda en cuanto a temas de Educación Sexual; por lo que este es el que mejor se adapta a sus necesidades para poder impartir las capacitaciones en los temas de Métodos de Planificación, Enfermedades de Transmisión Sexual y Adolescencia; por su fácil manejo, el orden a utilizarse en esta pieza es: de un lado toda la información por escrito y del otro dependiendo del tema serán ilustraciones o fotografías.



3.2 CONCEPTO CREATIVO de Diseño

3.2.1 Conceptualización

¿QUE ES CONCEPTO CREATIVO?

Es un conjunto de información recogida para sintetizar todos los elementos que nos permiten rasmitir la información necesaria y comunicar a nuestro público objetivo el mensaje elegido.

El concepto creativo forma parte importante del proceso creativo, ya que servirá como base para el desarrollo de los demás pasos a dar. Es un conjunto de elementos que nos permiten trasmitir la información necesaria y comunicar a nuestro grupo objetivo el mensaje que se desea trasmitir y con ello cumplir con los objetivos de comunicación.

Técnica a Utilizar:

Adaptar:

Altera, cambia la función, usa una parte de otro elemento. Piensa paralelamente y utiliza herramientas e ideas en nuevos contextos y situaciones.

Técnica **ADAPTAR** (ajustar, arreglar)

En esta técnica a utilizar, como la palabra lo dice adaptaremos fotografías y símbolos en el rotafolio de Métodos de Planificación (métodos anticonceptivos); aplicando de una manera adecuada la técnica de ilustración básica y sencilla, en la cual podamos jugar con colores, texturas y formas, para luego transmitir el mensaje que necesitamos.

Los símbolos a utilizarse son los de sexo masculino y femenino; los cuales fueron adaptados para crearlos en personajes y se ajustaron a un nivel adecuado a los adolescentes.

3.2.2 Lluvia de Ideas: Conceptos

- Adolescencia
- Respeto
- Educación
- Responsabilidad
- Supérate
- Planificación
- Inmadurez
- Anticonceptivos
- Consecuencias
- Prevención
- Comunicación
- Sexualidad
- Amor
- Deseo
- Piensa
- Valórate
- Inseguridad
- Aceptación
- Protección
- Sueña
- Pasión

3.2.3 Concepto Creativo

- SE RESPONSABLE Y AMATE
- RESPETAR ES AMAR DE VERDAD
- ADOLESCENTE, PIENSA, PLANIFICA Y SUPERATE
- INFORMATE, PROTEGETE Y AMA TU VIDA
- INFORMARSE ES CUIDARSE
- PROTEGE TU VIDA
- VALORATE Y AMATE

El concepto que se eligió es el de ADOLESCENTE PIENSA, PLANIFICA Y SUPÉRATE; y creemos que con este concepto podremos lograr que un adolescente se identifique más y quiera realmente planificar su vida sexual, pero sobre todo a amarse, valorarse y respetarse como el ser humano que es.

Uno de los objetivos principales de la Maternidad Periférica Z.13, es el de dar charlas y capacitar a los adolescentes para que tengan una vida sexual responsable, mediante rotafolios que contengan temas acerca de la sexualidad, utilizando métodos anticonceptivos y estos a su vez la institución se los proporciona de manera gratuita, esto con el fin de disminuir la tasa elevada que vemos a diario de adolescentes embarazadas.

Vemos que uno de los factores que afecta a los embarazos a temprana edad es el que los padres de familia no les brindan una educación moral y sexual a sus hijos; indudablemente son los padres quienes ocupan un lugar destacado en la colocación de una base sólida para sus hijos. Pero lamentablemente el tema de la sexualidad muchas veces es un tabú en las familias y a consecuencia de esto, es que vemos cada día más un incremento en las adolescentes embarazadas.

**!!!ADOLESCENTE, PIENSA,
PLANIFICA Y SUPÉRATE!!!**



3.2.4 Concepto Creativo en Pieza Gráfica

La serie de rotafolios que se crearán, contendrán temas de educación sexual como Métodos Anticonceptivos, Enfermedades de Transmisión Sexual y Adolescencia; por tal motivo se consideró que esté es el concepto más adecuado para implementarlo en las piezas gráficas. Con el objetivo de recordarles que su vida es importante y que deben amarse y valorarse llevando una buena salud reproductiva.

Se crearán dos personajes para que puedan integrarse en la serie de rotafolios, como los personajes principales, uno es con el símbolo de sexo masculino y el otro sexo femenino, y sus nombres fueron creados bajo los conceptos de espermatozoide y ovario; esto porque ambos son poderosos y porque al unirlos dan vida, pero no se utilizarán los nombres por razones a que ellos no se vayan a sentir identificados con los personajes. (Dicho por la Licda. Myriam Paiz, Técnica en adolescentes y quien da las charlas a los mismos).

3.2.5 Concepto Creativo Final

De acuerdo a las observaciones de mis compañeros, se decidió que se quitará la palabra adolescente, y se le diera otro enfoque a la pronunciación de las palabras piensa, planifica y superáte.

**¡¡¡ PENSÁ, PLANIFICÁ
Y SUPERÁTE!!!**

3.3 BRIEF

Institución:

Maternidad Periférica Zona 13

Producto:

Diseño y Diagramación de rotafolios con temas sobre educación sexual para adolescentes.

3.3.1 Antecedentes

Maternidad Periférica Zona 13, actualmente es una red de servicios que pertenece al Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, del Programa de Inducción Institucional Área de Salud Guatemala Central; se ubicada en la 7 ave. 6-20 Zona 13, departamento de Guatemala y como institución brinda un servicio que fue creado con la finalidad de atención del parto normal de bajo riesgo.

En base a encuestas realizadas dentro de la institución, encontramos que el mayor problema social que se ha visto dentro de la maternidad, es que en su mayoría las mujeres que dan a luz son adolescentes, y por ello han realizado programas en donde abarcan temas importantes en cuanto a la sexualidad.

La Maternidad Periférica Zona 13, no cuenta con material gráfico apropiado que brinde la información en cuanto a los servicios, actividades y programas que presta dicha institución; carecen de información en cuanto a material didáctico y de apoyo visual para poder dar sus charlas y capacitaciones a adolescentes de una manera eficaz.

Por ello vimos la necesidad de elaborar material gráfico educativo en donde se abarcan temas sobre educación sexual, apoyando las capacitaciones que se les brindan, tanto a los adolescentes de la institución como fuera de ella y esto incluye a las colonias, comunidades e institutos dentro del perímetro capital, el cual serán los beneficiados.

3.3.2 Misión

Proveer gratuitamente servicios de salud preventiva, curativa y de rehabilitación a la población del Departamento de Guatemala, mediante la articulación de una red institucional en los tres niveles de atención, regida por los principios de eficiencia, eficacia, equidad, calidad y calidez.



3.3.3 Visión

El Área de Salud Guatemala constituye una red de servicios, que inciden en el mejoramiento de los indicadores de salud de la población objetivo, mediante la optimización de los recursos, en coordinación con otros sectores comprometidos con la satisfacción de las demandas de la comunidad.

3.3.4 Objetivos de la Maternidad

3.3.4.1 Objetivo General:

Contribuir en la disminución la morbilidad materno perinatal a través de la desconcentración de las maternidades hospitalarias.

3.3.4.2 Objetivos Específicos:

a) Ampliar la cobertura del servicio de salud, llevando atención de calidad a las mujeres, prestando el servicio de Control Prenatal, Atención de Parto y control Post-natal; así como la orientación familiar, para lo cual se cuenta con el personal debidamente capacitado.

b) Ser un establecimiento de apoyo para los diferentes hospitales nacionales dentro de la ciudad capital y otros centros asistenciales, en la atención de partos de bajo riesgo.

c) Servir como una unidad de apoyo para contribuir a disminuir la morbilidad infantil.

3.3.5 Característica y Función de la Institución

La Maternidad Periférica se caracteriza por dar un servicio de calidad, y desarrollar sus actividades con eficiencia y eficacia las 24 horas del día durante los 365 días del año.

Para ellos como institución es importante ofrecer seguridad, confianza y sobre todo respeto a la paciente; ellos tiene una responsabilidad doblemente grande porque tienen que cuidar de la madre y el recién nacido, y darle los cuidados que ellos necesitan.

Este servicio se crea con la finalidad de atención de parto normal de bajo riesgo, contando también con sus servicios de Control Prenatal como: Control del embarazo, Control después del parto, Detección temprana en embarazos de riesgo, Exámenes de Laboratorio, Medicamentos gratuitos; hierro y ácido fólico y Atención del parto.

Adicional a estos servicios cuentan también con Consultas externas para pacientes embarazadas, Planificación Familiar, Consulta Ginecológica y Pediátrica de niños nacidos en esta maternidad.

3.3.6 Fortalezas

- Ofrecen sus servicios gratuitos.
- Proveen de todos los métodos anticonceptivos.
- Cuentan con doctores especialistas y personal altamente capacitado.
- Promueven Jornadas de Salud.
- Brindan información sobre cuidados prenatales.
- Velan por la salud de la madre y el nacido.
- Dan charlas sobre Planificación Familiar y métodos anticonceptivos a los adolescentes.

3.3.7 Información del Producto

Producto Específico:

Rotafolios

Necesidades que satisface:

Facilita la información básica y necesaria para el aprendizaje sobre Educación Sexual.

Sustitutos en el mercado:

Laminas educativas, libros que su contenido sean los mismos temas.

Ciclo de vida del producto:

Todo dependerá del uso y cuidado que le den al rotafolio, pero por el tipo de material que se usará se considera que será prolongado su ciclo de vida, aunque el contenido debe irse renovando cada cierto tiempo, por los avances y tecnología.



Empaque del Producto:

Consisten en tres rotafolios las cuales llevan los temas de: Métodos de Planificación, Enfermedades de Transmisión Sexual y Adolescencia, en un formato 11*17 horizontal, hojas blancas tipo glossy y para una mayor duración deben ir emplastadas, todo en full color, con espiral corrido en la parte superior de las hojas.

Características funcionales:

La idea principal es que los adolescentes aprendan básicamente el contenido de los rotafolios para que entiendan la importancia que tiene el planificar la vida sexual de cada individuo.

Ventajas:

- Fácil de utilizar, manipular y transportar.
- Permite rotar sus láminas conforme se va desarrollando el tema.
- No necesitan de electricidad.
- Se capta más fácilmente el contenido.
- Contiene ilustraciones y fotografías para un mejor aprendizaje.

Desventajas:

- La letra debe ser clara y legible.
- Se deben cuidar los colores que se utilizan, para no ofender al público.
- Su costo es un poco elevado, por el simple hecho de que no es en gran cantidad su reproducción.

3.3.8 Perfil del Grupo objetivo

3.3.8.1 Perfil Demográfico:

Edad: comprendidas de 13 a 19 años

Género: Femenino

Esdolaridad: Básicos y diversificados

Ocupación: estudiantes o trabajadoras.

Idioma: español

Nacionalidad: Guatemaltecas

Grupo Étnico: Ladinas

Religión: 75% católicas, 25% otras.

Nivel Socioeconómico: clase media baja y baja.

Transporte: autobús o moto

3.3.8.2 Perfil Geográfico:

Área: Perimetro de la Ciudad Capital, Guatemala.

Extensión Territorial: 108,889 km.

Población: 14.099.032 (Julio 2011 est.) Fuente: CIA World Facebook

3.3.8.3 Perfil Psicológico:

Niñas adolescentes embarazadas, comprendidas entre las edades de 13 a 19 años de edad, guatemaltecas, que hablan español y en muy pocos casos hablan algún idioma maya.

Con muchas ganas de superarse y sobre todo motivadas a asistir a las charlas sobre Educación Sexual que la Institución les brinda; todo esto para poder ser una buena madre para sus hijos y sacarlos adelante ya sea solas o con su pareja.



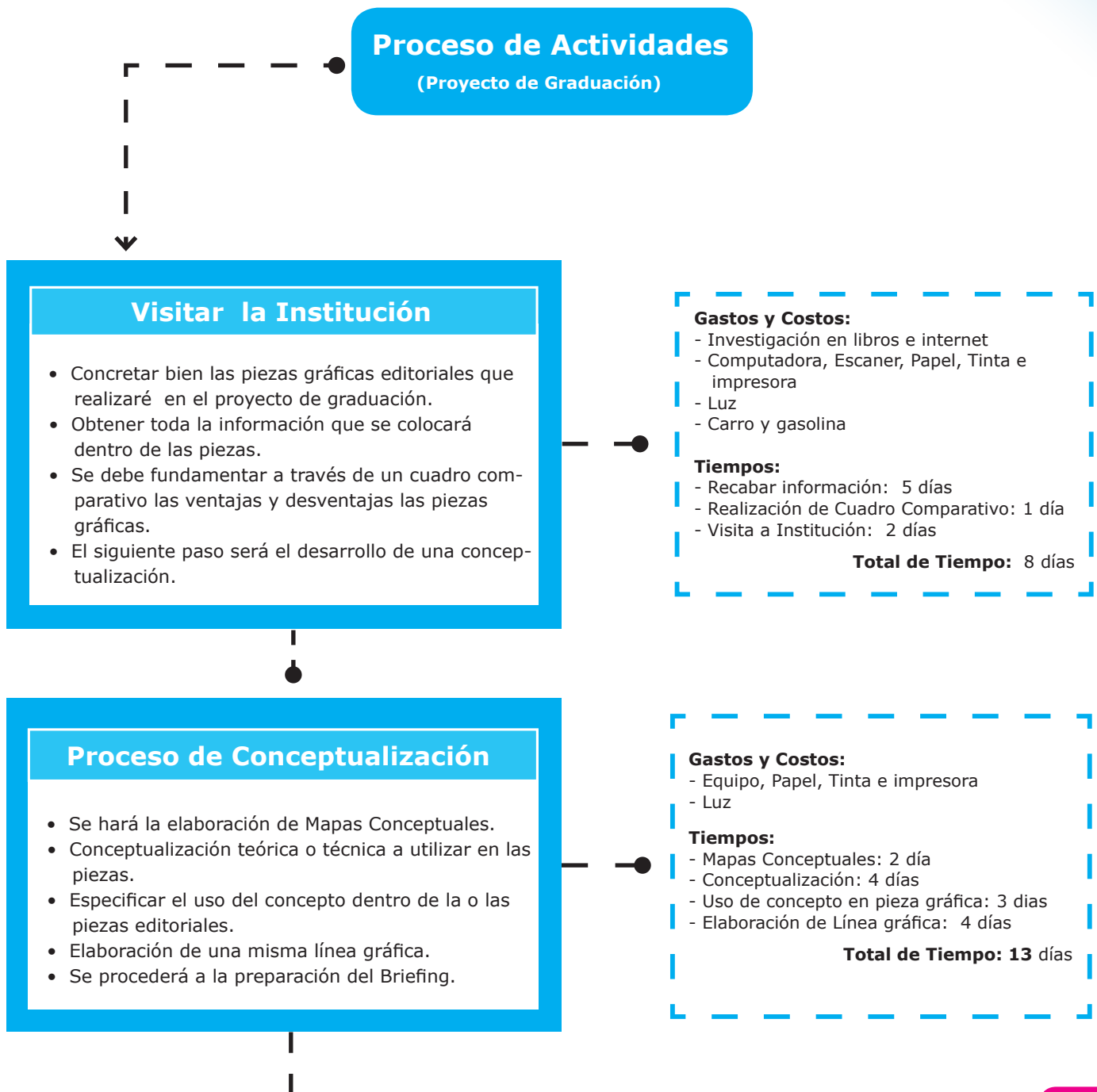
Capítulo IV

Planeación Operativa



4.1 FLUJOGRAMA

Es importante llevar un orden estricto de las actividades a trabajar, para así llevar una mejor planificación de los pasos a trabajar y de las dificultades que puedan presentarse en el desarrollo del proyecto.



Nivel 1 Bocetaje

- Se elaborará una serie de pre bocetos, los cuales se harán a mano alzada y con lápiz.
- Se procederá a la elaboración de bocetos finales a mano, pintados con crayones y su contorno será con rapidógrafo.
- Deberá ser fundamentado este primer nivel de bocetaje, siempre con base en el proceso de investigación y diagnóstico realizado anteriormente.

Gastos y Costos:

- Lápiz, rapidógrafo, crayones, borrador
- Equipo, Papel, Tinta e impresora
- Luz
- Referencias de ilustraciones y fotografía

Tiempos:

- Pre-bocetos: 3 días
- Bocetos finales: 7 días
- Fundamentación de bocetaje: 2 días

Total de Tiempo: 12 días

Nivel 2 Bocetaje

Elección de dos opciones

- Elegir únicamente dos de las opciones como bocetos finales.
- Se procede a digitalizar ambas opciones elegidas.

Ilustraciones

- Redibujar o vectorizar los bocetos realizados a mano.
- Aplicación de color o retoques
- Contornos bien definidos

Montaje de Texto

- Utilizar jerarquía de texto
- Elaboración de estilos de párrafo
- Elaboración de estilos de texto
- Elaboración de estilos de carácter

Gastos y Costos:

- Equipo, Papel, Tinta e impresora
- Luz

Tiempos:

- Digitalizar dos opciones: 2 días
- Ilustraciones: 8 días
- Montaje del texto: 3 días
- Correcciones en clase: 3 horas
- Correcciones según matriz de evaluación: 2 días

Total de Tiempo: 15 días



Creación de las Herramientas de Validación para Cliente, Profesional de D. G. y del grupo objetivo

- Debe procederse a la realización de encuestas para evaluar la efectividad del concepto creativo, piezas, ilustración, texto, etc. del proyecto de graduación hacia el cliente y hacia profesionales de Diseño Gráfico.
- El asesor hará las correcciones pertinentes de dichas encuestas.

Gastos y Costos:

- Equipo, Papel, Tinta e impresora
- Luz
- Carro y gasolina

Tiempos:

- Realización de encuestas: 2 días
- Correcciones de encuestas: 2 días

Total de Tiempo: 4 días

Aprobación y Validación de piezas gráficas dentro de la institución

- Desarrollar la Conceptualización del Proyecto de Graduación. Explicar todo su proceso: mapas conceptuales, conceptualización teórica, línea gráfica e implementación de concepto a la pieza editorial. Mencionar que esta conceptualización ha sido previamente aprobada por el Asesor.
- Presentación de las 2 opciones digitalizadas.
- Se elegirá una opción final digitalizada.
- Debe evaluarse la funcionalidad de la opción digitalizada elegida a través de una encuesta.
- Luego se harán todas las tabulaciones y gráficos de las encuestas.
- Se harán posibles correcciones.

Gastos y Costos:

- Equipo, Papel, Tinta e impresora
- Luz
- Carro y gasolina
- Impresiones de encuestas para validación
- Almuerzo

Tiempos:

- Visita a institución: 8 horas
- Tabulación de encuestas: 2 días
- Correcciones: 3 días

Total de Tiempo: 6 días

Validación con Profesionales en Diseño Gráfico

- Se evaluarán la funcionalidad de la pieza digitalizada final a través de la encuesta.
- Luego se harán todas las tabulaciones y gráficos de las encuestas.
- Podrían haber posibles correcciones sobre la propuesta.

Gastos y Costos:

- Equipo, Papel, Tinta e impresora
- Luz
- Carro y gasolina
- Impresiones de encuestas para validación

Tiempos:

- Encuestas a diseñadores: 3 días
- Tabulación de encuestas: 2 días
- Correcciones: 3 a 4 días

Total de Tiempo: 9 días

Nivel 3 del Proceso Creativo Creación de Arte Final

- Harán correcciones en cuanto a ilustración y texto.
- Se procederá a colocar el texto en la pieza final.
- Se revisarán los colores, tamaños, tipografía, etc. para los artes finales de impresión

Gastos y Costos:

- Equipo, Papel, Tinta e impresora
- Luz
- Carro y gasolina
- Correcciones de impresión

Tiempos:

- Artes Finales: 10 días
- Correcciones: 5 días

Total de Tiempo: 15 días

Validación con Grupo Objetivo

- Debe evaluarse la funcionalidad de la opción digitalizada final a través de la encuesta realizada.
- Nuevamente se realizaran las tabulaciones y gráficas de los datos obtenidos en las encuestas.
- Podrían haber posibles correcciones sobre la propuesta.

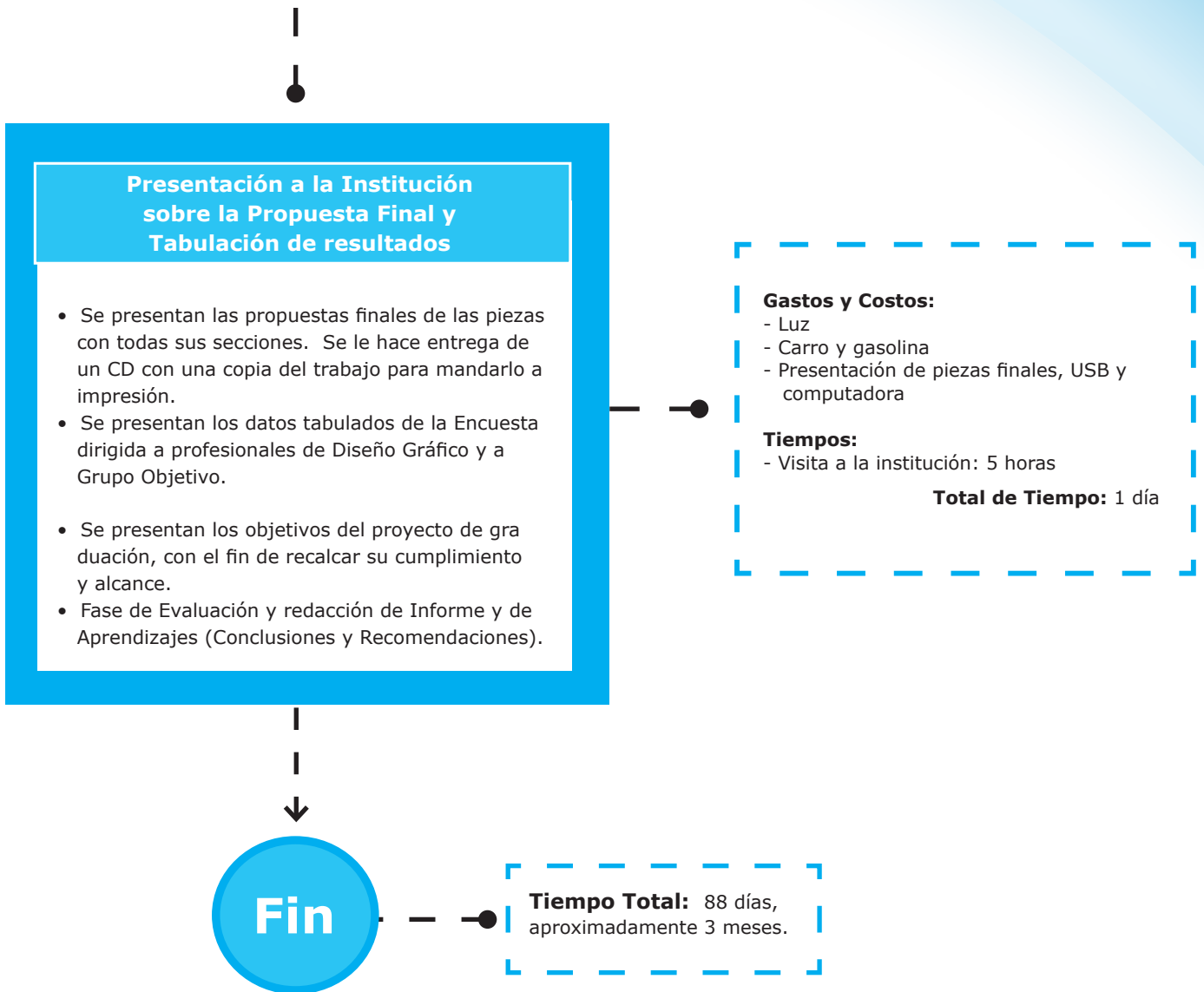
Gastos y Costos:

- Equipo, Papel, Tinta e impresora
- Luz
- Carro y gasolina
- Encuestas de pieza final

Tiempos:

- Encuestas en la institución: 3 días
- Tabulación de datos: 2 días

Total de Tiempo: 5 días



Por último, a través de todo el proceso de actividades, se presenta a la institución con el resultado positivo del proyecto, el cual brindará un soporte a las personas que necesitan la información sobre educación sexual.

Capítulo V

Marco Conceptual





5.1 DIMENSIÓN Temática

El Programa de charlas y capacitaciones dirigida a los adolescentes que ofrece Maternidad Periférica, es uno de sus objetivos principales, ya que dentro de la institución se ve día a día como niñas adolescentes llegan a solicitar los servicios que estos prestan.

Todo esto es debido a una falta de educación sexual y al desconocimiento de métodos anticonceptivos; y todo lo dicho anteriormente, conlleva a riesgos de contraer enfermedades de transmisión sexual sino se toman las medidas necesarias.

“La Educación Sexual, es un tema importante que se ha tratado en los últimos años con mayor frecuencia en hogares, escuelas e institutos; tratando principalmente los aspectos de desarrollo físico, social y psicológico, dando importancia a la vida afectiva del adolescente o estudiante”.

(Infante, A., Ángel, A. Fernández L y Padron, M)

La educación sexual brinda herramientas necesarias que permite al adolescente tomar decisiones correctas con relación a su sexualidad; paso importante y necesario para que puedan disfrutar de una vida sana.

(Incidajoven (2010))

Es por ello que el inicio de las relaciones sexuales a muy temprana edad, es una de las características más comunes en los jóvenes adolescentes, lo cual es una preocupación que en estos tiempos se está convirtiendo en un problema social y de salud pública, que predomina más en la clase medio bajo y bajo nivel socio-económico.

También es cierto que esta problemática ha ido cambiando, gracias a la introducción de temas sobre sexualidad en las capacitaciones que se les dan a los adolescentes tanto dentro de la institución como fuera de ella; en escuelas e institutos.

Por tanto, se considera de suma importancia que el material de apoyo gráfico visual que se le dará a la institución, sea de beneficio para el aprendizaje de los adolescentes y con ello motivarlos a que lleven una vida sexual con responsabilidad; a través de una información completa, que se estará transmitiendo por medio de rotafolios ilustrados.

5.2 DIMENSIÓN Funcional

Se define el rotafolio como una herramienta básica que contribuye a mejorar el proceso de enseñanza - aprendizaje de las personas; es un material didáctico de apoyo, que da a conocer la importancia de su utilidad, ventajas, desventajas, características y funciones que nos proporcionan.

El rotafolio puede ser utilizado tanto en un salón de clases como fuera de ella, debido a la accesibilidad y conveniencia, ya que pueden adaptarse a una amplia variedad de enfoques y objetivos de enseñanza.

Estos siempre van a apoyar los contenidos de alguna temática o asignatura, lo cual va a permitir que los alumnos o las personas que estén presentes formen un criterio propio de lo aprendido.

Considerando de suma importancia esta pieza gráfica, será la indicada para solucionar el problema de comunicación visual, en cuanto a las capacitaciones que se les brindan a los adolescentes.

La reproducción de dichos rotafolios será en impresión offset, para una mejor calidad en cuanto a colores de fotografías e ilustraciones que con-

tiene cada rotafolio; por costos solamente se emplastarán portadas y contraportadas de cada rotafolio para que su duración sea aún mayor y no se deteriore con facilidad, y con ello el rotafolio pueda ser efectivamente funcional en el proceso de enseñanza - aprendizaje.



5.3 DIMENSIÓN Estética

Se trabajará con rotafolios ya que como herramienta básica nos ayudará en el mejoramiento del proceso enseñanza - aprendizaje de los adolescentes, que están comprendidos entre las edades de 13 a 19 años de edad; el cual se les capacitará por medio de los mismos.

