



Cómo romper tabúes

Por el Pastor Kouliga Michel Nikiema



Foto Marcus Perkins Tearfund

Los temas sexuales afectan a todos en la comunidad, pero hablar abiertamente sobre éstos puede resultar difícil.

Vigilance es una organización cristiana que trabaja en Burkina Faso. Romper el tabú que impide hablar sobre la salud sexual es un reto que quisiéramos llevar al corazón de la iglesia. Hablar abiertamente sobre temas sexuales es vital para dar respuesta al VIH y SIDA. En Burkina Faso, el 85% de las personas que viven con VIH han contraído el virus por medio de relaciones sexuales, y la situación es similar en muchos otros países. Esta alta tasa de infección de VIH es causada principalmente por la falta de entendimiento de la gente sobre el VIH y la salud sexual.

A la iglesia a menudo no le gusta hablar abiertamente sobre temas sexuales, sin embargo, el VIH también se encuentra dentro de la iglesia, por lo tanto, no podemos permitirnos el lujo de ignorarlo. Es tarea de los que están involucrados en buscar una solución a la pandemia del SIDA decir lo que piensan, crear conciencia y reducir el estigma.

Motivación

La Biblia es nuestra inspiración, y nos enseña que las relaciones sexuales son un

regalo de Dios, y que el sexo fue diseñado para nuestro beneficio y disfrute. El sexo permite la reproducción y, por lo tanto, la supervivencia de la raza humana. Sin embargo, cuando miramos a nuestro alrededor, vemos que el sexo también está propagando la muerte y enfermedad.

Métodos

Una manera de romper los tabúes en la respuesta al SIDA es a través de la terapia para relaciones. Vigilance organiza talleres de capacitación sobre cómo

tener un matrimonio saludable y feliz. A menudo la comunicación puede ser un problema para las parejas, especialmente sobre temas tabú como el sexo. En nuestros talleres animamos a las parejas a hablar más abiertamente entre ellas sobre todos los problemas, incluyendo el sexo. Dentro de una relación es importante que se respeten las opiniones y los sentimientos tanto del hombre como de la mujer. Las buenas relaciones entre los padres ofrecerán un modelo para sus hijos.

Nuestros talleres inician con una sesión general para compartir ideas y enseñanza sobre el matrimonio. Son seguidos por los grupos de debate. Este formato de grupo pequeño le da a la gente la confianza para decir lo que piensa. El facilitador anima a

En este número

- 3 Cómo desafiar la mutilación genital femenina
- 4 La sexualidad: una perspectiva cristiana
- 5 Cómo hablar con los jóvenes
- 6 Tráfico de humanos
- 7 Cartas
- 7 Glosario
- 8 Infecciones de transmisión sexual
- 10 Enfoques con base en la iglesia para la prevención del VIH
- 11 Hablemos sobre los condones
- 12 Cómo capacitar de nuevo a las enfermeras
- 13 Estudio bíblico
- 14 Cómo salvar vidas
- 15 Recursos
- 16 La autoestima

Estamos actualizando la lista de correo de *Paso a Paso*. Para asegurar que continúe recibiendo *Paso a Paso*, debe devolver el formulario de registro que se encuentra en la cubierta de este número.

Paso a Paso es un folleto trimestral que une a los trabajadores sanitarios y los trabajadores de desarrollo en todo el mundo. Tearfund, editores de *Paso a Paso*, esperan que las nuevas ideas creadas sean de ayuda y estimulen el trabajo comunitario. Es una forma de alentar a los cristianos de todo el mundo a trabajar juntos con la finalidad de crear una comunidad estable y unida.

Paso a Paso es gratis para la gente que trabaja en campañas de promoción de la salud y del desarrollo. Lo tenemos disponible en inglés, francés, español y portugués. Aceptamos con gratitud cualquier donación.

Invitamos a nuestros lectores a contribuir puntos de vista, cartas, artículos y fotos.

Directora general Isabel Carter
PO Box 200, Bridgnorth, WV16 4WQ, Inglaterra

Tel: +44 1746 768750

Fax: +44 1746 764594

E-mail: footsteps@tearfund.org

Web: <http://tilz.tearfund.org/Espanol>

Directoras de redacción

Rachel Blackman, Maggie Sandilands

Editora de idiomas Sheila Melot

Administración Judy Mondon, Sarah Carter

Comité editorial Babatope Akinwande, Ann Ashworth, Simon Batchelor, Paul Dean, Richard Franceys, Mark Greenwood, Martin Jennings, Ted Lankester, Simon Larkin, Donald Mavunduse, Sandra Michie, Mary Morgan, Nigel Poole, Davidson Solanki, Naomi Sosa

Diseño Wingfinger Graphics, Leeds

Impreso por Aldridge Print Group con recursos de fuentes sostenibles o renovables, y procesos que no dañan el medio ambiente.

Traductores S Dale-Pimentil, E Frias, H Gambôa, L Gray, N Herbert, M Machado, F Mandavela, N Ngueffo, G van der Stoel, E Trewinnard, L Weiss

LISTA DE CORREOS Escribanos con una breve descripción de su trabajo, y especifique el idioma que desea a: **Footsteps Mailing List, 47 Windsor Road, Bristol, BS6 5BW, Inglaterra.**

E-mail: footsteps@tearfund.org

Cambio de dirección: Por favor indique el número de referencia de la etiqueta que lleva su dirección al darnos a conocer un cambio de domicilio.

Derechos de autor © Tearfund 2007. Todos los derechos reservados. Se da permiso para reproducir textos de *Paso a Paso* para uso en la capacitación, siempre que el material se distribuya en forma gratuita, y que se le dé crédito a Tearfund, Inglaterra. Para cualquier otro uso, favor de pedir autorización escrita a footsteps@tearfund.org

Las opiniones y puntos de vista expresados en las cartas y artículos no necesariamente reflejan los puntos de vista de la directora o de Tearfund. La información provista en *Paso a Paso* se verifica con todo el rigor posible, pero no podemos aceptar responsabilidad por cualquier problema que pueda surgir.

Tearfund es una agencia cristiana evangélica de asistencia y de desarrollo que trabaja en asociación con organizaciones locales para llevar ayuda y esperanza a comunidades necesitadas alrededor del mundo.

Tearfund, 100 Church Road, Teddington, Middlesex, TW11 8QE, Inglaterra.
Tel: +44 20 8977 9144

Publicado por Tearfund, compañía limitada.

Reg. en Inglaterra No 994339.

Reg. de caridad No 265464.

las parejas a escuchar y respetarse el uno al otro. Los temas de discusión incluyen:

- las expectativas del matrimonio
- roles de género tradicionales
- cómo disfrutar de una buena relación matrimonial.

Cuando sea apropiado, se comparten y discuten en el grupo desacuerdos específicos entre parejas.

Al final de un taller, una mujer habló sobre cómo su esposo había empezado a mostrarle más respeto y le había pedido perdón por primera vez. Un hombre dijo: 'Desde que inicié este taller, nuestra vida matrimonial ha sido transformada.'

En nuestra cultura, la educación sexual de los niños continúa siendo la responsabilidad de sus padres.

Sin embargo, a menudo los padres simplemente no saben cómo empezar y sienten demasiada pena para hablar sobre los detalles. Para dar respuesta a este problema invitamos a los padres, con sus hijos, a tomar parte en un seminario sobre temas sexuales. Nosotros les ofrecemos información y principios bíblicos sobre cuestiones sexuales. Al crear conciencia públicamente sobre un tema tabú, ofrecemos a los padres y a sus hijos la oportunidad de hablar más abiertamente sobre el sexo. Esto puede ayudar a prevenir la falta de conocimiento que está costando las vidas de muchos jóvenes en nuestro país.

Problemas y soluciones

El mayor desafío es animar a los hombres a asistir a los seminarios para parejas.

En el 2004, las mujeres de una iglesia decidieron organizar un seminario para parejas. Todas invitaron a sus esposos, pero de 60 asistentes al seminario

PREGUNTAS PARA LA DISCUSIÓN

- ¿Los hombres y las mujeres son tratados de modo diferente en nuestra comunidad?
- Por lo general, ¿qué roles o comportamiento se espera de los hombres / las mujeres?
- ¿Cómo afectan estas actitudes la salud sexual?
- ¿Los hombres y las mujeres tienen diferentes necesidades sexuales?
- ¿Cuál debe ser el rol de un esposo o esposa en enseñar a sus hijos sobre temas sexuales?
- ¿Qué derechos tiene la gente en el matrimonio?

solamente 12 eran hombres. Los hombres pensaban que hablar sobre sus relaciones era 'cosa de mujeres'. En el 2006, el pastor de la misma iglesia organizó otro seminario para parejas con nuestro apoyo. Esta vez solamente dos de los hombres invitados no asistieron y solamente porque no pudieron conseguir permiso en sus trabajos. Los hombres que asistieron al primer seminario en el 2004 habían desafiado a los demás, diciéndoles que habían estado equivocados al no asistir. Además, el hecho de que esta vez el pastor envió las invitaciones animó a los miembros de la iglesia a asistir.

El Pastor Kouliga Michel Nikiema es el Director de Vigilancia.

