

Guía para una educación sexual informada con respecto al trauma



Julio de 2016

Agradecimientos

Participantes en el proyecto: Nuestro agradecimiento a las agencias, el personal y los jóvenes que participaron en este proyecto:

- ACH Child and Family Services – Fort Worth, TX
- Austin Children’s Shelter – Austin, TX
- Departamento de Libertad Condicional Juvenil del Condado de Dallas – Dallas, TX
- Haven for Hope – San Antonio, TX
- Departamento de Libertad Condicional Juvenil del Condado de Harris – Houston, TX
- Healthy Futures of Texas – San Antonio, TX
- Nexus Recovery Center – Dallas, TX
- Planned Parenthood de la Costa del Golfo – Houston, TX
- Planned Parenthood de Greater Texas – Austin and Dallas, TX

El personal y educadores de estas organizaciones ayudaron a asegurar una fluida distribución del programa y proporcionaron una retroalimentación invaluable, la cual nos brindó abundante información para el desarrollo de este documento.

Colaboradores:

Jami Lynn Bula M.A., Coordinadora del proyecto, Cardea Services

Hector J. Campos, Director de Capacitación, Cardea Services

Picheska Marrero, Coordinadora de Capacitación, Cardea Services

Lori Pelliccia M.A., LPC-I, Gerente Administrativa y Fiscal, Cardea Services

Sandy Rice M.Ed., Vicepresidente, Cardea Services

Revisores: Las cuidadosas aportaciones y sugerencias de los revisores han enriquecido enormemente este documento. Estamos muy agradecidos con las siguientes personas por su tiempo y atención:

Bethany Evans, MPH, CHES - Coordinadora del Programa de Educación para los Jóvenes, Healthy Futures of Texas

Raul Rojas - Gerente de Educación para la Salud en la Comunidad, Planned Parenthood de Greater Texas

Rebecca Snearly - Directora de Educación para la Salud en la Comunidad, Planned Parenthood de Greater Texas

Expresamos nuestro agradecimiento a las contribuciones de supervivientes de trauma; mucho de lo que sabemos sobre los enfoques informados con respecto al trauma se lo debemos a aquellos supervivientes que con valentía nos han contado sus historias.

Desarrollado por

Lisa Schergen, M.A., Gerente de Capacitación, Cardea Services

Stephanie D. Hebert, M.Ed., Gerente de Capacitación, Cardea Services

Esta publicación ha sido financiada por el Programa de Educación para la Responsabilidad Personal (PREP), Subvención Núm. 90AK0036, de la Administración para Menores y las Familias, Agencia de Servicios para la Familia y los Jóvenes, del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU.

Índice

Introducción	4
Definición de trauma.....	4
El trauma y el cerebro	5
Un enfoque informado con respecto al trauma	6
Acerca de esta Guía	8
Los seis principios clave de un enfoque informado con respecto al trauma	9
Seguridad.....	9
Estrategias para crear seguridad	9
Confiabilidad y transparencia.....	15
Estrategias para crear confiabilidad y transparencia.....	15
El apoyo de los compañeros	16
Estrategias para crear apoyo de los compañeros.....	16
Colaboración y reciprocidad	17
Estrategias para crear colaboración y reciprocidad.....	17
Empoderamiento, voz y capacidad de elegir	18
Estrategias para crear empoderamiento, voz y capacidad de elegir.....	18
Cuestiones culturales, históricas y de género.....	19
Estrategias para atender las cuestiones culturales, históricas y de género	21
Resumen	23
Recursos adicionales	24
Seguridad.....	24
Confiabilidad y transparencia.....	24
Apoyo de los compañeros.....	24
Colaboración y reciprocidad	25
Empoderamiento, voz y capacidad de elegir	25
Cuestiones culturales, históricas y de género.....	25
Notas	26

Guía para una educación sexual informada con respecto al trauma

Introducción

Los profesionales y agencias de la salud pública han llegado a entender el trauma como una cuestión de salud pública. El impacto de las experiencias traumáticas puede ser tan grande que la extensa repercusión de sus efectos podría hacerse sentir en la salud de los individuos y las comunidades, especialmente aquellas comunidades que han experimentado un trauma histórico.* A ello se debe entonces que muchos en este campo estén buscando mejores maneras de servir a los clientes y las comunidades que han experimentado el trauma o se han visto influidos por este. Muchos programas y servicios han empezado a explorar y adoptar un enfoque informado con respecto al trauma. Esto significa que los educadores, los facilitadores y el personal de la agencia tienen ciertos conocimientos y capacitación sobre los efectos del trauma en el cerebro y el comportamiento, y toman en cuenta esos efectos cuando prestan sus servicios. Esta guía le proporcionará al lector una perspectiva completa de un enfoque informado con respecto al trauma, así como estrategias prácticas para aplicar principios informados con respecto al trauma en programas de educación sexual.

Definición de trauma

La Administración de Servicios para el Abuso de Sustancias y la Salud Mental (SAMHSA) define el trauma como “un **evento**, una serie de eventos, o un conjunto de circunstancias **experimentados** por un individuo en forma de daño físico o emocional o que ponen en peligro la vida, y que tienen **efectos** adversos duraderos en el funcionamiento del individuo y en su bienestar mental, físico, social, emocional o espiritual”¹. El trauma puede ser agudo, como un accidente automovilístico, una lesión o enfermedad repentina, un desastre natural o una agresión física; puede ser también crónico, como al vivir en una zona de guerra, sufrir de manera repetida abuso físico o sexual a lo largo del tiempo, o vivir en medio de la violencia dentro de una familia o comunidad. El trauma también puede manifestarse con el tiempo como consecuencia de una exposición repetida y constante a los distintos tipos de estrés por discriminación, como el racismo, el clasismo, la discriminación de género, la discriminación basada en la discapacidad, la homofobia, etc. Cuando una persona experimenta cualquier tipo de discriminación interpersonal o institucional a lo largo del tiempo, esas experiencias pueden tener los mismos efectos que un evento traumático.

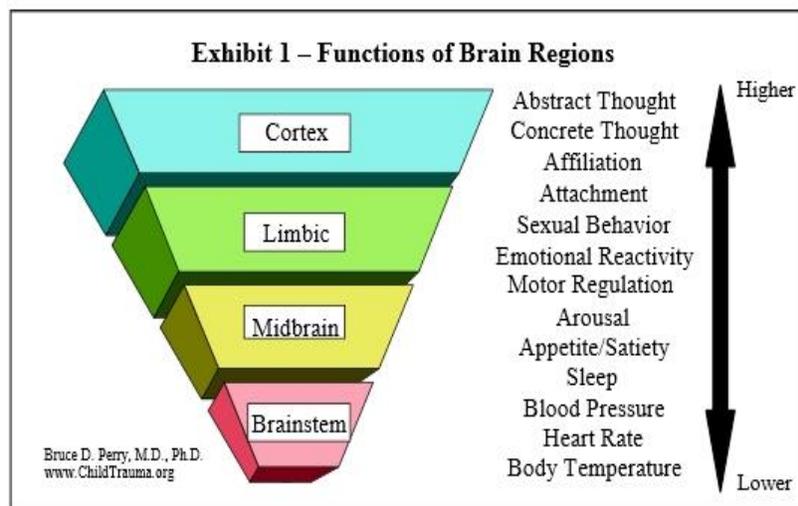
Estos distintos tipos de eventos o circunstancias traumáticas pueden afectar a las personas de manera diferente, pero hay ciertas maneras predecibles en que los efectos del trauma pueden manifestarse en el comportamiento y las habilidades para las funciones ejecutivas. Un historial de trauma puede dificultar la capacidad para lidiar con los distintos tipos de estrés de la vida diaria, regular el