El rotafolio podrá ser utilizado dentro de un salón de clases como fuera de él, por tanto es necesario que el texto a incluir sea breve, simple y lleve la información más importante; la tipografía debe ser con rasgos redondeados (sin serif), para que sea de una fácil lectura y capten con facilidad el mensaje.

El formato de los rotafolios será en tamaño doble oficio o 11*17 pulgadas, posición horizontal, material con un calibre de 220 gramos para todas las hojas; la maquetación será limpia y bastante simple para que la información, fotografías e ilustraciones no se pierdan, y con ello capten el mensaje de una manera adecuada.

El uso de fotografías se utilizará en el rotafolio de Enfermedades de transmisión Sexual y en el de Adolescencia; esto para que el adolescente tenga una idea de lo que trata la información brindada.

En el rotafolio de Métodos de Planificación se utilizaron ilustraciones digitalizadas de una manera sencilla y clara; y todo esto será impreso en full color.

Los colores que se utilizaron para identificar cada rotafolio con su tema fueron: el azul claro y sus diferentes degradados, porque está asociado con el tema de salud (rotafolio de Enfermedades de Transmisión Sexual); el color Verde y sus diferentes degradados está asociado con el tema de la vida, crecimiento y salud (rotafolio de Adolescencia) y por último el color rojo y sus diferentes degradados significa peligro y llamadas de precaución y simboliza la pasión, el deseo y el amor (rotafolio de Métodos de Planificación).

5.3 DIMENSIÓN Ética

Podemos ver que la responsabilidad, el respeto y el amor; son valores muy importantes, porque de ello depende como seamos respetados y tratados ante la sociedad; se debe de respetar igualmente a todas las personas en su forma de expresarse, ser y actuar.

Tenemos la libertad de decidir que queremos y deseamos para nuestra vida, saber valorarnos y querernos es un derecho que todo ser humano debe saber.

Como seres independientes, debemos saber e informarnos sobre los derechos que tenemos en cuanto a la Sexualidad, tenemos derecho a: recibir información sobre salud sexual, decidir cuantos hijos queremos tener, decidir voluntaria y responsablemente con quien queremos estar en la intimidad; por todo ello vemos que si fue necesaria la realización de rotafolios conteniendo lo que es información de Educación Sexual.

Este proyecto tiene precisamente como finalidad, el poder llegar a muchos adolescentes y brindarles esa información tan básica pero necesaria, para poder minimizar en un alto grado tantos y tantos embarazos a temprana edad; que sepan respetarse y amarse con responsabilidad.

Esperamos que este proyecto en un futuro a corto plazo siga realizando este tipo de material que bastante falta hace a la sociedad.



Capítulo VI

Proceso de Producción Gráfica
y Visualización



6.1 PRE-VISUALIZACIÓN

III PENSÁ, PLANIFICÁ Y SUPÉRATE!!!

Código del Formato

Idea

Después de haber decidido cuál era el concepto creativo, debemos visualizarnos en un solo concepto, la cual será nuestra idea principal para encerrar todo el concepto creativo; el concepto es "Planifica"; de allí surge la idea de utilizar los símbolos de sexo masculino y femenino; se colocó como un logotipo identificando que será exclusivamente para adolescentes, y va integrado en las portadas y en casi en todas las páginas interiores de los rotafolios.

Luego de haber dado una pequeña explicación de la idea a utilizar, se presentan los códigos visuales y como estos se aplicaron y representaron en el concepto creativo de diseño de la pieza gráfica.

Debido a que se trabajará con rotafolios, y estos se utilizarán frente a grupos mayores de 50 personas, se decidió que el tamaño más adecuado para estas capacitaciones, sea de un formato 11*17 (doble oficio), horizontal, esto por la facilidad de poderlo transportar en bus cuando sea necesario, y también por la distancia a las que serán enseñadas las láminas; podrá ser utilizado dentro de un salón de clases como fuera de ella, y por ello se necesita que el material sea resistente a su uso; se recomienda que la impresión sea digital láser, en un papel opalina o glossy no menor a 200 gramos de grosor para todas las hojas, full color y con dos espirales continuos en plástico o metal en la parte superior de las hojas centrados; también se recomienda que la portada y contraportada sean emplastificadas o laminadas para una mayor durabilidad.

Código Lingüístico

Debido a que los rotafolios van dirigidos a adolescentes el lenguaje debe ser claro y sencillo, para que les sea fácil entender el mensaje que se está transmitiendo.

Código Tipográfico

La tipografía principal y predominante la llevarán los títulos de las portadas, le siguen los títulos, subtítulos, pie de fotos y el contenido en general de las páginas interiores, estas con diferentes tipografías; la tipografía será de la familia de las sans serif o palo seco la cual son las más adecuadas para una mejor visualización por ser una tipografía legibles y limpia.

Código Icónico-Visual

Las ilustraciones que se utilizaron en el rotafolio de Métodos de Planificación, fueron vectorizadas y a color, esto para llamar más su atención y quieran saber más sobre los mismos, esto con la finalidad de motivarlos a que lleven una buena vida sexual; en el rotafolio de enfermedades de transmisión sexual se tra-

bajó con fotografías reales, algunas brindadas por la institución y otras fueron obtenidas de internet esto por lo delicado y fuerte de las fotografías no se podían tomar, esto para causar un mayor impacto en los adolescentes y hacer consciencia que deben cuidar su vida; y por último en el rotafolio de adolescencia se trabajó con una mezcla de ambas (ilustraciones y fotografías), porque de una u otra manera se identifican más con fotografías y se utilizaron ilustraciones en cuanto a la representación de lo que son las etapas de la adolescencia y pubertad, por lo delicado de las imágenes en donde los cuerpos desnudos muestran los cambios que se van dando dentro de la adolescencia.

También se crearon dos personajes para que puedan integrarse en el rotafolio de métodos de planificación, como personajes principales, utilizando los símbolos de sexo femenino y masculino, y sus nombres fueron creados bajo los conceptos de espermatozoide y ovario, esto porque ambos son poderosos y porque al unirlos dan vida.



Código Cromático

Debido a que los rotafolios son sobre temas de salud, se utilizaron colores que de una u otra manera se identifican con dichos temas, las portadas son a full color y en las páginas interiores se maneja una gama de colores para hacerlo más atractivo y que llamen la atención del grupo objetivo.

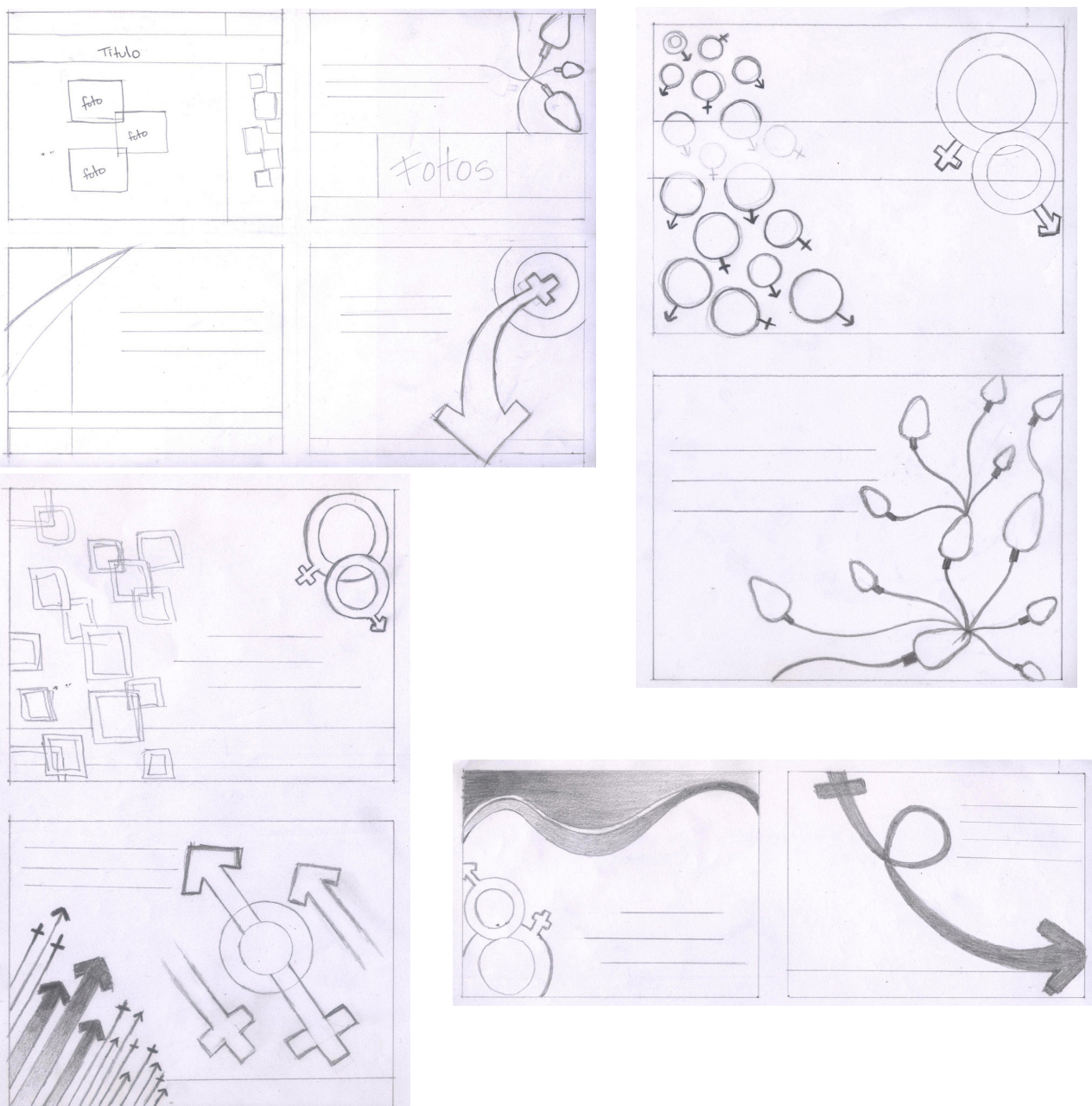
Más adelante en la fundamentación se colocarán cada uno de los significados de los colores utilizados.



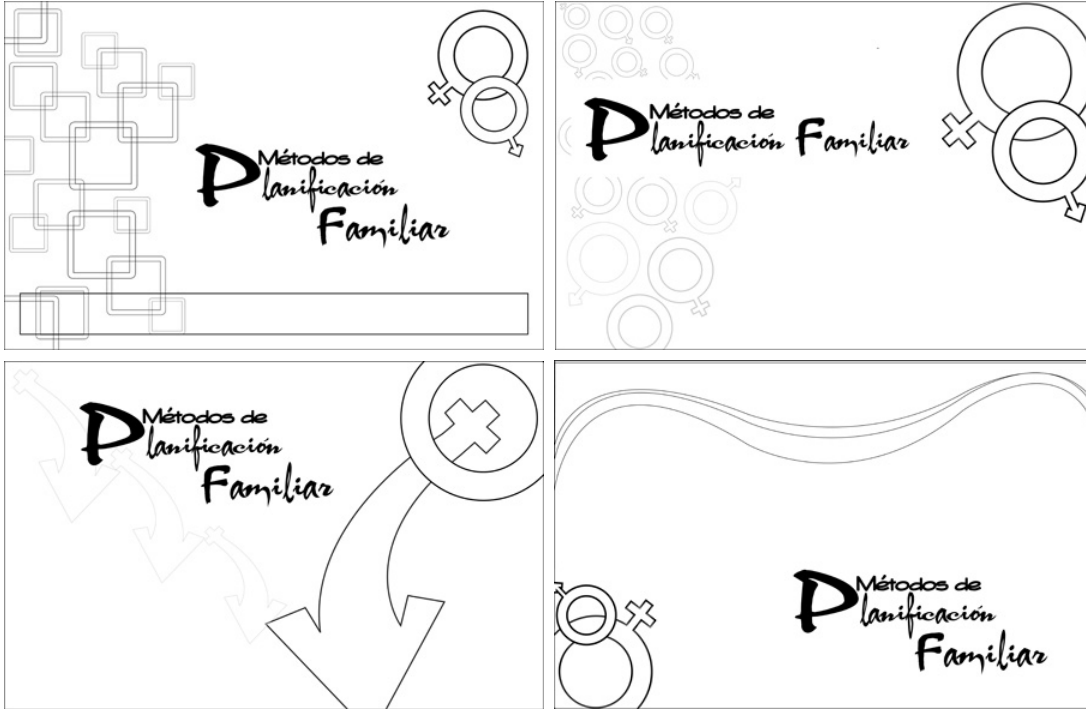
6.2 NIVEL 1 de Visualización

En el primer nivel de visualización se muestra todo el proceso de bocetaje a mano y digital, desde portadas, personajes, páginas interiores e ilustraciones realizadas en el proyecto.

Bocetaje a mano de Portadas



Bocetaje digital a linea de Portadas



Bocetaje digital a color de Portadas





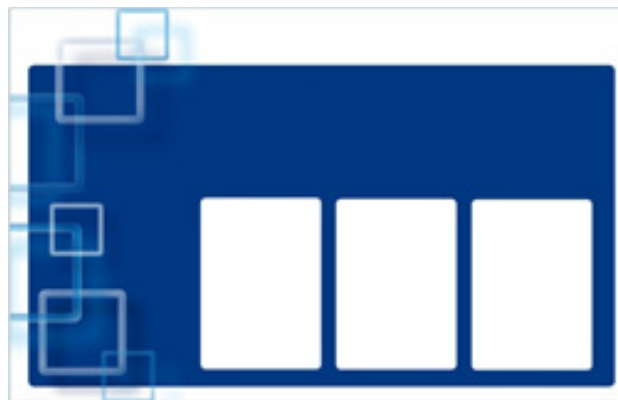
Páginas Interiores



Pag. interior para texto



Pag. de ilustraciones



Pag. interior para texto

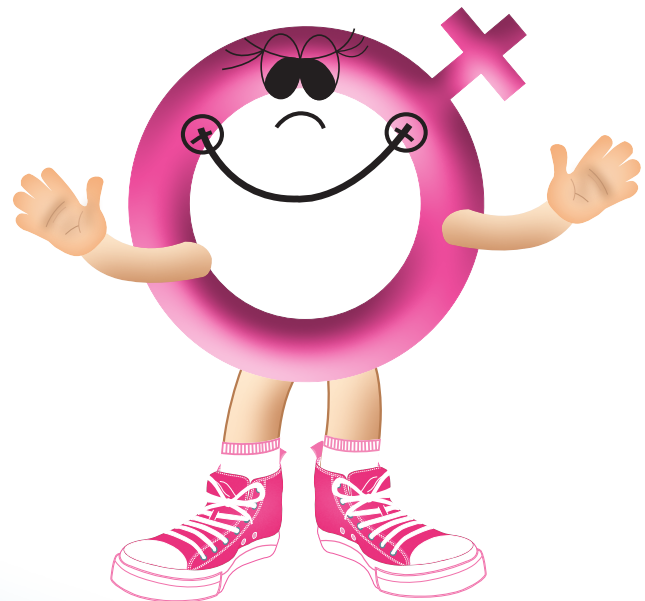
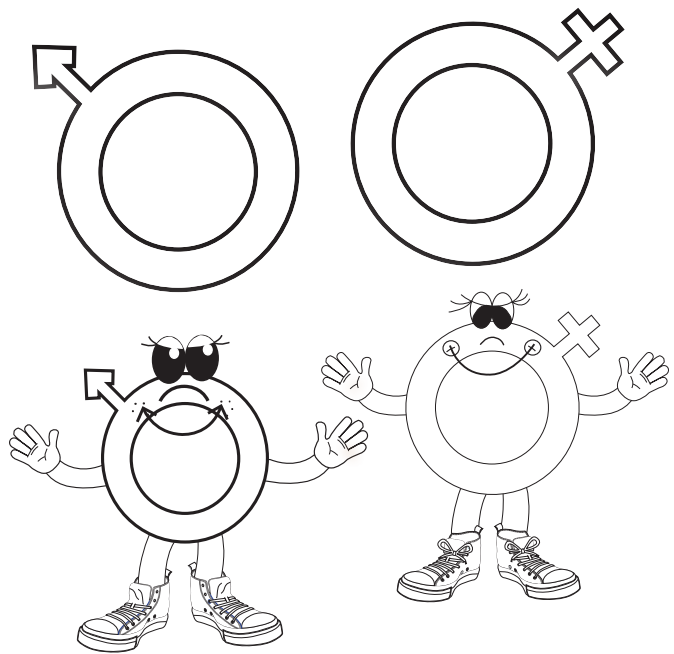
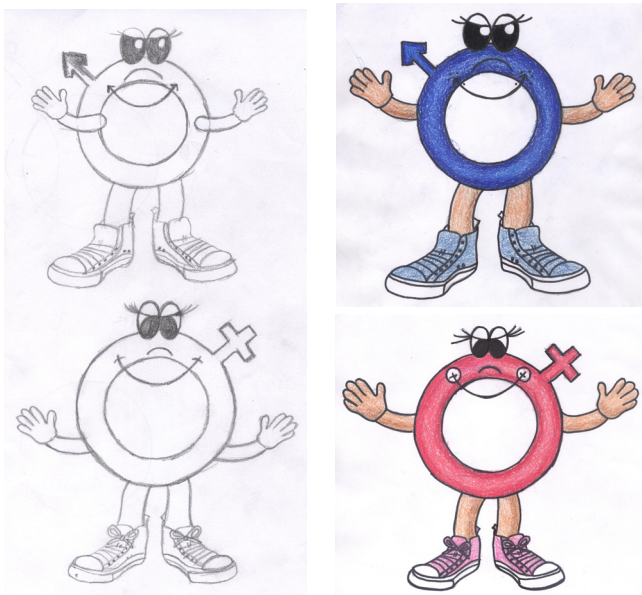
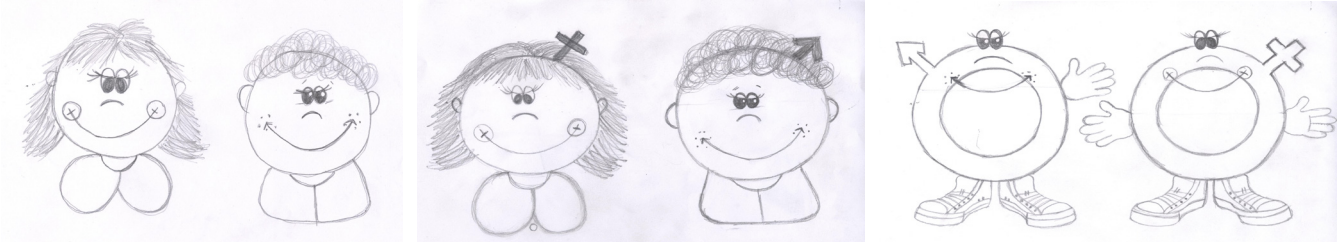


Pag. interior para texto



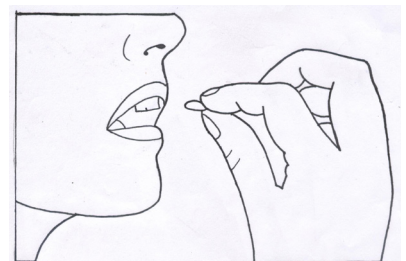
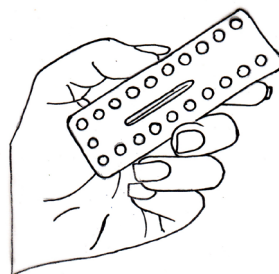
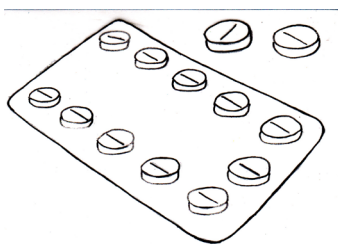
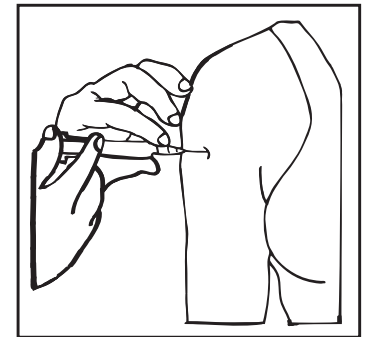
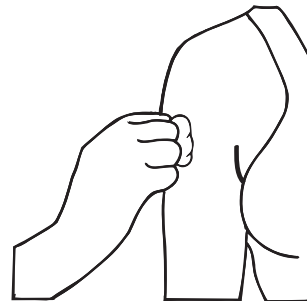
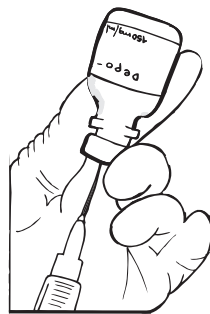
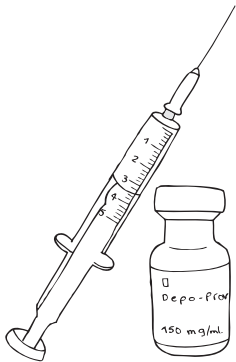
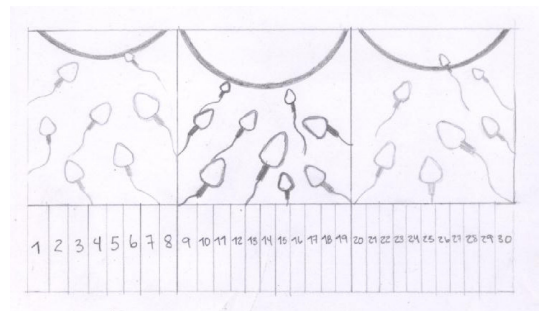
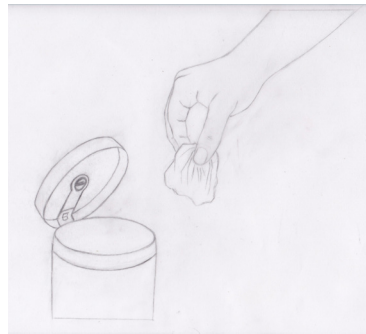
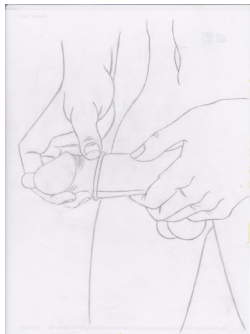
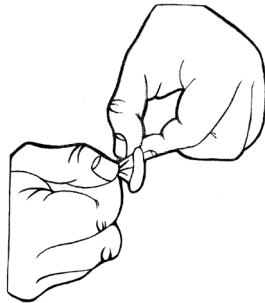
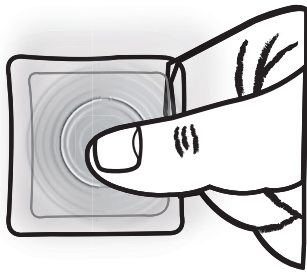
Pag. de ilustraciones

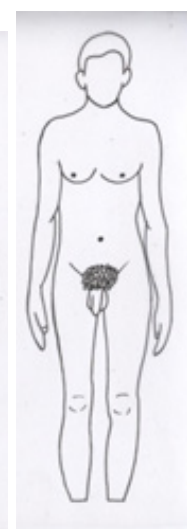
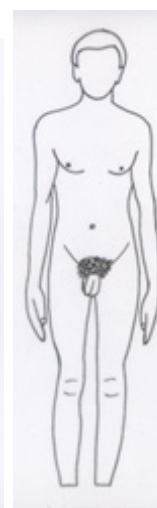
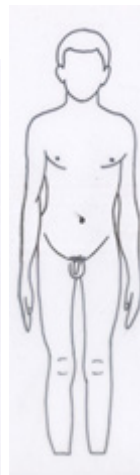
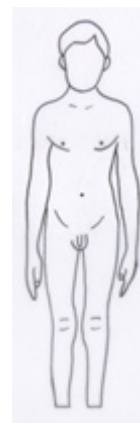
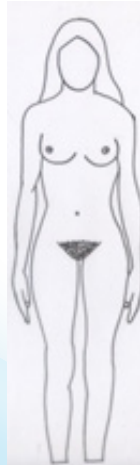
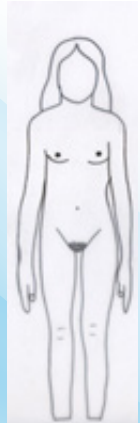
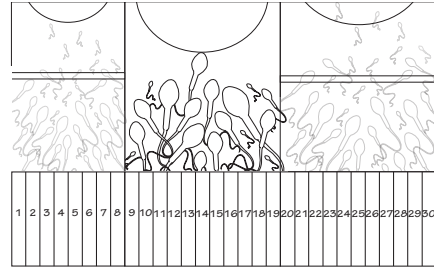
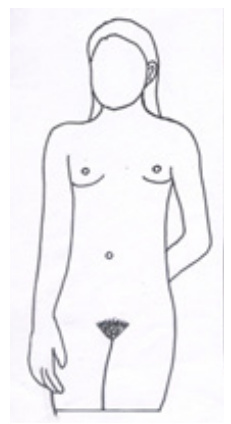
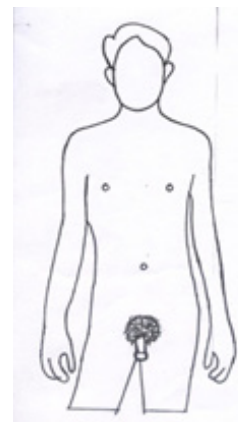
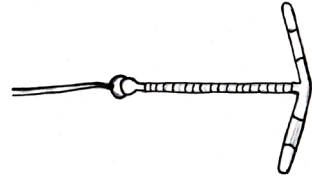
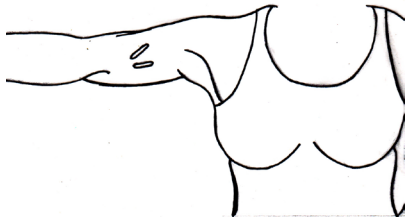
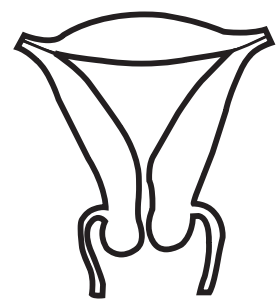
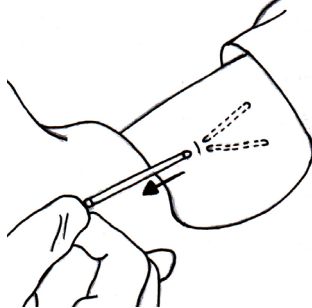
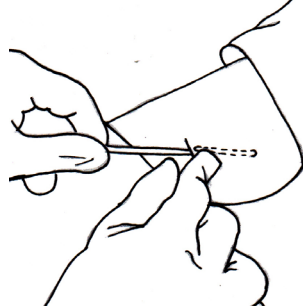
Bocetaje de Personajes





Bocetaje de ilustraciones para los rotafolios







6.3 NIVEL 2 de Visualización

En el segundo nivel de visualización se muestra todo el proceso de bocetaje pero digitalmente ya casi boceto final, desde personajes, portadas, páginas interiores e ilustraciones realizadas en el proyecto. Previo a este proceso se hizo la validación con los expertos y por tanto se le realizaron los cambios pertinentes.

Portada, contraportada y páginas interiores



Ciclo Menstrual

Indica que está embarazada, en el cual las paredes se hacen más gruesas.

Algunas de las células de la mujer.