Vigilance

04 BP 8276

Ouagadougou 04

Burkina Faso

E-mail: vigi@fasonet.bf



Foto Jim Loring Tearfund

¿Qué actitudes pueden modelar los padres para sus hijos?

Cómo desafiar la mutilación genital femenina

por Étienne Kiemdé

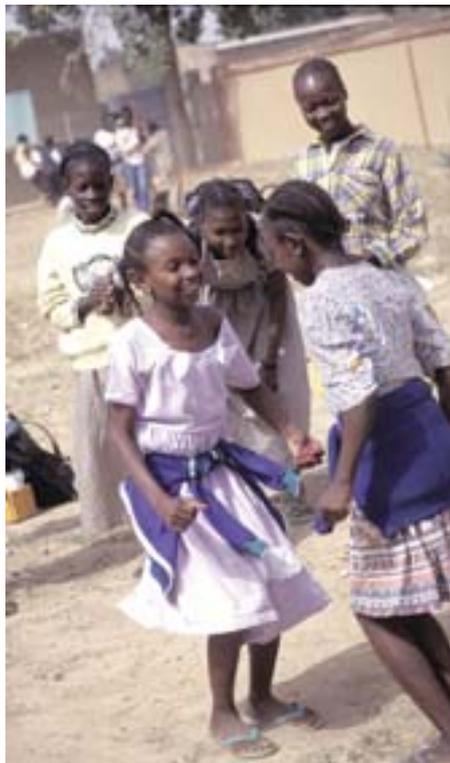


Foto Jim Loring Tearfund

La mutilación genital femenina pone en riesgo la salud de las niñas.

La mutilación genital femenina (MGF) es una práctica tradicional en Burkina Faso y en muchos otros países. También es denominado corte genital femenino, circuncisión femenina o excisión (*Paso a Paso 24*). Significa cortar parte o toda la parte externa de los labios y el clítoris de la mujer. Por lo general, las niñas son muy jóvenes y no tienen elección en el asunto.

La MGF es muy dolorosa y no tiene beneficios de salud para la mujer. Sin embargo, a pesar de los esfuerzos de las autoridades por detenerla, la práctica continúa. En muchas comunidades, no realizarse la MGF puede tener consecuencias sociales negativas para las mujeres, como dificultades para

encontrar un esposo. Esto significa que existe una fuerte presión social para continuar con la práctica. La realidad es que la MGF tiene muchas consecuencias perjudiciales. Los efectos inmediatos incluyen dolor y fuerte sangrado. El corte a menudo se realiza con cuchillos o navajas que no están limpias, por lo que pueden ocurrir infecciones como el VIH. A largo plazo, la mujer puede experimentar graves dificultades en las relaciones sexuales, y complicaciones durante el parto que pueden resultar mortales.

Al enfrentarse con este serio problema de derechos humanos, el gobierno de Burkina Faso está trabajando junto con organizaciones de salud, líderes religiosos, ONG, asociaciones de mujeres y líderes comunitarios tradicionales para tratar de cambiar actitudes. Su objetivo es acelerar el proceso de cambio social a través del uso de medios de comunicación populares, como la radio, para propagar ampliamente el mensaje.

Durante algunos años, Development Gospel Radio ha estado involucrada en desafiar la práctica de la MGF a través de sus estaciones de radio y actividades locales de desarrollo. Este programa utiliza su transmisión para despertar la conciencia de las personas en cuanto a los peligros de la MGF. Los equipos radiales visitan aldeas locales, utilizando obras de teatro, entrevistas y debates para presentar la información y desafiar actitudes tradicionales. Se establecen grupos de seguimiento en las aldeas para continuar despertando la conciencia.

Étienne Kiemdé es el Director General de Development Gospel Radio.

*Development Gospel Radio
04 BP 8050
Ougadougou
Burkina Faso*

E-mail: ekiem1@laposte.net



Editorial

A menudo a la gente le parece difícil hablar sobre temas sexuales. Puede resultar incómodo y en muchos lugares es un tabú cultural. Dios creó el sexo como un regalo para ser disfrutado por los hombres y las mujeres. Sin embargo, las actitudes perjudiciales y la falta de información sobre temas sexuales contribuyen a tanto sufrimiento y muerte en todo el mundo, incluyendo la propagación del VIH. Yo espero que *Paso a Paso* ayude a abrir el debate.

La salud sexual tiene que ver con asuntos físicos, sociales, espirituales, culturales, legales, médicos y psicológicos. Esto incluye el deseo sexual, los derechos humanos, la igualdad de géneros y la reducción del estigma y la violencia sexual.

En Tearfund, ponemos como ejemplo el ideal de Dios para el sexo como algo diseñado solamente para la comprometida y exclusiva relación matrimonial. Entendemos la necesidad de proteger la vida y reconocer las realidades de nuestro mundo quebrantado, especialmente en respuesta a la pandemia del SIDA. No existe una solución simple. La fidelidad en el matrimonio no es protección alguna contra el VIH y otras infecciones si alguien es violado o si su pareja es infiel. Las desigualdades de género y la violencia sexual significan que la mujer tiene poco control sobre las relaciones sexuales o la habilidad de negociar el uso de protección. Puede que no haya condones disponibles o que sean inasequibles. Deben abordarse estos asuntos sociales si los hombres y las mujeres van a disfrutar de salud sexual.

Maggie Sandilands,
Editora de redacción

La sexualidad: una perspectiva cristiana

por el Dr Apolos Landa

La sexualidad es un tema importante para los cristianos de hoy en día. Ya no puede ser considerado como algo sobre lo cual no hablamos y con lo cual solamente lidiamos en privado. Debemos asumir los resultados del comportamiento sexual que vemos en nuestra sociedad.

El propósito de Dios para el sexo

No hay razón para considerar el sexo como algo malo y pecaminoso. Cuando vemos lo que dice la Biblia sobre el sexo, veremos que el propósito de Dios era que fuera uno de los más bellos y espléndidos regalos. Su propósito no es solamente la reproducción sexual. Dios diseñó el sexo para desarrollar una relación matrimonial efectiva basada en el deleite y placer mutuo del mismo. Dios diseñó el sexo para el placer, como una expresión de amor para el disfrute tanto del hombre como de la mujer. El sexo no debe ser un deber doloroso, pero el placer sexual tampoco es su único propósito.

El matrimonio

El ideal de Dios para el sexo es que nos abstenamos antes del matrimonio y seamos fieles a nuestra pareja dentro del matrimonio. Estos límites son para nuestra propia protección. El sexo debe ser una fuente de placer y satisfacción que ayude a unir a las parejas, pero a menudo las experiencias anteriores pueden resultar dañinas. El sexo está diseñado para las relaciones que son permanentes, leales y donde se respeta a ambos compañeros.

Dios ha establecido un lugar seguro donde podemos descubrir, desarrollar y disfrutar nuestra sexualidad a plenitud. Esto es dentro de la relación llamada matrimonio

*Dios diseñó el sexo
como una expresión de
amor para el disfrute
tanto del hombre
como de la mujer*



Foto Jim Loring Tearfund

La presión del entorno puede ejercer una poderosa influencia sobre los jóvenes.

en la que el dar y el pertenecer es mutuo. Debemos entender que el matrimonio no es solamente la ceremonia civil o religiosa. Eso es simplemente el testimonio público de un matrimonio. El matrimonio es una relación de toda la vida, honesta, de amor y exclusiva entre un hombre y una mujer. El esposo y la esposa deben mantener esta relación al continuar escogiendo ser fieles y amarse el uno al otro por el resto de sus vidas.

Consecuencias

Muchos planificadores de salud y psicólogos están de acuerdo en que el comportamiento y las actitudes sexuales que han sido cada vez más aceptadas por nuestra sociedad en las últimas décadas han tenido muchas consecuencias negativas. Existe una falta de conciencia sobre la salud sexual y es común que las personas tengan muchas parejas sexuales. Estas cosas contribuyen a la pandemia del SIDA y al aumento de otras infecciones de transmisión sexual. Otras consecuencias son los embarazos de adolescentes, los abortos, los niños abandonados y las madres solteras. Las actitudes perjudiciales hacia la sexualidad, como la idea de que ser hombre significa ser sexualmente agresivo, pueden contribuir a la violencia sexual, al abuso infantil y a la violación. De todo esto queda claro que el comportamiento de las

personas no va acorde con las intenciones de Dios para el sexo y las relaciones.

Pienso que los cristianos deben redescubrir el plan de Dios para la sexualidad. Debemos examinar nuestras creencias, nuestros estilos de vida y revisar el comportamiento que modelamos. Tenemos la responsabilidad de llevar a cabo las alternativas radicales que ofrecen las actitudes saludables hacia el sexo.

Los jóvenes

No vivimos en un mundo ideal. Existen muchos factores que presionan a los jóvenes de nuestra sociedad y los impacientan por tener sexo. Algunos factores a tomar en consideración son las creencias culturales, los valores y las costumbres, las experiencias de la niñez, el entorno social y el poderoso impulso sexual que es parte de nuestra naturaleza física. Con una mejor nutrición y salud física, los jóvenes a menudo llegan más temprano a la pubertad, a veces a los nueve o diez años. Sin embargo, en muchos países no es probable que se casen antes de los veinte años. Los jóvenes están constantemente bajo presión por parte de los medios masivos de comunicación como la televisión, las revistas y la Internet. Los medios de comunicación están llenos de imágenes sexuales y desinformación. Si añadimos a esto la curiosidad natural de los jóvenes, su deseo de experimentar y la

tendencia normal a desestimar los riesgos, podemos ver por qué la experiencia sexual a menudo comienza a más temprana edad.