* El trauma histórico es una forma de trauma que impacta en comunidades enteras. Hace referencia a la herida acumulativa emocional y psicológica que se transmite a través de generaciones dentro de una comunidad como resultado de experiencias traumáticas sufridas en grupo. Un dolor profundo e ira no resueltos con frecuencia acompañan a este tipo de trauma y contribuyen a la aparición de trastornos de salud físicos y del comportamiento. Este tipo de trauma con frecuencia está asociado a grupos de población raciales y étnicos en los Estados Unidos que han sufrido importantes pérdidas intergeneracionales y ataques a su cultura y bienestar. <http://www.samhsa.gov/trauma-violence/types>.

comportamiento o controlar la expresión de las emociones. Además, el trauma no resuelto puede también hacer que a los supervivientes se les dificulte mantener la memoria y la atención, así como percibir e interpretar la información que reciben;² es importante tomar en cuenta estas dificultades en los programas educativos, incluida la educación sexual. Un historial de trauma también puede tener un impacto considerable en la salud y toma de decisiones sexuales de la persona.³

El trauma y el cerebro

Para entender cómo afecta el trauma al cerebro en desarrollo, es importante tener primero una comprensión básica de cómo se desarrolla el cerebro. El cerebro está estructurado para responder a las experiencias; ya sean positivas o negativas, las distintas experiencias, especialmente las que son repetitivas y continuas, alteran físicamente el cerebro y el funcionamiento de sus principales

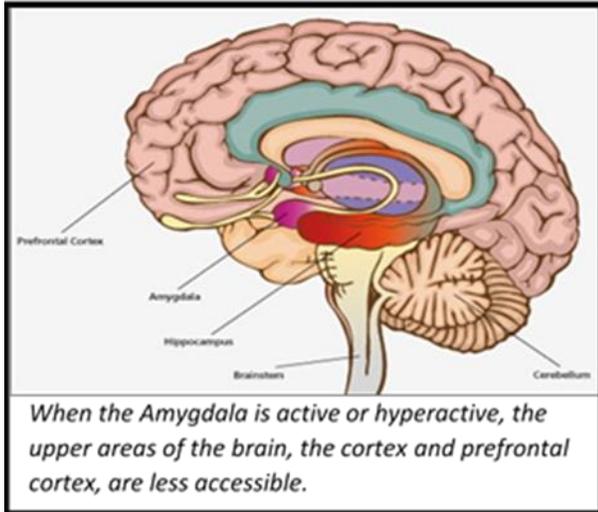


El proceso de desarrollo cerebral "de abajo arriba"

componentes.⁴

El proceso de desarrollo del cerebro ocurre de una manera ascendente, "de abajo arriba". El cerebro inferior, el cual controla cosas como el ritmo cardíaco y la respiración, se desarrolla primero (al cerebro inferior se lo conoce a veces como 'cerebro reptiliano'). Las estructuras superiores del cerebro, como la corteza prefrontal, controlan cosas como el pensamiento abstracto, la toma de decisiones, el razonamiento y el sentido común, y son las últimas en alcanzar el desarrollo completo cuando la persona llega a la mitad de la segunda década de vida.

La amígdala es la parte del cerebro que responde al estrés y la ansiedad y coordina la respuesta de



comportamiento que nos ayuda a asegurar la supervivencia, una respuesta que también se conoce como “reacción de lucha, huida o parálisis”. Con frecuencia, la amígdala cerebral de alguien que ha experimentado un trauma es hiperactiva; esto significa que su cerebro se concentra en analizar el entorno en busca de amenazas y pasa a colocarse en la modalidad de supervivencia, incluso cuando no existe ninguna amenaza real. Cuando la reacción de lucha, huida o parálisis se desencadena, el cerebro inferior de ‘supervivencia’ toma el control, y el funcionamiento del cerebro superior ‘pensante’ disminuye. En un estado de respuesta desencadenada por un detonante, el comportamiento de la persona podría

parecer inapropiado, errático o desafiante, pues ya no tiene la capacidad de analizar la situación con razonamientos y sensatez antes de actuar. Estos comportamientos incluyen acciones como golpear con los puños una pared, esconderse debajo de un pupitre o huir de una habitación, y se basan en los instintos del miedo y la supervivencia. Además, ciertos métodos tradicionales de disciplina como podrían ser levantar la voz, adoptar una postura enérgica y mostrar expresiones faciales de ira, pueden sentirse como enormemente amenazadores y desencadenar una reacción de miedo. Esta respuesta de supervivencia se basa mucho más en la percepción de la persona que en la realidad. Aunque no exista una amenaza real, esta reestimulación puede hacer que resulte imposible realizar algunas de las funciones ejecutivas superiores del cerebro “pensante” superior.⁵

Un enfoque informado con respecto al trauma

Usar un enfoque informado con respecto al trauma significa que un programa, organización o sistema “**se da cuenta** del amplio alcance del impacto del trauma y comprende cuáles son las posibles vías para la recuperación; **reconoce** los signos y síntomas del trauma en sus clientes, las familias, el personal y demás personas involucradas en el sistema; y **responde** mediante la total integración de los conocimientos sobre el trauma a las políticas, procedimientos y prácticas, y busca **resistirse a la retraumatización** de manera activa”.⁶ A la larga, el propósito de este enfoque es promover la equidad y un mayor sentido de seguridad entre quienes reciben los servicios de una organización o programa. Teniendo en mente esta definición más amplia, esta guía se centra en cómo pueden los educadores y facilitadores incorporar un enfoque informado con respecto al trauma al entorno de un salón de clases o de un grupo.

La *Guía para una educación sexual informada con respecto al trauma* está dirigida a cualquier persona que esté implementando una intervención basada en la evidencia (o EBI, como se la conoce por sus siglas en inglés), como parte de un programa de educación sexual con adultos jóvenes. Una EBI es un programa o plan de estudios que ha sido rigurosamente evaluado y ha demostrado eficacia en lograr un cambio en el comportamiento sexual arriesgado del adolescente. Dado que el propósito de las EBI es satisfacer las necesidades de una población determinada y a menudo son de corta duración, hay ciertas restricciones respecto a qué tipos de cambios pueden hacer los facilitadores, lo cual podría

representar cierta dificultad para lograr que estas intervenciones EBI sean más informadas con respecto al trauma y a la vez se mantengan fieles al protocolo original para la implementación. Esta guía le dará al lector recomendaciones para hacer adaptaciones de “luz verde” aceptables[†] sin que con ello comprometan la fidelidad al programa.

[†] Las adaptaciones de luz verde son cambios seguros y deseables a las actividades de un programa con el fin de ajustarse mejor a la edad, la cultura y el contexto de la población a la que se da servicio. Vea <http://recapp.etr.org/recapp/documents/programs/GeneralAdaptationGuidanceFINAL.pdf> (documento en inglés).

Acerca de esta guía

Esta guía se basa en los seis principios clave enunciados en la publicación de HHS que lleva por título *SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach* (El concepto de trauma de la SAMHSA y una guía para un enfoque informado con respecto al trauma):



Seguridad



Confiabilidad y transparencia



El apoyo de los compañeros



Colaboración y reciprocidad



Empoderamiento, voz y capacidad de elegir



Cuestiones culturales, históricas y de género

Cada sección de esta guía incluye una discusión sobre el principio a estudiar y algunas sugerencias y estrategias para incorporar con eficacia cada principio a un programa de educación sexual. Al final de la guía hay también una lista de recursos que se corresponden con cada principio.