Para ser más fértil:

- Tener una alimentación y hábitos saludables durante el tiempo que se está tratando de quedar embarazada.
- Evitar el uso de alcohol, tabaco y drogas.
- Evitar el uso de medicamentos sin la supervisión de un médico.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan cafeína.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan aspirina.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan acetaminofén.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan ibuprofeno.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan naproxeno.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan tramadol.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan codeína.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan morfina.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan heroína.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan cocaína.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan metadona.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan fentanilo.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan oxycodona.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan hidrocodona.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan propofol.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan etomidato.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan propofol.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan etomidato.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan propofol.
- Evitar el uso de medicamentos que contengan etomidato.

No se debe fumar:

- Fumar es una de las causas más importantes de infertilidad, así como de aborto espontáneo.
- El uso de cigarrillos puede reducir la fertilidad de la mujer.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de aborto espontáneo.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de parto prematuro.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de bajo peso al nacer.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de síndrome de muerte súbita del lactante.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de cáncer.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de enfermedades cardíacas.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de enfermedades pulmonares.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de enfermedades renales.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de enfermedades hepáticas.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de enfermedades del sistema nervioso.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de enfermedades del sistema inmunológico.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de enfermedades del sistema endocrino.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de enfermedades del sistema circulatorio.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de enfermedades del sistema muscular.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de enfermedades del sistema nervioso.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de enfermedades del sistema inmunológico.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de enfermedades del sistema endocrino.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de enfermedades del sistema circulatorio.
- El uso de cigarrillos puede aumentar el riesgo de enfermedades del sistema muscular.

No debe tomar alcohol que:

- No se debe tomar alcohol durante el tiempo que se está tratando de quedar embarazada.
- El uso de alcohol puede reducir la fertilidad de la mujer.
- El uso de alcohol puede aumentar el riesgo de aborto espontáneo.
- El uso de alcohol puede aumentar el riesgo de parto prematuro.
- El uso de alcohol puede aumentar el riesgo de bajo peso al nacer.
- El uso de alcohol puede aumentar el riesgo de síndrome de muerte súbita del lactante.
- El uso de alcohol puede aumentar el riesgo de cáncer.
- El uso de alcohol puede aumentar el riesgo de enfermedades cardíacas.
- El uso de alcohol puede aumentar el riesgo de enfermedades pulmonares.
- El uso de alcohol puede aumentar el riesgo de enfermedades renales.
- El uso de alcohol puede aumentar el riesgo de enfermedades hepáticas.
- El uso de alcohol puede aumentar el riesgo de enfermedades del sistema nervioso.
- El uso de alcohol puede aumentar el riesgo de enfermedades del sistema inmunológico.
- El uso de alcohol puede aumentar el riesgo de enfermedades del sistema endocrino.
- El uso de alcohol puede aumentar el riesgo de enfermedades del sistema circulatorio.
- El uso de alcohol puede aumentar el riesgo de enfermedades del sistema muscular.

Ciclo Menstrual

Pastilla Anticonceptiva

El Condón

La Inyección

Area de Salud Guatemala

Después de presentar este bocetaje de páginas interiores e ilustraciones, se vuelve a hacer cambios tanto en páginas interiores como en todas las ilustraciones; esto para mejorar y poder hacer la validación con el grupo objetivo, en el siguiente nivel se verán los cambios realizados y junto la validación.



6.4 NIVEL 3 de Visualización

Después de la visualización del nivel anterior, se volvieron a hacer cambios de la diagramación en cuanto a diseño; los cambios en las piezas ya se muestran en este tercer nivel de visualización, y con ello se presentan y se hace la validación con el grupo objetivo, la cual sirvió para hacer nuevamente cambios por las críticas constructivas recibidas por el mismo; las piezas que se presentaron fueron desde personajes, portadas, páginas interiores e ilustraciones realizadas dentro de las mismas. A continuación se presentan las piezas con las cuales se hizo la validación, seguido las evidencias con el grupo objetivo.

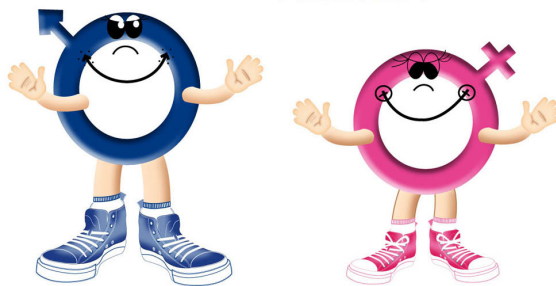
Piezas de Validación 1



Tabla de Protección de la Mujer

Esto es de cada 100 mujeres que usan estos métodos por año...	...este número de mujeres quedan embarazadas.	
La Inyección (Depo-Provera)		menos 1
La T de cobre o DIU		menos 1
Jadelle		menos 1
La Pastilla		7
Métodos Naturales		11
El Condón		14
La Tableta Vaginal		26
Ningún Método		85

¿Porque es importante Planificar?



LOS METODOS DE PLANIFICACION SON DE GRAN IMPORTANCIA PARA TODO EL MUNDO, YA QUE ES LA ÚNICA MANERA DE PREVENIR UN EMBARAZO NO DESEADO Y ENFERMEDADES DE TRANSMISION SEXUAL.

¿Por qué se debe planificar?

En la actualidad se considera una necesidad, si tomamos en cuenta los siguientes aspectos:

- Las altas tasas de mortalidad materna e infantil.
- La sobre población en Guatemala.
- Los niveles de pobreza extrema.
- La creciente irresponsabilidad de algunos padres y madres.
- La carencia de vivienda y servicios básicos.
- El aumento de problemas sociales, como niñas y niños de la calle, y en la calle prostitución, drogadicción y delincuencia.
- El nivel educativo de la población específicamente en la niñez y juventud.

El derecho a la vida, es un derecho humano universal del que toda persona debe gozar y disfrutar. Esto permite reflexionar sobre la importancia de que tanto la mujer, como el hombre deben aprender a valorar su vida y la de los demás.

Ciclo Menstrual



Es el tiempo que hay entre el primer día de sangrado de una menstruación y hasta un día antes de la siguiente menstruación.

Se le llama ciclo porque se repite cada mes. Durante el ciclo menstrual, la mujer tiene días fértiles (color verde) y días infértiles (color café).

Cuando la pareja no quiere un embarazo, no debe tener relaciones sexuales en los 11 días fértiles del ciclo menstrual de la mujer (color verde) o debe usar un método de barrera (condón o tableta vaginal).

No todas las mujeres son iguales, algunas tienen ciclos menstruales largos y otros ciclos cortos.

Los ciclos largos, son cuando baja la menstruación después de 32 días.

Los ciclos cortos, son cuando baja la menstruación antes de 26 días.

Para calcular el periodo fértil se restan 18 días del ciclo más corto y restando 11 días del ciclo más largo; esto con una previa observación y registro de 6 ciclos atrás.

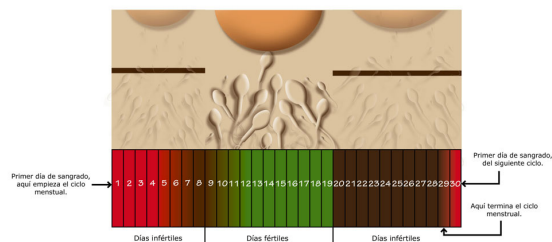
Beneficios

- Alta protección anticonceptiva de un 80% a 90%.
- No existen efectos colaterales atribuibles a este método.
- Fomenta la participación del hombre en la vida reproductiva.
- No tiene un costo económico.
- Sirve tanto para evitar el embarazo (no relaciones en los días fértiles), como para evitar el embarazo (relaciones en los días fértiles).

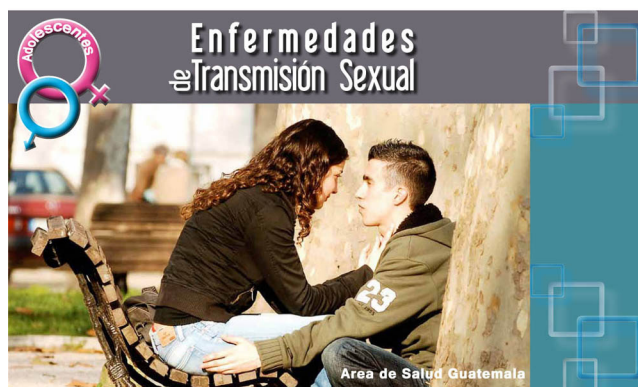
Limitaciones

- Su efectividad dura 6 ciclos menstruales (meses).
- Requiere la abstinencia durante 8 a 14 días del ciclo menstrual.
- No protege contra el ITS VIH/SIDA.

Ciclo Menstrual



Piezas de Validación 2



Infecciones de transmisión sexual

¿Qué son las ITS?

Las ITS son padecimientos que afectan principalmente los genitales, ano o boca, de una persona cuando un microorganismo invade el cuerpo, «a través de una relación sexual sin condón» y le provoca una reacción infecciosa. Suele decirse que las ITS son la «puerta de entrada al VIH», pues muchas de ellas aumentan de dos a nueve veces el riesgo de contraer el virus que causa el sida.

Es importantísimo tratarlas de inmediato, ya que muchas impactan seriamente en nuestra vida. Por ejemplo, el Virus del Papiloma Humano (VPH) es el principal causante del cáncer cervicouterino, el VIH produce el sida, con sus consecuencias fatales si no se trata a tiempo; mientras que otras pueden provocar infertilidad, afectar a los recién nacidos de la mujer embarazada que tiene una ITS, causarle partos prematuros o embarazos fuera del útero (ectópicos), entre otras consecuencias.

A continuación te mostramos las ITS más frecuentes y comunes en Guatemala.

Sabías que hay más de 50 ITS

Herpes Genital

Producido por el virus Herpes Simplex tipo 2.

- El herpes genital es un virus que se transmite sexualmente.
- El herpes genital es común tanto en hombres como en mujeres.
- La mayoría de las personas que tienen herpes genital no lo saben, debido a que a menudo no muestran síntomas.
- Usted puede contagiar el herpes genital a otras personas sin saberlo.
- El herpes genital, por lo general, no causa graves problemas de salud.

1. ¿Cómo se contrae el herpes?

- Puede contraer herpes genital al tener relaciones sexuales con alguien que tenga la enfermedad. "Tener relaciones sexuales" quiere decir sexo anal, oral o vaginal.
- También puede contraer herpes genital si sus genitales tocan la piel infectada o las secreciones (como la saliva durante el sexo oral) de alguien que esté infectado.

2. ¿Cuáles son los síntomas?

Si usted tiene síntomas, puede notar:

- Ampollas o llagas dolorosas en los genitales o en el ano, o alrededor de estas áreas. Estas ampollas sanan en dos a cuatro semanas.
- Ampollas que aparecen varias veces al año. Cuando salen las ampollas se dice que hay un brote.

Existen dos tipos de virus de herpes genital—HSV1 y HSV2. Ambos tipos pueden causar llagas o ampollas en el área de los genitales. El HSV1 también puede causar ampollas en la boca o en los labios, y se les llama ampollas febriles.

3. ¿CÓMO PUEDE REDUCIR EL RIESGO?

- La manera más segura de evitar el herpes genital, es la abstinencia sexual, o tener relaciones sexuales con alguien que no esté infectado y que sólo tenga relaciones sexuales con usted.
- Las condones pueden reducir el riesgo de contraer herpes genital si se usan adecuadamente cada vez que tenga relaciones sexuales, pero el condón sólo protege el área del cuerpo que cubre, o sea que las áreas que el condón no cubre se pueden infectar.
- Lavarse los genitales, orinar o darse duchas vaginales, después de tener relaciones sexuales, no evitará ninguna enfermedad transmitida sexualmente.

4. ¿Existe un tratamiento?

- No existe una cura para el herpes genital, pero sí hay tratamientos para los síntomas.
- Algunos medicamentos pueden evitar las ampollas o hacer que sanen más rápido.
- Si tiene varios brotes en un año, un tratamiento llamado terapia inhibitoria diaria puede disminuir el riesgo de contagiar el virus a su pareja sexual.

Herpes Genital

Virus del Papiloma Humano (VPH)

- El virus del papiloma humano genital (VPH) es el virus de transmisión sexual más frecuente, por lo menos el 50% de las personas activas sexualmente adquirirán el VPH genital en algún momento de su vida.
- La mayoría de las personas con el virus del papiloma humano genital no saben que lo tienen. Por lo general, no presenta síntomas y desaparece por sí solo, sin causar serios problemas de salud.

1. ¿Qué efectos causa?

Los hombres con el VPH pueden tener verrugas en el pene, el escroto o la ingle.

Las infecciones por el VPH pueden ser de bajo o alto riesgo. Las infecciones de bajo riesgo pueden causar verrugas genitales, estas no provocan dolor y no constituyen un problema grave. Las infecciones de alto riesgo pueden en ocasiones avanzar a cáncer de cuello uterino (la abertura del útero); también pueden causar otros cánceres como el cáncer de ano.

Las mujeres con el VPH pueden tener verrugas en la vagina, la vulva o el cuello uterino.

2. ¿Cómo se contrae el herpes?

- El VPH se transmite por el contacto genital (como a través de las relaciones sexuales vaginales o anales).
- Tanto los hombres como las mujeres pueden adquirirlo y pasárselo a otros sin darse cuenta.

3. ¿CÓMO PUEDE REDUCIR EL RIESGO?

- La manera más segura de prevenir el VPH es no tener relaciones sexuales.
- Mientras menos parejas sexuales tenga, menos probabilidad tendrá de adquirir el VPH.
- Los condones pueden disminuir su probabilidad de contraer el VPH, verrugas genitales o cáncer de cuello uterino.
- Lavarse los genitales, orinar o hacerse una ducha vaginal después de tener relaciones sexuales no previene ninguna enfermedad de transmisión sexual.

4. ¿Existe un tratamiento?

- No hay cura para el VPH, pero hay tratamientos para los problemas de salud que pueden causar algunos tipos del VPH, como las verrugas genitales y el cáncer de cuello uterino.
- Las mujeres y los hombres se pueden vacunar para protegerse contra los tipos del VPH que causan problemas de salud con más frecuencia.

Virus del Papiloma Humano (VPH)



Piezas de Validación 3



¿Que es Adolescencia?

El término **adolescencia** tiene un origen latino y se deriva de la voz «adolescere» que significa crecer.

La adolescencia es esencialmente una época de cambios. Es la etapa que marca el proceso de transformación del niño en adulto, es un periodo de transición que tiene características peculiares. Se llama adolescencia, porque sus protagonistas son jóvenes que aún no son adultos pero que ya no son niños. Es una etapa de descubrimiento de la propia identidad (identidad psicológica, identidad sexual...) así como de la de autonomía individual.

La adolescencia se caracteriza por el crecimiento físico y desarrollo psicológico, y es la fase del desarrollo humano situada entre la infancia y la edad adulta.

Esta transición es tanto física como psicológica por lo que debe considerarse un fenómeno biológico, cultural y social.

Se trata de una etapa de transición entre la niñez y la etapa adulta.

El final de la etapa de crecimiento y el comienzo de la capacidad de reproducción y junto a ello la inserción en el grupo de adultos en el mundo.

Además es una época de grandes cambios físicos, psicológicos y sociales.

No es un periodo homogéneo y no implica un cambio brusco.

La tarea más importante de la adolescencia es aprender a ser tú mismo y crear tu propia identidad.

Durante los años de la pubertad y la adolescencia, tendrás que aprender a asumir decisiones propias, nuevos compromisos y, en definitiva, ganar experiencia con ella, más independencia.

A los 18 años se considera que se es adulto. Los años de adolescencia te permiten unos años de aprendizaje bajo la protección de la familia que te ayudará a afrontar ser mayor de edad con seguridad, confianza y solidez.



Etapas de la Adolescencia

La adolescencia suele dividirse en tres etapas. Cada etapa trae sus propios cambios físicos, emocionales, psicológicos y de comportamiento.

El desarrollo de los niños entre 8 y 18 años no está solamente determinado por el crecimiento y los cambios biológicos que experimentan en su cuerpo, sino también por su propio temperamento y personalidad, las expectativas puestas en ellos por los adultos con los que conviven, y las influencias sociales.

1	La pre-adolescencia: desde los 8 hasta los 11 años
Cambios físicos	Crecimiento desigual de huesos, músculos y órganos puede dar una apariencia algo torpe. Supone el inicio de la pubertad para la mayoría.
Fase cognitiva	Pensamientos lógicos y tendencia a despreciar pensamientos imaginativos de la infancia. Capacidad para acumular grandes conocimientos y aplicar nuevos conceptos. Mayor interés para aprender habilidades de vida (cocinar, reparar).
Desarrollo moral	Egoísmo en general, aunque ya tiene conciencia. Comprende los conceptos lo que es justo y la reciprocidad. No siempre se ve reflejada su capacidad moral en su comportamiento.
Concepto de sí mismo	En gran medida influido por las relaciones con los miembros de su familia, profesores y está vez más, por sus compañeros. Muchos niños tienden a imitar el estereotipo masculino. El auto-imagen de muchas niñas puede sufrir con la llegada de la pubertad.
Características psicológicas	Mayor afán de hacer planes y cumplir con objetivos. Tendencia a ser desorganizados.
Relaciones con padres	Relación de afecto y dependencia de ambos padres. Deseo de participar más en decisiones que les afecta. Tendencia a discutir sobre tareas, deberes, y orden. Conflictos con hermanos.
Relaciones con compañeros	Eligen amigos con mismo gusto y aficiones. Niñas tienden a tener menos amigos más íntimos que niños. En esta etapa se forman grupos de amigos que pueden excluir a otros niños.



Estas piezas vistas anteriormente fueron las que se utilizaron en la validación con grupo objetivo, se realizó con dos grupos objetivos el primero fue en el Instituto Justo Rufino Barrios (mixto) y el segundo en la Escuela Secretarial 14 de Julio (solo mujeres); de aquí todavía se trabajó con cambios para llegar al resultado final.

Instrumento de Validación Institucional y Expertos



ENCUESTA DE VALIDACIÓN PIEZAS GRÁFICAS Wendy González

Instrucciones:

Responda dando sus puntos de vista u opinión en cuanto a las piezas gráficas que se le presentarán.

1. ¿Qué opina de los elementos que acompañan la portada?
2. ¿La Tipografía en la portada, es legible y adecuada para adolescentes?
3. ¿Qué opina del uso del color?
4. ¿Los personajes serán los más adecuados para mi grupo objetivo?
5. ¿Tiene alguna sugerencia con respecto a ellos?
6. ¿Considera que el diseño en general va acorde al grupo objetivo?
7. ¿Qué le parece la diagramación en general?
8. ¿Qué opina de las ilustraciones o fotografías?
9. ¿Alguna opinión en cuanto a color, técnica o si están acorde al grupo objetivo?
10. ¿En cuánto a las ilustraciones, se entiende el orden lógico aunque no lleve texto?
11. ¿Le parece adecuada la tipografía, en títulos, subtítulos y texto en general?
12. ¿Considera usted que el diseño tiene jerarquía visual (tamaño y forma de elementos, color, tipografía, imágenes, etc.?)
13. ¿Considera usted que el concepto creativo está presente en el trabajo?



Instrumento de Validación Grupo Objetivo



ENCUESTA DE VALIDACIÓN PIEZAS GRÁFICAS

Wendy González

Instrucciones:

Responda dando sus puntos de vista u opinión en cuanto a las piezas gráficas que se le presentarán.

1. ¿Para ti, son llamativas las portadas?
Si No ¿porqué?
2. ¿Te gusta el tipo de letra que se utilizó en las portadas, crees que es legible y adecuada para adolescente?
Si No ¿porqué?
3. ¿Crees que fue adecuado el uso del color en portadas?
Si No ¿porqué?
4. ¿Consideras que los personajes de sexo masculino y femenino, son los adecuados y te identificas con ellos?
5. ¿Te gustaría que se le hiciera algún cambio en cuanto a color, forma, etc.?
6. ¿Te llama la atención el diseño en general?
Si No ¿porqué?
7. ¿Te gusta la forma en que están diagramadas las páginas interiores?
Si No ¿porqué?
8. ¿Qué opina de las ilustraciones y fotografías que se colocaron?
9. ¿Alguna opinión en cuanto a color, técnica o crees que está acorde para adolescentes?
10. ¿Entiendes el orden lógico de las ilustraciones, aunque estas no lleven texto?
11. ¿Te parece adecuada el tipo de letra en títulos, subtítulos y texto en general?
Si No ¿porqué?
12. ¿Consideras que el diseño tiene un orden visual en cuanto a tamaño y forma de elementos, color, tipografía, imágenes, etc.?
Si No ¿porqué?

Validación 1 con Grupo Objetivo

Instituto Justo Rufino Barrios (Mixto)

El día 19 de septiembre se realizó la primera validación con el grupo objetivo del Instituto Justo Rufino Barrios Z. 21, la Licda. Miryam Paiz me dio un espacio para poder hacer la validación con su grupo de adolescentes, con los cuales ya había compartido en una charla sobre métodos de planificación impartida por la licenciada. Pudo verse la satisfacción del grupo objetivo en cuanto a las piezas porque nunca habían llegado al instituto a brindarles información sobre temas de sexualidad, aunque ellos ya no serán los que reciban estas charlas, ayudaron con sus aportes, opiniones y críticas tanto positivas como negativas y esto contribuyó también a reflexionar y hacer los cambios que fueron solicitados.





Validación 1 con Grupo Objetivo

Escuela Secretarial 14 de Julio (solo mujeres)

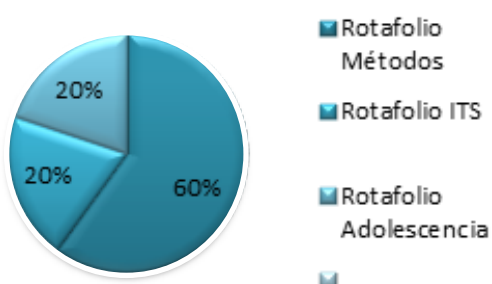
El día 26 de septiembre se realizó la segunda validación con el grupo objetivo de la Escuela Secretarial Z. 21, en esta oportunidad la Licda. Miryam Paiz no pudo acompañarme por cuestiones de salud, pero pidió a su equipo de trabajo que me apoyaran en este proceso; después de varias actividades realizadas me dieron un espacio para poder hacer la validación con el grupo de adolescentes allí presente, con las cuales ya había tenido la oportunidad también de compartir en una charla sobre las enfermedades de transmisión sexual impartida por la licenciada. Nunca imagine tener que presentarme ante tantas adolescentes pero fue bastante agradable la experiencia aunque no iba preparada, fue satisfactoria la participación de las adolescentes y constructivas todas sus críticas las cuales se tomaron en cuenta para los cambios realizados de las piezas gráficas.



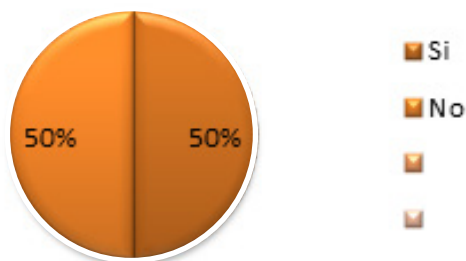
Estadísticas de Encuestas con Grupo Objetivo

A continuación se presenta en forma detallada los resultados de las gráficas que se obtuvieron al hacer la validación con piezas gráficas con nuestro grupo objetivo.

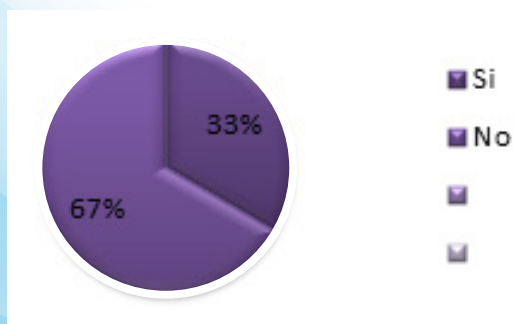
1. ¿Para ti, son llamativas las portadas?



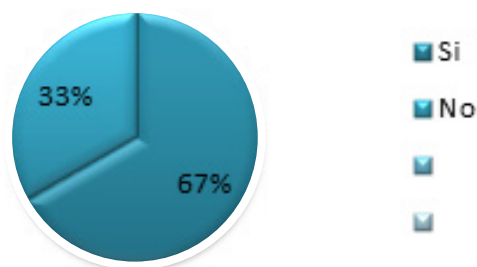
2. ¿Te gusta el tipo de letra que se utilizó en las portadas, crees que es legible y adecuada para adolescente?



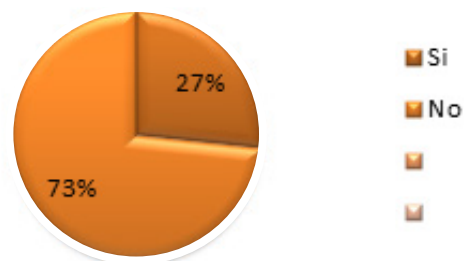
3. ¿Crees que fue adecuado el uso del color en portadas?



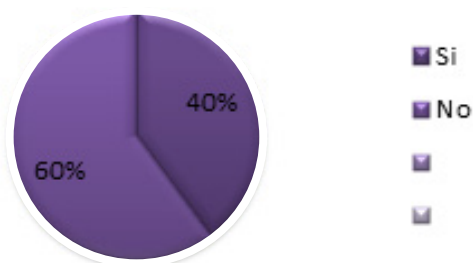
4. ¿Consideras que los personajes de sexo masculino y femenino, son los adecuados y te identificas con ellos?



5. ¿Te gustaría que se le hiciera algún cambio en cuanto a color, forma, etc.?

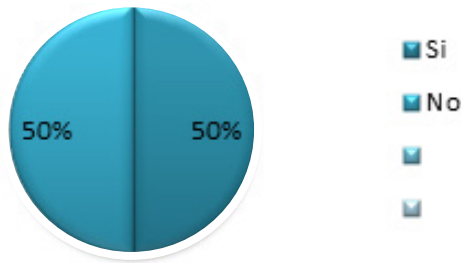


6. ¿Te llama la atención el diseño en general?

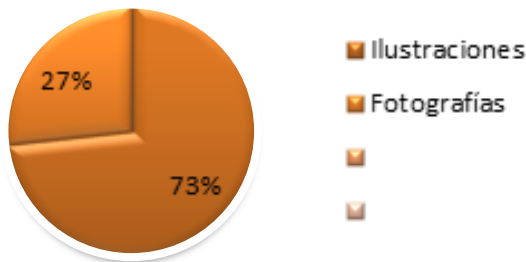




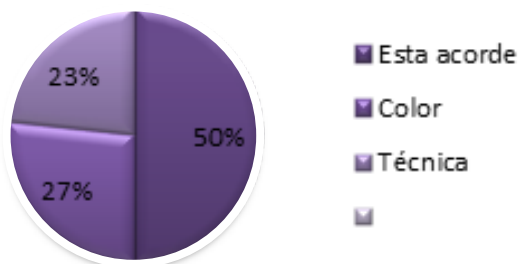
7. ¿Te gusta la forma en que están diagramadas las páginas interiores?



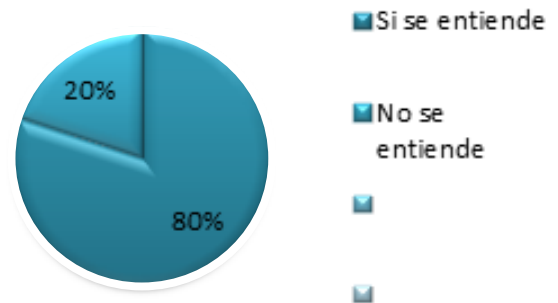
8. ¿Qué opina de las ilustraciones y fotografías que se colocaron?



