

El Camino

Ayudando a Adolescentes a Poner Metas y Promoviendo Salud Sexual

El Camino es un programa de promoción de la salud sexual y establecimiento de metas desarrollado por Child Trends en base a la investigación basado en los principios de desarrollo juvenil positivo. El Camino promueve la salud sexual de los adolescentes animando a los jóvenes a establecer metas, tomar decisiones sobre su salud sexual y reproductiva que se alineen con estas metas y aprender como comunicar sus límites de salud sexual. El programa ayuda a los adolescentes desarrollar su propio camino para alcanzar las metas que identifiquen para ellos mismos.

Esta hoja de información describe a el currículo de El Camino y los resultados preliminares de una prueba piloto del programa que se realizó en siete escuelas y organizaciones comunitarias en seis ciudades. El Camino atiende a adolescentes Latinos que hablan inglés o español que son femeninos, masculinos y no binarios además de otros adolescentes de barrios históricamente excluidos en los Estados Unidos. El programa se ha implementado con una amplia gama de estudiantes de 13 a 20 años.

Sobre el Currículo de El Camino

El currículo de El Camino es apropiado para adolescentes, activo, atractivo y centrado en los jóvenes. El incorpora varias características que lo distinguen de otros currículos basados en evidencia o informados por evidencia que han sido diseñados para prevenir el embarazo en adolescentes y las infecciones de transmisión sexual (ITS). En particular, las lecciones y actividades de El Camino:

- ★ Están ancladas en la promoción de la salud sexual y establecimiento de metas.
- ★ Incorporan un modelo de logro de metas a lo largo de currículo.
- ★ Están diseñadas con un enfoque en las necesidades y normas culturales de la juventud latina.
- ★ Se enfocan en los métodos anticonceptivos más efectivos, incluyendo contraceptivos reversibles de larga duración (LARC, por sus siglas en inglés).

El currículo del El Camino contiene once lecciones de 45 minutos cada una y se divide en tres secciones, o arcos. Los tres arcos se enfocan en la fijación de metas, salud sexual y reproductiva, y las relaciones saludables. Cada lección se resume brevemente en la tabla que aparece al final de esta hoja de información.

El Arco 1, Establecer Metas (lecciones 1-4), utiliza las imágenes de una ruta (el camino) para conectar las metas de los adolescentes a largo plazo con los pasos específicos que pueden tomar para poder alcanzar esas metas. A través de su participación, los mismos estudiantes, independientemente de los adultos en sus vidas, ponen sus metas y determinan los pasos que deben tomar para alcanzar esas metas. Participantes consideran los beneficios de completar sus estudios.

El Arco 2, Salud Sexual y Reproductiva (lecciones 5-8), sirve para fortalecer los conocimientos, actitudes, la autoeficacia, y los comportamientos de los jóvenes en relación a la biología reproductiva. También les enseña sobre métodos anticonceptivos eficaces, incluyendo todos los pasos necesarios para que los jóvenes tomen decisiones informadas sobre maneras para proteger y alcanzar sus metas.

El Arco 3, Relaciones Saludables (lecciones 9-11), tiene como objetivo ayudar a los jóvenes a desarrollar habilidades de comunicación firme para proteger el progreso hacia sus metas, precisa y efectivamente comunicar límites a sus parejas y disfrutar de las relaciones saludables.

Actividades de El Camino

El Camino incorpora una variedad de actividades para involucrar a los estudiantes. Estas actividades no están diseñadas para decirle a los estudiantes lo que tienen que hacer o pensar; por el contrario, animan a los estudiantes a pensar por sí mismos sobre temas importantes como las relaciones, la escuela, y su futuro. En El Camino, los estudiantes participan en actividades que incluyen:

- ★ Leer historias/novelas a lo largo del programa sobre personajes adolescentes con los que comparten características clave
- ★ “Votar con los pies”, es decir, moverse físicamente por el salón de clases para mostrar si está de acuerdo o en desacuerdo con una declaración o idea
- ★ Juegos de roles con otros estudiantes utilizando situaciones de adolescentes como ellos
- ★ Participar en discusiones de grupo con los facilitadores para discutir sus ideas y obtener respuestas a sus preguntas
- ★ Elaboración de un mapa de metas en el que escriben su meta personal –a lograrse a los 25 años– en un mapa y piensan en los pasos necesarios para alcanzar esa meta
- ★ Practicar habilidades poniendo en práctica conceptos aprendidos (por ejemplo, practicar la comunicación firme con compañeros o el uso adecuado del condón)



Datos y Hallazgos del Proyecto Piloto

De 2015 a 2018, Child Trends desarrolló y probó El Camino con más de 300 estudiantes en Washington, DC; East Chicago, IN; Tacoma, WA; Baltimore, MD; Los Ángeles, CA; y Filadelfia, PA. Trabajamos con escuelas y otras organizaciones para implementar El Camino con grupos de estudiantes racialmente diversos tanto en inglés como en español; durante y después de la escuela; y con maestros de clase, voluntarios de AmeriCorps, y personal de *Communities in School*.¹ Después de cada implementación, revisamos el currículo en base a observaciones en los salones de clase, datos de fidelidad, e informes de estudiantes y facilitadores.

Alcance	Demográficos ²
<p>7 lugares</p> <p>16 salones de clases</p> <p>319 estudiantes</p>	<p>Edad: 14-20 años; promedio 16 años</p> <p>Género: 60% femenino, 39% masculino</p> <p>Raza/etnicidad: 69% hispanos, 23% negros, 3% multirracial, 5% otra raza</p> <p>Experiencia sexual: 44% de los estudiantes reportaron haber tenido relaciones sexuales en la prueba realizada antes del comienzo del programa.</p>

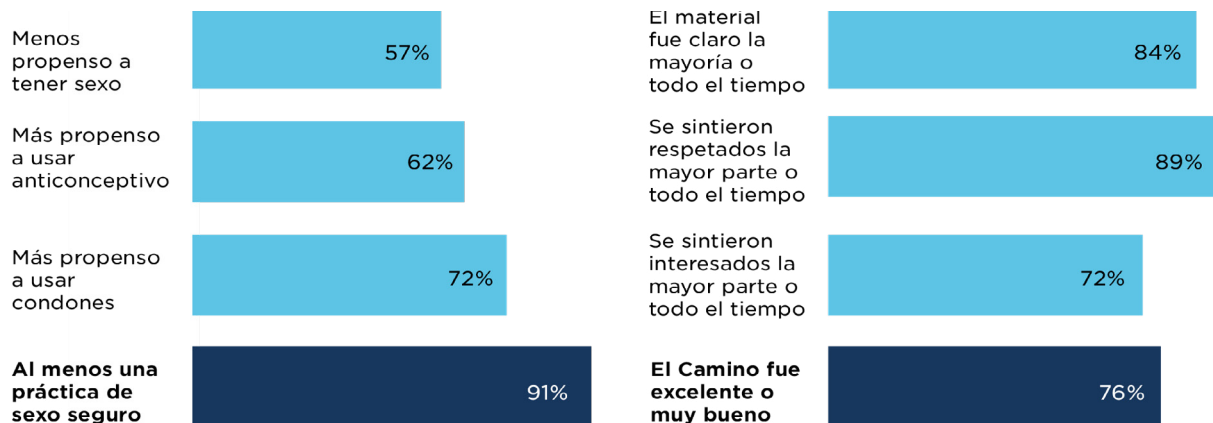
Resultados Preliminares³

Child Trends encuestó a estudiantes antes y después de su participación en El Camino. En la encuesta posterior al programa, preguntamos a los estudiantes si creían que El Camino les había hecho más o menos propensos a tener relaciones sexuales; y si, en caso de tenerlas, el programa les había hecho más o menos propensos a usar anticonceptivos o condones. Los resultados fueron muy alentadores, ya que la gran mayoría de los estudiantes, (91%), reportaron que El Camino les había hecho menos propensos a tener relaciones sexuales, más propensos a usar anticonceptivos, o a usar condón. Los estudiantes se mostraron muy satisfechos con el programa, y aproximadamente tres cuartas partes dijeron que era “excelente” o “muy bueno”.