Nota: *Esta no es una guía de tratamiento para ningún tipo de trauma, sino para enseñar y hablar sobre sexualidad de tal forma que no sea un detonante o una nueva causa de trauma para los jóvenes supervivientes. Los facilitadores de educación sexual deben tener conocimientos sobre los recursos locales que están a la disposición de los jóvenes que han experimentado un trauma y derivarlos médicamente según corresponda.*

Los seis principios clave de un enfoque informado con respecto al trauma



Seguridad

El principio de seguridad es el básico y fundamental para un enfoque informado con respecto al trauma, mientras que cada uno de los cinco restantes refuerza su importancia. Para que los programas sobre educación sexual sean eficaces, deben tener en cuenta la seguridad tanto física como emocional de los estudiantes, quienes razonablemente deberán suponer que no van a recibir ningún daño físico o corporal y serán aceptados por sus compañeros y educadores. Una manera de definir la seguridad emocional es la siguiente: “la sensación de que los pensamientos, sentimientos y experiencias más íntimos de la persona son y serán respetados de la misma manera en que la propia persona se respeta a sí misma”.⁷ La creación de seguridad física y emocional en el salón de clases debe ser una prioridad para todos los programas; ello es especialmente importante para los jóvenes que se enfrentan a múltiples barreras a su salud y bienestar (pobreza, falta de acceso a la atención médica, discriminación basada en la identidad, falta de apoyo familiar) y jóvenes que han experimentado un trauma. Las situaciones en que una persona se siente física o emocionalmente insegura pueden servir de detonantes o causar nuevos traumas en alguien que tenga un historial de trauma, y pueden provocar que la persona se retraiga o se cierre a los demás.

Con el fin de crear y mantener seguridad para los supervivientes de trauma en un programa de educación sexual, el facilitador debe establecer un entorno positivo y seguro que esté libre de juicios críticos y sentimientos de vergüenza. Esto requiere dedicarle trabajo deliberado, porque nuestra cultura comunica constantemente mensajes muy marcados sobre lo vergonzoso de la sexualidad, especialmente la sexualidad del adolescente.⁸ Además, los supervivientes necesitan ser comprendidos como personas completas, más aún que por sus experiencias traumáticas.⁹ Los adultos que interactúan con jóvenes en un entorno de salud sexual necesitan estar convencidos de que los jóvenes que han experimentado un trauma pueden vivir vidas plenas y desarrollar una sexualidad sana. Por último, para que un ambiente de educación sexual siga siendo seguro para los supervivientes de trauma y para todos los jóvenes, debe claramente apoyar una sexualidad sana en general y apoyar la diversidad.

Estrategias para crear seguridad:

- ❖ **Acuerdos de grupo:** antes de tener ningún debate sobre sexualidad o cualquier otra información delicada, pregunte a los estudiantes qué tipo de acuerdos les gustaría establecer para que todos se sientan seguros. Los acuerdos de grupo deben incluir un lenguaje de respeto, confidencialidad y derecho a no pronunciarse. Los acuerdos de grupo deben también establecer que nadie en el grupo va a compartir información sobre su comportamiento sexual personal o sobre su cuerpo, ni a pedir esa información a otros. Haga saber a los estudiantes que podrán invocar los acuerdos de grupo si en cualquier momento sienten que no se les está respetando.

- ❖ **Interrumpa la intimidación (*bullying*) y aborde el tema:** como maestro o facilitador, es importante interrumpir y ocuparse de abordar cualquier tipo de intimidación que pueda existir en el salón de clases. Lo mejor que se puede hacer para intervenir al respecto es explicar por qué ese comportamiento no es aceptable, invocar los acuerdos de grupo y luego dar seguimiento con las partes involucradas. Nota: realice el seguimiento con el o los estudiantes que están siendo objeto de intimidación separados del o los estudiantes que cometan la intimidación. Además, asegúrese de seguir cualquier procedimiento o políticas sobre intimidación y acoso que el distrito escolar, la agencia o la organización con la que usted esté trabajando hayan implementado.

- ❖ **Evite usar un lenguaje que haga sentir vergüenza:** cree un ambiente positivo y de apoyo eliminando de su EBI un lenguaje que haga sentir vergüenza; este suele surgir a menudo con cuestiones como las enfermedades de transmisión sexual (ETS), el embarazo involuntario y en la adolescencia, el VIH y los mensajes sobre la promiscuidad. Vea en la siguiente tabla mensajes comunes que hacen sentir vergüenza y cómo replantearlos.

Mensajes comunes que hacen sentir vergüenza	Posible replanteamiento	Razones
La mayoría de las mamás adolescentes acaban viviendo en la pobreza	Criar un hijo cuesta mucho trabajo y dinero; muchos padres se dan cuenta de que tienen que sacrificar mucho para darle a su familia lo que necesitan. Piensen en sus metas y sus sueños, y en cómo el hecho de tener un hijo encajaría dentro de sus planes. ¿Qué es lo que ustedes quieren o no quieren sacrificar?	Elimina el estigma de las adolescentes embarazadas o que son madres en la adolescencia
No se avergüencen de comprar condones; ¡un embarazo o una enfermedad de transmisión sexual son más vergonzosos!	Es importante que superen el hecho de sentir vergüenza por comprar condones; es una cosa responsable que debe hacerse para protegerse a sí mismo y a su pareja.	Elimina el elemento de vergüenza por un embarazo involuntario y por tener una enfermedad de transmisión sexual
Experimentar con el sexo para satisfacer la curiosidad no es sano	Sentir curiosidad por el sexo es algo que les sucede a muchos jóvenes conforme van siendo adultos. Si van a tener relaciones sexuales, ¡protéjense! Usen condones y otras barreras y asegúrense de que pueden comunicarse de manera eficaz con su o sus parejas.	Elimina los juicios críticos y el sentimiento de vergüenza
No deben tener relaciones sexuales con alguien a quien no conozcan muy bien	Es importante hablar honesta y abiertamente sobre cómo tener relaciones sexuales más seguras con todas sus parejas.	Elimina los juicios críticos y el sentimiento de vergüenza

Un lenguaje que incluya a la comunidad LGBTQ: use en el salón de clases un lenguaje que incluya y reafirme las identidades y experiencias de los estudiantes de la comunidad LGBTQ. Además, es importante establecer una separación entre la identidad de género y las partes del cuerpo; para decirlo de otra manera, alguien que se identifica como mujer podría tener un pene, y alguien que se identifica como hombre podría tener una vagina; algún estudiante podría no identificarse ni como hombre ni como mujer. El uso de un lenguaje neutro en cuanto al género cuando se abordan temas de anatomía y fisiología sirve para asegurar que los estudiantes transgénero o que no están conformes con su género también adquieran una comprensión de sus cuerpos. Vea en la siguiente tabla el lenguaje común en una EBI y sugerencias para que este sea más inclusivo con los jóvenes LGBTQ.