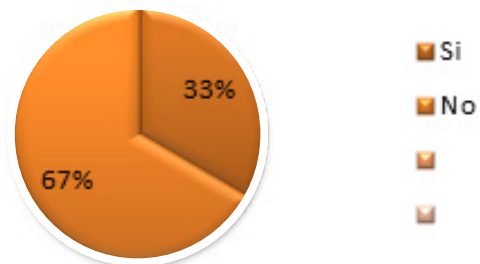
9. ¿Alguna opinión en cuanto a color, técnica o crees que está acorde para adolescentes?



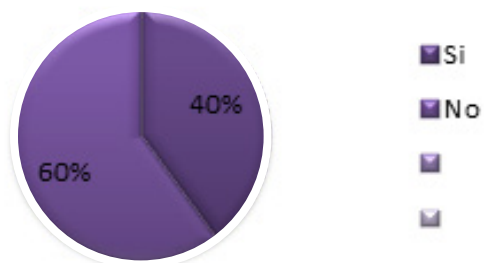
10. ¿Entiendes el orden lógico de las ilustraciones, aunque estas no lleven texto?



11. ¿Te parece adecuada el tipo de letra en títulos, subtítulos y texto en general?



12. ¿Consideras que el diseño tiene un orden visual en cuanto a tamaño y forma de elementos, color, tipografía, imágenes, etc.?





6.5 PROPUESTA Gráfica Fundamentada

En base a las encuestas realizadas en las validaciones a nuestro grupo objetivo y expertos, surgió la necesidad de hacer algunos cambios en cuanto a color, tipografía, ilustraciones, fotografías, etc.; esto con el fin de mejorar la calidad de las piezas gráficas (rotafolios), y con ello poder llegar a obtener una propuesta final, para un mejor uso del mismo, dentro de la institución.

Los rotafolios trabajados son a full color, en un tamaño 11*17 horizontal, las tipografías utilizadas fueron: Vitamin Outlined, Josh Handwriting, Ragamuffin, Impact, Whitehall y Verdana; todas estas son tipografías sans serif o palo seco, que por sus trazos uniformes tanto gruesos como delgados, representan la forma natural de la letra; estas son las indicadas para una mejor visualización porque resultan muy legibles en tamaños pequeños y limpias en tamaños grandes y esta última resulta apropiada para ser vista a una cierta distancia; estas tipografías se utilizaron en los tres rotafolios.

Los colores que más se utilizaron fueron: el azul claro porque este se asocia con el tema de salud y significa responsabilidad; el color rojo es el de la sangre, por lo que se le aso-

cia al peligro, a la pasión, al deseo y al amor; el color verde este color simboliza la fertilidad, y el verde agua es el que se asocia con la protección; el color café es el que simboliza la infertilidad y el color gris es el que significa estabilidad y simboliza el éxito.

Quizás más adelante podría darse el cambio en cuanto a colores se refiere, por el grupo objetivo a quien va dirigido que en este caso son adolescentes, y los colores podrían ir más enfocados a ellos aunque los temas a tocar sean de salud.

Las ilustraciones que se utilizaron en el rotafolio de Métodos de Planificación fueron vectorizadas y a color, esto para llamar más su atención y quieran saber más sobre los mismos, esto con la finalidad de motivarlos a que lleven una buena vida sexual; en el rotafolio de enfermedades de transmisión sexual se trabajó con fotografías reales, algunas brindadas por la institución y otras fueron obtenidas de internet esto por lo delicado y fuerte de las fotografías no se podían tomar, esto para causar un mayor impacto en los adolescentes y hacer consciencia que deben cuidar su vida, para luego no arrepentirse de las conse-

cuencias; y por último en el rotafolio de adolescencia se trabajó con una mezcla de ambas (ilustraciones y fotografías), porque de una u otra manera se identifican más con fotografías y se utilizaron ilustraciones en cuanto a la representación de lo que son las etapas de la adolescencia y pubertad, por lo delicado de las imágenes en donde los cuerpos nos muestran los cambios que se van dando dentro de la adolescencia.

Se crearon dos personajes para que pudieran integrarse en el rotafolio de métodos de planificación, como personajes principales, utilizando los símbolos del sexo femenino y masculino, y sus nombres fueron creados bajo los conceptos de espermatozoide (isperman) y ovario (ovipower), esto porque ambos son poderosos y porque al unirlos dan vida, pero no se utilizaron los nombres por razones a que ellos no se vayan a sentir identificados con los personajes. (Esto dicho por la Licda. Miryam Paiz, Técnica en Adolescentes y quien da las charlas a los mismos).

El contenido de los rotafolios tiene la información necesaria y básica para que los adolescentes la puedan entender y captar de una manera sencilla.

A continuación se describe brevemente el significado del concepto creativo utilizado en las portadas de las piezas gráficas, esto para una mejor fundamentación de las mismas.



La representación del concepto creativo en el rotafolio de Métodos de Planificación es:

- El globo de pensamiento es de la palabra "Pensá".
- Los símbolos de sexo masculino y femenino es de la palabra "Planifica".
- Los espermatozoides en diferentes tamaños es de la palabra "Supérate".



La representación del concepto creativo en el rotafolio de Adolescencia es:

- El globo de pensamiento es de la palabra "Pensá".
- Los símbolos de sexo masculino y femenino es de la palabra "Planifica".
- Los círculos en diferentes tamaños son de la palabra "Supérate".



La representación del concepto creativo en el rotafolio de las Enfermedades de transmisión sexual es:

- El globo de pensamiento es de la palabra "Pensá".
- Los símbolos de sexo masculino y femenino son de la palabra "Planifica".
- Los cuadros en diferentes tamaños son de la palabra "Supérate".



PROPUESTA GRÁFICA

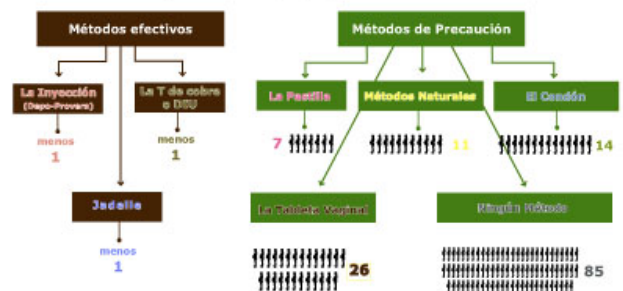
Final de los Rotafolios

Rotafolio de Métodos de Planificación



Tabla de Protección de la Mujer

Esta tabla es de cada 100 mujeres que usan estos métodos por año; y este es el número de mujeres que quedan embarazadas.



LOS MÉTODOS DE PLANIFICACIÓN SON DE GRAN IMPORTANCIA PARA TODO EL MUNDO, YA QUE ES LA ÚNICA MANERA DE PREVENIR UN EMBARAZO NO DESEADO Y ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL.

¿Por qué se debe planificar?

En la actualidad se considera una necesidad, si tomamos en cuenta los siguientes aspectos:

- Las altas tasas de mortalidad materna e infantil.
- La sobre población en Guatemala.
- Los niveles de pobreza extrema.
- La creciente irresponsabilidad de algunos padres y madres.
- La carencia de vivienda y servicios básicos.
- El aumento de problemas sociales, como rufas y rufos de la calle, y en la calle prostitución, drogadicción y delincuencia.
- El nivel educacional de la población específicamente en la niñez y juventud.

El derecho a la vida, es un derecho humano universal del que toda persona debe gozar y disfrutar. Esto permite reflexionar sobre la importancia de que tanto la mujer, como el hombre deben aprender a valorar su vida y la de los demás.

Ciclo Menstrual

Protección anticonceptiva de un 80 a 90%

Es el tiempo que hay entre el primer día de sangrado de una menstruación y hasta un día antes de la siguiente menstruación.

Se le llama ciclo, porque se repite cada mes. Durante el ciclo menstrual, la mujer tiene días fértiles (color verde) y días infértiles (color café).

Cuando la pareja no quiere un embarazo, no debe tener relaciones sexuales en los 11 días fértiles del ciclo menstrual de la mujer (color verde) o debe usar un método de barrera (condón o tableta vaginal).

No todas las mujeres son iguales, algunas tienen ciclos menstruales largos y otros ciclos cortos.

Los ciclos largos, son cuando baja la menstruación después de 35 días. Los ciclos cortos, son cuando baja la menstruación antes de 21 días.

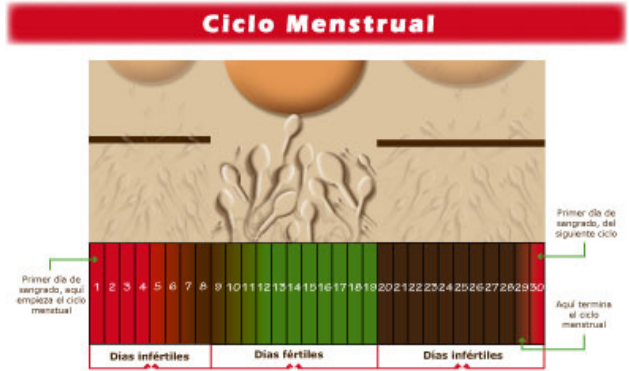
Para calcular el periodo fértil se restan 18 días del ciclo más corto y se suman 11 días del ciclo más largo; esto con una previa observación y registro de 6 ciclos atrás.

Beneficios

- Evita la probabilidad anticonceptiva de un 80% a 90%.
- Evita los efectos colaterales atribuidos a estos métodos.
- Promueve la participación del hombre en la salud reproductiva.
- No tiene un costo económico.
- Sirve tanto para evitar el embarazo (no relaciones en los días fértiles) como para lograr un embarazo (relaciones en los días fértiles).

Limitaciones

- No protege contra la infección de transmisión sexual.
- Requiere la abstracción completa a los días fértiles del ciclo.
- Requiere un alto grado de disciplina.



El Collar

Protección anticonceptiva de un 95%

Es un método que se basa en el conocimiento del ciclo menstrual y la identificación del período fértil para la abstinencia de relaciones sexuales en estos días, utilizando un collar de perlas de tres colores (rojo: menstruación, café: día infértil y blanco: día fértil).

El collar está formado por 30 perlas de colores, un marcador de hule negro y una fecha blanca. El collar representa el ciclo menstrual de la mujer, cada perla del collar, representa un día del ciclo menstrual.

La perla roja del collar representa el primer día de la menstruación. El marcador de hule negro sirve para señalar cada día su ciclo menstrual.

La punta de flecha blanca indica hacia donde debe empezar a marcar los días del ciclo.

En el collar hay siete perlas de color marrón que representan los días infértiles de la mujer, en esos días. Si pueden tener relaciones sexuales.

Las once perlas blancas representan los días fértiles de la mujer, en estos días la pareja no debe tener relaciones sexuales o debe utilizar un método de barrera, como el condón o tableta vaginal.

Beneficios

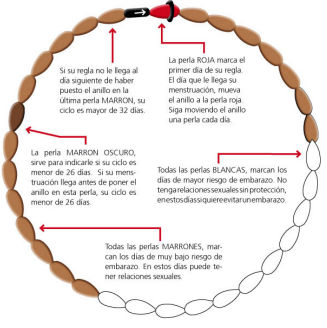
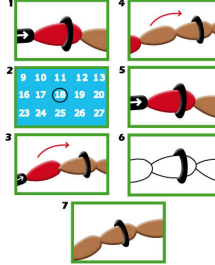
- Es un método natural.
- Es económico.
- Es sencillo y de fácil manejo.
- Promueve una mayor comunicación en la pareja y fomenta la participación del hombre en la salud reproductiva.
- Se adapta a la población hispana y analfabeta.
- No tiene efectos secundarios.
- En mujeres con ciclos entre 21 y 35 días, hasta un 95% de efectividad.

Limitaciones

- La sección tiene que ser en pareja.
- Abstinencia de relaciones sexuales en los días fértiles.
- Algunos menstruales irregulares no se puede utilizar.
- Si no se conoce bien el ciclo menstrual, no lo puede llevar.

El Collar

Uso:



El Condón

Protección anticonceptiva de un 98%

Es una especie de funda de látex que se coloca en el pene antes de la penetración para impedir el paso del semen a la vagina.

- Su uso requiere:
- El uso de un nuevo condón o preservativo en cada relación sexual.
 - Debe ser usado desde el inicio del coito.
 - Cada condón debe usarse una sola vez.

Uso paso a paso:

1. Asegurarse de ver la fecha de vencimiento.
2. Verificar que la burbuja de aire que se forma en el centro del condon, sea la adecuada.
3. Abrir el envoltorio, y sacar el preservativo.
4. Soplar la punta del preservativo y luego agarrarlo con las yemas de los dedos y enrollarlo dos veces.
5. Colocar el preservativo en la punta del pene erecto y desenrollarlo con la otra mano hasta llegar al final del pene.
6. Terminada la relación sexual, aún con el pene erecto, se retira el preservativo con papel de baño, y se tira a la basura.

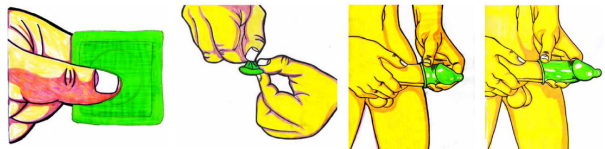
Beneficios

- Es el único método que brinda protección anticonceptiva y previene la transmisión de muchos ITS.
- Fácil de adquirir y a bajo costo (o gratis en los servicios de salud).
- No tiene efectos secundarios.
- Si puede interrumpir su uso en cualquier momento.
- Ayuda a retrasar la eyaculación.

Limitaciones

- Se requiere el uso de un condón en cada relación sexo genital.
- Algunas personas pueden ser alérgicas al látex o al lubricante del condón.
- Puede interferir en la espontaneidad de la relación sexual.

El Condón



La Pastilla Anticonceptiva

Protección anticonceptiva de un 99.7%

Los anticonceptivos orales combinados son preparados hormonales que contienen estrógeno y progestágeno. Son temporales y reversibles. Se toma una pastilla cada día, durante 21 ó 28 días, dependiendo de la presentación. Inhiben la ovulación y aumentan la consistencia del moco cervical, lo que dificulta el paso de los espermatozoides, evitando así la fecundación. Así mismo, producen cambios en el endometrio.

Su uso requiere:

- Iniciar en cualquier momento, de los primeros siete días del ciclo menstrual, con las pastillas blancas y luego las oscuras.
- Tomar una pastilla todos los días a la misma hora, (al acostarse o al levantarse).
- Al terminar un sobre, debe seguir con el otro.

Nota: Si olvida tomar UNA pastilla: tomar dos al día siguiente.
Si olvida tomar DOS pastillas: Tomar dos pastillas por dos días. Tomar una en la mañana y una en la noche por dos días seguidos y usar tableta vaginal, condón o no tener relaciones por 7 días.

Al olvidar DOS pastillas. Si puede quedar embarazada

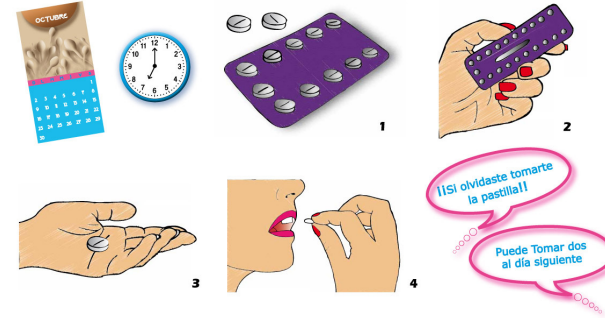
Beneficios

- No requieren examen pélvico previo al uso. No interfiere con las relaciones sexuales.
- Pueden ser proporcionados por personal no médico.
- Económicos (gratuitos en el servicio de salud).
- Pueden mejorar la anemia. Regularizan los ciclos menstruales.
- Protegen contra el cáncer ovárico y del endometrio. Disminuye la enfermedad benigna de la mama.
- Ayuda a prevenir quistes de ovario.
- Puede retrasar la madurez sexual. Permite el retorno de la fertilidad tan pronto como se interrumpe el uso.

Limitaciones

- No protegen contra ITS, incluyendo el VIH.
- Algunos efectos secundarios: Náuseas, dolor de cabeza leve, sensibilidad en los senos, Lee aumento de peso, Anemia.

La Pastilla Anticonceptiva



La Inyección

Protección anticonceptiva de un 99.95%

Es un método hormonal temporal y reversible, administrado mensualmente por vía intramuscular.

Contiene progestágeno y estrógeno sintéticos. Inhibe la ovulación, espesa el moco cervical y produce cambios en el endometrio, al igual que las pastillas.

Para tener una mayor efectividad, se aplica antes del séptimo día del ciclo menstrual.

Existen dos presentaciones: una inyección mensual y otra trimestral.

El inyectable mensual es un anticonceptivo combinado ya que contiene dos hormonas (estrógeno y progestágeno) por lo que actúa de forma similar a como lo hace la píldora.

El inyectable trimestral contiene una única hormona (gestágeno) por lo que funciona de forma similar a como lo hace la mini píldora.

Es uno de los métodos más seguros, pero al igual que ocurre con los otros métodos hormonales, se requiere el consejo de un médico que es quién valorará la conveniencia o no de su utilización.

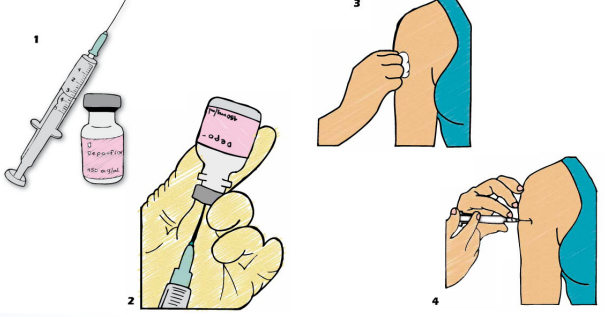
Beneficios

- Es altamente eficaz.
- No interfiere con las relaciones sexuales.
- Puede ser administrada por personal capacitado no médico.
- Disminuye la cantidad de sangre, y la duración y dolor del periodo.
- Protege contra el cáncer ovárico y del endometrio.
- Disminuye la enfermedad benigna de la mama.
- No requiere de ninguna acción diaria.

Limitaciones

- No protege contra ITS, incluyendo el VIH.
- Puede causar cambios en el sangrado menstrual durante los primeros seis meses de uso.
- No es recomendable en mujeres de 35 años, por riesgo de osteoporosis a largo plazo.
- Una vez administrado no se puede detener su uso, puesto que es un método de acción irreversible. Se debe esperar hasta que cese el efecto.

La Inyección





Jadelle

Protección anticonceptiva de un 99%.

Es un método anticonceptivo hormonal temporal y reversible que brinda protección de tres a cinco años.

Está compuesto por dos tubitos delgados y flexibles de silicón, del tamaño de un pabillo de fósforo que se insertan debajo de la piel en la parte superior de la cara interna del brazo de la mujer; contienen una hormona llamada Levonorgestrel.

Tiene 4.3 cm de largo y 2.5 mm de diámetro. Los implantes se colocan debajo de la piel, en la cara interna del brazo que menos se use.

Impiden la ovulación y condensan el moco cervical para que no pasen los espermatozoides. También produce alteración en el endometrio.

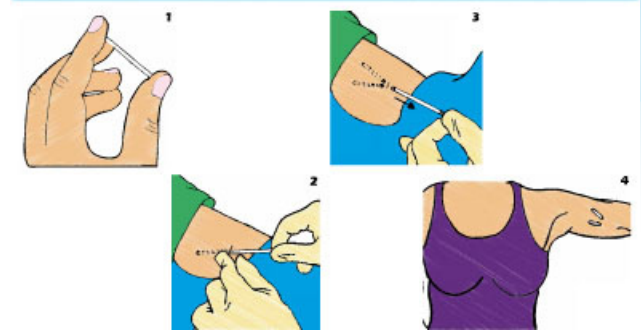
Beneficios

- Método eficaz.
- Controla el peso.
- No requiere tener relaciones sexuales.
- No requiere tener relaciones sexuales.
- No requiere tener relaciones sexuales.
- No requiere tener relaciones sexuales.
- No requiere tener relaciones sexuales.
- No requiere tener relaciones sexuales.
- No requiere tener relaciones sexuales.
- No requiere tener relaciones sexuales.

Limitaciones

- No protege contra ITS, incluyendo VIH.
- Puede causar cambios en el sangrado menstrual, durante los primeros seis meses de uso.
- No es recomendable en mujeres de 35 años, por riesgo de coágulos en el largo plazo.
- No se recomienda en mujeres que estén tomando medicamentos que puedan interferir con el efecto.

Jadelle



T de Cobre

Protección anticonceptiva de un 99.95%.

Es un método hormonal temporal y reversible, administrado mensualmente por vía intramuscular.

Contiene progestágeno y estrógeno sintéticos. Inhibe la ovulación, espesa el moco cervical y produce cambios en el endometrio, al igual que las pastillas.

Para tener una mayor efectividad, se aplica antes del séptimo día del ciclo menstrual.

Existen dos presentaciones: una inyección mensual y otra trimestral.

El inyectable mensual es un anticonceptivo combinado ya que contiene dos hormonas (estrógeno y gestágeno) por lo que actúa de forma similar a como lo hace la píldora.

El inyectable trimestral contiene una única hormona (gestágeno) por lo que funciona de forma similar a como lo hace la mini píldora.

Es uno de los métodos más seguros, pero al igual que ocurre con los otros métodos hormonales, se requiere el consejo de un médico que es quien valorará la conveniencia o el no de su utilización.

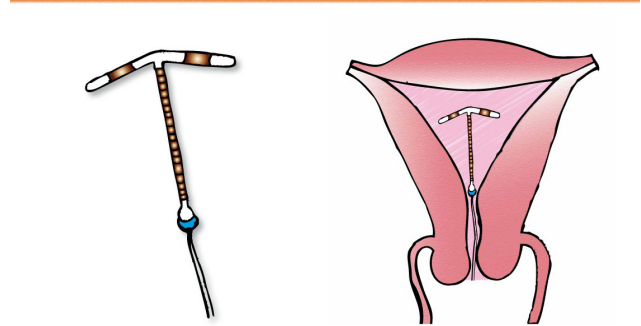
Beneficios

- Es altamente eficaz.
- No interfiere con las relaciones sexuales.
- Puede ser administrada por personal capacitado no médico.
- Disminuye la cantidad de sangre, y la duración y dolor del periodo.
- Protege contra el cáncer ovárico y del endometrio.
- Disminuye la enfermedad benigna de la matriz.
- Puede mejorar la anemia.
- No requiere del tiempo acción diaria.

Limitaciones

- No protege contra ITS, incluyendo VIH.
- Puede causar cambios en el sangrado menstrual, durante los primeros seis meses de uso.
- No es recomendable en mujeres de 35 años, por riesgo de coágulos en el largo plazo.
- No se recomienda en mujeres que estén tomando medicamentos que puedan interferir con el efecto.

T de cobre

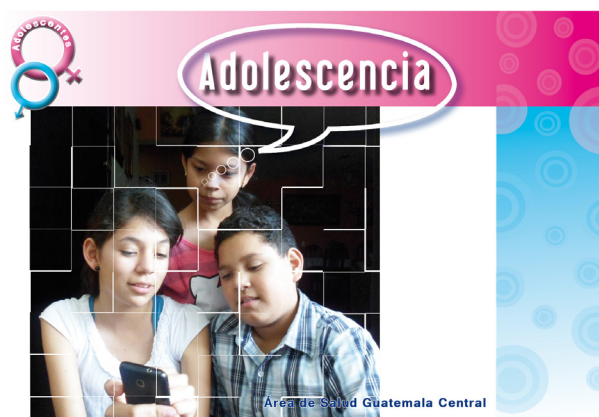


Maternidad Periferica Zona 13
Area de Salud Guatemala Central



Rotafolio de Adolescencia

A continuación se presentan cada una de las páginas que conforman el rotafolio de Adolescencia, está ya es la propuesta final, después de esto se podrían volverle a hacer cambios si fuera necesario; este rotafolio consta de 14 pág., de las cuales se despliegan 3 temas sobre adolescencia: Adolescencia, Etapas de la adolescencia y pubertad con su respectiva descripción, todo esto para un mejor conocimiento del tema; se utilizaron fotografías e ilustraciones, para una mejor identificación.



¿Qué es Adolescencia?

El término «adolescencia» tiene un origen latino y se deriva de la voz «adulescere» que significa crecer.

La adolescencia es esencialmente una época de cambios. Es la etapa que marca el proceso de transformación del niño en adulto, es un período de transición que tiene características peculiares. Se llama adolescencia, porque sus protagonistas son jóvenes que aún no son adultos pero que ya no son niños. Es una etapa de descubrimiento de la propia identidad (identidad psicológica, identidad sexual...) así como de la de autonomía individual.

La adolescencia se caracteriza por el crecimiento físico y desarrollo psicológico, y es la fase del desarrollo humano situado entre la infancia y la edad adulta.

Esta transición es tanto física como psicológica, por lo que debe considerarse un fenómeno biológico, cultural y social.

Se trata de una etapa de transición entre la niñez y la etapa adulta.

El final de la etapa de crecimiento y el comienzo de la capacidad de reproducción, y junto a ello, la inserción en el grupo de adultos en el mundo.

Además es una época de grandes cambios físicos, psicológicos y sociales. No es un período homogéneo y no implica un cambio brusco.

La tarea más importante de la adolescencia es aprender a ser tú mismo y crear tu propia identidad.

Durante los años de la pubertad y la adolescencia, tendrás que aprender a asumir decisiones propias, nuevos compromisos y, a diferencia, ganar experiencia con ella, más independencia.

A los 18 años se considera que se es adulto. Los años de adolescencia te permitirán unos años de aprendizaje bajo la protección de la familia que te ayudará a afrontar ser mayor de edad con seguridad, confianza y solidez.



Etapas de la Adolescencia

La adolescencia suele dividirse en tres etapas. Cada etapa trae sus propios cambios físicos, emocionales, psicológicos y de comportamiento. El desarrollo de los niños entre 10 y 19 años no está solamente determinado por el crecimiento y los cambios biológicos que experimentan en su cuerpo, sino también por su propio temperamento y personalidad, las expectativas puestas en ellos por los adultos con los que conviven, y las influencias sociales.

1 Adolescencia desde los 10 hasta los 13 años

Cambios físicos
Inicio de la pubertad con cambios, durante el desarrollo de cada adolescente. Aparece el pelo en axilas de una u otra. Iniciar el desarrollo de los órganos sexuales, inicio de la voz, cambio del cuerpo.

Fase cognitiva
Desarrollo de nuevas capacidades para ser las cosas en términos, relaciones y abstracción y para pensar. Cambio de humor puede ser más cambiante de la niñez y el inicio. Época de mayor conflicto con padres.

Desarrollo mental
Iniciación de la independencia. Búsqueda de aceptación social de sus compañeros. Aunque mantienen los conflictos relacionados con el orden social, a esta edad suelen experimentar ciertos primeros conflictos, morales y éticos, a veces aprendidos de sus padres.

Concepto de sí mismo
Desarrollo de otros valores, los valores que ocurren durante la pubertad. Tendencia a cuestionar las relaciones de género o el poder. Preocupación por problemas de peso, piel, altura y el aspecto físico general.

Características psicológicas
Algunos experimentan el mismo. Preocupación por la opinión de otros. Necesitan más privacidad en sus relaciones. Suelen cambiar sus hábitos de sueño y pueden sentir de la misma manera la etapa de desarrollo en cuestión de horas, un cambio muy brusco que les afecta a corto plazo.

