



Tallers Educatius

Escola de Salut

Barcelona, Desembre 2017

Descripció dels tallers educatius

Cada sessió presenta les seves característiques pròpies, es presenten a continuació

TALLER SOBRE INFECCIONS DE TRANSMISSIÓ SEXUAL

DURADA: 2 hores

OBJECTIUS:

- Conèixer les diferents infeccions de transmissió sexual (ITS).
- Oferir informació per evitar la propagació de mites, tabús i fal·làcies que afavoreixin les conductes de risc.
- Modificar actituds, normes i creences.
- Aprehendre les pràctiques per tal d'afavorir l'adopció de mesures preventives.
- Incrementar l'ús del preservatiu i facilitar-ne l'ús correcte.
- Proporcionar habilitats de relació, auto-eficàcia i habilitats per la realització d'un sexe més segur.
- Fomentar el diàleg amb el personal socio-sanitari.

CONTINGUTS:

1. Infeccions de transmissió sexual (agent causal, vies de transmissió, signes i símptomes, evolució, prevenció i tractament):
 - a . Sífilis.
 - b. Condilomes.
 - c . Herpes genital.
 - d . Gonorrea.
 - e . Clamídia.
 - f. Càndides.
- 2 . Mètodes anticonceptius.
- 3 . Pràctiques sexuals.
- 4 . Comunicació amb la parella.
- 5 . Relació amb el personal socio-sanitari.

ACTIVITATS:

- Exposició teòrica.
- Lliurament i comentaris del material gràfic.

- Eines per fomentar la comunicació de qualitat amb la parella.
- Visionat de fotografies.
- Xerrada col·loqui oberta a la participació dels assistents
- Qüestionaris d'avaluació pre i post sessió.

TALLER SOBRE L'EFECTE DE DIFERENTS DROGUES I METADONA

DURADA: 2 hores

OBJECTIUS:

- Donar a conèixer l'efecte de diferents drogues i la seva història.
- Conèixer l'efecte de la combinació de drogues.
- Aprendre els riscos del poli consum.
- Oferir informació especialitzada sobre drogues, el seu consum i els problemes associats.
- Conèixer les conseqüències a curt, mig i llarg termini del consum.
- Conèixer els efectes de la barreja de la metadona amb altres drogues.
- Conèixer els efectes del consum de drogues en persones VIH positives.

CONTINGUTS:

1. Drogues:

- Cocaïna.
- Heroïna.
- Hachís.
- Benzodiazepines.
- Èxtasis.
- Èxtasis líquid.
- Cristall.
- LSD.
- Barbitúrics.
- Metadona.
- Alcohol.
- Tabac.

2 . Efectes a curt i llarg termini.

3 . Riscos.

4 . Vies d'administració.

5 . Addicció.

6 . Combinació de diverses drogues.

7 . VIH i consum de drogues.

ACTIVITATS:

- Exposició teòrica.
- Lliurament i comentaris del material gràfic.
- Intercanvi d'experiències.
- Xerrada col·loqui oberta a la participació dels assistents.
- Qüestionaris d'avaluació pre i post sessió.

TALLER SOBRE VIH/Sida

DURADA: 2 hores

Aquest taller intenta que els participants manifestin tot el coneixement que posseeixen sobre el VIH i a partir d'aquesta informació poder trencar mites i falses creences, així com donar a conèixer avanços en aquest àmbit.

OBJECTIUS:

- Oferir informació per evitar la propagació de mites, tabús i fal·làcies que afavoreixin conductes de risc.
- Donar a conèixer els diferents mètodes per evitar la transmissió del VIH.
- Modificar actituds, normes i creences per afavorir l'adopció de mesures preventives.
- Aprehendre les pràctiques preventives.
- Aportar informació sobre les pràctiques sexuals segures en funció del risc d'infecció del VIH.