Expresiones comunes	Replanteamiento inclusivo	Razones
La única manera en que una mujer puede quedar embarazada es cuando las células espermáticas entran en su vagina y fertilizan uno de sus óvulos.	La única manera en que una persona puede quedar embarazada es cuando las células espermáticas entran en la vagina, fertilizan un óvulo y luego ese óvulo fertilizado se implanta en el útero. Esto puede ocurrir por medio de un acto sexual vaginal con un pene, o mediante un procedimiento llamado fertilización <i>in vitro</i> (FIV)	Las nuevas frases son inclusivas en cuanto al género y la diversidad corporal; no dan por sentado que todas las mujeres tienen vagina ni que todos los hombres tienen pene, y reconocen que algunas personas son de género no binario y pueden no identificarse como hombres NI como mujeres.
El acto sexual vaginal entre un hombre y una mujer puede dar lugar al embarazo	Si el esperma entra en la vagina durante el acto sexual, puede ocurrir un embarazo	
Es responsabilidad tanto del hombre como de la mujer evitar el embarazo	Es responsabilidad de ambos miembros de la pareja protegerse a sí mismos	
Es importante que hablen con su novio o su novia sobre tener relaciones sexuales más seguras	Es importante que hablen con su o sus parejas sobre tener relaciones sexuales más seguras	

El acto sexual vaginal consiste en la penetración de la vagina de una mujer por el pene de un hombre	El acto sexual vaginal consiste en la penetración de la vagina por algo que puede ser un pene, los dedos, juguetes sexuales o algo más	
Las ETS, incluido el VIH, pueden propagarse al practicar sexo oral con un hombre o con una mujer	Las ETS, incluido el VIH, pueden propagarse al practicar sexo oral, ya sea por contacto de la boca con un pene, la boca con una vagina, o la boca con el ano	

- ❖ **Acceso fácil y sin obstáculos para entrar y salir del salón de clases:** permitir el libre acceso para entrar y salir puede dar a los supervivientes un sentido de acción y empoderarlos para ocuparse de sus necesidades emocionales, especialmente si se sienten afectados en sus sentimientos por algún detonante o este les hace recordar algún episodio traumático durante una sesión.
- ❖ **Rituales:** el uso continuado de rituales establecidos para llevarse a cabo, ya sea al principio, al final o al pasar lista en las sesiones de instrucción, puede dar a los supervivientes de un trauma un sentido de estructura y predictibilidad. Esto puede ser algo tan sencillo como pedir a todos los participantes que, al “pasar lista”, expresen cuál es su estado de ánimo levantando el pulgar (cuando el estado de ánimo sea bueno), bajando el pulgar (cuando no sea tan bueno), o moviendo el pulgar a un lado (para indicar que todo está bien). Anime a los jóvenes a que miren a su alrededor en el salón y observen cómo parecen sentirse sus compañeros.
- ❖ **Examine sus propias actitudes y valores:** reconozca en usted cuáles son las cosas que afectan su sensibilidad; de este modo aceptará mejor las diferencias y los valores de los demás: saber qué afecta a nuestros sentimientos y cómo procesar esos sentimientos es importante cuando se trabaja con personas cuyos valores pueden ser diferentes a los propios. Es útil entender cuáles son los temas y las cuestiones que hacen que usted se sienta incómodo y explorar el origen de ese malestar, a fin de que pueda prestar sus servicios sin emitir juicios críticos. Vea la sección de recursos al final de esta guía para obtener una mayor orientación sobre cómo examinar sus propias actitudes.
- ❖ **Sea consciente de cómo habla sobre el sexo y sobre la opción de elegir:** el lenguaje de muchos programas y muchas EBI supone que todos los jóvenes van a poder elegir cuándo y con quién tendrán relaciones sexuales; para los supervivientes de un trauma que quizá no hayan tenido ninguna opción, esa suposición podría ser un detonante y lastimar sus sentimientos. Reconozca el hecho del trauma sexual y los sentimientos que lleva asociados; ayude a los jóvenes a que entiendan que no están solos como supervivientes (vea el ejemplo de lenguaje que debe usarse en el recuadro que sigue). Además, es importante reconocer que, a veces, aquello que los educadores en salud podrían conceptualizar como “comportamientos riesgosos” funcionan también como habilidades de afrontamiento para los supervivientes de un trauma, esto es, el

consumo de sustancias, las relaciones sexuales sin condón, el tener múltiples parejas sexuales, etc. Recuerde que correr riesgos es la manera en que algunos jóvenes podrían tratar de hacer frente al trauma vivido.

Ejemplo de lenguaje:

“el acto sexual puede ser sano y agradable cuando las personas que participan dan su consentimiento o eligen tomar parte en él; otras veces, en cambio, no es sano, como cuando una persona es forzada por otra, o es violada”

“a veces una persona tiene relaciones sexuales cuando en realidad no quisiera tenerlas porque se siente presionada”

“a veces una persona tiene relaciones sexuales con el fin de tener dinero para sobrevivir, tener un lugar donde quedarse, o tener algo que comer”

Poner énfasis: *“sin importar cómo haya experimentado las relaciones sexuales una persona en el pasado, esta puede tener una sexualidad y una vida sexual sanas”, o bien “cualquier persona, a pesar de que haya sido forzada a tener relaciones sexuales en el pasado, puede tener una sexualidad y una vida sexual sanas”*

O BIEN

“sin importar cómo haya experimentado las relaciones sexuales una persona en el pasado, puede elegir la abstinencia en el momento en que así lo desee”, o bien “incluso si una persona ha sido forzada a tener relaciones sexuales en el pasado, puede elegir la abstinencia en el momento en que así lo desee”

- ❖ **Esté preparado para manejar los momentos de revelaciones:** cuando los profesionales que dan servicio a los jóvenes logran crear un ambiente educativo seguro y de apoyo, generalmente los jóvenes se sienten empoderados para compartir sus experiencias. Esto puede significar que el joven se sienta cómodo al compartir sus experiencias de abuso o trauma, ya sea en el salón de clases o con el facilitador o con alguien más fuera del salón de clases; los educadores deben estar familiarizados con los requisitos para hacer un informe y preparados para manejar estas revelaciones y dar el apoyo necesario al joven.
- ❖ **Tenga un plan listo para los jóvenes bajo los efectos de un detonante:** considere tener un acuerdo de grupo que consista en el “derecho a abandonar el salón si el joven se siente afectado en sus sentimientos”. De manera ideal, esto significaría que un joven que se esté sintiendo afectado en sus sentimientos por un detonante durante una sesión podría abandonar el salón de clases y tener acceso a recibir ayuda para poder resolver aquello que provocó su reacción. Deben hacerse arreglos con anticipación para identificar a una persona (un terapeuta, la enfermera de la escuela, otro maestro) que tenga las habilidades necesarias para ayudar al joven a resolver el problema de sentirse afectado a causa de un detonante. Al joven se le podría dar la opción de hablar sobre lo que siente, llevar un diario y reflexionar a solas, o hacer algún ejercicio para despejar su mente (colorear, dibujar, centrarse en la respiración) que le ayude a procesar lo que le causa la reacción. Si el joven no puede abandonar el salón, o si no hay adultos disponibles que puedan atenderlo, el facilitador podría tomarse unos minutos con todos los estudiantes de la clase para practicar juntos algunas respiraciones profundas. Los facilitadores deberían asegurarse bien de explicar a los participantes cuál es la diferencia entre

sentirse afectado a causa del tema que actuó como detonante (sintiendo pánico, opresión en el pecho, respiración superficial, pensamientos que se agolpan en la cabeza, temblores, etc.) y sentirse incómodo con el tema (tener ‘mariposas’ en el estómago o sensación de nerviosismo).