Relaciones con padres
Cada vez que la etapa de mayor conflicto con los padres comienza hacer una identidad propia dentro de la familia más allá que la del niño o la niña de antes. Aparecen conflictos de sus compañeros. Tendencia a ser más independiente, aunque las relaciones de género de los padres siguen influyendo.

Relaciones con compañeros
Los cambios de la pubertad y cómo reaccionar los compañeros pueden condicionar las acciones. Mayor tendencia a querer confidenciales y formar grupos de 2 a 6 personas. Se desarrolla el grupo social o grupo de amigos en esta etapa.





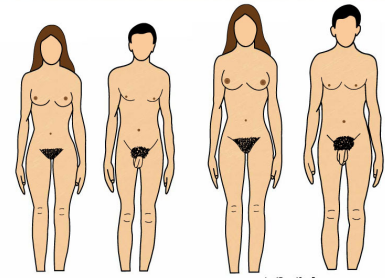
Etapas de la Adolescencia



2 Adolescencia: desde los 13 hasta los 19 años

Cambios físicos	Mayor homogeneidad entre sus compañeros porque la mayoría ya ha pasado por la pubertad y durante esta etapa llegan a su altura y peso de adulto.
Fase cognitiva	Mayor capacidad para pensar de forma abstracta e hipotética sobre el presente y el futuro. Al poder entender y compartir mejor los acontecimientos que les rodean y que ocurren más allá de su círculo social inmediato, pueden adoptar una nueva conciencia social.
Desarrollo moral	Menos egocentrismo y mayor énfasis sobre valores abstractos y principios morales. Como el desarrollo emocional y el desarrollo cognitivo no van al mismo paso, es posible que los mismos adolescentes que reivindican ciertos valores, los violan a la vez. En este sentido es una etapa algo contradictoria.
Concepto de sí mismos	Es la etapa en la que los adolescentes forman su propia identidad. Experimentan con distintos aspectos, papales, valores, amigos, aficiones... Niñas con problemas de peso pueden tener tendencia a la depresión.
Características psicológicas	Cierta vulnerabilidad ante posibles preocupaciones, depresiones y trastornos como la ansiedad.
Relaciones con padres	Conforme se van avanzando por esta última etapa de la adolescencia, suele haber menos conflictos entre hijos y padres y mayor respeto porque los hijos ya pueden ver sus padres como individuos y comprender que sus opiniones se basan en ciertos valores y esto produce una mejora en las relaciones familiares. Siguen discrepando con algunos límites impuestos por los padres (como dormir, tener en casa, hora de llegar a casa, aparques...), aunque la existencia de estos límites les beneficiará mucho a largo plazo.
Relaciones con compañeros	Las amistades entre chicos y chicas empiezan a ser más frecuentes y la influencia de los amigos sigue siendo clave en el desarrollo personal de una identidad propia. Los amigos anti-sociales pueden aumentar un comportamiento antisocial en el adolescente.

Adolescencia de 14 a 19 años



de 14 a 16 años

de 17 a 19 años



¿qué es Pubertad?

La pubertad es una etapa necesaria para el crecimiento de todo adolescente. Muchos cambios se producen en los cuerpos de los chicos que conllevan también repercusiones en su vida emocional y social. Por eso es importante comprender dicho proceso y el impacto que tiene en nuestros hijos...

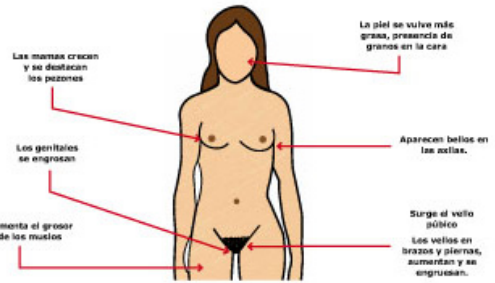
Cambios Físicos en niñas:

Si eres adolescente, durante estos años cambiarás de tener cuerpo de niña a tener cuerpo de mujer. Cómo y cuándo tendrán lugar estos cambios físicos de la pubertad depende de cada niña. Es una época ardua y forma parte de los muchos cambios de la adolescencia.

A continuación describimos los cambios más importantes que notarás durante estos años:

La piel Su función es hacer más gruesa y proteger de los rayos del sol. Durante la pubertad se vuelve más grasa y se vuelven más grandes los poros. Esto se debe a que está creciendo las glándulas sebáceas que producen la grasa que se acumula en la piel. Esto hace que la piel sea más grasa y que se vuelva más sensible a los cambios de temperatura.	Vello corporal Durante la pubertad las niñas comienzan a tener vello en las axilas, en las piernas y en la zona pubica. Este vello es más grueso y oscuro que el que tenían antes.	Cambios en la voz Durante la pubertad la voz de las niñas cambia. Se vuelve más grave y se escuchan más tonos bajos.	El pecho La pubertad comienza cuando las glándulas mamarias comienzan a producir leche. Esto hace que el pecho crezca y se vuelva más sensible.	La menstruación Durante la pubertad las niñas comienzan a tener su ciclo menstrual. Esto es un signo de que el cuerpo está preparado para la reproducción.
--	--	--	---	--

La Pubertad



La Pubertad

La pubertad no es más que el momento en que el cuerpo de un niño comienza a desarrollarse para convertirse en el de un adulto. Tiene lugar aproximadamente entre los 10 y los 16 años y es un proceso paulatino. Entonces se producen transformaciones físicas y psicológicas en el chico.

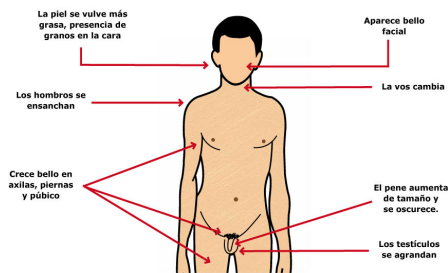
Cambios Físicos en niños:

Los chicos suelen pasar la pubertad entre los 10 y 16 años. Casi siempre va acompañada por un crecimiento muy notable durante uno o dos años, en los que es posible que cambie de talla de zapato y pantalón... ¡Más de 3 veces en un año!

A continuación describimos los cambios más importantes que notarás durante estos años:

Vello Corporal Durante los años de la pubertad crecen vellos en las axilas, piernas, cara, arriba del pene e incluso en el tronco. Es posible también durante la última fase de la pubertad que aparezca el vello en el pecho, aunque no todos los hombres tienen vello en el pecho. En la cara, aparecen primero, pelo fino en la zona de la frente y luego, un poco más tarde, el vello más grueso y oscuro. Cuando decide empezar a afeitarse, es importante que tenga una maquinilla propia y que no comparta con familiares o amigos. Utiliza siempre crema de afeitado, porque de lo contrario podría irritar la piel.	La piel Tendrá la piel más grasa y sudará más que antes. Debe lavarse todos los días y utilizar un desodorante o anti transpirante durante el día para controlar olores. Durante la pubertad es probable que te salgan granos en la cara y/o espalda. La mayoría de adolescentes padecen acné en algún momento de la pubertad. Si te preocupas, debes consultar un médico que te podrá aconsejar sobre los mejores productos (jabón y cremas) según el tipo de piel que tengas.	Voz La mayoría de chicos empiezan a notar cambios en la voz alrededor de los 14 años. Durante unos meses o años, tendrás un tono entonado hasta que se tornará de cambiar y tendrás un cambio de voz de hombre.	La forma de tu cuerpo Durante los años de la pubertad, crecerás más alto y tus hombros se anchurarán. Generalmente, algunos chicos experimentan una hinchazón debajo del pene. Esto es muy frecuente y no debes preocuparte. No quiere decir que tus pechos vayan a crecer y poco a poco irán desapareciendo la hinchazón.	Pene El pene y los testículos crecen y tendrán erecciones más a menudo debido a un aumento de las hormonas sexuales. Aunque esto te pueda desconcertar, debe todo cuando tengas una erección de repente, ten en cuenta que nadie se da cuenta.
--	---	---	--	--

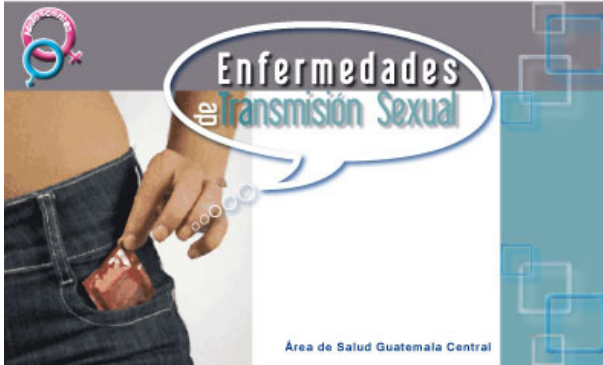
La Pubertad



Maternidad Periferica Zona 13



Rotafolio Enfermedades de Transmisión Sexual



Infecciones de transmisión sexual

¿Qué son las ITS?

Las ITS son padecimientos que afectan principalmente los genitales, ano o boca, de una persona cuando un microorganismo invade el cuerpo, a través de una relación sexual sin condón y la provoca una reacción infecciosa. Sabe de cierto que las ITS son la "puerta de entrada al VIH", pues muchas de ellas aumentan de dos a nueve veces el riesgo de contraer el virus que cause el sida.

Es importantísimo tratarlas de inmediato, ya que muchas producen secuelas en el futuro vida.

Por ejemplo, el Virus del Papiloma Humano (VPH) es el principal causante del cáncer cérvico uterino, el VIH produce el SIDA, con sus consecuencias fatales si no se trata a tiempo, mientras que otros pueden provocar la esterilidad.

Afectar a los recién nacidos de la mujer embarazada que tiene una ITS, causante de parto prematuro o embarazos fuera del útero (ectopicos), entre otras consecuencias.

Causantes

- **VIRUS**
Herpes Genital, VIH, Papiloma Humano y Hepatitis B
- **BACTERIAS**
Sífilis, Gonorrea, Clamidia, Chancro Blando y Tricomoniasis
- **HONGOS**
Candidiasis
- **PARÁSITOS**
Pediculosis (ladillas)

A continuación las ITS más comunes en Guatemala.

Herpes Genital

Producido por el virus Herpes Simplex tipo 2.

- El herpes genital es un virus que se transmite sexualmente.
- El herpes genital es común tanto en hombres como en mujeres.
- La mayoría de las personas que tienen herpes genital no lo saben, debido a que a menudo no muestran síntomas.
- Usted puede contagiar el herpes genital a otras personas sin saberlo.
- El herpes genital, por lo general, no causa graves problemas de salud.

¿Cómo se contrae el herpes?

- Puede contraer herpes genital al tener relaciones sexuales con alguien que tenga la enfermedad. "Tener relaciones sexuales" quiere decir sexo anal, oral o vaginal.
- También puede contraer herpes genital si sus genitales tocan la piel infectada o las secreciones (como la saliva durante el sexo oral) de alguien que está infectado.

¿Cuáles son los síntomas?

- Si usted tiene síntomas, puede notar:
 - Ampollas o lagas dolorosas en los genitales o en el ano, o alrededor de estas áreas. Estas ampollas sanan en dos a cuatro semanas.
 - Ampollas que aparecen varias veces al año. Cuando salen las ampollas se dice que hay un brote.
- Existen dos tipos de virus de herpes genital: HSV1 y HSV2. Ambos tipos pueden causar lagas o ampollas en el área de los genitales. El HSV1 también puede causar ampollas en la boca o en los labios, y se les llama ampollas febriles.

¿Cómo puedo reducir el riesgo?

- La manera más segura de evitar el herpes genital, es la abstinencia sexual, o tener relaciones sexuales con alguien que no esté infectado, pero sobre todo ser fiel a la pareja.
- Los condones pueden reducir el riesgo de contraer herpes genital si se usan adecuadamente cada vez que tenga relaciones sexuales, pero el coágulo sólo protege el área del cuerpo que cubre; o sea que los áreas que el coágulo no cubre se pueden infectar.
- Lávese los genitales, oñar o darse duchas vaginales, después de tener relaciones sexuales, no evitará ninguna enfermedad transmitida sexualmente.

¿Existe un tratamiento?

- No existe una cura para el herpes genital, pero sí hay tratamientos para los síntomas.
- Algunos medicamentos pueden evitar los ampollas o hacer que sanen más rápido.
- Si tiene virus herpes en un año, un tratamiento temprano puede disminuir el riesgo de contagiar el virus a su pareja sexual.

Herpes Genital

Virus del Papiloma Humano (VPH)

- El virus del papiloma humano genital (VPH) es el virus de transmisión sexual más frecuente, por lo menos el 50% de las personas activas sexualmente adquirirán el VPH genital en algún momento de su vida.
- La mayoría de las personas con el virus del papiloma humano genital no saben que lo tienen. Por lo general, no presenta síntomas y desaparece por sí solo, sin causar serios problemas de salud.

¿Qué efectos causa el VPH?

Las infecciones por el VPH pueden ser de bajo o alto riesgo. Las infecciones de bajo riesgo pueden causar verrugas genitales, estas no provocan dolor y no constituyen un problema grave.

Las infecciones de alto riesgo pueden en ocasiones avanzar a cáncer de cuello uterino (la abertura del útero); también pueden causar otros cánceres como el cáncer de ano.

Las mujeres con el VPH pueden tener verrugas en la vagina, la vulva o el cuello uterino.

¿Cómo se contagia el VPH?

- El VPH se transmite por el contacto genital (como a través de las relaciones sexuales vaginales, orales o anales).
- Tanto los hombres como las mujeres pueden adquirirlo y pasárselo a otros sin darse cuenta.

¿Cómo puedo reducir el riesgo?

- La manera más segura de prevenir el VPH, es tener abstinencia sexual.
- Mientras menos parejas sexuales tenga, menos probabilidad tendrá de adquirir el VPH, debe ser fiel a su pareja.
- Los condones pueden disminuir su probabilidad de contraer el VPH, verrugas genitales o cáncer de cuello uterino.
- Lávese los genitales, oñar o hacerse una ducha vaginal después de tener relaciones sexuales no previene ninguna enfermedad de transmisión sexual.

¿Existe un tratamiento?

- No hay cura para el VPH, pero hay tratamientos para los problemas de salud que pueden causar algunos tipos del VPH, como las verrugas genitales y el cáncer de cuello uterino.
- Las mujeres y los hombres se pueden vacunar para protegerse contra los tipos del VPH que causan problemas de salud con más frecuencia.

Virus del Papiloma Humano (VPH)



Sífilis

- Sífilis es una enfermedad de transmisión sexual (ETS).
- Cualquier persona puede contraer sífilis.
- Muchas personas que tienen sífilis no lo saben. Usted puede tener la enfermedad aunque no note síntomas.
- El primer síntoma es una llaga roja, redonda, que no causa dolor y puede aparecer en cualquier lugar del cuerpo donde hubo contacto sexual.
- Usted puede transmitir sífilis a otras personas sin saberlo.
- Lavarse los genitales, orinar o hacerse una ducha vaginal después de tener relaciones sexuales no previene la sífilis.
- La sífilis es una enfermedad fácil de tratar y curar.

¿Cómo se contagia la Sífilis?

- La sífilis se puede contraer al tener relaciones sexuales con una persona infectada. "Tener relaciones sexuales" quiere decir tener contacto sexual oral, anal o vaginal.
- Usted puede contraer sífilis cuando:
 - se toca, penetra u otra parte de su cuerpo toca la boca o chancro sífilítico de una persona que tiene la enfermedad.

¿Cuáles son los síntomas?

- Se puede producir una serie de síntomas parecidos a los de la gripa como:
 - cansancio.
 - pérdida de apetito y peso.
 - fiebre.
 - se puede presentar un tipo amarillento de la piel (ictericia).
 - haca de color claro.
 - orina muy oscura.
- También hay dolor en el hígado, que se ve de la misma consecuencia de la infección.

¿CÓMO PUEDE REDUCIR EL RIESGO?

- La manera más segura de evitar la sífilis, es la abstinencia sexual, o tener relaciones sexuales con alguien que no está infectado, pero sobre todo ser fiel a su pareja.
- Los condones pueden reducir el riesgo de contraer herpes genital si se usan adecuadamente cada vez que tenga relaciones sexuales, pero el condón sólo protege el área del cuerpo que cubre, o sea que los áreas que al condón no cubre se pueden infectar.
- El consumo de drogas o alcohol puede aumentar su riesgo de contraer sífilis.

¿Existe un tratamiento?

- Si una persona ha tenido sífilis durante menos de un año, la enfermedad se curará con una inyección de penicilina, que es un antibiótico. Si una persona ha tenido sífilis por más de un año, necesitará recibir más dosis.
- Si no es tratada, la sífilis permanecerá en su cuerpo.



Sífilis



Gonorrea

- La gonorrea es una enfermedad transmitida sexualmente (ETS).
- Cualquier persona que sea sexualmente activa puede contraer gonorrea. Es más común entre adolescentes y adultos jóvenes.
- Muchas personas que tienen gonorrea no lo saben, especialmente las mujeres, debido a que la enfermedad a menudo no presenta síntomas.
- Usted puede contagiarla a otras personas sin que lo sepa.

¿Cuáles son los síntomas?

- SI USTED ES MUJER
 - Puede contraer gonorrea en el ano, ojo, boca, garganta, tracto urinario o útero. Si tiene gonorrea en el útero o en el tracto urinario, puede notar:
 - Sangrado vaginal entre períodos menstruales.
 - Dolor al orinar.
 - Aumento en el flujo vaginal.
- SI USTED ES HOMBRE
 - Puede contraer gonorrea en el ano, ojo, boca, pene o garganta. Si tiene gonorrea en el pene, puede notar estos síntomas:
 - Dolor al orinar.
 - Secreción del pene.
 - Dolor e inflamación en los testículos.

¿Cómo se contagia la gonorrea?

- Se transmite al tener relaciones sexuales con alguien que esté infectado.
- "Tener relaciones sexuales" quiere decir contacto anal, oral o vaginal.
- Si usted está embarazada y tiene gonorrea, puede contagiar a su bebé.

¿CÓMO PUEDE REDUCIR EL RIESGO?

- La manera más segura de prevenir la gonorrea, es la abstinencia sexual; con alguien que no esté infectado y que sólo tenga relaciones sexuales con su pareja.
- Siempre que se tenga relaciones sexuales con penetración anal, vaginal u oral, se debe utilizar el preservativo como método anticonceptivo, de manera adecuada.
- Compartir material inyectable conlleva un riesgo muy alto de contagio.
- Si una mujer VIH+ decide quedar embarazada tendrá que tener en cuenta que será un embarazo de riesgo.

¿Existe un tratamiento?

- La gonorrea se puede tratar y curar con antibióticos.
- Termine todos los medicamentos para asegurarse de que se cure.
- No comparta sus medicamentos con nadie. Necesita la dosis completa.



Gonorrea



Clamidiiasis

- Cualquier persona puede contraer clamidia. Es muy común entre adolescentes y jóvenes.
- Las mujeres jóvenes, activas sexualmente, deben hacerse un examen cada año.
- La mayoría de las personas que tienen clamidia no lo saben. Generalmente esta enfermedad no presenta síntomas.
- Usted puede contagiar la clamidia sin saberlo.
- La clamidia se trata y se cura fácilmente.

¿Cuáles son los síntomas?

- SI USTED ES MUJER
 - Usted puede contraer clamidia en el cuello uterino (la abertura del útero o matriz), el recto o la garganta.
 - Flujo vaginal anormal.
 - Ardor al orinar.
 - Dolor o sangrado durante las relaciones sexuales.
- Si la infección se propaga, puede causar fiebre, náuseas, dolor abdominal bajo o dolor durante las relaciones sexuales.
- SI USTED ES HOMBRE
 - Usted puede contraer clamidia en la uretra (dentro del pene), el recto o la garganta. Éstos pueden ser:
 - Secreción del pene.
 - Ardor al orinar.
 - Ardor o picazón en el orificio del pene.

¿Cómo se contagia la Clamidia?

- La Clamidia se transmite por el contacto genital (como a través de las relaciones sexuales vaginales, orales o anales).
- Tanto los hombres como las mujeres pueden adquirirlo y pasárselo a otros sin darse cuenta.

¿CÓMO PUEDE REDUCIR EL RIESGO?

- La manera más segura de prevenir la Clamidiiasis, es la abstinencia sexual; con alguien que no esté infectado y que sólo tenga relaciones sexuales con su pareja.
- Los condones pueden reducir el riesgo de contraer clamidia si se usan adecuadamente cada vez que tenga relaciones sexuales.
- Lavarse los genitales, orinar o darse duchas vaginales después de tener relaciones sexuales no evitará ninguna enfermedad transmitida sexualmente.

¿Existe un tratamiento?

- La clamidia puede ser tratada y curada con antibióticos.
- Termine todo su medicamento para asegurarse de que se haya curado.
- No comparta con nadie su medicamento, porque usted necesita terminar toda la dosis.
- Si todavía tiene síntomas después del tratamiento, consulte de nuevo a su médico.
- Vuelva a hacerse una prueba alrededor de tres meses después de finalizado el tratamiento.



Clamidiiasis



Chancro blando

- Es una enfermedad ulcerosa genital causada por la bacteria *Haemophilus ducreyi*.
- Esta se manifiesta de tres a diez días después de tener una relación sexual desprotegido con una persona que padece del chancro blando.
- Se presenta en forma ampolla diminuta en pene, ano o vagina, que luego se con vierte en una úlcera profunda.
- Esta ITS también es causante de la inflamación de los ganglios inguinales.

¿Cómo se contagia el Chancro?

- Por contacto sexual, ya sea vaginal, anal u oral con una persona infectada sin uso de condón, o durante el parto.

¿Cuáles son los síntomas?

- Aparecen entre los 4 y los 7 días posteriores de haber contraído la infección.
- La primera evidencia del chancro suele ser la aparición de una o más úlceras en los órganos genitales, que producen dolor y pus.
- Inflamación de los ganglios.
- Estos síntomas son más difíciles de detectar en la mujer, ya que pueden ocultarse dentro de los labios menores.

¿CÓMO PUEDE REDUCIR EL RIESGO?

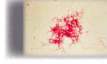
- La manera más segura de prevenir el Chancro blando, es la abstinencia sexual con alguien que no esté infectado y que sólo tenga relaciones sexuales con su pareja.
- Los condones pueden reducir el riesgo de contraer clamidia si se usan adecuadamente cada vez que tenga relaciones sexuales, pero el condón sólo protege el área del cuerpo que cubre, o sea que las áreas que el condón no cubre se pueden infectar.
- Lávese los genitales, orinar o darse duchas vaginales después de tener relaciones sexuales no evitará ninguna enfermedad transmitida sexualmente.

¿Existe un tratamiento?

- Si las ampollas no se tratan a tiempo, aumentan su tamaño y profundidad.
- Esta infección debe tratarse a base de antibióticos. Entre los más efectivos y utilizados se encuentran la azitromicina, la ciprofloxacina.
- Donde se produzcan grandes inflamaciones de los ganglios infectados, será necesario proceder al drenaje, ya sea con aguja o con cirugía local.



Chancro blando



Tricomoniasis

- Es causada por el parásito trichomona vaginalis, cuya incubación es de días a semanas.
- Provocar algún dolor al momento de tener relaciones sexuales, debido a la irritación de las paredes vaginales.
- La tricomoniasis es considerada la enfermedad de transmisión sexual curable más común.
- Es más frecuente en las mujeres que en los hombres y las mayores son más propensas que las jóvenes a tener la infección.

¿Cómo se contagia la Tricomoniasis?

- En las mujeres, el área del cuerpo infectada con más frecuencia es la parte baja del aparato genital (la vulva, la vagina o la uretra) y en los hombres es la parte interna del pene (uretra).
- Las personas infectadas que no tengan síntomas de todos modos pueden transmitirles la infección a otras.

¿Cuáles son los síntomas?

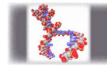
- Algunas personas presentan los síntomas durante los 5 a 28 días después de haberse infectado, pero otras los presentan mucho más tarde. Los síntomas pueden aparecer y desaparecer.
- Los hombres pueden sentir picazón o irritación dentro del pene, andar después de orinar o eyacular, o pueden tener alguna secreción del pene.
- Las mujeres pueden notar picazón, ardor, enrojecimiento o dolor en los genitales, molestia al orinar, o una secreción clara con un olor inusual que puede ser transparente, blanca, amarillenta o verrosa.

¿CÓMO PUEDE REDUCIR EL RIESGO?

- La manera más segura de prevenir la Tricomoniasis, es la abstinencia sexual con alguien que no esté infectado y que sólo tenga relaciones sexuales con su pareja.
- Los condones pueden reducir el riesgo de contraer tricomoniasis si se usan adecuadamente cada vez que tenga relaciones sexuales, pero el condón sólo protege el área del cuerpo que cubre, o sea que las áreas que el condón no cubre se pueden infectar.
- Lávese los genitales, orinar o darse duchas vaginales después de tener relaciones sexuales no evitará ninguna enfermedad transmitida sexualmente.

¿Existe un tratamiento?

- La clamidia puede ser tratada y curada con antibióticos.
- Termine todo su medicamento para asegurarse de que se haya curado.
- No comparta con nadie su medicamento, porque usted necesita terminar toda la dosis.
- Si todavía tiene síntomas después del tratamiento, consulte de nuevo a su médico.
- Vuelva a hacerse una prueba alrededor de tres meses después de finalizado el tratamiento.



Tricomoniasis



Maternidad Periferica Zona 13
Área de Salud Guatemala Central





Fundamentación de la Propuesta Gráfica según observaciones

Ya terminadas las piezas finales, surgió la necesidad de hacer cambios en cuanto a color, tipografía, ilustraciones, fotografías, etc.; esto con el fin de mejorar la calidad de los rotafolios, y con ello poder llegar a obtener una propuesta final, para un mejor uso del mismo, dentro de la institución.

Se trabajó en la estructura de una buena maquetación en los rotafolios, se trabajaron a full color, en un tamaño 11*17 posición horizontal, dependiendo del rotafolio así se utilizaron de dos hasta cuatro columnas, esto para una mejor disposición de los elementos y no caiga en una simple maquetación plana; las tipografías utilizadas en los tres rotafolios fueron: Ragamuffin, Vitamin Outlined, Joshs font y verdana; todas estas son tipografías sans serif o palo seco, que por sus trazos uniformes tanto gruesos como delgados representan la forma natural de la letra, pero con movimiento y estas son las indicadas para el grupo objetivo que son adolescentes; resultan muy legibles en tamaños pequeños y limpias en tamaños grandes y esta última resulta apropiada para ser vista a una cierta distancia.

Los colores que se utilizaron fueron los mismos de los rotafolios anteriores solo que se le dió un nuevo enfoque y se usaron en rotafolios diferentes; en el Rotafolio de Métodos se utilizó el color rojo en sus diferentes tonalidades de degradados en portada y páginas interiores, porque este color significa peligro o llamadas de precaución, también simboliza la pasión, el deseo y el amor; con esto se les está informando de que manera pueden evitar embarazos a temprana edad y alguna enfermedad de transmisión sexual. Dentro de sus páginas interiores se utilizó un elemento vectorizado siempre en color rojo, pero también se utilizaron colores que se asocian con los sexos para identificar cada uno de los métodos a enseñar.

En el rotafolio de las Enfermedades de Transmisión Sexual se utilizó el azul claro en sus diferentes tonalidades de degradado en portada y contraportada, porque este se asocia con el tema de salud y significa responsabilidad; en páginas interiores se trabajó con los colores azul aqua y café marrón porque el color aqua se asocia con la protección y el marrón significa madurez, conciencia y responsabilidad; estos dos colores

crean un impacto visual junto con las fotografías utilizadas, para hacerles conciencia como el color lo dice de que si no se protegen y son responsables serán infectados con estas enfermedades y en el caso de los que ya tienen la enfermedad igualmente ser responsable y cuidadoso de no contagiar a otras personas.