CONTINGUTS:

1. Virus d'Immunodeficiència Humana (VIH).
2. Síndrome d'Immunodeficiència Adquirida (Sida).
3. Diferències entre VIH i Sida.
4. Sistema Immune o Sistema de Defensa. La seva actuació.
5. Mesura de la càrrega viral.
6. Influència del VIH en el cos.
7. Vies de transmissió del VIH.
8. Mites i prejudicis. Com NO es transmet el virus.
9. Causes de la Sida.
10. Proves de detecció del VIH.
11. Evolució de la malaltia.
12. Profilaxis post-exposició.
13. Tractaments.
14. Lectura d'analítiques.
15. Pràctiques sexuals i VIH: anal, vaginal i oral.
16. La SIDA en l'actualitat.
17. Dona i VIH/Sida.
18. Embaràs, nadó i lactància.
19. Aspectes legals.

ACTIVITATS:

- Pluja d'idees.
- Exposició teòrica.
- Entrega y comentaris del material gràfic.
- Qüestionaris d'avaluació pre y post sessió.

TALLER: ADHERENCIA ELS TRACTAMENTS

DURADA: 2 hores

OBJECTIUS

- Oferir informació sobre cadascun dels tipus de tractament.
- Aconseguir una bona adherència als tractaments.
- Conèixer les limitacions de les persones per aconseguir una bona adherència a fi d'elaborar estratègies alternatives.

CONTINGUTS:

1. Diferents tipus de tractament.
2. Tractament Antirretroviral (ART): funcionament, dificultats, recomanacions per a l'adherència.
3. Tractament de manteniment amb Metadona: funcionament, avantatges, inconvenients, ús de la MTD, la seva relació amb altres drogues.
4. Tractament antidepressiu: pauta mèdica, abús, la seva relació amb altres drogues.
5. Pauta mèdica. Seguiment i control.
6. Adherència o compliment del tractament.

ACTIVITATS:

- Pluja d'idees.
- Exposició teòrica.
- Passar qüestionaris d'avaluació pre i post sessió.

TALLER DE SEXE SEGUR

DURADA: 2 HORES

Es parteix de la base que els participants disposen de la informació, però no canvia la conducta tot i saber-ne els riscos. Es dramatitzen diferents situacions comunes relacionades a l'ús del preservatiu. Per això, es treballa amb la tècnica de role-playing posant totes les excuses possibles per a no utilitzar-lo i alternatives d'actuació davant d'aquesta situació.

OBJECTIUS:

- Incrementar l'ús del preservatiu i facilitar la seva correcta utilització.
- Contactar-se amb l'ús correcte del preservatiu masculí i del femení.
- Conèixer nous mètodes de protecció, que estan en fase d'experimentació, davant el VIH/Sida i algunes infeccions de transmissió sexual: microbicides
- Conèixer tres dimensions de la sexualitat: plaer, emoció i risc.
- Aprofundir en la connexió emocional i la forma en què vivim la nostra sexualitat.
- Oferir informació per a evitar la propagació de mites, tabús i fal·làcies que afavoreixin les conductes de risc.
- Modificar actituds, normes i creences per afavorir l'adopció de mesures preventives.
- Proporcionar habilitats de relació, auto eficàcia i habilitats per a la realització d'un sexe més segur.
- Conèixer els diferents mètodes per evitar la transmissió del VIH i altres infeccions de transmissió sexual.
- Animar a trobar diferents eines per integrar una sexualitat més segura en la vida de la parella.
- Ensenyar a integrar una sexualitat més segura en la vida de la parella.
- Ajudar a negociar l'ús del preservatiu, amb esperit de cooperació i seducció.
- Clarificar quins són els obstacles específics que té cada membre del grup per no practicar el sexe segur.
- Conèixer els riscos de reinfecció en parelles seropositives.

CONTINGUTS:

- Obstacles específics que impedeixen utilitzar el preservatiu.
- Tipus de preservatius i com utilitzar-los.
- Negociació de l'ús del preservatiu.
- Sexualitat: dimensions.
- Coneguem el nostre cos. El nostre cos davant l'estímul sexual.
- Pràctiques sexuals segures.
- Sexe: oral, anal i vaginal.
- Muntar-s'ho en "positiu".