Para los jóvenes la presión de su entorno puede ser muy fuerte. Los adolescentes a menudo luchan por una identidad. Los jóvenes buscan la aceptación y aprobación dentro de su grupo de compañeros. Necesitan una buena autoestima para poder desafiar la presión de su entorno y tomar sus propias decisiones. Los modelos de conducta también son muy importantes. Un factor clave en el desarrollo es tener una buena relación con los padres, pues solemos reproducir las situaciones por las que pasamos en nuestro propio hogar. Las investigaciones muestran que los niños que crecieron siendo testigos de relaciones violentas a menudo son menos capaces de formar relaciones estables y saludables más adelante en sus vidas. Los maestros, otros familiares y los amigos mayores también pueden ser una fuerte influencia, así como figuras famosas en la cultura juvenil, como los músicos y actores. Con demasiada frecuencia, esta influencia puede ser negativa, y no positiva. Si la iglesia permanece callada, ¿entonces, cómo podemos ayudar a los jóvenes a hacer buenas elecciones?

Sin embargo, a veces, las personas tienen poca elección. Las desigualdades de género significan que las mujeres a menudo tienen poco control sobre las decisiones sexuales. La pobreza puede significar que las personas no tengan medios para sobrevivir excepto por medio del trabajo sexual.

¿Qué podemos hacer?

Se deben proveer información correcta sobre temas sexuales y buenos modelos de conducta para los jóvenes. Debemos ayudarles a desarrollar una buena autoestima y actitudes saludables hacia el sexo, de manera que ellos puedan tomar buenas decisiones y eviten el comportamiento riesgoso. No podemos hacer esto si nos da pena hablar sobre estos temas. Debemos empezar reconociendo que la sexualidad es una parte integral e importante de ser humanos, y debe ser valorada y respetada, no ignorada o negada. Debemos entender el verdadero propósito del sexo y deshacernos de cualquier mito o idea errónea.

El Dr Apolos Landa es el Coordinador para América Latina y El Caribe de la Luke Society International.

E-mail: panluk@usa.net

Cómo hablar con los jóvenes

por Isabel Carter

Los jóvenes necesitan un lugar 'seguro' donde discutir asuntos que presentan desafíos. A veces les hacen preguntas a sus profesores o a sus padres. Por lo general, simplemente hablan unos con otros, lo que a menudo propaga información incorrecta y rumores.

La iglesia necesita líderes juveniles que se sientan relajados y abiertos al hablar con los jóvenes sobre asuntos difíciles, especialmente temas sexuales. Esto animará a los jóvenes a pedir ayuda y a ser abiertos y honestos sobre los problemas con los que están lidiando. Si los líderes juveniles sienten pena o se sienten inseguros de hablar sobre temas sexuales y simplemente tratan de decirles a los jóvenes qué hacer, esto no ayudará. Ellos deben ser buenos modelos de conducta, tanto en sus propias vidas como en su habilidad para tratar abiertamente asuntos que presentan desafíos.

Tiempo de Preguntas

Al dirigir un grupo de jóvenes de la iglesia, una de las actividades más populares era el Tiempo de Preguntas. Los jóvenes escribían preguntas sobre las que querían consejo o ayuda, conscientes de que sus

preguntas eran anónimas. Se colocaban en una caja y se sacaban al azar. La mayoría era preguntas sobre relaciones y temas sexuales. A veces las preguntas nos sorprendían o nos asombraban, pero nunca lo demostramos. Lidiamos de manera abierta y honesta con las preguntas, hablando sobre la guía que ofrece la Biblia, compartiendo de nuestras propias experiencias y pidiéndoles a los jóvenes compartir y discutir sus ideas. Tuvimos cuidado de compartir información precisa, mostrar tolerancia y dar un entendimiento claro del plan de Dios para las relaciones sexuales, aún si se cometen errores en el camino.

Un recurso útil disponible en Internet es 'Auntie Stella' (www.tarsc.org/auntstella). El mismo provee ideas y temas de discusión para trabajadores juveniles, a pesar de que no es un sitio cristiano.

Isabel Carter trabaja para Tearfund como Editora Coordinadora para Desarrollo de Recursos.

*PO Box 200
Bridgnorth
Shropshire
WV16 4WQ
Inglaterra*

*E-mail: Isabel.Carter@tearfund.org
Sitio web: www.tearfund.org/tiz*



Foto Jim Loring Tearfund

Tráfico de humanos

por Graeme Hodge

El tráfico de humanos es el comercio ilegal de vida humana que esclaviza a más de dos millones de personas por año. La mitad de estas personas son niños. En China, al igual que en muchos otros países, muchas mujeres y niñas son conducidas al extranjero por traficantes y vendidas como esclavas sexuales.

También en el interior de China muchas mujeres son traficadas, para matrimonios forzados, trabajo sexual forzado y trabajo forzado. La política de 'un hijo' del gobierno y la tendencia tradicional hacia los hijos varones significa que en las zonas rurales ahora hay menos mujeres jóvenes que hombres.

La pobreza y la falta de educación significa que la mujer rural a menudo es engañada por los traficantes que prometen 'empleos' bien remunerados y una mejor vida en las ciudades.

El Ejército de Salvación está trabajando con los gobiernos locales para desarrollar iniciativas con base en la comunidad en contra del tráfico de humanos en varias zonas afectadas de China. El proyecto tiene como objeto despertar la conciencia sobre los peligros. Se anima a los miembros de la comunidad a identificar los problemas y a desarrollar sus propias maneras de dar respuesta a las preocupaciones de salud y sociales que hacen a las personas vulnerables al tráfico de humanos.

ESTUDIO DE CASO

Ling estaba desesperada por escapar de la pobreza de su aldea. Fue al mercado local donde sabía que había personas ofreciendo trabajos y 'oportunidades' en otras partes del país. Sin embargo, Ling pronto se dio cuenta de la verdad y logró escapar del reclutamiento del traficante y volver a casa con su esposo e hijos. Otras mujeres de su aldea no fueron tan afortunadas. La mayoría simplemente ha desaparecido, vendidas como esposas en el este de China o a burdeles en Hong Kong y otras partes de Asia.

Educación y conciencia Un importante medio de prevención y protección es despertar la conciencia pública al tráfico de humanos. Las mujeres de aldeas vecinas que han sido afectadas por el tráfico pueden advertir a las personas y capacitar a otros para propagar el mensaje.

Prioridades comunitarias También es importante dar respuesta a los problemas que hacen a las personas vulnerables al tráfico de humanos. Estos pueden incluir la pobreza, la falta de empleo o la falta de acceso a agua limpia.

Cuidado y apoyo Las personas que son traficadas sufren trauma emocional y psicológico. Aquellas que escapan pueden enfrentar el estigma dentro de sus comunidades al regresar. Se necesita cuidado y apoyo como terapia y servicios médicos. Para aquellas sujetas al tráfico sexual la



Fotos Duncan Parker The Salvation Army 2006

experiencia de una violación significa que necesitarán cuidado médico en salud sexual, incluyendo pruebas de VIH, y también podrían estar embarazadas. Los hombres y las mujeres que quedaron abandonados también pueden necesitar ayuda y apoyo.

Las campañas mundiales como 'Stop the Traffik' (www.stophetraffik.org) tienen como objetivo despertar la conciencia ante el tráfico de humanos en todo el mundo y animar a las personas a unirse y cabildear para proteger los derechos de las personas de no sufrir fuerza o violencia ni ser esclavizadas.

Graeme Hodge trabaja como Oficial de Información y Recursos para El Ejército de Salvación.

The Salvation Army International Development (Inglaterra)

*101 Newington Causeway
London, SE1 6BN, Inglaterra*

*E-mail: Graeme.Hodge@salvationarmy.org.uk
Sitio web: www.salvationarmy.org.uk/id*

ESTUDIO DE CASO

Tres niñas de 12 años en una aldea fueron animadas por amigas a ir con los traficantes. Sus antiguas compañeras de clase ya habían sido traficadas, y habían sido enviadas para reclutar a otras, bajo amenazas y con la falsa esperanza de ser liberadas. En el patio de recreo de su escuela, las niñas escucharon sobre 'una asombrosa oportunidad' en una ciudad cercana. Afortunadamente, las tres niñas le contaron a sus padres, quienes no las dejaron ir. Pero ellas siguen siendo vulnerables. Algunos niños hasta han sido tomados por la fuerza de las escuelas.



La esposa de este hombre fue traficada, dejándole el cuidado de su pequeña hija. Él teme que ella sea vulnerable al tráfico cuando sea mayor.