En el rotafolio de Adolescencia se utilizó el color verde en sus diferentes tonalidades de degrade en portada y contraportada, porque este color simboliza la vida, la salud y la fertilidad; en las páginas interiores se trabajo una diversidad de colores y elementos que van asociados a los adolescentes, esto para que ellos se sientan identificados e interesados en el aprendizaje de los temas.

Las ilustraciones que se utilizaron en el rotafolio de método siguieron siendo las mismas solo que se volvieron a vectorizar para una mejor calidad en cuanto al contorno de líneas; todas son a full color, esto para llamar más su atención y quieran saber más sobre los mismos, esto con la finalidad de motivarlos a que lleven una buena vida sexual; en el rotafolio de enfermedades de transmisión sexual se trabajó con fotografías reales, se cambiaron algunas de las

que ya estaban y fueron brindadas por la institución, por lo delicado y fuerte de las fotografías no se podían tomar, esto para causar un mayor impacto en los adolescentes y hacer conciencia que deben cuidar su vida, para luego no arrepentirse de las consecuencias.

Por último en el rotafolio de adolescencia se trabajó con una mezcla de ambas (ilustraciones y fotografías), las fotografías se utilizaron para representar los temas de adolescencia y sus etapas; las fotografías fueron tomadas y las ilustraciones fueron vectorizadas nuevamente para mejorar la calidad del contorno de las líneas. Se utilizaron ilustraciones en cuanto a la representación de lo que son las etapas de la adolescencia y pubertad, por lo delicado de las imágenes en donde los cuerpos muestran los cambios que se van dando dentro de la adolescencia.

Los personajes creados para el rotafolio de métodos de planificación, solo se modificarón en algunos aspectos sin cambiar su significado.



El personaje del condon que representaba el rotafolio de metodos se modificó y se utilizó ahora dentro del rotafolio de las enfermedades, colocandolo en cada una de las páginas interiores que en su contenido llevan las fotografías y con un elemento y mensaje, esto para recordarles que deben ser responsables y protegerse.

El contenido de los rotafolios tiene la información necesaria y básica para que los adolescentes la puedan entender y captar de una manera sencilla.

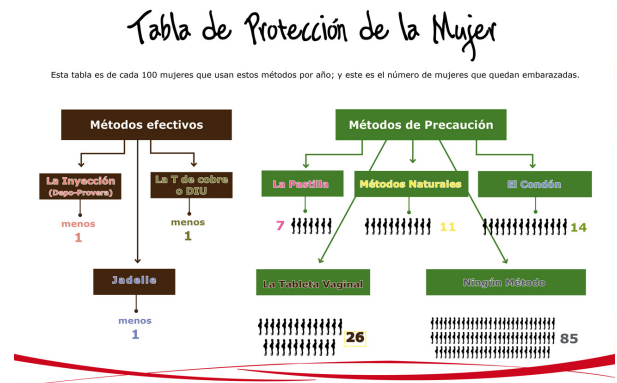


PROPUESTA FINAL

de la pieza gráfica y ajustes según las observaciones requeridas

Rotafolio de Métodos de Planificación

A continuación se presentan cada una de las páginas que conforman el rotafolio de Métodos de Planificación, está ya es la propuesta final según los cambios sugeridos por los licenciados; este rotafolio consta de 20 pág. los cuales incluyen 7 métodos de planificación con su respectiva descripción y forma de uso, todo esto para un mejor conocimiento de los mismos; cada uno se identifica también con ilustraciones para que su aprendizaje no se olvide tan fácilmente.



LOS MÉTODOS DE PLANIFICACIÓN SON DE GRAN IMPORTANCIA PARA TODO EL MUNDO, YA QUE ES LA ÚNICA MANERA DE PREVENIR UN EMBARAZO NO DESEADO Y ENFERMEDADES DE TRANSMISIÓN SEXUAL.

Por qué se debe Planificar?

En la actualidad se considera una necesidad, si tomamos en cuenta los siguientes aspectos:

- Las altas tasas de morbinortalidad materna e infantil.
- La sobre población en Guatemala.
- Los niveles de pobreza extrema.
- La creciente irresponsabilidad de algunos padres y madres.
- La carencia de vivienda y servicios básicos.
- El aumento de problemas sociales, como niños y niñas de la calle, y en la calle prostitución, drogadicción y delincuencia.
- El nivel educativo de la población específicamente en la niñez y juventud.

Es necesario que la población guatemalteca se informe, conozca y analice las alternativas que existen para planificar; por ello es importante que un hombre y una mujer utilicen métodos anticonceptivos efectivos, porque protegen su salud personal y la de la sociedad a la que pertenecen.

El derecho a la vida, es un derecho humano universal del que toda persona debe gozar y disfrutar. Esto permite reflexionar sobre la importancia de que tanto la mujer, como el hombre deben aprender a valorar su vida y la de los demás.



Ciclo Menstrual

Protección anticonceptiva de un **30 al 90%**

Es el tiempo que hay entre el primer día de sangrado de una menstruación y hasta un día antes de la siguiente menstruación.

Se le llama ciclo, porque se repite cada mes. Durante el ciclo menstrual, la mujer tiene días fértiles (color verde) y días infértiles (color café).

Cuando la pareja no quiere un embarazo, no debe tener relaciones sexuales en los 11 días fértiles del ciclo menstrual de la mujer (color verde) o debe usar un método de barrera (condón o tableta vaginal).

No todas las mujeres son iguales, algunas tienen ciclos menstruales largos y otras ciclos cortos.

Los ciclos largos, son cuando baja la menstruación después de 35 días. Los ciclos cortos, son cuando baja la menstruación antes de 21 días.

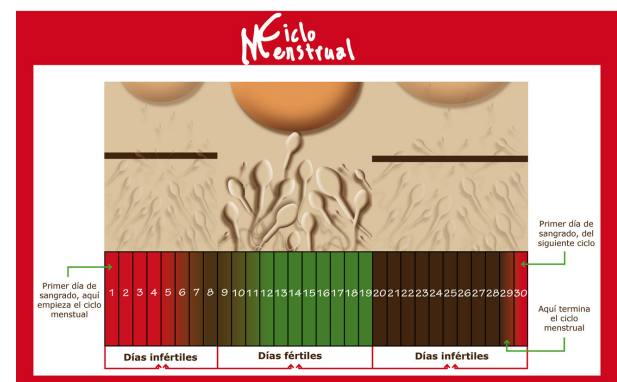
Para calcular el período fértil se restan 18 días del ciclo más corto y restando 11 días del ciclo más largo; esto con una previa observación y registro de 6 ciclos atrás.

Beneficios

- No existen efectos colaterales atribuidos a este método.
- Fomenta la participación del hombre en la salud reproductiva.
- No tiene un costo económico.
- Sirve tanto para evitar el embarazo (no relaciones en los días fértiles), como para lograr un embarazo (relaciones en los días fértiles).

Limitaciones

- La capacidad dura 6 ciclos menstruales (meses).
- Requiere la abstinencia durante 8 a 16 días de todo menstrual.
- No protege contra el ITS VIH/SIDA.





El Jadelle

Protección anticonceptiva de un 99%



Beneficios

- Eficacia elevada.
- Duración prolongada.
- No requiere acción alguna antes de su uso.
- No interfiere con las relaciones sexuales.
- Puede ser utilizado por parejas no monógamas.
- Puede disminuir el dolor y los dolores menstruales.
- Disminución de los patrones de sangrado menstrual.
- Protege contra enfermedades pélvicas inflamatorias.

Limitaciones

- No protege contra ITS, incluyendo el VIH.
- En la mayoría de las mujeres causa síndrome premenstrual irregular, inconstante y ausencia de menstruación durante.
- Puede haber aumento o disminución de peso.
- Reserva personal, capacitada para su inserción y remoción.

Es un método anticonceptivo hormonal temporal y reversible que brinda protección de tres a cinco años.

Está compuesto por dos tubitos delgados y flexibles de silicón, del tamaño de un palillo de fósforo que se insertan debajo de la piel en la parte superior de la cara interna del brazo de la mujer; contienen una hormona llamada Levonorgestrel.

Tiene 4.3 cm de largo y 2.5 mm de diámetro. Los implantes se colocan debajo de la piel, en la cara interna del brazo que menos se use.


Impiden la ovulación y condensan el moco cervical para que no pasen los espermatozoides. También produce alteración en el endometrio.

Jadelle

1. Preparing the skin on the upper inner arm.
2. Inserting the implant into the skin.
3. Pushing the implant into the skin.
4. The final position of the implant under the skin.

T de Cobre

Protección anticonceptiva de un 99.95%



Beneficios

- Eficacia inmediata.
- Método a largo plazo (diez años) no hormonales.
- No interfiere con las relaciones sexuales.
- Retorno inmediato de la fertilidad al retirarlo.
- Económico.
- No tiene efectos hormonales secundarios.
- Puede ser usado durante la lactancia.

Limitaciones

- No protege contra ITS, incluyendo el VIH.
- Al ser colocado cambia el sangrado menstrual, durante los primeros seis meses de uso.
- No es recomendable en mujeres de 19 años.
- El riesgo de embarazo en el largo plazo.
- Una vez colocada no se puede retirar su uso, puesto que es un método de decisión irreversible. Se debe esperar hasta que pase el efecto.

Es un pequeño dispositivo de plástico flexible y cobre, que se coloca dentro de la cavidad uterina con fines anticonceptivos; es temporal y reversible.

Reduce la posibilidad de que el espermatozoide fertilice al óvulo:

- Afectando la capacidad de los espermatozoides de atravesar la cavidad uterina.
- Alterando la consistencia del moco cervical, espesándolo y disminuyendo de esta forma la movilidad de los espermatozoides.
- Aumentando la fagocitosis (proceso mediante el cual células especializadas se comen y destruyen sustancias extrañas) en la cavidad endometrial.

T de Cobre

Diseño y Diagramación:
Wendy Lucrecia González Gálvez

Ilustraciones:
Wendy Lucrecia González Gálvez
Alvín Fernando Gúzman

Asesoría de contenido:
Dr. David Cardona

Contenido y Supervisión:
Licda. Miryam Paiz

Asesores Gráfico y Metodológico:
Licda. Isabel Meléndez
Lic. Marco Antonio Morales

Maternidad Periférica Zona 13
Área de Salud Guatemala Central



Rotafolio Enfermedades de Transmisión Sexual

A continuación se presentan cada una de las páginas que conforman el rotafolio de Enfermedades de Transmisión Sexual, está es la propuesta final según los cambios sugeridos por los licenciados; este rotafolio consta de 20 páginas de las cuales se describen 8 enfermedades con sus síntomas, precauciones y prevenciones, todo esto para tener un mejor conocimiento de la cantidad de enfermedades que existen, se utilizaron fotografías para generar en los adolescentes un impacto visual y se tomen las precauciones debidas sobre las mismas.



ITS Infección de Transmisión Sexual

¿Qué son las ITS?

Las ITS son padecimientos que afectan principalmente los genitales, ano o boca, de una persona cuando un microorganismo invade el cuerpo, a través de una relación sexual sin condón y le provoca una reacción infecciosa.

Suele decirse que las ITS son la "puerta de entrada al VIH", pues muchas de ellas aumentan de dos a nueve veces el riesgo de contraer el virus que causa el sida.

Es importantísimo tratarlas de inmediato, ya que muchas impactan seriamente en nuestra vida.

Por ejemplo, el Virus del Papiloma Humano (VPH) es el principal causante del cáncer cérvico uterino; el VIH produce el sida, con sus consecuencias fatales si no se trata a tiempo; mientras que otras pueden provocar infertilidad.

Afectar a los recién nacidos de la mujer embarazada que tiene una ITS, causarle partos prematuros o embarazos fuera del útero (ectópicos), entre otras consecuencias.

Sabías que hay más de 50 ITS

Causantes

- **VIRUS**
Herpes Genital, VIH, Papiloma Humano y Hepatitis B
- **BACTERIAS**
Sífilis, Gonorrea, Clamidia, Chancro Blando y Tricomoniasis
- **HONGOS**
Candidiasis
- **PARÁSITOS**
Pediculosis (tadillas)

Herpes Genital

Producido por el virus Herpes Simple tipo 1 (VHS-1) y tipo 2 (VHS-2).

- El herpes genital es un virus que se transmite sexualmente.
- El herpes genital es común tanto en hombres como en mujeres.
- La mayoría de las personas que tienen herpes genital no lo saben, debido a que a menudo no muestran síntomas.
- Usted puede contagiar el herpes genital a otras personas sin saberlo.
- El herpes genital, por lo general, no causa graves problemas de salud.

¿Cómo se contagia el herpes?

- Puede contraer herpes genital al tener relaciones sexuales con alguien que tenga la enfermedad. "Tener relaciones sexuales" quiere decir sexo anal, oral o vaginal.
- También puede contraer herpes genital si sus genitales tocan la piel infectada o las secreciones (como la saliva durante el sexo oral) de alguien que esté infectado.

¿Cuáles son los síntomas?

Si usted tiene síntomas, puede notar:

- Ampollas o lagas dolorosas en los genitales o en el ano, o alrededor de estas áreas. Estas ampollas sanan en dos a cuatro semanas.
- Ampollas que aparecen varias veces al año. Cuando salen las ampollas se dice que hay un brote. Ambos virus pueden causar lagas o ampollas en el área de los genitales.
- El VHS2 también puede causar ampollas en la boca o en los labios, y se les llama ampollas febriles.

¿Cómo puedo reducir el riesgo?

- La manera más segura de evitar el herpes genital, es la abstinencia sexual; o tener relaciones sexuales con alguien que no esté infectado, pero ¡sobre todo ser fiel a tu pareja.
- Los condones pueden reducir el riesgo de contraer herpes genital si se usan correctamente cada vez que tenga relaciones sexuales, pero el condón solo protege el área del cuerpo que cubre, o sea que las áreas que el condón no cubre se pueden infectar.
- Lávese los genitales, orinar o darte duchas vaginales, después de tener relaciones sexuales, no evitará ninguna enfermedad transmitida sexualmente.

¿Existe un tratamiento?

• No existe una cura para el herpes genital, pero sí hay tratamientos para los síntomas. Algunos medicamentos pueden evitar las ampollas o hacer que sanen más rápido. Si tiene virus herpes en un año, su tasa medio tamaño terapia inhibitoria diaria puede disminuir el riesgo de contraer el virus a su pareja sexual.

Herpes Genital

¡PIENSA!

PROTEGETE PROTEGETE PROTEGETE

VPH Virus del Papiloma Humano

• El virus del papiloma humano genital (VPH) es el virus de transmisión sexual más frecuente, por lo menos el 50% de las personas activas sexualmente adquirirán el VPH genital en algún momento de su vida.

• La mayoría de las personas con el virus del papiloma humano genital no saben que lo tienen. Por lo general, no presenta síntomas y desaparece por sí solo, sin causar serios problemas de salud.

¿Qué efectos causa el VPH?

Las infecciones por el VPH pueden ser de bajo o alto riesgo. Las infecciones de bajo riesgo pueden causar verrugas genitales, estas no provocan dolor y no constituyen un problema grave. Las infecciones de alto riesgo pueden ocasionar avanzar a cáncer de cuello uterino, también pueden causar otros cánceres como el cáncer de ano.

Las mujeres con el VPH pueden tener verrugas en la vagina, la vulva o el cuello uterino. Los hombres con el VPH pueden tener verrugas en el pene, el escroto o la ingle.

¿Cómo se contagia el VPH?

- El VPH se transmite por el contacto genital (como a través de las relaciones sexuales vaginales, orales o anales).
- Tanto los hombres como las mujeres pueden adquirirlo y pasárselo a otros sin darse cuenta.

¿Cómo puedo reducir el riesgo?

- La manera más segura de prevenir el VPH, es tener abstinencia sexual.
- Mientras menos parejas sexuales tenga, menor probabilidad tendrá de adquirir el VPH, ¡pero ser fiel a su pareja.
- Los condones pueden disminuir su probabilidad de contraer el VPH, verrugas genitales o cáncer de cuello uterino.
- Lávese los genitales, orinar o haced una ducha vaginal después de tener relaciones sexuales; no previene ninguna enfermedad de transmisión sexual.

¿Existe un tratamiento?

• No hay cura para el VPH, pero hay tratamientos para los problemas de salud que pueden causar algunos tipos de VPH, como los verrugas genitales, y el cáncer de cuello uterino.

• Las mujeres y los hombres se pueden vacunar para protegerse contra los tipos del VPH que causan problemas de salud con más frecuencia.

VPH Virus del Papiloma Humano

¡PIENSA!

PROTEGETE PROTEGETE PROTEGETE

Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH/SIDA)

¿Qué es el VIH?

Es el Virus de la Inmunodeficiencia Humana, el cual causa el SIDA. Debilita el sistema inmunológico o sistema de defensa natural del cuerpo, destruyéndolo lentamente. Ataca a las células CD4 (variedad de glóbulos blancos que actúan como coordinadores del sistema inmunológico provocando una respuesta de defensa inmunológica). La infección del VIH puede durar de 10 a 11 años.

¿Qué es el SIDA?

Es el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida, manifestación más avanzada de la infección por VIH, su etapa final. Complejo cuadro clínico que ataca el sistema inmunológico, debilitando las defensas naturales del organismo contra microbios (virus, bacterias e hongos), quedando la persona vulnerable a una gran cantidad de infecciones y enfermedades potencialmente mortales, que no la darían si tuviera un sistema inmunológico sano.

¿Cómo se contagia el VIH/SIDA?

- Está comprobado que el VIH-SIDA se transmite directamente de persona a persona mediante el intercambio de fluidos del cuerpo, y solo hay tres formas identificadas de transmisión como:
 - por sangre contaminada
 - por relaciones sexuales
 - por vía perinatal (cuando una madre infecta a su hijo durante el embarazo, parto o amamantamiento)

¿Cuáles son los síntomas?

- Los síntomas iniciales pueden ser:
 - Fiebre.
 - Fatiga extrema.
 - Dolor de cabeza
 - Tos seca.
 - Sudores nocturnos
 - Sarpullido.
 - Inflamación de los nódulos linfáticos, de las axilas, en la ingle y el cuello.

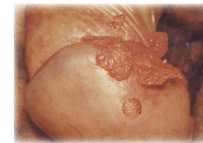
¿Cómo puede reducir el riesgo?

- La manera más segura de prevenir el VIH, es tener abstinencia sexual.
- Siempre que se tenga relaciones sexuales con penetración anal, vaginal u oral, se debe utilizar el preservativo como método anticonceptivo, de manera adecuada.
- Compartir material inyectable conlleva un riesgo muy alto de contagio.
- Si una mujer VIH+ decide que dar embarazada tendrá que tener en cuenta que será un embarazo de riesgo.

¿Existe un tratamiento?

- No hay cura conocida para el SIDA. Ningún tratamiento elimina por completo el virus del organismo. Sin embargo, si hay disponibles tratamientos de alta efectividad que retrasan el progreso de CD4 (Linfocitos cooperadores), otros y mejoran la calidad de vida de los pacientes.

Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH/SIDA)



PROTEGETE
PROTEGETE
PROTEGETE

Sífilis

- La Sífilis es una enfermedad de transmisión sexual (ETS), causada por una bacteria.
- Muchas personas que tienen sífilis no lo saben. Usted puede tener la enfermedad aunque no note síntomas.
- El primer síntoma es una llaga roja, redonda, que no causa dolor y puede aparecer en cualquier lugar del cuerpo donde hubo contacto sexual.
- Lavarse los genitales, orinar o hacerse una ducha vaginal después de tener relaciones sexuales no previene la sífilis.
- La sífilis es una enfermedad fácil de tratar y curar, pero causa complicaciones a largo plazo o la muerte si no se trata de manera adecuada.

¿Cómo se contagia la Sífilis?

- La sífilis se puede contraer al tener relaciones sexuales con una persona infectada. "Tener relaciones sexuales" quiere decir tener contacto sexual oral, anal o vaginal.
- Usted puede contraer sífilis cuando su boca, genitales u otra parte de su cuerpo tocan la llaga o chancro sífilítico de una persona que tiene la enfermedad.

¿Cuáles son los síntomas?

- Se puede producir una serie de síntomas parecidos a los de la gripe como:
 - Cansancio.
 - Pérdida de apetito y peso.
 - Fiebre.
 - Se puede presentar un tono amarillento de la piel.
 - Heces de color claro.
 - Orina muy oscura.
 - También hay dolor en el hígado, que se hincha como consecuencia de la infección.

¿Cómo puede reducir el riesgo?

- La manera más segura de evitar la sífilis, es la abstinencia sexual, o tener relaciones sexuales con alguien que no esté infectado, pero sobre todo ser fiel a tu pareja.
- Los condones pueden reducir el riesgo de contraer herpes genital si se usan adecuadamente cada vez que tenga relaciones sexuales, pero el condón solo protege el área del cuerpo que cubre, o sea que las áreas que el condón no cubre pueden infectar.
- El consumo de drogas o alcohol, puede disminuir su riesgo de contraer sífilis.

¿Existe un tratamiento?

- Si una persona ha tenido sífilis durante los últimos 12 meses, se recomienda el curso con una inyección de penicilina, que es su antibiótico. Si una persona ha tenido sífilis por más de un año, necesitará recibir más dosis.
- Si no se trata, la sífilis permanecerá en su cuerpo.



PROTEGETE
PROTEGETE
PROTEGETE

Gonorrea

- Es una enfermedad de transmisión sexual, causada por una bacteria.
- Puede crecer y multiplicarse fácilmente en áreas húmedas del aparato reproductivo.
- Cualquier persona que sea sexualmente activa puede contraer gonorrea. Es más común entre adolescentes y adultos jóvenes.
- Muchas personas que tienen gonorrea no lo saben, e especialmente las mujeres, debido a que la enfermedad a menudo no presenta síntomas.

¿Cómo se contagia la Gonorrea?

- Se transmite al tener relaciones sexuales con alguien que esté infectado.
- "Tener relaciones sexuales" quiere decir contacto anal, oral o vaginal.
- Si usted está embarazada y tiene gonorrea, puede contagiar a su bebé.

¿Cuáles son los síntomas?

- SI USTED ES MUJER
 - Puede contraer gonorrea en el ano, ojos, boca, pene o garganta. Si tiene gonorrea en el pene, puede notar estos síntomas:
 - Dolor o ardor al orinar.
 - Aumento en el flujo vaginal.
 - Sangrado vaginal entre períodos menstruales.
 - Dolor o ardor al orinar.
 - Aumento en el flujo vaginal.
- SI USTED ES HOMBRE
 - Puede contraer gonorrea en el ano, ojos, boca, pene o garganta. Si tiene gonorrea en el pene, puede notar estos síntomas:
 - Dolor o ardor al orinar.
 - Secreción del pene.
 - Dolor o inflamación en los testículos.

¿Cómo puede reducir el riesgo?

- La manera más segura de prevenir la gonorrea, es la abstinencia sexual, con alguien que no esté infectado y que solo tenga relaciones sexuales con su pareja.
- Siempre que se tenga relaciones sexuales con penetración anal, vaginal u oral, se debe utilizar el preservativo como método anticonceptivo, de manera adecuada.
- Compartir material inyectable conlleva un riesgo muy alto de contagio.
- Si una mujer VIH+ decide quedar embarazada tendrá que tener en cuenta que será un embarazo de riesgo.

¿Existe un tratamiento?

- La gonorrea se puede tratar y curar con antibióticos.
- Terminar todos los medicamentos para asegurarse de que se haya curado.
- No compartir sus medicamentos con nadie. Necesita la dosis completa.



PROTEGETE
PROTEGETE
PROTEGETE

Clamidia

- Esta enfermedad es causada por una bacteria. Puede causar daños graves y permanentes a los órganos genitales de la mujer.
- Es muy común entre adolescentes y jóvenes.
- Las mujeres jóvenes, activas sexualmente, deben hacerse un examen cada año.
- La mayoría de las personas que tienen clamidia no lo saben. Generalmente esta enfermedad no presenta síntomas.
- La clamidia se trata y se cura fácilmente.

¿Cómo se contagia la Clamidia?

- La Clamidia se transmite por el contacto genital (como a través de las relaciones sexuales vaginales, orales o anales).
- Tanto los hombres como las mujeres pueden adquirirlo y pasárselo a otros sin darse cuenta.

¿Cuáles son los síntomas?

- SI USTED ES MUJER
 - Usted puede contraer clamidia en el cuello uterino, el recto o la garganta.
 - Flujo vaginal anormal.
 - Ardor al orinar.
 - Dolor o sangrado durante las relaciones sexuales.
 - Si la infección en las mujeres puede causar fiebre, náuseas, dolor abdominal bajo o dolor durante las relaciones sexuales.
- SI USTED ES HOMBRE
 - Usted puede contraer clamidia en la uretra (del pene), el recto o la garganta. Estos pueden ser:
 - Ardor al orinar.
 - Ardor o picazón en el orificio del pene.

¿Cómo puede reducir el riesgo?

- La manera más segura de prevenir la Clamidia, es la abstinencia sexual, con alguien que no esté infectado y que solo tenga relaciones sexuales con su pareja.
- Los condones pueden reducir el riesgo de contraer Clamidia si se usan adecuadamente cada vez que tenga relaciones sexuales.
- Lavarse los genitales, orinar o darse una ducha vaginal después de tener relaciones sexuales no evita ninguna enfermedad transmitida sexualmente.

¿Existe un tratamiento?

- La clamidia puede ser tratada y curada con antibióticos.
- Terminar todo su medicamento para asegurarse de que se haya curado.
- No compartir con nadie su medicamento, porque usted necesita terminar toda la dosis.
- Si todavía tiene síntomas después del tratamiento, consulte de nuevo a su médico.
- Vuelva a hacerse una prueba alrededor de tres meses después de finalizado el tratamiento.



PROTEGETE
PROTEGETE
PROTEGETE



Chancro blando

- Es una enfermedad ulcerosa genital causada por la bacteria *Haemophilus ducreyi*.
- Esta se manifiesta de tres a diez días después de tener una relación sexual desprotegido con una persona que padece el chancro blando.
- Se presenta en forma de ampolla diminuta en pene, ano o vagina, que luego se convierte en una úlcera profunda.
- Esta infección de transmisión sexual también es causante de la inflamación de los ganglios inguinales.

¿Cómo se contagia el Chancro?

- Por contacto sexual, ya sea vaginal, anal u oral con una persona infectada sin uso de condón, o durante el parto.

¿Cuáles son los síntomas?

- La primera evidencia del chancro suele ser la aparición de una o más úlceras en los órganos genitales, que producen dolor y pus.
- En el hombre la lesión suele ubicarse en el surco entre el glande y el prepucio (surco balanoprepucial) o en el frenillo.
- En la mujer suele verse en los genitales externos.
- Estos síntomas son más difíciles de detectar en la mujer, ya que pueden ocultarse dentro de los labios menores.

¿Cómo puede reducir el riesgo?

- La manera más segura de prevenir el Chancro blando, es la abstinencia sexual; con alguien que no esté infectado y que sólo tenga relaciones sexuales con su pareja.
- Los condones pueden reducir el riesgo de contraer chancro si se usan adecuadamente cada vez que tenga relaciones sexuales, pero el condón sólo protege el área del cuerpo que cubre, o sea que las áreas que el condón no cubre se pueden infectar.
- Lavarse los genitales, orinar o darse duchas vaginales después de tener relaciones sexuales no evitará ninguna enfermedad transmitida sexualmente.

¿Existe un tratamiento?