- ❖ **Sea muy consciente de su tono de voz, el volumen y el lenguaje de su cuerpo:** la voz de un facilitador puede ser una herramienta importante para crear seguridad; el uso de un tono de voz calmado, con el volumen adecuado, y de un lenguaje corporal no amenazador al hablarles a los estudiantes en clase y a cada uno de ellos de manera individual, puede reforzar aún más las otras estrategias anteriormente mencionadas como útiles para crear seguridad.



Confiabilidad y transparencia

La confiabilidad y la transparencia son importantes en un enfoque informado con respecto al trauma porque los jóvenes supervivientes de trauma (y todos los participantes del programa) deben tener acceso a información que les atañe de manera especial y deben tener una voz en las decisiones que les afectarán. Cuando los adultos muestran transparencia con los jóvenes en un programa de educación sexual, se está construyendo confianza, y esto también refuerza la seguridad. Los adultos deben tener como objetivo el poder desarrollar relaciones con los jóvenes que sean auténticas, libres de juicios críticos, en los ambientes de educación sexual.

La confiabilidad es importante en cualquier tipo de relación; con frecuencia los supervivientes de trauma han experimentado algún tipo de pérdida de la confianza relacionada con el trauma que sufrieron. Trabajar para restaurar la confianza con los supervivientes, mostrando transparencia con los participantes, es importante en un programa de educación sexual. Los jóvenes deben saber cuál es el contenido que se abordará en el programa, qué pueden esperar que se lleve a cabo durante cada sesión de instrucción, y deben recibir una advertencia cuando el contenido o las actividades podrían servir de detonantes para lastimar sus sentimientos (vea a continuación).

Estrategias para crear confiabilidad y transparencia en los programas de educación sobre sexualidad:

- ❖ **Sea franco sobre la confidencialidad y sobre escribir un informe:** asegúrese de que los jóvenes entienden qué es lo que usted está obligado a informar y qué sucedería si se realiza un informe; esto le da al joven la oportunidad de sentirse cómodo al decidir qué asunto desea revelar, ya sea a usted o en una sesión de instrucción.
- ❖ **Proporcione información médica actualizada, exacta, o busque junto con el joven información confiable:** no hay nada de malo en permitir que el joven vea que usted no tiene la llave para todas las respuestas; cuando no esté seguro de cuál sea la respuesta correcta a la pregunta de una persona joven, sea honesto con ella, muéstrele que usted también es humano. La búsqueda, junto con el joven, de la respuesta a una pregunta también le enseña al joven importantes habilidades para que él por su cuenta encuentre información de salud confiable.

- ❖ **Dígale al joven qué cuestiones se abordarán en la próxima sesión:** usted puede crear un calendario o volantes impresos para compartir con los participantes, donde ofrezca una descripción de cada sesión instructiva, o puede informarles verbalmente acerca de lo que se abordará en la próxima sesión. Esto es importante para los supervivientes, quienes pueden sentirse fácilmente lastimados en sus sentimientos, ya que el contenido, las actividades, las demostraciones con condones, y los modelos y diagramas de penes o vaginas podrían actuar como detonante.



El apoyo de los compañeros

Las relaciones entre compañeros pueden ser muy importantes tanto en el proceso de curación del trauma como en el proceso de aprendizaje sobre sexualidad. Para los jóvenes que han experimentado un trauma, ayudarse los unos a los otros a aprender y crecer puede ser beneficioso para su propio crecimiento y curación. Permitir que los jóvenes tomen un papel activo para prestarse apoyo entre ellos también es clave para construir seguridad y confianza en el salón de clases.

Poner énfasis en el apoyo entre compañeros permite a los jóvenes convertirse en modelos de rol y mentores entre ellos cuando se trata de aprender y lograr la curación. Proporcionarles oportunidades a los jóvenes para que intercambien información y apoyo mutuos en el salón de clases puede ser de gran ayuda para que los supervivientes se sientan seguros y apoyados.

Estrategias para crear apoyo de los compañeros en programas de educación sobre sexualidad:

- ❖ **Dé a los jóvenes oportunidades de plantear preguntas para discusión:** con frecuencia pídale al joven que aporte su opinión o haga preguntas, por ejemplo: ¿Qué piensas acerca de esta clase? ¿Cómo les afecta a ti y a tus amigos este tema?
- ❖ **Ayude a asignar tareas:** involucre a los jóvenes para que distribuyan volantes, anoten las calificaciones, tomen notas en hojas para atril, se encarguen del ritual para pasar lista, etc.
- ❖ **Deje que los jóvenes respondan los unos a los otros a las preguntas que hacen:** pídale al grupo que primero dé su opinión antes de que usted conteste las preguntas; permita que los jóvenes hablen entre ellos a partir de su propia experiencia, y luego corrija cualquier información errónea.
- ❖ **Normalice la experiencia del trauma y los sentimientos asociados:** refuerce la idea de que el trauma o el abuso son algo reprobable, pero que la persona no es reprobable; elimine el estigma de ser un superviviente (por ejemplo, otras personas han experimentado también algo

como esto, los sentimientos que tienen los supervivientes de trauma son válidos, no hay nada malo en sentirse así, etc.). Anime a los jóvenes a que se apoyen unos a otros en el salón de clases.

- ❖ **Proporcione recursos y derivaciones médicas:** sobre grupos de soporte entre compañeros, líneas telefónicas directas, sitios web y otros recursos que aborden la sexualidad en la adolescencia o el trauma sexual y su curación. Investigue también los recursos que usted proporcione. Asegúrese de estar derivando al joven con profesionales confiables y servicios inclusivos que también comprendan el trauma y su impacto. Los recursos deben actualizarse con regularidad, ya que aquello que está disponible en una comunidad o área determinadas está siempre cambiando. También podría pedir ayuda a los jóvenes con quienes trabaja para que se encarguen de mantener actualizada la información sobre estos recursos y verificar que sea la adecuada.



Colaboración y reciprocidad

Los supervivientes de un trauma se benefician de un enfoque que sea verdaderamente colaborativo, en el cual exista compañerismo y una igualdad de niveles que anule las diferencias de poder. Muy probablemente, los supervivientes de un trauma han experimentado una pérdida de poder relacionada con el trauma sufrido; un enfoque que busque igualar las diferencias de poder puede restaurar la capacidad de acción del superviviente y ayudarlo a que tome posesión de su experiencia de aprendizaje.

En un programa de educación sexual esto significa permitir que el joven colabore con los adultos en su propia experiencia de aprendizaje. Lo ideal sería que el joven tuviera una voz en cuanto a todos los aspectos del programa, como cuándo y dónde tienen lugar las sesiones, cuáles serán los acuerdos de grupo cuando estén todos juntos en el salón de clases, o cuáles son los temas que se tratan. Debido a la naturaleza de las EBI, esto no siempre puede ser así; una forma en que un facilitador puede estar seguro de detectar cuáles son las necesidades del joven y poder responder a ellas consiste en reservar un tiempo para contestar preguntas anónimas durante cada sesión.

Estrategias para crear oportunidades de colaboración y reciprocidad en los programas de educación sobre sexualidad:

- ❖ **Vea las sesiones como una conversación continua:** en ellas se da y se recibe, y los jóvenes hablan más que los adultos; los adultos facilitan el diálogo entre los jóvenes y practican la escucha activa.
- ❖ **Permita siempre un tiempo para preguntas y respuestas [caja para preguntas anónimas]:** dar a los jóvenes la oportunidad de hacer preguntas anónimas es una excelente manera de permitirles que ellos fijen la dirección de sus discusiones; ellos pueden hacer preguntas acerca de temas que quizá no estén incluidos en el plan de estudios y recibir respuestas sinceras y exactas.