> Moringa

Les quiero contar sobre la moringa, un árbol maravilloso que encontré en Tanzania. ¡Es una injusticia que muchas personas no conozcan el regalo de Dios que crece en su zona natal! La moringa es una planta resistente a la sequía y tan nutritiva que ciertamente podría ser de ayuda en resolver problemas como la deficiencia de vitamina A, hierro y proteína. La moringa puede ser utilizada para ayudar a mejorar la calidad del agua de consumo y en medicinas tradicionales.

Sian Caldwell E-mail: siancaldwell@yahoo.co.uk

Se puede encontrar más información sobre la moringa en Paso a Paso 20 y 28, y en este sitio web: www.treesforlife.org/project/moringa



Tratamiento de agua casero utilizando semillas de moringa:

- 1 Permitir que las vainas de las semillas de moringa se sequen de manera natural en el árbol hasta adquirir un color marrón antes de recogerlas.
- 2 Quitar las cáscaras de las semillas, dejando un grano blanco.
- 3 Triturar los granos de la semilla hasta pulverizarlos con una piedra o un mortero. Aproximadamente 2 gramos (2 cucharaditas) de polvo de la semilla pueden tratar 20 litros de agua.
- 4 Mezclar el polvo con una pequeña cantidad de agua limpia para formar una pasta.
- 5 Diluir la pasta en una tasa o botella de agua limpia, y agitar la solución por 5 minutos.
- 6 Filtrar la mezcla por un colador o pasar por una tela a una tasa. Es mejor cubrir el colador con un pedazo de tela limpia.
- 7 Agregar el fluido lechoso resultante al agua que desea tratar.
- 8 Revolver rápidamente por 2 minutos, luego despacio y de manera regular por 10 minutos.
- 9 Cubrir el agua y dejarla reposar por lo menos una hora.
- 10 Cuando los materiales sólidos se hayan asentado en el fondo, el agua clara puede sacarse con sifón o correrse de la parte superior del recipiente.

El agua tratada luego debe ser hervida o filtrada para hacerla completamente segura para el consumo. ¡Recordar que todas las tasas y recipientes también deben estar limpios!

El derecho a la vista

El artículo 25 de la Declaración Universal de Derechos Humanos (*Paso a Paso 66*) dice que toda persona tiene derecho a un servicio médico adecuado. Creemos que a toda persona debe dársele las mismas oportunidades de evitar la ceguera por medio de acceso a cuidado ocular de alta calidad. Sin embargo, muchas personas en el sur sufren de un acceso inadecuado a servicios médicos y hay una gran escasez de profesionales de la vista.

En Camerún, en el 90% de nuestras comunidades el servicio médico es ofrecido por personal de enfermería, del cual 95% no tiene un entendimiento básico del cuidado de la vista. También hay escasez de equipos.

Las personas pueden nacer ciegas o quedar ciegas innecesariamente por

causa de la ignorancia o de la falta de un tratamiento oportuno. La ceguera es una causa significativa de la pobreza. Después de medir el impacto social y económico de la ceguera, la Organización Mundial de la Salud estableció un departamento completo para la prevención de la ceguera.

La Fundación MOJE produce una revista, *Le Cristallin*, para despertar la conciencia y compartir información y experiencias sobre el cuidado de los ojos y la prevención de la ceguera. Está disponible solamente en francés y se distribuye gratuitamente a personas que trabajan en salud.

Jean Momo
MOJE Foundation
BP 1190 Bafoussam
Camerún

E-mail: jean_momo@yahoo.fr

Glosario de palabras utilizadas en este número

Encontrar las palabras apropiadas para estos términos en su propia cultura o idioma de modo que las personas se sientan cómodas usándolas.

abstinencia – que no participa en una práctica como las relaciones sexuales

clítoris – un órgano pequeño y altamente sensible de una mujer que da placer sexual

genitales – los órganos reproductores, especialmente los órganos sexuales externos

inmunidad – la habilidad del cuerpo para resistir la infección

ITS – infección de transmisión sexual

labios – los suaves pliegues de piel alrededor de los genitales de una mujer

promiscuidad – tener sexo de manera casual con diferentes parejas

semen – fluido corporal que contiene espermatozoides producido por el hombre durante las relaciones sexuales

sexo – una palabra general relacionada con el comportamiento sexual y las relaciones sexuales

relaciones sexuales – el acto sexual en sí, que resulta en el intercambio de fluidos corporales

testículos – los glándulas masculinas que producen semen

vagina – el paso o abertura suave y carnosa de una mujer utilizado para las relaciones sexuales y por el cual nacen los bebés

La nuez de karité

Nuestra organización practica métodos simples de cultivo. Durante el largo periodo de la estación seca (nueve meses) trabajamos en la siembra y protección de árboles. ¿Alguien sabe de alguna investigación sobre el árbol de karité? Es una de las pocas plantas que puede resistir al ambiente de la sabana, pero toma mucho tiempo para crecer, actualmente quince años. ¿Se puede reducir este tiempo a cuatro o cinco años?

Edmond Bawa
Coordinador de Proyecto
Departamento Ocular del Hospital de Bawku
Ghana

E-mail: bawkueye@africaonline.com.gh

Infecciones de transmisión sexual

Las enfermedades y las infecciones se transmiten de distintas formas. Muchas, como el resfriado, la gripe o la tuberculosis, se transmiten a otras personas a través del aire cuando la persona infectada estornuda o tose. Algunas, como la malaria, se transmiten a otros por medio de mosquitos. Las infecciones de transmisión sexual (ITS) solamente pueden transmitirse por medio de las relaciones sexuales. Por esta razón, a las personas les resulta muy vergonzoso lidiar con las mismas. A menudo no quieren buscar asistencia médica y por tanto, sufren en silencio.

Las ITS pueden ser incómodas y desagradables, y si no reciben tratamiento pueden ocasionar problemas graves de salud, incluyendo dolor prolongado, infertilidad, problemas en el embarazo, aborto, cáncer y la muerte. Las ITS también pueden tener efectos perjudiciales en los bebés y niños pequeños por la transmisión de madre a hijo. Muchas personas no están conscientes de las ITS, o piensan que no están en riesgo.

Hasta las personas que han tenido solamente una pareja sexual pueden tener una ITS

Sin embargo las ITS son un tipo de infección muy común. Hasta las personas que han tenido solamente una pareja sexual pueden estar infectadas. A menudo no hay signos externos, por lo que pueden contagiar a otros aunque parezcan saludables, ya que es posible tener una ITS y no saberlo. Las personas están en riesgo cuando sostienen sexo sin protección si:

- ellos o su pareja alguna vez han tenido otra pareja sexual
- no conocen la historia sexual de su pareja
- su pareja pudo haber contraído el VIH por otros medios, como una transfusión de sangre.

A continuación se describen algunas ITS comunes.

> Prevención

Hay maneras de evitar las ITS, pero éstas a menudo dependen de cuánta elección y control tiene la persona sobre las decisiones sexuales. Las mujeres en especial pueden tener poca influencia en la toma de decisión. Para ayudar a evitar las ITS, las personas sexualmente activas deben:

- Permanecer con solamente una pareja.
- Usar condones (ver la página 11).
- Evitar el 'sexo seco' (utilizando hierbas o polvos para secar la vagina). Si la vagina está seca o irritada se rasgará con más facilidad durante el sexo, lo que hace más probable la infección.
- Lavar el exterior de sus genitales antes y después del sexo.
- Orinar después de tener sexo.

Las verrugas genitales

Las verrugas genitales son una ITS común. A menudo no causan síntomas, o son tan pequeñas que no pueden verse. Afectan los órganos sexuales o la boca. Algunos signos o síntomas son:

- pequeñas hinchazones grises, rosadas o rojas en la zona genital que crecen rápidamente
- varias verrugas juntas
- comezón o ardor en la zona genital
- malestar, dolor o sangrado durante las relaciones sexuales.

La gonorrea y la clamidia

La gonorrea y la clamidia son fáciles de curar si se tratan a tiempo, pero si no, pueden causar la infertilidad tanto en el hombre como en la mujer. Para el hombre, los síntomas por lo general aparecen entre dos a cinco días después de tener sexo con una persona infectada, e incluyen:

- secreción del pene
- dolor o ardor al orinar
- dolor o hinchazón de los testículos.

Los signos en una mujer pueden no aparecer durante semanas o meses, pero incluyen:



Síntomas de la etapa 2 de la sífilis. Estas marcas oscuras se desarrollaron después de una erupción que no picaba ni dolía.

Foto: TALC



Foto TALC

Esta erupción dolorosa a un costado del cuerpo es causada por el virus de la varicela pero puede ser un síntoma inicial común del VIH. Por lo general, la erupción se sana en aproximadamente dos semanas, dejando cicatrices.

- una secreción amarilla o verde de la vagina o del ano
- dolor o ardor al orinar
- fiebre
- dolor en el bajo vientre
- dolor o sangrado durante las relaciones sexuales.

Tanto el hombre como la mujer puede no mostrar signos pero aún puede transmitir la infección.

El VIH

El VIH es el virus que causa el SIDA. No existe cura para el VIH. Sin embargo se puede controlar con drogas antiretrovirales,

> Mujeres en riesgo

La mujer es más vulnerable a las ITS, incluyendo el VIH, que el hombre, por razones tanto físicas como sociales. El semen permanece dentro de la vagina por largo tiempo después del sexo, por tanto un virus puede transmitirse fácilmente al cuerpo de la mujer. La violencia sexual, la violación, 'el sexo seco', o la MGF todos aumentan la probabilidad de rasgaduras en la vagina durante el sexo, lo que aumenta el riesgo de infección.