- Si las ampollas no se tratan a tiempo, aumentan su tamaño y profundidad.
- Esta infección debe tratarse a base de antibióticos. Entre los más efectivos y utilizados, se encuentran la azitromicina, la ceftriaxona.
- Donde se produzcan grandes inflamaciones de los ganglios linfáticos, será necesario proceder al drenaje, ya sea con aguja o con cirugía local.

Chancro blando

PIENSA!

**PROTEGETE
PROTEGETE
PROTEGETE**

Tricomonaliasis

- Es causada por el parásito trichomona vaginalis, cuya incubación es de días a semanas.
- Provocar algún dolor al momento de tener relaciones sexuales, debido a la irritación de las paredes vaginales.
- La tricomonaliasis es considerada la enfermedad de transmisión sexual curable más común.
- Es más frecuente en las mujeres que en los hombres y las mayores son más propensas que las jóvenes a tener la infección.

¿Cómo se contagia el Chancro?

- En las mujeres, el área del cuerpo infectada con más frecuencia es la parte baja del aparato genital (la vulva, la vagina o la uretra) y en los hombres es la parte interna del pene (uretra).
- Las personas infectadas que no tengan síntomas de todos modos pueden transmitir la infección a otras.

¿Cuáles son los síntomas?

- Algunas personas presentan los síntomas durante los 5 a 28 días después de haberse infectado, pero otras los presentan mucho más tarde. Los síntomas pueden aparecer y desaparecer.
- Los hombres pueden sentir picazón o irritación dentro del pene, ardor después de orinar o eyacular, o pueden tener alguna secreción del pene.
- Las mujeres pueden notar picazón, ardor, enrojecimiento o dolor en los genitales, molestia al orinar, o una secreción clara con un olor inusual que puede ser transparente, blanca, amarillenta o verdosa.

¿Cómo puede reducir el riesgo?

- La manera más segura de prevenir la Tricomonaliasis, es la abstinencia sexual con alguien que no esté infectado y que sólo tenga relaciones sexuales con su pareja.
- Los condones pueden reducir el riesgo de contraer tricomonaliasis si se usan adecuadamente cada vez que tenga relaciones sexuales, pero el condón sólo protege el área del cuerpo que cubre, o sea que las áreas que el condón no cubre se pueden infectar.
- Lavarse los genitales, orinar o darse duchas vaginales después de tener relaciones sexuales no evitará ninguna enfermedad transmitida sexualmente.

¿Existe un tratamiento?

- La candida puede ser tratada y curada con antibióticos.
- Tómese todo su medicamento para asegurarse de que se haya curado.
- No comparta con nadie su medicamento.
- Si todavía tiene síntomas después del tratamiento, consulte de nuevo a su médico.
- Nuevamente, si hace una prueba analítica de tres meses después de finalizado el tratamiento.

Tricomonaliasis

PIENSA!

**PROTEGETE
PROTEGETE
PROTEGETE**

Diseño y Diagramación:
Wendy Lucrecia González Gálvez

Ilustración y Fotografías:
Wendy Lucrecia González Gálvez
Depto. de salud Reproductiva del Área de Salud Guatemala Central

Asesoría de contenido:
Dr. David Cardona

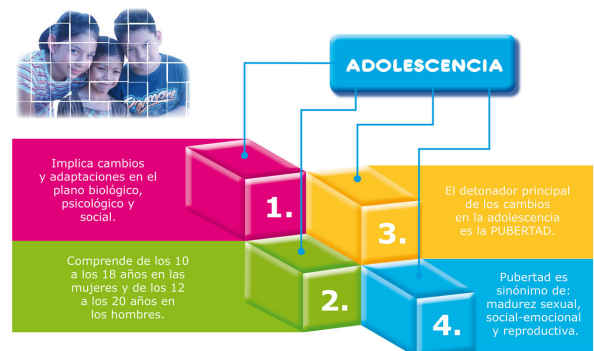
Asesores Gráfico y Metodológico:
Licda. Isabel Meléndez
Lic. Marco Antonio Morales

Maternidad Periférica Zona 13
Área de Salud Guatemala Central



Rotafolio de Adolescencia

A continuación se presentan cada una de las páginas que conforman el rotafolio de Adolescencia, está ya es la propuesta final según los cambios sugeridos por los licenciados, este rotafolio consta de 14 páginas, de las cuales se despliegan 3 temas sobre adolescencia: Adolescencia, Etapas de la adolescencia y pubertad; con su respectiva descripción, todo esto para un mejor conocimiento del tema; se utilizaron fotografías e ilustraciones, para una mejor identificación.



¿Qué es Adolescencia?

El término adolescencia tiene un origen latino y se deriva de la voz «adolescere» que significa crecer. La adolescencia es esencialmente una época de cambios.

Es la etapa que marca el proceso de transformación del niño en adulto, es un período de transición que tiene características peculiares. Se llama adolescencia, porque sus protagonistas son jóvenes que aún no son adultos pero que ya no son niños.

Es una etapa de descubrimiento de la propia identidad (identidad psicológica, identidad sexual...) así como de la de autonomía individual.

La adolescencia se caracteriza por el crecimiento físico y desarrollo psicológico, y es la fase del desarrollo humano situada entre la infancia y la edad adulta.

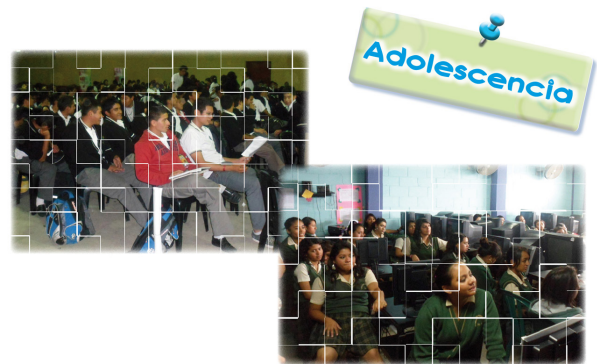
Esta transición es tanto física como psicológica, por lo que debe considerarse un fenómeno biológico, cultural y social. Se trata de una etapa de transición entre la niñez y la etapa adulta.

El final de la etapa de crecimiento y el comienzo de la capacidad de reproducción y junto a ello la inserción en el grupo de adultos en el mundo. Además es una época de grandes cambios físicos, psicológicos y sociales.

La tarea más importante de la adolescencia es aprender a ser tú mismo y crear tu propia identidad.

Durante los años de la pubertad y la adolescencia, tendrán que aprender a asumir decisiones propias, nuevos compromisos y, en definitiva, ganar experiencia con ella, más independencia.

A los 18 años se considera que se es adulto. Los años de adolescencia te permiten unos años de aprendizaje bajo la protección de la familia que te ayudará a afrontar ser mayor de edad con seguridad, confianza y solidez.



Etapa 1 de la Adolescencia

1 Adolescencia: desde los 10 hasta los 13 años

Cambios físicos	Lineaje de la pubertad con velocidad, distiende dependiendo de cada adolescente. Aumento de apetito en épocas de crecimiento. Necesitan dormir más. Desarrollo de los órganos sexuales, cambios en la voz, axilas etc. coronan.
Fase cognitiva	Desarrollo de nuevas capacidades para ver las cosas en términos relativos y abstractos y para pensar. Sentido de humor puede estar más centrado en la ironía y el sexo. Época de mayor conflicto con padres.
Desarrollo moral	Tendencia hacia el egocentrismo. Buscan la aprobación social de sus compañeros. Aunque entienden los conceptos relacionados con el orden social, a esta edad suelen cuestionar ciertos principios sociales, morales y éticos, a veces sobre todo los que tienen los padres.
Concepto de sí mismos	Depende de cómo aceptan los cambios que ocurren durante la pubertad. Tendencia a conformarse con estereotipos de hombre o mujer. Preocupación con problemas de peso, piel, altura y el aspecto físico en general.
Características psicológicas	Atención centrado en sí mismo. Preocupación por la opinión de otros. Necesitan más intimidad en el hogar. Sufren cambios muy fuertes de humor y pueden pasar de la tristeza absoluta a la alegría desbordada en cuestión de horas, sin saber muy bien por qué. Tendencia a dudar todo.
Relaciones con padres	Suele ser la etapa de mayor conflicto con los padres mientras buscan una identidad propia dentro de la familia más allá que la del niño o la niña de antes. Busca más compañía de sus compañeros. Rechaza a veces muestras de cariño, aunque las sigue necesitando. Deseo de tomar sus propias decisiones y rebelar contra las limitaciones de la disciplina de padres aunque la siguen necesitando.
Relaciones con compañeros	Los cambios de la pubertad y cómo reaccionan los compañeros pueden condicionar las amistades. Mayor tendencia a compartir confidencias y formar grupos de 2 a 6 amigos. Se despierta el deseo sexual y algunas emociones se a formar parejas.



Etapa 2 de la Adolescencia

2 Adolescencia: desde los 13 hasta los 19 años

Cambios físicos	Mayor homogeneidad entre sus compañeros porque la mayoría ya ha pasado por la pubertad y durante esta etapa llegan a su altura y peso de adulto.
Fase cognitiva	Mayor capacidad para pensar de forma abstracta e hipotética sobre el presente y el futuro. Al poder entender y compartir mejor los acontecimientos que les rodean y que ocurren más allá de su círculo social inmediato, pueden adoptar una nueva conciencia social.
Desarrollo moral	Menos egocentrismo y mayor énfasis sobre valores abstractos y principios morales. Como el desarrollo emocional y el desarrollo cognitivo no van al mismo paso, es posible que los mismos adolescentes que reivindican ciertos valores, los violen a la vez. En este sentido es una etapa algo contradictoria.
Concepto de sí mismos	Es la etapa en la que los adolescentes forman su propia identidad. Experimentan con distintos aspectos, papales, valores, amigos, aficiones... Niñas con problemas de peso pueden tener tendencia a la depresión.
Características psicológicas	Cierta vulnerabilidad ante posibles preocupaciones, depresiones y trastornos como la anorexia.
Relaciones con padres	Conforme se van avanzando por esta última etapa de la adolescencia, suele haber menos conflictos entre hijos y padres y mayor respeto porque los hijos ya pueden ver sus padres como individuos y comprender que sus opiniones se basan en ciertos valores y esto produce una mejoría en las relaciones familiares. Siguen discutiendo con algunos límites impuestos por los padres (sumos, alcohol, temas de sexo, hora de hacer la cama, asistencia...), aunque la existencia de estos límites les beneficiará mucho a largo plazo.
Relaciones con compañeros	Las amistades entre chicos y chicas empiezan a ser más frecuentes y la influencia de los amigos sigue siendo clave en el desarrollo personal de una identidad propia. Los amigos anti-sociales pueden aumentar un comportamiento antisocial en el adolescente.

Adolescencia de 14 a 19 años

¿Qué es Pubertad?

La pubertad es una etapa necesaria para el crecimiento de todo adolescente. Muchos cambios se producen en los cuerpos de los chicos que conllevan también repercusiones en su vida emocional y social. Por esa razón, nos corresponde entender dicho proceso y el impacto que tiene en nuestros hijos...

Cambios Físicos en niñas

Si eres adolescente, durante estos años cambiarás de tener cuerpo de niña a tener cuerpo de mujer. Como y cuándo tendrán lugar estos cambios físicos de la pubertad dependerá de cada niña. Es una época extraña y forma parte de los muchos cambios de la adolescencia.

A continuación describimos los cambios más importantes que notarás durante estos años:

- 1. La piel**
En general se hace más grasa, y es posible que sudes más que antes. Esto se debe a que están creciendo los glándulas. Es muy probable que te salgan granos en la cara, sobre todo, y en la parte superior de la espalda. La presencia de este tipo de acné juvenil se debe a desequilibrios hormonales, y forma parte de la pubertad.
- 2. Vello corporal**
Durante la pubertad tu cuerpo se vuelve en el pubo, en las piernas y en las axilas. La mayoría de chicas adolescentes deciden depilarse, con crema, ceras, o incluso de afeitar. Nunca compartas la misma máquina de afeitar con nadie. De hecho, la mejor forma de depilarse es con cera, porque los vellos tardan más en volver a salir.
- 3. Cambios en tu cuerpo**
Durante la pubertad las caderas se anchuran y la cintura se estrecha. La grasa empieza a acumularse en el estómago, las piernas y los glúteos. Esto es completamente normal y hace que tengas las curvas de una mujer; todos los partes de tu cuerpo crecen, pero es posible que algunas más rápido que otras.
- 4. El Pecho**
La pubertad empieza cuando los pechos empiezan a crecer. Primero notarás un bulto a veces algo doloroso por debajo del pezón, que poco a poco empieza a crecer. El principio es normal que un pecho crezca a un paso distinto al otro, por lo que no debes preocuparte si uno es más grande que el otro.
- 5. La Menstruación**
Supone el momento que señala el inicio de la madurez sexual cuando los ovarios empiezan a producir hormonas u óvulos. La menstruación suele empezar entre los 9 y 16 años de edad. A partir de la primera regla, una niña puede quedar embarazada.

Nota: La higiene personal durante la adolescencia es muy importante para controlar posibles problemas corporales.

La Pubertad de 10 a 14 años

La Pubertad

La pubertad no es más que el momento en que el cuerpo de un niño comienza a desarrollarse para convertirse en el de un adulto. Tiene lugar aproximadamente entre los 10 y 16 años y es un proceso paulatino. Entonces se producen transformaciones físicas y psicológicas en el chico...

Cambios Físicos en niños

Los chicos suelen pasar la pubertad entre los 10 y 16 años. Casi siempre va acompañada por un crecimiento muy notable durante uno o dos años, en los que es posible que cambie de talla de zapatos y pantalón... ¡Más de 3 veces en un año!

A continuación describimos los cambios más importantes que notarás durante estos años:

- 1. La piel**
Tendrán la piel más grasa y sudarán más que antes. Deben lavarse todos los días y utilizar un desodorante o anti-transparente durante el día para controlar olores. Durante la pubertad es probable que te salgan granos en la cara y/o espalda. La mayoría de adolescentes padecen acné en algún momento de la pubertad.
- 2. La Voz**
La mayoría de chicos empiezan a notar cambios en la voz alrededor de los 14 años. Durante unos meses o años tendrás un tono extraño hasta que se termine de cambiar y tendrás ya voz de hombre.
- 3. Vello corporal**
Durante los años de la pubertad crecerá vello en las axilas, piernas, cara, arriba del pene e incluso en el trasero. Es posible también durante la última fase de pubertad que aparezcan pelos en el pecho, aunque no todos los hombres tienen vello en esa zona. En la cara, aparecen primero pelos finos en la zona del bigote haciendo una sombra. Cuando decida empezar a afeitarte, es importante que tengas una maquinilla propia y que no compartas con familiares o amigos. Utiliza siempre crema de afeitar, porque de lo contrario podrías irritar la piel.
- 4. La forma de tu cuerpo**
Durante los años de la pubertad, crecerás más alto y tus hombros se anchuran. Ganarás peso. Algunos niños experimentan una hinchazón debajo del pezón. Esto es muy frecuente y no debe preocuparte. No quiere decir que tus pechos vayan a crecer y poco a poco irá desapareciendo la hinchazón.
- 5. El Pene**
El pene y los testículos crecen y tendrás erecciones más a menudo debido a un aumento de las hormonas sexuales. Aunque esto te pueda desconcertar, sobre todo cuando tienes una erección de repente, ten en cuenta que nadie se da cuenta.

La Pubertad de 10 a 16 años

Maternidad Periférica Zona 13

Área de Salud Guatemala Central

Diseño y Diagramación:
Wendy Lucrecia González Gálvez

Asesoría de contenido:
Dr. David Cardona

Asesores Gráfico y Metodológico:
Licda. Isabel Meléndez
Lic. Marco Antonio Morales



PROPUESTA FINAL

de las piezas gráficas y ajustes según las observaciones requeridas después de Examen Privado

Luego de hacer el Examen Privado de las piezas gráficas descritas anteriormente, la terna examinadora sugirió hacer nuevos cambios y estos fueron: cambiar color de la tipografía en las tres portadas de los rotafolios, colocar los créditos de las fotografías, revisar y corregir tabulación en listas con viñetas y eliminar dobles espacios dentro de los textos de las piezas; esto se hizo con el fin de mejorar la calidad de los rotafolios, y con ello poder llegar a obtener una propuesta final, para un mejor uso del mismo, dentro de la institución.

El cambio en las portadas fue en el color de la tipografía, se sustituyó el color negro por blanco; en el rotafolio de Métodos las viñetas con texto estaban un poco giradas, se colocaron rectas para una mejor lectura, en el rotafolio de las Enfermedades de Transmisión Sexual se agregaron los créditos en las fotografías que se utilizaron; y en los tres rotafolios se revisó y corrigió tabulación, y se eliminaron dobles espacios dentro de todos los cuadros de textos. También se actualizaron los logotipos de la institución en las tres contraportadas de los rotafolios.

Rotafolio de Métodos de Planificación



Ciclo Menstrual

Protección anticonceptiva de un 30 a 90%



Es el tiempo que hay entre el primer día de sangrado de una menstruación y hasta un día antes de la siguiente menstruación.

Se le llama ciclo, porque se repite cada mes. Durante el ciclo menstrual, la mujer tiene días fértiles (color verde) y días infértiles (color café).

Cuando la pareja no quiere un embarazo, no debe tener relaciones sexuales en los 11 días fértiles del ciclo menstrual de la mujer (color verde) o debe usar un método de barrera (condón o tableta vaginal).

No todas las mujeres son iguales, algunas tienen ciclos menstruales largos y otras ciclos cortos.

Los ciclos largos, son cuando baja la menstruación después de 35 días. Los ciclos cortos, son cuando baja la menstruación antes de 21 días.

Para calcular el periodo fértil se restan 18 días del ciclo más corto y restando 11 días del ciclo más largo; esto con una previa observación y registro de 6 ciclos atrás.

Beneficios

- No existen efectos colaterales atribuibles a este método.
- Fomenta la participación del hombre en la salud reproductiva.
- No tiene un costo económico.
- Sirve tanto para evitar el embarazo (no relaciones en los días fértiles), como para lograr un embarazo (relaciones en los días fértiles).

Limitaciones

- Su capacidad dura 6 ciclos menstruales (meses).
- Requiere la abstinencia durante 8 a 16 días del ciclo menstrual.
- No protege contra el ITS VIH/SIDA.

El Collar

Protección anticonceptiva de un 95%



Es un método que se basa en el conocimiento del ciclo menstrual y la identificación del período fértil para la abstinencia de relaciones sexuales en estos días, utilizando un collar de perlas de tres colores (rojo: menstruación, café: día infértil y blanco: día fértil).

El collar está formado por: 30 perlas de colores, un marcador de hule negro y una flecha blanca. El collar representa el ciclo menstrual de la mujer, cada perla del collar, representa un día del ciclo menstrual.

La perla roja del collar representa el primer día de la menstruación. El marcador de hule negro sirve para señalar cada día su ciclo menstrual. La punta de flecha blanca indica hacia donde debe empezar a marcar los días del ciclo.

En el collar hay siete perlas de color marrón que representan los días infértiles de la mujer; en esos días, si pueden tener relaciones sexuales.

Las once perlas blancas representan los días fértiles de la mujer, en estos días la pareja no debe tener relaciones sexuales o debe utilizar un método de barrera, como el condón o tableta vaginal.

Beneficios

- Es un método natural.
- Es económico.
- Es sencillo y de fácil manejo.
- Propicia una mayor comunicación en la pareja y fomenta la participación del hombre en la salud reproductiva.
- Se adapta a la población alfabeta y analfabeta.
- No tienen efectos secundarios.
- En mujeres con ciclos entre 21 y 35 días.

Limitaciones

- La decisión tiene que ser en pareja.
- Abstinencia de relaciones sexuales en los días fértiles.
- En ciclos menstruales irregulares no se puede utilizar.
- Si no se conoce bien el ciclo menstrual, no lo puede llevar.

Maternidad Periférica Zona 13
Área de Salud Guatemala Central



FAACULTAD DE ARQUITECTURA



USAC TRICENTENARIA



Rotafolio Enfermedades de Transmisión Sexual

Glamidiasis

- Esta enfermedad es causada por una bacteria. Puede causar daños graves y permanentes a los órganos genitales de la mujer.
- Es muy común entre adolescentes y jóvenes.
- Las mujeres jóvenes, activas sexualmente, deben hacerse un examen cada año.
- La mayoría de las personas que tienen clamidia no lo saben. Generalmente esta enfermedad no presenta síntomas.
- La clamidia se trata y se cura fácilmente.

¿Cómo se contagia la Clamidia?

- La Clamidia se transmite por el contacto genital (como a través de las relaciones sexuales vaginales, orales o anales).
- Tanto los hombres como las mujeres pueden adquirirlo y pasarlo a otros sin darse cuenta.

¿Cuáles son los síntomas?

- **SI USTED ES MUJER:**
Usted puede contraer clamidia en el cuello uterino, el recto o la garganta.
 - Flujo vaginal anormal.
 - Ardor al orinar.
 - Dolor o sangrado durante las relaciones sexuales.
- Si la infección se propaga, puede causar fiebre, náuseas, dolor abdominal bajo o dolor durante las relaciones sexuales.
- **SI USTED ES HOMBRE:**
Usted puede contraer clamidia en la uretra (adentro del pene), el recto o la garganta.

Estos pueden ser:

 - Secreción del pene.
 - Ardor al orinar.
 - Ardor o picazón en el orificio del pene.

¿Cómo puedo reducir el riesgo?

- La manera más segura de prevenir la Clamidiasis, es la abstinencia sexual; con alguien que no esté infectado y que solo tenga relaciones sexuales con su pareja.
- Los condones pueden reducir el riesgo de contraer clamidia si se usan adecuadamente cada vez que tenga relaciones sexuales.
- Lavarse los genitales, orinar o darse duchas vaginales después de tener relaciones sexuales no evitará ninguna enfermedad transmitida sexualmente.

¿Existe un tratamiento?

- La clamidia puede ser tratada y curada con antibióticos.
- Tómese todo su medicamento para asegurarse de que se haya curado.
- No comparta con nadie su medicamento, porque usted necesita terminar toda la dosis.
- Si todavía tiene síntomas después del tratamiento, consulte de nuevo a su médico.
- Vuelva a hacerse una prueba alrededor de tres meses después de finalizado el tratamiento.

Glamidiasis

¡PIENSA!

**PROTEGETE
PROTEGETE
PROTEGETE
PROTEGETE**

Centro de Salud Reproductiva del Área de Salud Guatemala Central



Rotafolio de Adolescencia





Etapa 2 de la Adolescencia

2 **Adolescencia: desde los 13 hasta los 19 años**

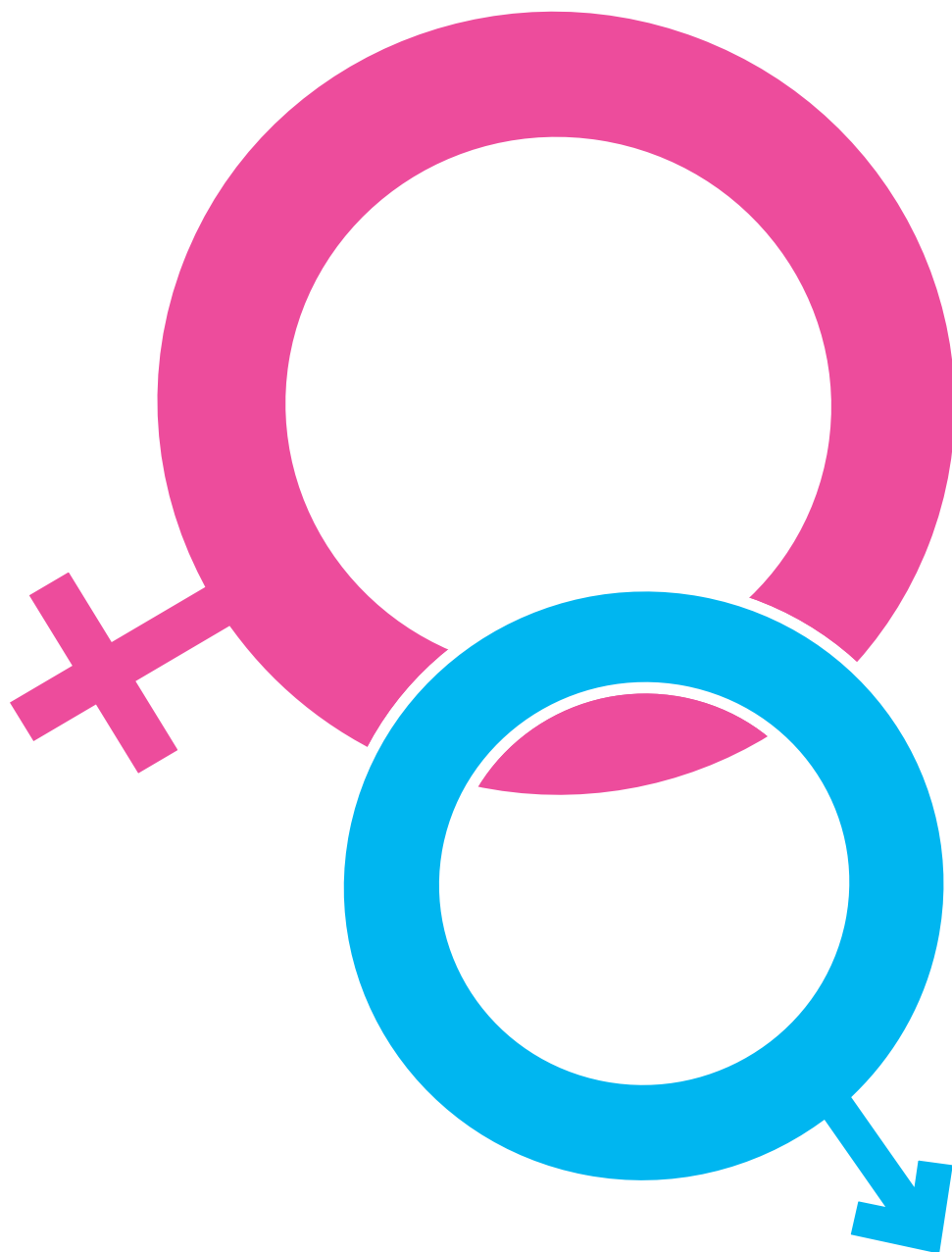
Cambios físicos	Mayor homogeneidad entre sus compañeros porque la mayoría ya ha pasado por la pubertad y durante esta etapa llegan a su altura y peso de adulto.
Fase cognitiva	Mayor capacidad para pensar de forma abstracta e hipotética sobre el presente y el futuro. Al poder entender y compartir mejor los acontecimientos que les rodean y que ocurren más allá de su círculo social inmediato, pueden adoptar una nueva conciencia social.
Desarrollo moral	Menos egocentrismo y mayor énfasis sobre valores abstractos y principios morales. Como el desarrollo emocional y el desarrollo cognitivo no van al mismo paso, es posible que los mismos adolescentes que reivindican ciertos valores, los violan a la vez. En este sentido es una etapa algo contradictoria.
Concepto de sí mismos	Es la etapa en la que los adolescentes forman su propia identidad. Experimentan con distintos aspectos, papeles, valores, amigos, aficiones... Niñas con problemas de peso pueden tener tendencia a la depresión.
Características psicológicas	Cierta vulnerabilidad ante posibles preocupaciones, depresiones y trastornos como la anorexia.
Relaciones con padres	Conforme se van avanzando por esta última etapa de la adolescencia, suele haber menos conflictos entre hijos y padres y mayor respeto porque los hijos ya pueden ver sus padres como individuos y comprender que sus opiniones se basan en ciertos valores y esto produce una mejora en las relaciones familiares. Siguen discrepando con algunos límites impuestos por los padres (como dinero, horas en casa, hora de llegar a casa, apariencia...), aunque la existencia de estos límites les beneficiarán mucho a largo plazo.
Relaciones con compañeros	Las amistades entre chicos y chicas empiezan a ser más frecuentes y la influencia de los amigos sigue siendo clave en el desarrollo personal de una identidad propia. Los amigos anti-sociales pueden aumentar un comportamiento antisocial en el adolescente.