¹ Moore, J.A., Manlove, J., Faccio, B., Parekh, J., & Beckwith, S. (2018). El Camino, a goal-setting teen pregnancy program, finds promising results (blog). Bethesda, MD: Child Trends.

² Basado en datos de encuestas de 136 estudiantes.

³ Basado en datos de encuestas posteriores de 94 estudiantes. El número de encuestas varía según el resultado.



Entre la encuesta antes y después del programa, los estudiantes que participaron en El Camino también informaron cambios significativos en actitudes y conocimientos importantes.⁴

- ★ **Seguridad al hablar de sexo y consentimiento.** Al final del programa, los estudiantes informaron sentirse más seguros para hablar sobre sexo y de consentimiento con sus parejas.
- ★ **Conocimientos sobre anticonceptivos.** Cuando se les plantearon tres preguntas sobre anticonceptivos, al antes y después del programa, los estudiantes pasaron de acertar un promedio de 49 por ciento de las preguntas correctas a un 74 por ciento, es decir, un aumento del 25 por ciento.⁵
- ★ **Establecer Metas.** Antes de El Camino, el 64 por ciento de los estudiantes acordaron tener metas que habrían de cumplir antes de tener un hijo(a). Esta cifra aumentó al 80 por ciento de los estudiantes al final de El Camino.

Para más información, por favor póngase en contacto con nosotros en elcamino@childtrends.org

El Camino está disponible en línea, en inglés y español, en el sitio web de Child Trends. Los materiales están disponibles gratis aquí: <https://www.childtrends.org/publications/el-camino-a-goal-setting-sexual-health-promotion-program>

El desarrollo del currículo y las pruebas de campo fueron financiados por [The JPB Foundation](#).

Child Trends está llevando a cabo una evaluación plurianual (2020-2023) de El Camino en el condado de Montgomery, MD, en colaboración con Identity, Inc. y la Universidad de Maryland, con financiación de la [Oficina de Asuntos de la Población](#) (OPA, por sus siglas en inglés), DHHS.

⁴ Basado en una muestra de 55 encuestas emparejadas de estudiantes.

⁵ Las preguntas son sobre la eficacia del DIU en relación con el uso de condón, la eficacia del implante en relación con el uso de la píldora, y si el uso del DIU resulta en infertilidad.

Resumen de las lecciones del currículo de El Camino

Arco 1: Establecer Metas

Lección 1: Pon Tu Meta: Introducción a El Camino

Los estudiantes podrán (1) explicar cómo El Camino puede ayudarles a establecer y alcanzar sus metas; (2) aprobar una serie de acuerdos de grupo; (3) explicar los cuatro pasos de PARA del mapa de metas de El Camino; (4) identificar una meta para sí mismos a la edad de 25 años; y (5) usar el esquema de trabajo PARA para identificar las metas de Sofía y Santiago y los pasos que ellos deberán tomar para alcanzar dichas metas.

Lección 2: Analiza Los Pasos: Mi Vida a Los 25 años

Los estudiantes podrán (1) identificar algunos de los pasos que necesitan tomar para alcanzar la meta que establecieron en la Lección 1; y (2) identificar algunas de las herramientas y otros recursos que tienen disponibles para alcanzar su meta.

Lección 3: Reafirma Tu Camino: Relaciones y Decisiones Sobre Las Relaciones Sexuales

Los estudiantes podrán (1) discutir los atajos y desvíos que pueden afectar positiva o negativamente su camino; (2) reconocer señales de advertencia y cómo utilizarlas para permanecer en su camino; (3) describir posibles consecuencias de participar en comportamientos sexuales prematuros; y (4) describir cómo estas consecuencias pueden afectar el éxito en la escuela y en la graduación de la escuela preparatoria.

Lección 4: Alcanza Tu Meta: Poniendo Límites para Permanecer En Camino

Los estudiantes podrán (1) discutir sobre las señales de advertencia y cómo los atajos y desvíos pueden afectar su camino; (2) reconocer la presión que enfrentan los adolescentes para tener sexo no deseado y/o sexo sin protección; (3) reconocer factores externos y situacionales que pueden conducir hacia el sexo no deseado o sin protección; y (4) describir los retos asociados con ser padres jóvenes.