Las mujeres a menudo tienen poco control o elección sobre cuándo y con quién tener sexo, o para negociar el uso de un condón. La pobreza puede empeorar esta falta de elección, pues la mujer puede depender económicamente de un hombre, o ser forzada a venderse por sexo para sobrevivir. La falta de educación significa que la mujer puede no tener acceso a información sobre las ITS o sobre cómo protegerse.

donde éstas estén disponibles. El VIH se propaga cuando sangre, fluido de la vagina o semen de alguien ya infectado con VIH entra al cuerpo de otra persona, o a través de la transmisión de madre a hijo. No se propaga al tocar, abrazar o besar a alguien que vive con VIH. Las personas que viven con VIH pueden parecer saludables y pueden no tener síntomas. El uso de un condón de látex durante la relación sexual puede impedir la transmisión del virus.

Existe un fuerte vínculo entre el VIH y otras ITS. El VIH se transmite con más facilidad a o de una persona que tiene una ITS, especialmente si hay llagas abiertas en los genitales. Las ITS pueden ser más graves y difíciles o imposibles de tratar en aquellos que son VIH positivos y tienen una inmunidad reducida.

El VPH

El virus del papiloma humano (VPH) es una de las ITS más comunes. A menudo no hay síntomas pero puede causar cáncer cervical y otros tipos de cánceres genitales tanto en el hombre como en la mujer. Si la persona tiene síntomas de otras ITS debe hacerse un análisis para detectar el VPH.

La sífilis

La sífilis es una ITS que si no es tratada puede causar problemas de salud muy graves. Una mujer embarazada puede transmitir la sífilis a su nonato, lo que le puede ocasionar nacimiento prematuro, deformidades al nacer o la muerte. La sífilis se desarrolla en cuatro etapas:

- **Etapas uno:** Se desarrolla una úlcera indolora, por lo general en la zona genital. Parece una espinilla, ampolla o una úlcera abierta. La úlcera se sanará sin tratamiento, dejando una fina cicatriz, pero esto no significa que la infección se ha curado.
- **Etapas dos:** Se desarrolla una erupción cutánea en el cuerpo (especialmente en las palmas de las manos y en la planta de los pies) cuatro a diez semanas después de la infección inicial. Otros síntomas incluyen dolor de garganta, úlceras bucales, coyunturas hinchadas,

El VIH no se propaga tocando, abrazando o besando a alguien que vive con VIH

> Tratamiento

Muchas ITS pueden curarse con antibióticos si las personas tienen acceso a la asistencia de salud. Las que son causadas por un virus (como el VIH o el VPH) no pueden ser curadas, pero pueden ser tratadas para aliviar los síntomas. Las personas que piensan que pueden tener una ITS deben:

- buscar tratamiento médico tan pronto como puedan
- animar a su pareja sexual a hacerse pruebas y buscar tratamiento también
- evitar el sexo o practicar sexo más seguro usando un condón hasta que termine el tratamiento.

pérdida de peso y pérdida de pelo en zonas desiguales.

- **Etapas escondida:** Después de aproximadamente un año, los síntomas desaparecen, a pesar de que la persona podría todavía ser contagiosa.
- **Etapas tardía:** Si la sífilis no es detectada y tratada en las etapas iniciales, pueden desarrollarse problemas graves, incluyendo enfermedades cardíacas, enfermedades mentales, ceguera, parálisis y hasta la muerte.

Compilado por Maggie Sandilands de Donde no hay doctor para mujeres: Un manual para la salud de la mujer por A August Burns, Ronnie Lovich, Jane Maxwell y Katharine Shapiro, editado por Sandy Niemann (La Fundación Hesperiana).



Foto TALC

Etapas 2 de la sífilis en una persona que vive con VIH. Esta erupción duró un mes. No picaba ni era dolorosa. Este hombre visitó a su médico quejándose de úlceras genitales y de lo que él pensaba que era varicela. Él tiene sífilis y su sistema inmunológico está dañado debido a la infección del VIH, por tanto los síntomas como las erupciones cutáneas pueden ser más graves.

Enfoques con base en la iglesia para la prevención del VIH

por el Dr David Evans

En estos momentos hay más de 40 millones de personas que viven con el VIH en todo el mundo. En el 2005, otras 4,1 millones de personas se infectaron y 2,8 millones murieron de enfermedades relacionadas con el SIDA.

Un desafío clave para la iglesia de hoy en día es encontrar una respuesta bíblica a la pandemia que sea realmente relevante y eficaz a la luz de las realidades de nuestro mundo. La iglesia debería estar mostrando el camino. Reflexionar sobre los temas bíblicos de la gracia, la empatía y la humildad puede desafiar el estigma. Hablar en contra de la injusticia puede empezar a cambiar actitudes perjudiciales. Este año Tearfund facilitó un taller para sus asociados y otros grupos cristianos en Nigeria para decidir cómo ensanchar sus enfoques para la prevención del VIH.



Foto Geoff Crawford Tearfund

Las desigualdades de género dificultan a las mujeres asegurar su salud sexual.

Uso del condón

En el taller discutimos enfoques para la reducción de riesgos, incluyendo el uso apropiado de condones en el trabajo de prevención de VIH. Muchas personas en las iglesias piensan que los condones motivan la promiscuidad. Con mucho gusto hablan sobre la abstinencia y la fidelidad, pero no están dispuestos a ofrecer información precisa o completa sobre los condones.

Los cristianos están llamados a amar y servir a las personas, no a juzgarlas. ¿Es posible amar a una persona al no revelar información que podría salvar su vida? Los participantes en el taller estuvieron de acuerdo en que para salvar vidas es necesario reducir, siempre que sea posible, el riesgo inmediato de infección de las personas. Los condones pueden impedir la transmisión del VIH y otras infecciones de transmisión sexual. El asesoramiento y el cuidado pastoral son un medio adecuado para ofrecer información sobre los condones, incluyendo la preparación matrimonial y el trabajo con los jóvenes. Este contexto de confianza y de relación personal les da a las personas la oportunidad de discutir sus preocupaciones.

Enfoques más generales

Para muchas personas en la iglesia, este tema del uso del condón es un punto principal de desacuerdo y puede convertirse en el enfoque del debate. Sin embargo, debe visualizarse como solamente una parte de un enfoque más completo y eficaz para la prevención del VIH. También se necesita educación y trabajo de defensoría para dar respuesta a problemas sociales más generales que hacen a las personas vulnerables al VIH. Esto incluye:

- Abogar por un mejor acceso a drogas antiretrovirales y animar a la consejería y las pruebas voluntarias.
- Dar respuesta al estigma. Los cristianos pueden abrir el camino para romper las barreras del temor, la vergüenza y la confusión al reconocer que el VIH no es

> Valorar la vida

Tearfund promueve la abstinencia antes del matrimonio y la fidelidad dentro del matrimonio como el ideal para las relaciones sexuales. La realidad es que estamos trabajando en un mundo donde la pobreza es generalizada, los derechos humanos a menudo son ignorados, y el abuso es común. Por lo tanto, no es suficiente hablar solamente sobre la abstinencia y la fidelidad. Una persona puede ser violada. Su pareja puede ser infiel. La pobreza puede significar que algunas personas no tienen medios para sobrevivir excepto a través del trabajo sexual. Las desigualdades de género significan que las mujeres tienen poco control sobre las decisiones sexuales.

La extensión de la pandemia nos obliga a comprometernos con enfoques más completos y de más alcance para prevenir la propagación del VIH. Tales enfoques incluyen el uso del condón, impedir la transmisión de madre a hijo, la provisión de drogas antiretrovirales, consejería y pruebas de laboratorio voluntarias y la provisión de agujas y jeringas limpias.

Debemos salvar vidas y mostrar el amor y el cuidado de Dios para todas las personas en un mundo injusto y quebrantado.

un castigo de Dios para los pecadores. Es un virus que puede afectar a cualquiera.

- Desafiar la manera en que se visualiza y se trata a las mujeres. Las desigualdades de género y las prácticas culturales como la mutilación genital femenina (ver la página 3) aumentan la vulnerabilidad de la mujer al VIH.

La iglesia debe mirar más allá de sus actuales respuestas al VIH, que no son adecuadas.

El Reverendo Dr David Evans es un asesor independiente de VIH y anterior Consejero de VIH y SIDA para Tearfund.

E-mail: david.m.a.evans@btinternet.com

Hablemos sobre los condones

El uso de condón puede ser difícil de discutir. A menudo se asocia erróneamente a los condones solamente con la promiscuidad o con el trabajo sexual, por lo que el uso de condones conlleva un estigma. Los cristianos deben valorar la vida y reflejar el amor y el cuidado que Dios tiene para toda persona. Compartir información sobre el uso adecuado de condones puede ayudar a salvar vidas. Se recomienda el uso de condones para protegerse contra infecciones de transmisión sexual (ITS), incluyendo el VIH.