- ❖ **Busque obtener la aportación de los jóvenes y actúe en consonancia:** por ejemplo, un facilitador podría hacerle saber de antemano a los jóvenes cuáles son los temas que se abordarán durante cada sesión instructiva y luego invitarlos a que hagan las preguntas que tengan acerca del tema. Hacer esto con anticipación permite que un facilitador tenga tiempo para entrelazar aquello que los jóvenes deseen saber con la clase de EBI.
- ❖ **Facilite más información de la que contiene su clase:** convierta los enunciados que exponga sobre el tema en preguntas; ayude a los jóvenes a que se instruyan y se informen unos a otros; considere convertir cualquier porción de clase dentro del programa en una enseñanza interactiva, primero pidiéndole al joven la información y luego llenando la falta de datos o corrigiendo la información que no sea correcta.



Empoderamiento, voz, capacidad de elegir

Todos los participantes deben sentirse empoderados en un programa de educación sobre sexualidad; esto requiere que los facilitadores crean en las capacidades de los jóvenes y les ayuden a que usen como base sus puntos fuertes y sus experiencias. Esto también requiere que los facilitadores tengan una comprensión acerca de las diferenciaciones de poder entre jóvenes y adultos. Históricamente, en el salón de clases los jóvenes han tenido menos voz y opción de elegir que sus maestros y facilitadores. Un enfoque informado con respecto al trauma requiere darle un espacio a las voces de los jóvenes e implicarlos activamente en la toma de decisiones sobre temas que les afectan directamente, así como darles apoyo para que desarrollen habilidades de autodefensa haciendo valer sus derechos.

Los jóvenes que han experimentado un trauma se benefician cuando nosotros podemos corregir los desequilibrios de poder; un trauma temporalmente anula en la persona el poder, la voz y la capacidad de elegir, y un enfoque informado con respecto al trauma intenta devolverle todo esto de nuevo. El positivo enfoque de desarrollo en los jóvenes de usar como base los puntos fuertes, en lugar de centrarse en los problemas, es también un factor clave cuando se trabaja con los supervivientes de un trauma.

Estrategias para crear empoderamiento, voz y capacidad de elegir en los programas de educación sobre sexualidad:

- ❖ **Reconozca a los jóvenes como expertos** en su propia vida y sus experiencias; reconozca que si bien usted tiene cierta experiencia como profesional que da servicio a los jóvenes, estos son expertos en cuanto a su propia vida; esté dispuesto a recibir la influencia de los jóvenes y sus perspectivas. Dese el tiempo necesario para aprender acerca de la cultura de los jóvenes.
- ❖ **Anime a que tengan discusiones y juegos de rol** con doctores y otros proveedores de servicios; trabajar con los jóvenes para que mejoren estas habilidades aumenta su autoeficacia y los deja sintiéndose empoderados para defender sus propias necesidades haciendo valer sus derechos.

- ❖ **Haga preguntas** en lugar de simplemente presentar información. Por ejemplo, en lugar de decir algo como: “hay dos tipos de enfermedades de transmisión sexual, las virales y las bacterianas”, el facilitador podría preguntar: “díganme qué saben acerca de los dos tipos diferentes de enfermedades de transmisión sexual”. Esto permite que los jóvenes que conocen esa información se sientan empoderados para compartirla.
- ❖ **De manera explícita, aborde y defina el tema del consentimiento:** muchos programas se centran en enseñar a los jóvenes a decir no al sexo y a resistirse a las insinuaciones de sus parejas. Los jóvenes también necesitan entender qué significa consentimiento para sus parejas, cómo deben proceder para obtenerlo y qué es el consentimiento. Muchas EBI incluyen una unidad sobre enseñanza de la negociación y las habilidades para decir no; a esta unidad le acompañan cuestionarios de procesamiento que generalmente preguntan a los participantes qué puede hacer una persona que esté siendo presionada para 'decir no' de manera más eficaz. Los facilitadores pueden añadir una pregunta de procesamiento extra preguntando a los participantes cómo podría la persona que está presionando a su pareja cambiar su actitud y de esta manera respetar mejor los deseos de la pareja. Vea la sección de recursos al final de esta guía para obtener más información sobre cómo hablar con los jóvenes acerca del consentimiento.
- ❖ **Permita que los jóvenes tomen decisiones durante las lecciones:** cree oportunidades para que los estudiantes asuman la responsabilidad de su aprendizaje y tomen decisiones sobre la participación en clase. Haga que ellos elijan con quién irán a trabajar en pequeños grupos o parejas. Deles la opción de que escriban, dibujen o simplemente piensen en respuestas antes de compartir sus ideas con todo el grupo.



Cuestiones culturales, históricas y de género

En ocasiones el trauma que una persona joven ha experimentado está relacionado con quién y cómo es esa persona y cómo la perciben los demás en el mundo. Los jóvenes que históricamente han tenido menos poder en nuestra cultura son los que más probablemente han experimentado un trauma y también los que menos probablemente han tenido acceso a los recursos necesarios para la resolución del trauma.

Es importante que los facilitadores tengan algunos conocimientos sobre temas culturales, de género e históricos que pudieran guardar relación con las experiencias de los jóvenes que participan en el programa. También es importante entender cómo pueden los traumas históricos estar afectando la toma de decisiones y el comportamiento sobre salud sexual de los jóvenes. Los facilitadores necesitan examinar y avanzar dejando atrás estereotipos y prejuicios basados en la raza, la clase, el origen étnico, la orientación sexual, la identidad de género, la religión, la geografía, etc. También resulta clave reconocer el trauma histórico y los traumáticos efectos de la discriminación, y proporcionar en respuesta servicios con sensibilidad.

La SAMHSA define el trauma histórico como “la experiencia acumulativa, multigeneracional, colectiva de un daño emocional y psicológico en comunidades y en sus descendientes”, y trata este concepto dentro del contexto del trauma histórico sufrido por los nativos americanos, el cual incluye la colonización violenta, el desalojo forzado de sus tierras ancestrales, la asimilación forzada y la discriminación continuada.¹⁰ Será útil que los facilitadores entiendan los efectos del trauma histórico en las numerosas comunidades con las que quizás vayan a trabajar; otros ejemplos de trauma histórico en los Estados Unidos incluyen el tráfico trasatlántico de esclavos y la legislación Jim Crow. El trauma histórico ocurrido a manos del sistema médico, como los estudios Tuskegee sobre la sífilis o las esterilizaciones forzadas en las mujeres de color, puede también impactar enormemente en la manera en que los individuos y las comunidades se involucran con los profesionales médicos, los clínicos y los educadores en salud.