ACTIVITATS:

- "Per què no m'agrada utilitzar preservatiu"?

- Correcte ús del preservatiu.
- Exposició teòrica.
- “Com puc introduir el preservatiu en una relació sexual?”
- Dramatització.
- Role playing.
- Pluja d’idees.
- “Com realitzar sexe segur?”
- Lliurament i comentari del material gràfic.
- Visionat de vídeos.
- Qüestionaris d’avaluació pre i post sessió.

TALLER D’HEPATITIS I NUTRICIÓ

DURADA: 2 hores

S’expliquen conceptes bàsics sobre l’Hepatitis i es convida a l’intercanvi d’opinions i debat. Es pauta una dieta alimentària favorable a persones portadores del VHC, tenint en compte les dificultats econòmiques i situació social de la població amb la qual es treballa es plantegen aliments possibles d’adquirir.

OBJECTIUS:

- Entendre què és el virus de l’Hepatitis (A, B, C, D, E).
- Aconseguir que els assistents entenguin la manera d’interpretar i conèixer l’estat de la seva pròpia salut.
- Donar a conèixer la transmissió i evolució de les Hepatitis.
- Fomentar habilitats en la relació amb el personal sociosanitari.
- Informar de les pautes d’alimentació adequades.
- Oferir informació per evitar la propagació de mites, tabús i fal·làcies que afavoreixin conductes de risc.
- Modificar actituds, normes i creences per afavorir l’adopció de mesures preventives.
- Conèixer els tractaments i la importància de l’adherència.
- Conèixer la importància de la nutrició i fomentar una bona alimentació.
- Conèixer els paràmetres claus de les analítiques
- Fomentar estils de vida saludables.

CONTINGUTS:

1. Tipus d’hepatitis: signes i símptomes, evolució, prevenció i tractament.
2. Vacunes de l’hepatitis A i B.
3. Estadis hepàtics: fibrosis, cirrosis, fallada hepàtica, càncer de fetge.
4. Paràmetres analítics que poden afectar a un fetge malalt.
5. Tractament de la hepatitis. Inici de tractament, adherència.
6. Mesura de la càrrega viral.
7. Èxit del tractament.
8. Efectes secundaris del tractament.

9. Paràmetres de les analítiques.
10. Explicació dels factors de risc.
11. Aliments beneficiosos pel fetge i pautes d'alimentació.
12. Estils de vida saludables

ACTIVITATS:

- Exposició teòrica.
- Lliurament i comentaris del material gràfic .
- Xerrada col·loqui oberta a la participació dels assistents.
- Resum de les idees més importants de la sessió.
- Visionat d'imatges sobre com actua el virus de l'Hepatitis C a l'organisme.
- Qüestionaris d'avaluació pre i post sessió.
-

TALLER SOBRE HABILITATS SOCIALS I COMUNICACIÓ DE QUALITAT

DURADA: 2 hores

Es treballa la importància de l'afectivitat i emocionalitat. S'explica el concepte d'assertivitat i es fa la diferència entre conducta agressiva i conducta passiva. S'analitzen els factors que influeixen a l'hora de relacionar-nos i quan es manifesten les dificultats per a expressar els sentiments i les necessitats.

OBJECTIUS:

- Conèixer els elements necessaris per generar una comunicació de qualitat.
- Conèixer la importància de l'emocionalitat.
- Conèixer les habilitats socials.
- Comprendre la importància de l'afectivitat sobre el sistema immunitari.
- Estimular als participants perquè es posicionin des de l'acceptació de l'altre com legítim en la convivència.

CONTINGUTS:

1. Factors de la comunicació de qualitat
 - a . Disponibilitat en el receptor.
 - b. Oportunitat del iniciador (context i situació).
 - c . Empatia.
 - d . Confirmació de "l'altre". i valoració positiva
 - f. Escolta de qualitat.
 - g. Emissió de qualitat.