Las mujeres pueden verse sin elección dentro del matrimonio y con poco control sobre las decisiones sexuales. Sin embargo, los hombres no son dueños del cuerpo de la mujer. La mujer debe tener derecho a escoger cuándo, cómo y con quién tiene relaciones sexuales, y a protegerse contra daños. En estos momentos, muchas nuevas infecciones de VIH ocurren entre mujeres casadas y fieles. A muchos hombres no les gusta usar condones, pero es importante tanto para el hombre como para la mujer, ser responsables de su salud sexual. A continuación algunas sugerencias para negociar el uso del condón.

Practicar la conversación de antemano

Si piensa que su pareja no va a ofrecer apoyo, puede practicar hablando primero con una amistad. Esta persona puede fingir que es su pareja y usted puede practicar

> Respuestas útiles

Si su pareja le dice...

No va a sentirse igual de bien.

Yo no tengo enfermedades.

Solamente esta vez sin condón.

Ya estás utilizando planificación familiar.

Los condones son para los trabajadores sexuales, ¿por qué quieres usar uno?

Trate de decir...

Puede sentirse diferente pero seguirá sintiéndose bien.

A menudo no hay síntomas – por tanto uno de nosotros puede tener una infección sin saberlo.

Solamente se necesita una vez sin protección para contraer una ITS o el VIH. Y yo no estoy lista para salir embarazada.

Uno de nosotros todavía podría tener una infección.

Los condones son para toda persona que quiere protegerse a sí misma y a su pareja. Muchas personas usan condones hoy en día.

contestando preguntas que él/ella pueda tener.

Escoger un buen momento para hablar

– como cuando se están sintiendo bien el uno con el otro y cuando no haya probabilidad de ser interrumpidos. No espere hasta que estén a punto de sostener relaciones sexuales.

Estar informado Aprenda tanto como pueda sobre las ITS y sobre métodos sexuales más seguros. De esa manera, usted puede ayudar a su pareja a entender los verdaderos riesgos del sexo inseguro.

Orar juntos pidiendo sabiduría para proteger la salud del uno y el otro. Estudiar la enseñanza bíblica sobre las relaciones (1 Corintios 7).

Concentrarse en la seguridad Su pareja podría decirle que usted no le tiene confianza. Se debe contestar que el asunto es la seguridad, no la confianza. Una persona puede tener una ITS sin saberlo, o contraer el VIH a través de transfusiones de sangre o agujas inseguras. Es difícil estar seguro si él o ella no está infectado.

Utilizar a otras personas como ejemplo

A menudo saber que otras personas están practicando sexo seguro puede ayudar a influenciar a su pareja a hacer lo mismo también.

Compilado por Maggie Sandilands, con información de Donde no hay doctor para mujeres por A August Burns, Ronnie Lovich, Jane Maxwell y Katharine Shapiro (La Fundación Hesperiana).

El uso del condón

A muchos cristianos se les dificulta aprender sobre los condones debido al estigma. A continuación algunos datos útiles.

Un condón es un delgado preservativo hecho de látex o de otros materiales, usado por un hombre sobre su pene durante las relaciones sexuales. También hay condones femeninos, pero estos no están disponibles de manera generalizada. Los condones de látex son una buena manera de protegerse contra las ITS, incluyendo el VIH, y también pueden utilizarse para la planificación familiar. Los condones deben ser utilizados correctamente para asegurar su eficacia:

- Abrir el paquete con cuidado para no romper el condón. No desenrollar el condón antes de colocarlo.

- Colocar el condón sin desenrollar en la punta del pene. Dejar aproximadamente 1,5cm de espacio vacío en la punta, pero agarrar la punta del condón al colocarlo de manera que no se llene de aire y reviente. Desenrollar el condón a todo lo largo hasta la base del pene.

- Después de las relaciones sexuales, agarrar el condón en la base del pene al sacarlo de la vagina, cuidando de no derramar semen.
- Desechar el condón usado, asegurándose que no pueda ser encontrado por niños.

Recordar:

- No reutilizar los condones.
- No utilizar un condón si el paquete está roto o seco o si ha pasado su fecha de expiración, pues el condón no funcionará.
- No utilizar grasa, aceites de cocinar, aceites de bebé, cremas para el cuerpo, vaselina o



Foto PhotoDisc®

mantequilla para hacer el condón resbaladizo. Estas sustancias pueden hacer que el condón se rompa. Utilizar saliva o cremas que no contengan aceites.

- Almacenar los condones en un lugar fresco y seco.
- Si es posible, solamente utilizar condones de látex. Otros materiales no protegerán contra el VIH.

Cómo capacitar de nuevo a las enfermeras

por la Dra Ann Thyle



Foto Ann Thyle

Compartiendo mensajes de salud con la comunidad en una feria de salud de aldea.

En la India, mueren más mujeres a causa de complicaciones durante el embarazo y el parto que por cualquier otra causa. Casi todas estas muertes pueden prevenirse. Muchos problemas de salud durante el embarazo no se reconocen o tratan debido al mal acceso a la asistencia de salud.

Muchos problemas son causados debido a que las mujeres a menudo se casan a una temprana edad, como niñas esposas. Las madres jóvenes menores de 20 años tienen cinco veces más probabilidad de morir durante el parto. Ellas sufren complicaciones porque sus cuerpos todavía no están lo suficientemente maduros. En las madres muy jóvenes es mucho más común la alta presión sanguínea, los partos obstruidos, nacimientos prematuros y niños con poco peso al nacer. Las actitudes culturales valoran más a los bebés varones que a las niñas. Esto significa que tradicionalmente a las bebés niñas se les alimenta menos y al último. Muchas están desnutridas y anémicas antes de embarazarse.

Asistencia de salud para mujeres

La Emmanuel Hospital Association (EHA) es una red de hospitales y proyectos de salud comunitaria en el norte de la India. A las mujeres aldeanas no les gusta ser examinadas por doctores hombres

debido a la religión, la casta y las creencias tradicionales. En las zonas rurales, no hay suficientes mujeres médicos, por tanto este prejuicio significa que menos mujeres y niños tienen acceso a servicios médicos. Para cerrar esta brecha, la EHA ha establecido un curso de capacitación para enfermeras para ofrecer cuidado especializado a mujeres y niños. Se sabe que el uso de asistentes capacitadas ayuda a disminuir los problemas de salud y las muertes durante el parto. También se pueden identificar por adelantado los casos de alto riesgo y referirlos con tiempo para ser tratados en el hospital.

El curso abarca la salud reproductiva, la capacitación como partera y la salud sexual. Se capacita a las enfermeras para ofrecer asesoramiento e información sobre cómo planificar los embarazos, y asistencia de salud para adolescentes. Las clases de idioma ayudan a las enfermeras a obtener confianza en el inglés que es utilizado en los hospitales. Luego de las lecciones teóricas vienen sesiones diarias de práctica

en proyectos comunitarios establecidos donde existen buenas relaciones con las personas locales. Estas sesiones se enfocan en la capacitación como partera y el cuidado de los niños recién nacidos.

Los manuales de capacitación deben ser simples, relevantes y pequeños para poder llevarlos consigo como libros de referencia.

También se necesita seguimiento. El monitoreo y la evaluación durante el curso y en la comunidad ayuda a identificar las brechas en la capacitación. Después de la capacitación, las enfermeras necesitan actualizaciones y apoyo.

Cómo compartir mensajes de salud

La reputación de una clínica bien dirigida se difundirá pronto de boca en boca. A continuación algunos métodos prácticos que utilizamos para animar el acceso a los servicios reproductivos y de salud infantil:

Centros de Salud Reproductiva y Comunitaria (SRC) Enfermeras capacitadas en SRC dirigen centros rurales que están más asequibles a las mujeres y los niños. Los horarios de las clínicas deben satisfacer las necesidades locales.

Grupos de mujeres La formación de grupos de mujeres en las comunidades locales puede ayudar al trabajo de las enfermeras de SRC en las clínicas. Las mujeres aldeanas pueden recolectar información sobre las necesidades locales y compartir mensajes de salud e información sobre servicios disponibles.

Grupos de salud juveniles Los adolescentes de ambos sexos son grupos objetivo clave para la enseñanza sobre la salud sexual, el cambio en los comportamientos riesgosos y la preparación para el matrimonio y el parto. En un proyecto, los jóvenes varones respondieron a las necesidades locales al organizar un servicio de ambulancia con dueños de vehículos en la comunidad.

Programas de alfabetización Los programas de alfabetización en la aldea para mujeres son otra oportunidad para ofrecer educación e información sobre salud.

Visitas domiciliarias Las enfermeras de SRC desarrollan relaciones con las familias a través de las visitas domiciliarias. Al igual que hablan de asuntos de salud, pueden hablar de otros problemas como oportunidades de generación de ingresos, ahorrar para la salud, discriminación de género y la violencia doméstica.

Las ferias de aldea son un lugar propicio para compartir información con la comunidad. Siempre hay buena asistencia a los juegos de roles, las canciones y los puestos de información.

Cómo evitar los problemas

El desarrollo de buenas relaciones con los centros de salud del gobierno, otras ONG y otros proveedores de salud locales puede evitar el conflicto, los mensajes confusos y la competencia.