Arco 2: Salud Sexual y Reproductiva

Lección 5: El embarazo en la adolescencia y comprender cómo ocurre el embarazo

Los estudiantes podrán (1) describir los sistemas reproductores; (2) explicar cómo ocurre un embarazo; (3) aprender hechos importantes sobre el embarazo; y (4) discutir los beneficios de retrasar el embarazo y la paternidad hasta después de que terminen sus estudios y tengan un buen trabajo.

Lección 6: Promoviendo la Salud Sexual: Los Métodos Anticonceptivos

Los estudiantes podrán (1) enumerar seis métodos anticonceptivos seguros y altamente eficaces; (2) explicar cómo usar los seis métodos anticonceptivos seguros y altamente eficaces; (3) describir dónde pueden obtener los adolescentes información precisa y apoyo para tomar decisiones saludables; (4) discutir los beneficios de retrasar el embarazo y la paternidad hasta completar sus estudios y conseguir un buen trabajo; (5) describir cómo el uso de anticonceptivos puede proteger su camino; y (6) describir cómo una persona puede apoyar a su pareja en el uso de anticonceptivos hormonales.

Lección 7: Promoviendo la Salud Sexual y Prevención de las ITS: Condones

Los estudiantes podrán (1) describir los beneficios del uso de condones de manera correcta y consistente para prevenir el embarazo no intencional y/o las infecciones de transmisión sexual (ITS); (2) explicar los pasos para usar un condón de forma correcta y consistente; (3) Superar obstáculos para el uso de anticonceptivos y condones; (4) describir los riesgos, señales, y tratamientos para las ITS; (5) explicar cómo el uso de condones y anticonceptivos (en caso de ser sexualmente activos), son un apoyo para seguir en su camino; y (6) describir los roles de los miembros de la pareja en el uso de condones.

Lección 8: Promoviendo la Salud Sexual y Seguir en Tu Camino

Los estudiantes podrán (1) discutir sobre métodos anticonceptivos hormonales efectivos; (2) discutir formas de sentirse más cómodos hablando de anticoncepción con un profesional de salud; (3) discutir cómo los métodos anticonceptivos pueden proteger su camino; y (4) describir los roles que ambos miembros de la pareja tienen en el uso de condones.

Arco 3: Relaciones Saludables

Lección 9: Comunicación Firme: Poner y Proteger Nuestros Límites Personales - Parte 1

Los estudiantes podrán (1) explicar por qué es importante poner límites para seguir en su camino y alcanzar sus metas; (2) definir la comunicación sumisa y la comunicación firme; (3) explicar cómo utilizar la “comunicación no verbal” al “Reafirmar Tu Camino”; (4) poner, comunicar, y proteger límites con respecto al sexo y al sexo con protección con sus parejas; y (5) describir cómo el poner límites es parte de una relación saludable.

Lección 10: Comunicación Firme: Poner y Proteger Nuestros Límites Personales - Parte 2

Los estudiantes podrán (1) identificar las características de una relación saludable; (2) explicar las características del consentimiento sexual; (3) practicar con novelas la comunicación firme para poner y mantener límites en relación al sexo y al sexo con protección con parejas homosexuales y heterosexuales; y (4) describir los factores externos que pueden llevar a algunos adolescentes a tener sexo no deseado y/o sin protección.

Lección 11: El Camino y Tu Futuro

Los estudiantes podrán (1) completar los pasos para usar el Mapa de Metas de El Camino; (2) poner, comunicar, y mantener límites en relación al sexo y al sexo con protección con sus parejas; (3) utilizar el modelo PARA, con el fin de trabajar hacia sus metas y retrasar tener sexo; (4) explicar cómo, en caso de estar sexualmente activos, el usar condones y anticonceptivos es un apoyo para lograr las metas en los mapas de El Camino; y (5) explicar cómo una persona puede tener un papel importante apoyando a sus parejas para usar anticonceptivos hormonales.