Adolescencia de 14 a 19 años

Maternidad Periférica Zona 13
Área de Salud Guatemala Central

Capítulo VII

Lecciones Aprendidas
Conclusiones
Recomendaciones





LECCIONES APRENDIDAS

- Para poder realizar todo un proceso de actividades se desarrolló un cronograma o flujograma, el cual lleva un orden lógico de todas las actividades que se realizaron durante el proceso de investigación y producción gráfica y esto me ayudo a tener una buena planificación de todos los pasos a realizar; no fue fácil adaptarse a ese ritmo de trabajo, porque no lo tenía.
- Comprendí y aprendí que si uno se organiza y ordena bien, todo termina a tiempo.
- A través de la realización del proyecto, pude conocer la importancia del contenido de los temas de los cuales se trataron los rotafolios; y uno de los que más me impacto y creo que a todos los que lo vieron fue el de las Enfermedades de Transmisión Sexual, muchos me preguntaban si de verdad eso era real; y he allí la importancia del por qué recalcar el cuidarnos y protegernos a la hora de llevar una vida sexual.
- Al realizar un diagnóstico, aprendí lo importante que fue para obtener resultados positivos en el trabajo de investigación, sin este paso previo no se hubiera hecho, y creo que no tuviera ninguna veracidad este proyecto; fue un proceso bastante largo, tedioso pero satisfactorio, porque después vemos los resultados de tanto y tanto trabajo investigado.
- Es satisfactorio saber que el proyecto que se realizó servirá para la enseñanza - aprendizaje de cada uno de los temas sobre educación sexual; la cual se les impartirá a los y las adolescentes que asisten a las capacitaciones dentro de Maternidad Periférica Zona 13, Colonias, Comunidades, Escuelas e Institutos dentro del perímetro de la capital.

- Tuve la oportunidad de acompañar a la Licda. Miriam Paiz a las charlas y capacitaciones que ella imparte en las escuelas e institutos; el poder interactuar con un grupo de adolescentes es bastante motivador porque se da cuenta uno de que realmente les hace falta bastante información en cuanto a los temas sobre educación sexual y las dudas que surgen sobre los mismos.
- El involucrarse dentro de las diferentes actividades que realiza la institución, me hizo conocer realmente cuales eran las necesidades y de que manera podía colaborar en la realización del proyecto, cubriendo con las normas estipuladas del curso de proyecto de graduación.
- Creo que todo en la vida tiene un punto en donde uno cree ya no poder seguir avanzando en el camino; y creo que en mi caso fue uno de los obstáculos que encontré para ya no querer seguir adelante en este proyecto; pero lo más importante es no dejarse vencer y tratar de poner todo el esfuerzo y empeño para lograr sus metas; la motivación y compañerismo que me brindaron me hizo reflexionar y darme cuenta que no hay peor lucha que la que no se hace.



CONCLUSIONES

- El proyecto individual se desarrolló para impartir capacitaciones sobre temas de Educación Sexual, realizando 3 rotafolios, los cuales incluyen los temas de: Métodos de Planificación, Enfermedades de Transmisión Sexual y Adolescencia.
- Cada tema a desarrollarse en los rotafolios tiene una atención particular, que al ser transmitida al público objetivo, este tenga una buena recepción de toda la información brindada.
- Se creó una solución gráfica que llamará su atención para que esta sea efectiva, y con esto ayudar a la asimilación de la información básica que cada uno de los rotafolios contiene.
- En un gran porcentaje de la población que asiste a la institución donde se realizó el proyecto, será de bastante ayuda el poder contar con un material de apoyo para impartir las capacitaciones con los temas de sexualidad, con ello podrán tener una mejor información para su aprendizaje.
- A través del aprendizaje teórico que se realizó, se ampliaron los temas de una manera objetiva para llegar así a obtener un producto de conceptualización y visualización, lo cual lo hace un proyecto sumamente interesante.
- A través de los rotafolios se pretende dar información a la población del grupo objetivo, para lograr disminuir los embarazos en los y las adolescentes, que se está volviendo un problema social que está afectando a nuestro país.



RECOMENDACIONES

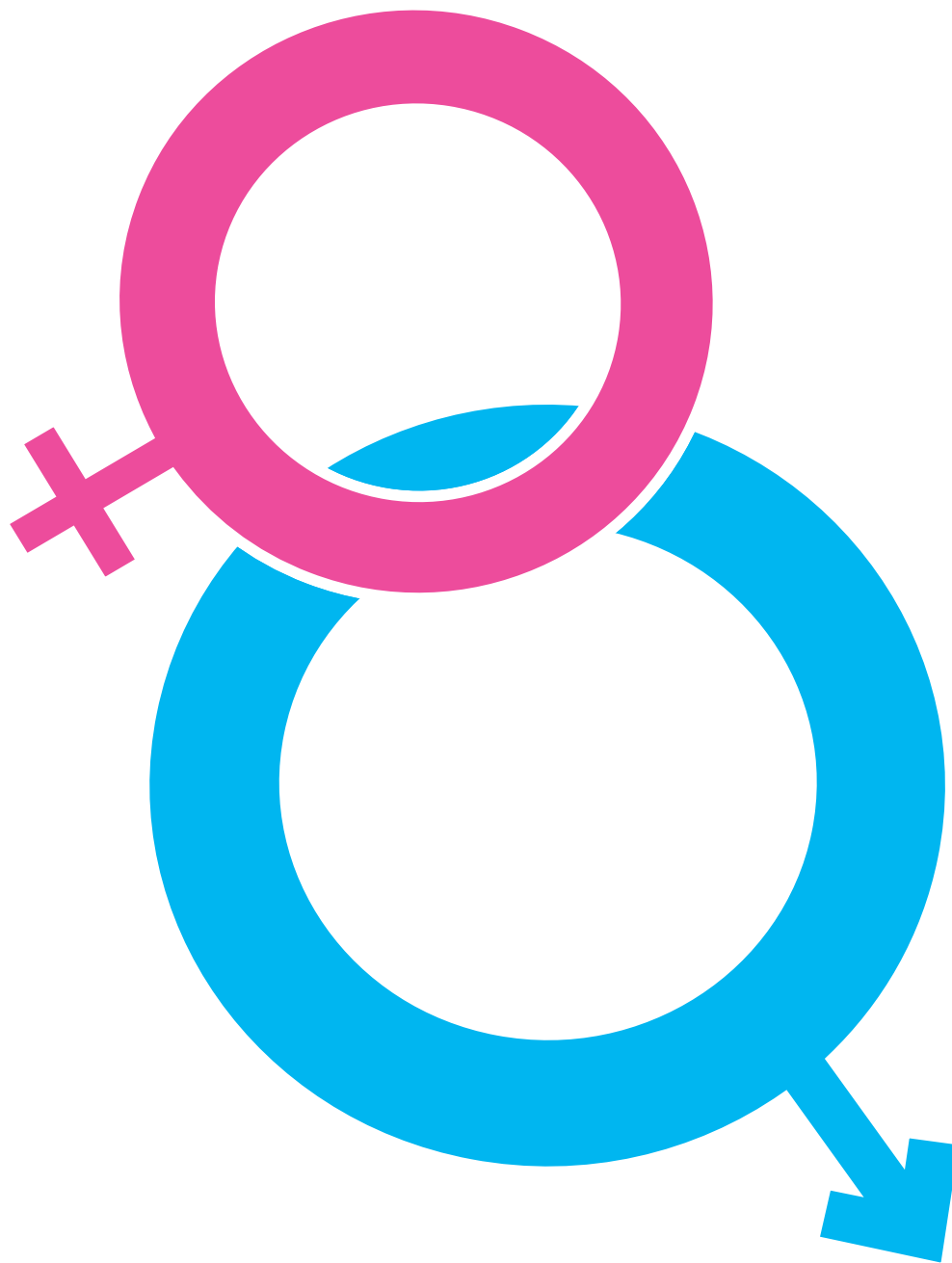
Institucional

- Es fundamental llevar una secuencia de los temas y así ver los avances obtenidos en los rotafolios, esto es un estímulo para incrementar otros materiales gráficos en el momento que se necesiten.
- Tener en cuenta la importancia de trabajar en un proyecto de investigación ya que los entornos de nuestra sociedad necesitan una ayuda dentro de las áreas de diseño y publicidad en su material didáctico, siempre apoyado por la información teórica.
- Reflexionar sobre qué podemos hacer en las instituciones, como profesionales. Es importante la coordinación y el diálogo entre ambos.
- Esperamos que nuestro trabajo sea un impulso para que la institución pueda cambiar y mejorar su material didáctico, a través de una mejor visualización de diseño.

Para la puesta en práctica de las piezas

- Es fundamental tomar en cuenta que la impresión de los rotafolios por ser de poco tiraje, se recomienda que sea en impresión offset digital laser, esto para una mejor calidad del producto.
- Tener en cuenta que el archivo debe entregarse en un formato PDF en alta resolución. Y entregar un PDF en baja resolución para que lo puedan utilizar en una presentación o para enviar por correo.
- Es importante que la reproducción de los rotafolios, siempre sea a full color.

- Las dimensiones de las piezas son, tamaño doble carta 11*17; se debe tomar en cuenta que a la hora de la impresión, si es en offset, el tamaño puede variar dependiendo del tipo de papel que escoja, pero cabe mencionar que si fuera en un tamaño 12*18, el documento se ajusta al tamaño del papel.
- El tipo de encuadernación es en espiral plástico, en la parte superior del formato, por el tamaño que es grande es aconsejable que se le coloquen dos espirales seguidos.
- El tipo de papel para las portadas y contraportadas deberían de ser en un papel resistente como opalina no menor de 210 gramos o texcote en un calibre 12; para páginas interiores puede usarse un papel un poco más delgado pero igual de resistente como un Elite gloss, couche o housky; y se sugiere que para una mayor duración, las portadas y contraportadas sean laminadas.
- Es importante destacar que en toda impresión en la contraportada debe ir el logotipo de la Universidad San Carlos de Guatemala, Facultad de Arquitectura, Maternidad Periférica Zona 13, Dirección de Área de Salud Guatemala y Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social.
- Si en algún momento existieran patrocinadores para la impresión de los rotafolios, debe de incluirse el logotipo de la institución o empresa, y si fuera una persona individual y no cuenta con logotipo se debe colocar su nombre en los créditos de las páginas interiores de los rotafolios.



Capítulo VIII

Bibliografía
Glosario
Anexos



BIBLIOGRAFÍA

- "Guatemala: Aumento de embarazos en niñas y adolescentes". Internacional - Salud reproductiva - Aborto - Infancia - Las jóvenes - Violencia sexual. Guatemala 01 dic. 2010. AmecoPress (Información para la Igualdad). <http://www.amecopress.net/spip.php?article5510>
- "Embarazo en la adolescencia". Guatemala, 21 Sep, 2007. http://www.dequate.com/salud/article_11834.shtml
- "Aumentan casos de adolescentes embarazadas en Guatemala". 04 de marzo de 2011 <http://www.lavozdelsandinismo.com/internacionales/2011-03-04/aumentan-casos-de-adolescentes-embarazadas-en-guatemala/>
- "Embarazos en niñas y adolescentes aumentan los índices de deserción escolar". Fuente: AmecoPress/Cerigua, Guatemala, Miércoles 16 de marzo 2011 <http://www.amecopress.net/spip.php?article6383>
- "Aumento de embarazo prematuro es cada vez más preocupante". ADITAL (noticias de América Latina y Caribe) 30 de julio de 2007 <http://www.adital.com.br/site/noticia2.asp?lang=ES&cod=28774>
- De la Mora, Oscar. Las Enfermedades de Transmisión Sexual en Guatemala. Impresos Mansilla, Guatemala, 1992.
- Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. Guías nacionales de planificación familiar, Guatemala, 2009.
- Cohen, Jean; Kanh Nathan, Jackeline. Enciclopedia de la Vida Sexual 7/9, 10/13 y 14/17 años. (de la filosofía a la psicología). Librería Editorial Argos, S.A.
- Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. Desarrollo temático del Programa de Formación de auxiliares de Enfermería. Segunda Fase: Módulo 4. Atención integral de enfermería a las personas en las diferentes etapas del ciclo vital. Infecciones de Transmisión Sexual (ITS), Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH) y Síndrome de Inmunodeficiencia adquirida (SIDA). Magna Terra Editores, Guatemala, 2012.



GLOSARIO

- **Adolescencia:** tiene un origen latino y se deriva de la voz «adolescere» que significa crecer. Es esencialmente una época de cambios. Es la etapa que marca el proceso de transformación del niño en adulto.
- **Amenorrea:** es la ausencia de la menstruación porque nunca comenzó o porque se interrumpió posteriormente. Puede ser normal (fisiológica) o ser indicativo de enfermedad (patológica).
- **Chancro blando:** Es una enfermedad ulcerosa genital causada por la bacteria *Haemophilus ducreyi*.
- **Clamidiasis:** es una enfermedad de transmisión sexual (ETS) común, causada por una bacteria. La clamidia puede infectar tanto a hombres como a mujeres y puede causar daños graves y permanentes a los órganos genitales de la mujer.
- **Coito:** El coito consiste en la introducción del pene en la vagina o el ano.
- **Discrepando:** No estar de acuerdo una persona con otra en un asunto.
- **Egocentrismo:** El término deriva del latín ego, que significa “yo”. Una persona egocéntrica es una persona que cree que sus propias opiniones e intereses son más importantes que las de los demás. Lo que él piensa, opina, decide, cree y razona es primero y más importante que el resto, el mundo gira alrededor de su individualidad y lo que no se ajusta a él es rechazado y desvalorado por su opinión.
- **Endometrio:** es la mucosa que recubre el interior del útero y consiste en un epitelio simple prismático con o sin cilios, glándulas y un estroma.
- **Fagocitosis:** proceso mediante el cual células especializadas se comen y destruyen sustancias extrañas. Es un tipo de endocitosis por el cual algunas células (fagocitos y protistas) rodean con su membrana citoplasmática partículas sólidas y las introducen al interior celular.

- **Gonorrea:** Es una enfermedad de transmisión sexual (ETS), causada por una bacteria. La gonorrea puede crecer y multiplicarse fácilmente en áreas húmedas y tibias del aparato reproductivo, incluidos el cuello uterino (la abertura de la matriz), el útero y las trompas de Falopio (también llamadas oviductos) en la mujer, y en la uretra (conducto urinario) en la mujer y el hombre. Esta bacteria también puede crecer en la boca, la garganta, los ojos y el ano.
- **Herpes Genital:** Es producido por el virus Herpes Simplex tipo 2. Es un virus que se transmite sexualmente. El herpes genital es común tanto en hombres como en mujeres.
- **Homogeneidad:** Uniformidad en la composición y la estructura de una sustancia o una mezcla.
- **Inserción:** Superficie de unión entre dos órganos, como el que existe entre los músculos, tendones y ligamentos con los huesos.
- **ITS:** Infecciones de Transmisión Sexual.
- **Jadelle:** Es un método anticonceptivo hormonal temporal y reversible que brinda protección de tres a cinco años.
- **Menstruación:** Es el sangrado que las mujeres tienen cuando el óvulo que fue expulsado del ovario para ser fecundado no es fertilizado.
- **Moco Cervical:** Es un método natural que consiste en la observación de las secreciones cervicales y la humedad vaginal asociada a la ovulación. Los días de mayor humedad indican la ovulación, por lo que deben evitarse las relaciones sexo genitales en ese periodo fértil.
- **Morbimortalidad:** Es un término estadístico que describe la muerte de una mujer durante o poco después de un embarazo.
- **Progestágeno:** Son un grupo de hormonas en el que se incluye la progesterona. Los progestágenos son uno de las cinco clases principales de hormonas esteroides, además de los estrógenos, andrógenos, mineral o corticoides y glucocorticoides.



- **Pubertad:** Es una etapa necesaria para el crecimiento de todo adolescente. Muchos cambios se producen en los cuerpos de los chicos que conllevan también repercusiones en su vida emocional y social.
- **SIDA:** Es el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida, manifestación más avanzada de la infección por VIH, su etapa final. Complejo cuadro clínico que ataca el sistema inmunológico, debilitando las defensas naturales del organismo contra microbios (virus, bacterias u hongos), quedando la persona vulnerable a una gran cantidad de infecciones y enfermedades potencialmente mortales, que no lo dañarían si tuviera un sistema inmunológico sano.
- **Sífilis:** Es una enfermedad de transmisión sexual (ETS), causada por una bacteria. La sífilis puede causar complicaciones a largo plazo o la muerte si no se trata de manera adecuada.
- **Transmisión vertical o perinatal:** Es cuando una mamá infectada o ce-ropositiva transmite el virus a su hijo durante el embarazo, parto o ama-mantamiento.
- **Tricomoniiasis:** Es una enfermedad de transmisión sexual (ETS) muy común causada por la infección transmitida por el parásito protozoario llamado *Trichomonas vaginalis*. Los síntomas de la enfermedad pueden variar, y la mayoría de hombres y mujeres que tienen el parásito no saben que están infectados.
- **VIH:** Es el Virus de la Inmunodeficiencia Humana, el cual causa el SIDA. Debilita el sistema inmunológico o sistema de defensa natural del cuerpo, destruyéndolo lentamente. Ataca a las células CD4 (variedad de glóbulos blancos que actúan como coordinadores del sistema inmunológico provo-cando una respuesta de defensa inmunológica). La infección del VIH puede durar de 10 a 11 años.
- **VPH:** Virus del papiloma humano genital (VPH) es el virus de transmisión sexual más frecuente. Por lo general, no presenta síntomas y desaparece por sí solo, sin causar serios problemas de salud.

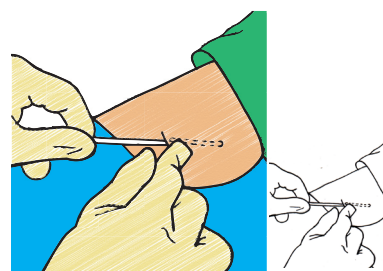
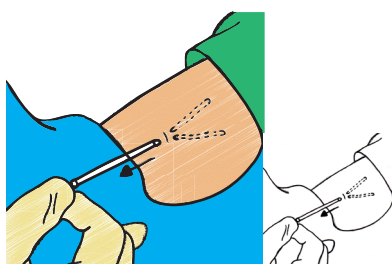
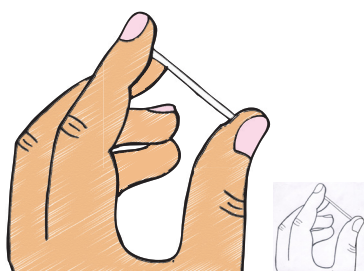


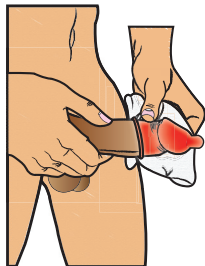
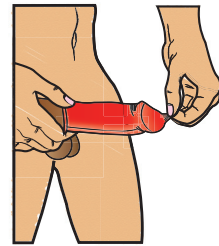
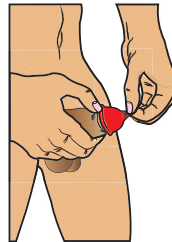
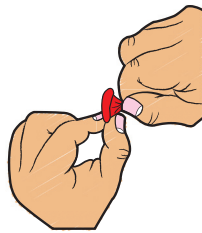
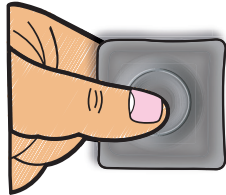
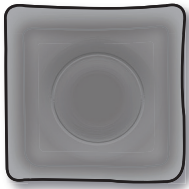
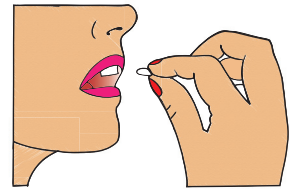
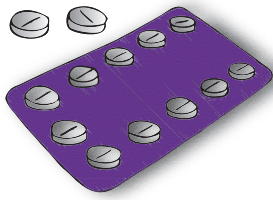
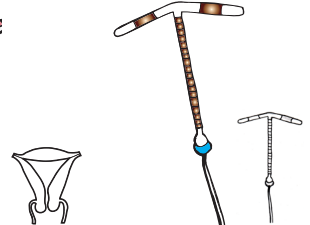
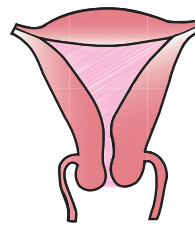
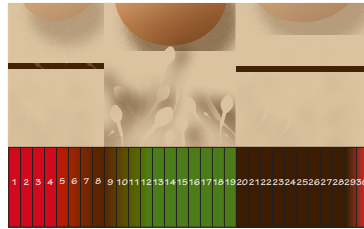
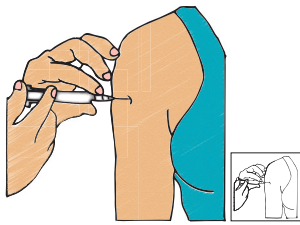
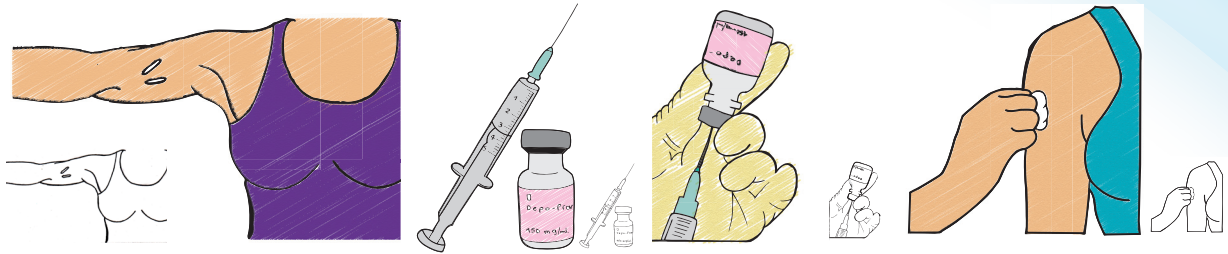
Fotografías tomadas en visitas a las instituciones





Feria de la Salud Reproductiva e Ilustraciones Vectorizadas





Entrega en la Institución de piezas gráficas





Entrega Final en la Institución de piezas gráficas según cambios





Presupuesto



TELS. (502) 6636-9229
ventas@printshop-express.com
www.printshop-express.com
7ª Av. 1-81 Zona 6 Villa Nueva • Guatemala

COTIZACION Y/O **No. 4040**
ORDEN DE PRODUCCION Serie "A"

FECHA: 13 / 8 / 2016

EMPRESA: **WENDY GONZALEZ** DIRECCION: 6 AVE. 3.50 ZONA 13

ATENCIÓN: **WENDY GONZALEZ**

TELS: EMAIL : **wendylu1966@hotmail.com**

CANTIDAD	DESCRIPCIÓN DE MATERIAL	PRECIO UNITARIO	TOTAL
1350	Impresiones tamaño 12 x 18 impresas 1,325 en cartulina husky cover 10 y 25 en texcote 12	Q.5.00	Q.6,750.00
150	Hojas emplastizadas y sus especificaciones		Q. 2,250.00
75	Espirales plásticos para cada rotafolio		Q. 787.50
	<i>Versión: Rotafolios</i>		

FORMA DE PAGO

50% anticipo
50% contra entrega

TOTAL DE ESTA COTIZACIÓN
Q. 9,787.50

TIEMPO DE ENTREGA

02 Días hábiles
A partir de la fecha de autorizada esta cotización.

OBSERVACIÓN IMPORTANTE:

Si el cliente proporciona el arte final para impresión y/o digitalización de su material este deberá estar en archivo digital en formato Photoshop CS3, Freehand MX 11, en todos los casos deberá venir convertido a dibujo o a curvas, con su respectivo Illustrator CS3 ó Corel Draw exceso para corte (1/8"). Si fueran imágenes en JPG, TIFF o en PDF deberán estar a una resolución de 300 dpi y en CMYK, con su respectivo exceso para corte (1/8"). Los artes elaborados por Printshop Express no tiene costo alguno, excepto si por cualquier motivo el cliente decide no hacer su impresión con nosotros deberá cancelar la cantidad de **Q.250.00** por dicho concepto.

ORDEN DE COMPRA DE IMPRESION

Material para impresión aprobado: _____

Monto total aprobado: _____ Tiempo de entrega que aprueba: _____

Factura a nombre de: _____ NIT: _____

Dirección para factura: _____

Nombre de la persona que autoriza la compra

Sello de la Empresa

Firma de la persona que autoriza la compra

PARA PAGOS

Emitir cheque a Nombre de **FRANZ ADOLFO COLLIER**

Nos esforzamos para darle una buena impresión...

VENTAS
PRINTSHOP EXPRESS

ORIGINAL PRINTSHOP EXPRESS • COPIA CLIENTE



FACULTAD DE
ARQUITECTURA
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA

MSc. Arquitecto
Byron Alfredo Rabe Rendón
Decano Facultad de Arquitectura
Universidad de San Carlos de Guatemala

Señor Decano:

Por este medio hago constar que he leído y revisado el Proyecto de Graduación **“ELABORACIÓN DE ROTAFOLIOS PARA ORIENTAR A LOS ADOLESCENTES SOBRE EDUCACIÓN SEXUAL Y PREVENCIÓN DE LOS EMBARAZOS A TEMPRANA EDAD”**, de la estudiante **WENDY LUCRECIA GONZÁLEZ GÁLVEZ** de la Facultad de Arquitectura, carne universitario No. **199812604**, al conferírsele el Grado académico de Licenciada en Diseño Gráfico.

Dicho trabajo ha sido corregido en el aspecto ortográfico, sintáctico y estilo académico; por lo anterior, la Facultad tiene la potestad de disponer del documento como considere pertinente.

Extiendo la presente constancia en una hoja con los membretes de la Universidad de San Carlos de Guatemala y de la Facultad de Arquitectura, a los treinta y un día de mayo dos mil dieciséis.

Agradeciendo su atención, me suscribo con las muestras de mi alta estima,

Atentamente,

Lic. Luis Eduardo Escobar Hernández
Profesor Titular No. de Personal 16861
Colegiado Activo 4,509

Lic. Luis Eduardo Escobar Hernández
COL. No. 4509
COLEGIO DE HUMANIDADES

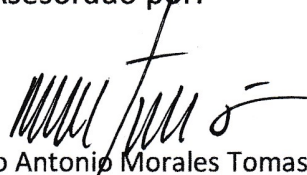
**“Elaboración de Rotafolios para Orientar a los Adolescentes
Sobre Educación Sexual y Prevención de los Embarazos
a Temprana Edad”**

Proyecto de Graduación desarrollado por:



Wendy Lucrecia González Gálvez

Asesorado por:



Lic. Marco Antonio Morales Tomas
Asesor Metodológico



Licda. Miriam Isabel Meléndez Sandoval
de Villalta
Asesora Gráfica



Dr. David E. Cardona
Asesor Especialista

Dr. David E. Cardona M.
Médico y Cirujano
Col. No. 12,384

Imprímase:

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”



Arg. Byron Alfredo Rabe Rendón
Decano



**UNIVERSIDAD SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE ARQUITECTURA
ESCUELA DE DISEÑO GRÁFICO**



USAC
TRICENTENARIA
Universidad de San Carlos de Guatemala