Por lo general, los esposos y las suegras son quienes toman las decisiones, por tanto, también pueden ocasionar retrasos decisivos en el acceso a la asistencia. Es importante incluirlos en debates de grupo y familiares. Uno proyectó un 'grupo de suegras' y se reunía regularmente con el mismo. Los mensajes clave fueron:

- Todo embarazo conlleva un riesgo.
- Una madre saludable tiene más probabilidades de tener un bebé saludable y de poder cuidar de su bebé y de su familia.
- Tres chequeos durante el embarazo ayudarán a detectar problemas a tiempo y a hacer más probable un parto seguro.

Celebrar reuniones de aldea, pequeñas obras de teatro en las calles o funciones de videos en las tardes les permite a los hombres participar, y ofrecer sus puntos de vista.

La Dra Ann Thyle es la Directora Regional para la Región Norte y es la Coordinadora de Salud Reproductiva del Emmanuel Hospital Association.

*Emmanuel Hospital Association
808/92, Nehru Place
New Delhi – 110019
India*

*Email: ann@eha-health.org
Sitio web: www.eha-health.org*



Simple mensajes de salud como la importancia de la buena higiene pueden salvar vidas.

Estudio bíblico

La sexualidad dentro del plan de Dios

Leer Génesis 1:27-2:25

El sexo es a menudo un tema tabú, rodeado de silencio y negación. Como cristianos debemos preguntarnos: '¿Cuál es el plan de Dios para la sexualidad humana?' La Biblia no permanece callada en cuanto al tema del sexo, más bien resalta algunos aspectos importantes sobre el tema:

El sexo es creación de Dios. Fue idea de Dios crear personas tanto masculinas como femeninas, y unirlos por medio del sexo (Génesis 2:24). Tanto el hombre como la mujer son creados con deseo sexual.

El sexo es bueno. El sexo fue parte de la buena creación de Dios (Génesis 1:31). El sexo está diseñado para proveer placer y satisfacción (Cantares 4:10). Tanto al hombre como a la mujer se les ha dado el regalo de poder experimentar el placer y el disfrute dentro del matrimonio. Esto enriquece y profundiza la relación de amor de la pareja. Sin embargo, en algunas culturas no se espera que la mujer obtenga placer de las relaciones sexuales.

El sexo está diseñado para el matrimonio. El propósito de Dios para los seres humanos es que los hombres y las mujeres deben experimentar una relación de toda la vida, de fidelidad, permanente y responsable. Estas condiciones se satisfacen dentro del contexto del matrimonio. Es ahí donde Dios bendice y aprueba esta unión. En Génesis 1:28 el mandamiento 'sean fructíferos y multiplíquense' se obedece por medio de la relación sexual.

- ¿Qué dice nuestra sociedad sobre el sexo? ¿Cómo este versículo desafía estas creencias?
- ¿Qué mensajes da la iglesia a la gente sobre el sexo?

Desafortunadamente la gente no siempre escoge seguir el plan de Dios. En nuestro mundo quebrantado hay muchos problemas como las infecciones de transmisión sexual (ITS), la violencia sexual, las familias rotas y las relaciones dañinas. La iglesia no debe esconderse ante esta realidad. Su responsabilidad es ser la sal y la luz para el mundo, y hablar la verdad con amor, para poder animar la salud sexual en las comunidades de todo el mundo.

Leer Juan 8:1-12

Cada vez más personas están viviendo vidas lejos del plan de Dios. Nosotros podemos mostrarles a las personas el plan de Dios para la sexualidad, el matrimonio y la familia. Sin embargo, no debemos perder la actitud compasiva de Jesús. Él nos mostró cómo vivir por medio de su ejemplo. Él mostró amor y gracia a la mujer culpable de adulterio al decir: 'Yo no te condeno'. Él desafió las actitudes de crítica de las personas. Criticar y discriminar a los demás también es un pecado. Luego Jesús utiliza su autoridad para decirle a la mujer: 'Vete y no peques más'. Al igual que la iglesia nosotros debemos mostrar gracia, pero no debemos quedarnos callados cuando se trata de la justicia. No se trata de condenar. Justicia significa desafiar prácticas y actitudes tradicionales dañinas, para asegurar que toda persona sea valorada a la imagen de Dios.

- ¿Cómo podemos nosotros, la iglesia, ser la sal y la luz en nuestra comunidad en cuanto a estos problemas?
- ¿Nuestras actitudes como iglesia son inclusivas o exclusivas?
- Solamente fue condenada la mujer encontrada en adulterio, no el hombre que estaba con ella. ¿Cómo refleja esto la manera injusta en que son tratadas las mujeres en esta área del sexo?

El escritor, el Dr Jorge Patpatian, está involucrado en la organización de seminarios regulares para doctores cristianos en América Latina y en la producción de una revista sobre la salud sexual y la ética de la medicina.

E-mail: acups@chasque.net



Foto Caroline Irby Tearfund

Todas las personas son creadas a imagen de Dios y por lo tanto tienen igual valor.

Cómo salvar vidas

por el Reverendo Ayano Chule Deyabo

En algunos países de África al sur del Sahara, uno de cada diez adultos ya está viviendo con el VIH. Esto significa que en la mayoría de las iglesias de estos países, habrá personas que tienen el virus.

Éste no es un problema solamente para África, porque la pandemia del SIDA afecta al mundo entero. Las personas que están infectadas con el virus y las que han muerto de SIDA no son simplemente desconocidos,

sino miembros de nuestra familia global. El desafío más importante en estos momentos es salvar vidas.

Las actitudes de crítica, que juzgan al VIH como un castigo por el pecado y la inmoralidad, han contribuido a la creación de otra epidemia – la del estigma y la discriminación. El VIH es un virus que puede afectar a cualquier persona, no es un juicio moral. Muchos niños se infectan con el VIH al nacer, a través de la transmisión de madre a hijo. Muchas de las nuevas

infecciones les han ocurrido a esposas jóvenes que han sido fieles. Sin embargo, el estigma continúa e impide que las personas busquen ayuda, pruebas o tratamiento. Los líderes de la iglesia tienen una posición influyente en la comunidad, por lo que pueden ayudar a cambiar estas actitudes de crítica. Tenemos la oportunidad de hablar en contra del estigma, para tratar de salvar vidas y darles esperanza a las personas.

ANERELA+ es la Red Africana de Líderes Religiosos que Viven con o están afectados personalmente por el VIH y el SIDA. Nosotros intentamos conseguir equipar, empoderar y comprometer a líderes religiosos VIH positivos para lidiar con los problemas del estigma y la discriminación, el miedo irracional, la negación y la vergüenza que contribuyen a la propagación del virus. Para enfrentar el estigma, estos líderes rompen el silencio en sus iglesias al compartir su historia personal y experiencia de vida. Ellos hablan libre y francamente sobre su estatus de VIH positivos y actúan como modelos de una vida positiva. Ellos demuestran que donde hay apoyo, entendimiento y acceso a asistencia de salud, como las drogas antiretrovirales, el VIH no le impide a una persona vivir una vida plena.

El Reverendo Ayano Chule Deyabo es un pastor anglicano y miembro de ANERELA+

ANERELA+
5th Floor JCC House
27 Owl Street
Milpark
Johannesburg, 2006
Sudáfrica

E-mail: info@anerela.org
Sitio web: www.anerela.org

> Save

Muchos programas de prevención del VIH siguen la **Estrategia AFC (Abstinencia, Fidelidad y uso de Condones)**. Sin embargo, este mensaje no da respuesta plena a todas las complejas realidades de la vida. Muchas personas, en especial las mujeres, tienen poco control sobre las decisiones sexuales. ANERELA+ ha desarrollado un nuevo modelo para una respuesta más completa al VIH, llamado **SAVE**.

S Seguridad en las prácticas para impedir la transmisión del virus. Esto incluye sangre segura para la transfusión de sangre, condones para las relaciones sexuales, agujas limpias para las inyecciones. SAVE no significa abandonar la idea de la abstinencia, pero ése no puede ser el único mensaje.

A Acceso a medicamentos. Esto incluye proveer drogas antiretrovirales (ARV), así como tratar las infecciones asociadas con el VIH.

V Voluntariamente buscar asesoramiento y pruebas (CPV). Las personas que conocen su estado de VIH están mejor equipadas para protegerse a sí mismas de una infección. Se le puede proveer información y apoyo a una persona que es VIH positivo para permitirle vivir de manera positiva.

E Empoderamiento a través de la educación. Compartir información correcta y sin crítica puede romper las barreras del estigma y la discriminación. La educación incluye información sobre buena salud y nutrición para personas que viven con el VIH.

¡Por favor continúen enviándome *Paso a Paso!*

Debe enviar el formulario Rosado anexo a la cubierta de este número para registrarse de nuevo, enviarnos un correo electrónico, o registrarse en el sitio web de tilz (<http://tilz.tearfund.org/fspp>) o ya no recibirá más *Paso a Paso*. Estamos actualizando nuestra lista de correo y solamente aquellos lectores que respondan seguirán recibiendo copias. ¡No lo olvide!