Consideraciones

Los jóvenes LGBTQ

La seguridad es una preocupación importante para los jóvenes que se identifican como gays, lesbianas, bisexuales, transgénero o queer o que no están seguros acerca de su género (comunidad LGBTQ). Los jóvenes que se identifican dentro de esta comunidad quizá estén ya enfrentándose a la discriminación por parte de sus familias, comunidades o escuelas; y en virtud de que forman parte de la comunidad LGBTQ, ya están haciendo frente a peores consecuencias en temas de salud que sus compañeros heterosexuales. Entre los jóvenes que son lesbianas, gays y bisexuales las tasas de embarazos no deseados son más altas.¹¹ Además, los jóvenes LGBTQ pueden experimentar también tasas de trauma más altas (rechazo familiar, intimidación, violencia, etc.). Las comunidades LGBTQ han sido históricamente patologizadas[‡] por la comunidad médica y continúan siendo objeto de esa patologización por parte de profesionales médicos y la cultura mayoritaria. Por ejemplo, las orientaciones sexuales distintas a la heterosexual, así como las identidades transgénero, estuvieron registradas como trastornos de salud mental en los Manuales de Diagnóstico y Estadísticos usados por los proveedores de servicios de salud mental hasta 2013. Sucesos de actualidad, como la cuestión de una legislatura anti-LGBTQ en los medios de comunicación, los crímenes por odio, las desproporcionadas tasas de violencia contra las personas transgénero, especialmente las mujeres transgénero de color, pueden ser motivo de preocupación para los jóvenes que se identifican como LGBTQ. Por consiguiente, es imperativo que los jóvenes LGBTQ se sientan protegidos y aceptados en un programa de educación sexual, el cual quizá sea el único espacio donde el joven tenga la posibilidad de explorar y aprender acerca de la orientación sexual y la identidad de género.

Los jóvenes de color

La gente y los jóvenes de color en nuestra cultura tienen menos poder y privilegios; las personas de color también han sufrido un trauma histórico inmenso y a diario se enfrentan al trauma y el estrés del racismo. Además del comercio de esclavos y las leyes Jim Crow, los experimentos médicos[§] y el racismo institucionalizado continuo afectan a las comunidades negras y sus decisiones de salud; los proyectos

[‡] Caracterizar a alguien o algo como médica o psicológicamente anormal.

[§]De 1932 a 1972 el Servicio de Salud Pública de los Estados Unidos, en su intento por conocer más acerca de la sífilis, detuvo el tratamiento adecuado para la curación a un grupo de hombres negros en la pobreza en Alabama que padecían la enfermedad, provocándoles un daño y un sufrimiento innecesarios a esos hombres y a sus seres queridos, y dejando a las comunidades con un sentimiento de miedo y desconfianza hacia el gobierno y los sistemas médicos. Para más información, vea <http://www.cdc.gov/tuskegee/index.html>

para la asimilación de los nativos americanos, las escuelas en las reservas, la separación de las familias y el abuso por parte del gobierno estadounidense continúan afectando a las comunidades de nativos americanos; la xenofobia, la ley sobre inmigración y las zonas militarizadas en la frontera afectan a las comunidades latinoamericanas; todos estos ejemplos de trauma histórico (así como muchos otros que no se han mencionado aquí) todavía impactan en las comunidades hoy en día y pueden afectar la forma en que los jóvenes interactúan con los sistemas y las instituciones y lo que sientan sobre estos. Los facilitadores deben tomarse un tiempo para reflexionar sobre algunos de los eventos históricos traumáticos que pueden estar influyendo todavía en los jóvenes y las comunidades a los que prestan sus servicios.

Las mujeres jóvenes

Las mujeres han tenido históricamente menos poder que los hombres y han sufrido violencia de género y discriminación en tasas más altas, con frecuencia a manos de hombres vinculados a sus vidas. Las maneras en que se socializa a los jóvenes refuerzan en ocasiones ideas rígidas acerca de los roles de género y las formas en que mujeres y hombres se “supone” que deben actuar, especialmente en cuanto a las relaciones. Esto afecta la manera en que los jóvenes toman decisiones acerca de las relaciones y el sexo, así como las consecuencias respecto a su salud sexual. **

Los jóvenes se enfrentan a múltiples barreras a su éxito y bienestar

Muchos jóvenes experimentan pobreza o se ven implicados en la asistencia social para menores o en sistemas de justicia juvenil, en problemas de salud mental, en una situación migratoria de indocumentados, ya sea de ellos mismos o de miembros de su familia, u otros retos que afectan su salud. Estos jóvenes son especialmente vulnerables y probablemente hayan experimentado trauma y abandono en mayores tasas que sus compañeros debido a su implicación en distintos sistemas de asistencia social. Los facilitadores deben entender cómo afectan estos sistemas a los jóvenes que han experimentado un trauma.

Jóvenes que viven con una discapacidad

A menudo, las personas (y los jóvenes) con discapacidades son vistos como asexuados por la mayor parte de la corriente dominante en nuestra cultura; esta suposición sobre discapacidad y sexualidad, a pesar de haberse extendido de manera generalizada, es totalmente falsa. Los jóvenes con discapacidades también experimentan sentimientos, necesidades y deseos sexuales, y merecen tener acceso a una información sobre salud sexual que sea sensible al trauma. Es importante que los facilitadores recuerden que los jóvenes con discapacidades son seres sexuados, y que expresan su sexualidad de maneras tan diversas como la expresan los jóvenes sin discapacidades. Los jóvenes con discapacidades también son más vulnerables al abuso sexual que sus compañeros, especialmente si tienen una discapacidad del desarrollo. Vea la sección de recursos al final de esta guía para obtener más información sobre educación sexual para jóvenes con discapacidades.

Estrategias para atender cuestiones culturales, históricas y de género en programas de educación sexual:

- ❖ **Considere las opciones de elegir de los jóvenes** dentro del contexto de sus experiencias, no de las de usted. Reconozca que en ocasiones los profesionales que dan servicio a los jóvenes no

** Para más información sobre la manera en que los roles de género afectan la toma de decisiones sexuales, vea http://www.actforyouth.net/resources/rf/rf_gender2_1213.cfm.

forman parte de las comunidades del joven y las familias a quienes dan servicio; por esta razón, es importante que las opciones de elegir de los jóvenes se consideren dentro del contexto de sus realidades diarias.

- ❖ **Escuche y dé crédito a las historias que cuentan los jóvenes:** cree conexión con los jóvenes en torno a cuestiones que son importantes para ellos, pregúnteles qué les interesa, reconozca los problemas con los que lidian y crea en las historias que cuentan.
- ❖ **Entienda los determinantes sociales de salud** que podrían ser factores de influencia en las vidas de los jóvenes con los que usted trabaje –con bastante frecuencia existen causas sociales en las consecuencias de salud de los jóvenes que no tienen nada que ver con el comportamiento del individuo. Factores como la situación migratoria, la pobreza, el racismo, la educación, el medio de transporte, la discriminación de género, el estigma y las experiencias de trauma pueden afectar las decisiones y las consecuencias en la salud de un joven; averigüe cuáles son los factores que afectan a los jóvenes con los que usted trabaja.
- ❖ **Refiera a los jóvenes a enlaces sobre servicios culturalmente expertos:** refiera a los jóvenes a organizaciones y agencias que sean expertas en cuestiones sobre LGBTQ y sobre mujeres, en las distintas realidades culturales de jóvenes diversos, y que trabajen con jóvenes que se enfrentan a numerosas barreras que obstaculizan su éxito y su bienestar. Siempre investigue antes las referencias que proporcione.
- ❖ **Implemente una instrucción sobre la equidad en su salón de clases:** la instrucción sobre la equidad es el cultivo de las habilidades y la toma de conciencia que facultan a los educadores para reconocer y responder a situaciones que bloquean el acceso de algunos estudiantes a la educación y a otras oportunidades de las que sus compañeros disfrutaban sin ningún problema.¹² Una instrucción sobre equidad en acción podría incluir que los facilitadores examinen el contenido y los materiales en busca de sesgos o parcialidades, perfeccionen las habilidades de asesoramiento necesarias para intervenir cuando surja alguna situación de sesgo en la clase, o cultiven un ambiente en la clase donde los estudiantes se sientan libres para expresarse a sí mismos con honestidad. Vea la lista de recursos al final de este documento para aprender más acerca de cómo impartir una instrucción sobre equidad y cómo ponerla en práctica en la clase.