- h. Acceptació del "negatiu".
 - i. .Obertura i revelació de sentiments
- 2 . Prosocialitat i visió comprensiva de l'altre (des del seu marc de referència).
 - 3 . Habilitats socials i afectivitat en la comunicació.
 - 4 . VIH/SIDA: comunicació i afectivitat.

ACTIVITATS:

- Exposició teòrica.
- Lliurament i comentaris del material gràfic.
- Treball individual i en grup.
- Xerrada col·loqui oberta a la participació dels assistents.
- Qüestionaris d'avaluació pre i post sessió.

TALLER DE CONSUM MENYS RISC I VENOPUNCIÓ HIGIÈNICA

DURADA: 2 hores

Aquesta activitat es basa fonamentalment en exercicis pràctics que possibilitin la internalització de coneixements i el canvi d'hàbits. Es prioritza la participació activa dels usuaris en els exercicis.

OBJECTIUS:

- Eliminar l'ús compartit de xeringues i de rol·los per esnifar.
- Ensenyar mesures d'higiene per la preparació de la droga.
- Promoure el canvi de la via d'administració de endovenosa a nasal.
- Fomentar el consum en companyia.
- Donar a conèixer les estratègies per a prevenir una sobredosi.
- Conèixer els espais de reducció de danys i fomentar-ne l'ús.

CONTINGUTS:

1. Ús de la xeringues. Mesures higièniques.
- 2 . Vies d'administració.
- 3 . Preparació de la droga.
- 4 . Tipus d'injeccions: subcutània, intramuscular.
- 5 . Sales de venopunció higiènica.

6 . Intercanvi de xeringues.

7 . Inici de tractament amb metadona o lliure de drogues.

ACTIVITATS:

- Lliurament i comentaris del material gràfic.
- Exposició teòrica.
- Visionat de vídeos.
- Discussió sobre el consum en companyia o en solitari.
- Exercici sobre el millor lloc per injectar-se.
- Exercici sobre el que s'ha de tenir-se en compte per preparar la injecció.
- Exercici sobre el que s'ha de tenir en compte per injectar-se.
- Xerrada col·loqui oberta a la participació dels assistents.
- Elaborar unes “regles” per a la injecció més segura (discussió en grups i posada en comú).
- Elaborar un llistat amb les idees més importants de la sessió.
- Qüestionaris d'avaluació pre i post sessió.

TALLER DE XARXA DE RECURSOS SOCIALS I SANITARIS

DURADA: 2 hores

Aquesta activitat es basa fonamentalment en donar informació sobre els diferents circuits vigents respecte a la xarxa de recursos socials i sanitaris, així com donar eines que permetin conèixer les dinàmiques de funcionaments i temps respecte a aquests.

OBJECTIUS:

- Conèixer el funcionament del sistema sanitari públic
- Comprendre els circuits d'accés als recursos socials (albergs, menjadors, assessorament legal/jurídic, etc).
- Conèixer els recursos específics per a usuaris de drogues.
- Conèixer els recursos específics dirigits a la població immigrant.
- Conèixer els procediments i requisit per a obtenir prestacions socials.

CONTINGUTS:

1. Circuits d'accés a recursos socials (albergs, menjadors, centres de dia).
2. Sistema públic: empadronament amb o sense domicili fix, targeta seguretat social, vida laboral, assessorament legal.
3. Sistema sanitari públic: targeta sanitària, accés a hospitals i centres d'atenció primària.
4. Drets i obligacions: responsabilitat social, dret a l'assistència social.

5. Serveis socials i sanitaris específics per a usuaris de drogues (centres soci sanitaris i de seguiment, unitats de desintoxicació).
6. Serveis específics d'atenció a població immigrant.
7. El Programa Interdepartamental de la Renda Mínima d'Inserció (PIRMI).
8. Pensió no contributiva (PNC).

ACTIVITATS:

- Exposició teòrica.
- Dramatització.
- Lliurament i comentaris del material gràfic.
- Passar qüestionaris d'avaluació pre i post sessió.