Compassionate Community Work

por Dave Andrews

Es un libro fácil de usar como curso introductorio al trabajo de desarrollo comunitario cristiano. Está diseñado para capacitar a trabajadores comunitarios, líderes de la iglesia, maestros y estudiantes, y puede ser usado como un recurso para grupos o para el autodidacta. Es un libro práctico y lleno de tareas y ejercicios útiles.

Su costo es £14,99 (US\$24,99)

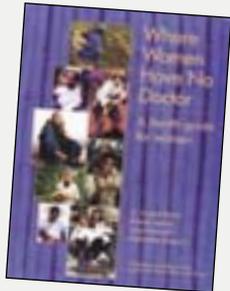
Para más información contacte a:

info@piquant.net

Sitio web: www.piquanteditions.com

Donde no hay doctor para mujeres: Un manual para la salud de la mujer

por A August Burns, Ronnie Lovich, Jane Maxwell y Katharine Shapiro. Editado por Sandy Niemann



Este es un manual de asistencia de salud muy útil diseñado para mujeres en las zonas donde no hay asistencia de salud disponible o ésta sea inasequible. Ofrece información práctica y fácil de entender sobre un amplio rango de temas que afectan la salud de la

mujer, y cómo identificar y tratar problemas médicos comunes.

Está disponible en línea o para descargar del sitio web www.hesperian.org

Los ejemplares impresos también pueden pedirse desde el sitio web y cuestan US\$22 más franqueo.

Nursing and Midwifery: A Practical Approach

por Sally Huband, Pam Hamilton-Brown, Gillian Barber



Este libro ofrece una guía realista y práctica para enfermeras y parteras en ambientes con pocos recursos. Está bien ilustrado e incluye puntos para la promoción de la salud y actividades. Abarca principios de enfermería, cuidado del paciente, salud reproductiva y sexual, cuidado materno y cuidado de los niños.

Este libro cuesta £4,95 y está disponible de:

TALC
PO Box 49
St Albans
AL1 5TX
Inglaterra

E-mail: info@talcuk.org
Sitio web: www.talcuk.org

Nuevo sitio web en kiswahili – www.food-security.info

Este es un sitio web muy útil que se enfoca en la agricultura y la seguridad alimentaria. Contiene todo tipo de información práctica y vínculos útiles a varias organizaciones en inglés. También contiene muchas publicaciones útiles traducidas al kiswahili. Esto incluye cuatro guías de la serie PILARES – traducidas por Arthur Mbumbuka y todas disponibles para descargar gratuitamente:

- *Kilimo mseto: mwongozo was nguzo (Agroforestry)*
- *Kula kwa afya (Una sana alimentación)*
- *Kujenga uwezo wa vikundi vya wenyeji (Fortaleciendo la capacidad de grupos locales)*
- *Mikopa kwa biashara ndogo ndogo (Créditos y préstamos)*

Otra guía de la serie PILARES sobre VIH y SIDA está disponible de Transworld Radio, Nairobi (e-mail Mkanini@yahoo.com)



SITIOS WEB ÚTILES

www.engenderhealth.org/projects

EngenderHealth ha desarrollado cursos auto-instructivos por Internet y en CD Rom especialmente para aquellos que se encuentran en entornos de pocos recursos. Los temas del curso incluyen la sexualidad y la salud sexual, las infecciones de transmisión sexual y la salud reproductiva. Los mismos contienen ejercicios y pruebas interactivas, estudios de caso, así como materiales educativos que pueden ser impresos para ser usados en programas de salud. En inglés. Se pueden pedir libros en español desde el sitio web.

www.acquireproject.org

El proyecto ACQUIRE (siglas en inglés) (Acceso, Calidad y Uso en Salud Reproductiva) trabaja en todo el mundo a favor del progreso y del apoyo a la disponibilidad, la calidad y el uso de servicios de salud reproductiva y de planificación familiar y para fortalecer los lazos entre las instalaciones de salud y las comunidades.

www.isis.cl

El sitio web de ISIS Internacional se ha establecido como canal fundamental para que las mujeres y los hombres interesados en la temática del género estén constantemente informados. Los programas incluyen 'Mujer y salud' y 'No violencia contra las mujeres'.

www.vialibre.org.pe

Vía Libre fue creada en 1990 como respuesta a la insuficiente acción del sector público para aminorar el impacto individual y comunitario del SIDA. El sitio web proporciona detalles sobre los servicios en el Perú e información básica sobre VIH y SIDA.

www.generosaludreproductiva.gob.mx

El Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva tiene la misión de garantizar el derecho a la protección de la salud de toda la población mexicana.

SIDA y usted

Dr Patrick Dixon

Este útil recurso ofrece información clara y práctica sobre el VIH y el SIDA. Está disponible gratuitamente y en varios idiomas del sitio web:

www.acet-international.org/publications

La autoestima

por Phil Hoyle

Oasis Esteem es un programa de educación cristiana sobre el sexo y las relaciones operado en toda Inglaterra por la organización benéfica Oasis Trust. Oasis Esteem provee recursos y capacitación a voluntarios para ir a las escuelas secundarias y a entornos laborales de jóvenes y ofrecer clases en las cuales se educa al joven sobre el sexo y las relaciones.



Los jóvenes necesitan la información correcta para tomar la decisión correcta.

Recientemente, uno de nuestros voluntarios estaba impartiendo una lección sobre los valores en las relaciones a jóvenes de quince años. Un estudiante preguntó, '¿Por qué estamos hablando sobre las relaciones? Pensé que esta lección trataba sobre el sexo.' Su pregunta demuestra cómo, para muchos jóvenes en Inglaterra, las ideas sobre el sexo se han separado de la idea de una relación con compromiso. Los dolorosos resultados de esta separación entre el sexo y las relaciones pueden verse con claridad en nuestra sociedad. Desde los 1990, los casos de infecciones de transmisión sexual (ITS) han continuado en aumento, con

el mayor incremento en personas jóvenes entre 16 y 24 años. Inglaterra también tiene las tasas de embarazo de adolescente más altas de Europa Occidental.

El sexo es un tema de vital importancia e interés para los jóvenes, pero la mala información y los prejuicios son comunes. Esto puede llevar a malas elecciones, relaciones perjudiciales y poner vidas en riesgo. Oasis Esteem intenta conseguir dar respuesta a estos temas por medio de la educación. Es muy importante que los jóvenes tengan acceso a información precisa y clara sobre el sexo y las relaciones.

Motivados por nuestra fe cristiana nombramos el proyecto 'Oasis Esteem' (Oasis Estima) para resaltar el hecho que las decisiones de los jóvenes sobre el sexo y las relaciones están enraizadas en su autoestima. Las lecciones tienen como objetivo animar a los jóvenes a respetarse a sí mismos y a otras personas. Queremos ayudar a los jóvenes a hacer elecciones bien informadas, positivas y saludables en sus vidas en el área de las relaciones y el sexo. Los temas de las lecciones incluyen:

- la autoestima
- el sexo y las relaciones
- las ITS
- el sexo y la sexualidad
- el VIH y SIDA – información y actitudes.

En Inglaterra, al igual que en muchos otros países, los medios masivos de comunicación como la televisión, el cine, la radio y las revistas, a menudo dan mensajes confusos sobre el sexo a los jóvenes. Nosotros creemos que es importante ayudar a los jóvenes a decidir sus propios valores y a empoderarlos para defender lo que ellos creen. La retroalimentación es motivadora – como dijo un joven, '¡Gracias! Creo que hasta pueden haber salvado mi vida.'

Phil Hoyle trabaja para Oasis Esteem como Coordinador de Capacitación, Greater London.

*Oasis Inglaterra
115 Southwark Bridge Road
London, SE1 0AX*

E-mail: esteem@oasisuk.org

Sitio web: www.oasisuk.org/esteem

> Una actividad para la autoestima

El objetivo de esta práctica actividad es desafiar el pensamiento sobre cómo valoramos a las personas y animar al grupo a apreciar las cualidades y contribuciones que ellos y los que están a su alrededor pueden ofrecer.

Método:

- 1 Reunir fotos y accesorios para representar lo siguiente:
 - 6 cubetas de agua (hidrógeno y oxígeno)
 - 1 cubeta de carbón vegetal o hulla (carbono)
 - 2 tazas de cal (calcio)
 - 2.000 puntas de fósforo (fósforo)
 - 2 cucharas grandes de ceniza de madera (potasio)
 - 1 cucharadita de azufre
 - 4 tazas de grasa o aceite
 - 1 cucharadita de sal (cloro y sodio)
 - 1 clavo grande (hierro)

- 1 cuchara grande de tierra (en representación de todos los elementos traza)
- 2 Leer la lista y mostrar los objetos o fotos. Explicar que de esto están hechos los humanos si se descomponen en componentes químicos.
- 3 Preguntar al grupo sus respuestas a la información. ¿Piensan ellos que la gente vale más que tan solo su composición química? Trate de sacar las opiniones de los jóvenes.
- 4 Discutir qué otras cosas hacen a alguien valioso.
- 5 Discutir los valores que la sociedad otorga a las personas por su posición, ejecución, riqueza y apariencia personal.
- 6 Terminar recordando al grupo que tenemos cualidades especiales que nadie más tiene. Cada uno de nosotros es valioso y amado por Dios.