Resumen

Una creciente toma de conciencia sobre los extensos y trascendentes efectos del trauma ha dado lugar al desarrollo de nuevos enfoques para la prevención, la promoción y la educación en salud pública. El objetivo del enfoque para la educación sexual informado con respecto al trauma, según se describe en líneas generales en esta guía, consiste en promover la equidad y un mayor sentido de seguridad entre los jóvenes que participan en una educación para la prevención basada en la evidencia. Las estrategias recomendadas tienen el propósito de ayudar a los facilitadores a crear seguridad emocional, construir confiabilidad, estimular el apoyo de los compañeros, motivar la colaboración de los adultos jóvenes, y dar al joven un sentido de empoderamiento en la clase. Cada uno de estos componentes es una parte importante de un enfoque informado con respecto al trauma cuyo objetivo es proporcionar a los supervivientes de un trauma servicios educativos con sensibilidad. Los autores confían en que un enfoque para la educación sexual informado con respecto al trauma garantice que los supervivientes de un trauma puedan progresar favorablemente en ambientes de educación sexual y reciban el apoyo necesario para vivir una vida sana.

Recursos adicionales



Seguridad

A Practical Guide for Creating Safe and Supportive Environments in Teen Pregnancy Prevention Programs (Una guía práctica para crear ambientes seguros y de apoyo en los programas para la prevención del embarazo en adolescentes). *Oficina de Salud para Adolescentes*.

http://www.hhs.gov/ash/oah/oah-initiatives/assets/ta_9_safe_and_supportive_environments.pdf (documento en inglés).

A Checklist for Integrating a Trauma-Informed Approach into Teen Pregnancy Prevention Programs (Una lista de verificación para la integración de un enfoque informado con respecto al trauma para los programas de prevención del embarazo en adolescentes). *Oficina de Salud para Adolescentes*.

http://www.hhs.gov/ash/oah/oah-initiatives/teen_pregnancy/training/Assests/traumainformed-checklist.pdf (documento en inglés).

Información sobre cómo crear salones de clases y escuelas informados con respecto al trauma.

<http://www.elc-pa.org/wp-content/uploads/2015/06/Trauma-Informed-in-Schools-Classrooms-FINAL-December2014-2.pdf> (documento en inglés).



Confiabilidad y transparencia

A Checklist for Putting Positive Youth Development Characteristics into Action in Teen Pregnancy Prevention Programs (Una lista de verificación para poner en acción características de desarrollo positivas de los jóvenes en programas de prevención del embarazo en adolescentes). *Oficina de Salud para Adolescentes*. http://www.hhs.gov/ash/oah/oah-initiatives/teen_pregnancy/training/Assests/pyd-tpp-checklist.pdf (documento en inglés).

Una guía para construir auténticas relaciones de colaboración entre jóvenes y adultos.

<http://www.advocatesforyouth.org/storage/advfy/documents/transitions1401.pdf> (documento en inglés).



Apoyo de los compañeros

Este sitio web y red de derivación proporciona recursos y apoyo estatal para los supervivientes de un trauma. <https://centers.rainn.org/> (en inglés y español).

Una guía para implicar a las mujeres en un apoyo entre compañeras informado con respecto al trauma, que también es aplicable para los jóvenes.

<http://www.ct.gov/dmhas/lib/dmhas/trauma/EngagingWomen.pdf> (documento en inglés).



Colaboración y reciprocidad

El propósito de este documento es proporcionar información que promueva la salud sexual y el bienestar en todos los jóvenes que han sufrido el impacto del trauma en sus vidas.

<http://resourcesforresolvingviolence.com/wp-content/uploads/A-Trauma-Informed-Approach-for-Adolescent-Sexual-Health.pdf> (en inglés).



Empoderamiento, voz y capacidad de elegir

Videos sobre el consentimiento y planes de clases para mejorar una educación sobre el consentimiento. <https://www.plannedparenthood.org/educators/resources/digital-tools> (en inglés).



El plan de una clase para preparar a los jóvenes para hacer citas clínicas y obtener control de la natalidad.

<http://recapp.etr.org/recapp/index.cfm?fuseaction=pages.YouthSkillsDetail&PageID=116> (documento en inglés).

Cuestiones culturales, históricas y de género

Video: Safe Spaces. Safe Places: Creating Welcoming and Inclusive Environments for Traumatized LGBTQ Youth (Espacios seguros. Lugares seguros: Creando ambientes receptivos e inclusivos para jóvenes LGBTQ traumatizados). <http://www.nctsn.org/products/nctsn-safe-places-video> (en inglés).

Una introducción a la instrucción sobre equidad. <http://www.niusileadscape.org/bl/poverty-education-and-the-equity-literacy-of-educators-by-paul-c-gorski/> y <http://www.edchange.org/handouts/Equity-Literacy-Introduction.pdf> (documentos en inglés).

Sobre la desconfianza históricamente justificada entre las comunidades afroamericanas y el personal del campo de la medicina. <http://aquila.usm.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1024&context=ojhe> (documento en inglés).

Sobre el trauma histórico en las comunidades nativas americanas. <http://discoveringourstory.wisdomoftheelders.org/resources/transcending-historical-trauma> (documento en inglés).

Un manual básico sobre educación en salud sexual para jóvenes con discapacidades. <http://www.advocatesforyouth.org/storage/advfy/documents/Factsheets/sexual-health{80}education-for-young-people-with-disabilities-educators.pdf> (documento en inglés).

Notas

¹ Administración de Servicios para el Abuso de Sustancias y la Salud Mental. (2014). *SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach*. Publicación de HHS Núm. SMA 14-4884. Rockville, MD: Substance Abuse and Mental Health Services Administration.

<<http://store.samhsa.gov/shin/content//SMA14-4884/SMA14-4884.pdf>>

² Comité Nacional de la Red de Escuelas para el Estrés Traumático Infantil. (2008). *Child Trauma Toolkit for Educators*. Los Ángeles, CA & Durham, NC: National Center for Child Traumatic Stress (Centro Nacional para el Estrés Traumático Infantil).

<http://nctsn.org/sites/default/files/assets/pdfs/Child_Trauma_Toolkit_Final.pdf>

³ Schladale, J. (2013). *A Trauma Informed Approach For Adolescent Sexuality*. Freeport, ME: Resources for Resolving Violence, Inc. <<http://resourcesforresolvingviolence.com/wp-content/uploads/A-Trauma-Informed-Approach-for-Adolescent-Sexual-Health.pdf>>

⁴ Consejo Científico Nacional sobre el Desarrollo Infantil. (2005/2014). *Excessive Stress Disrupts the Architecture of the Developing Brain: Documento de trabajo 3*. Edición actualizada. Obtenido de <<http://www.developingchild.harvard.edu/>>

⁵ Blaustein, Margaret E. and Kristine M. Kinniburgh (2010). "Understanding Triggers." *Treating Traumatic Stress in Children and Adolescents: How to Foster Resilience through Attachment, Self-Regulation, and Competency*. The Guilford Press.

⁶ SAMHSA, 2014.

⁷ King, Jeanne P. (2009). *Emotional Abuse: The Lack of Emotional Safety as an Internal Indicator in Abusive Relationships*. Obtenido el 5 de febrero de 2016, de PreventAbusiveRelationships.com: <http://www.preventabusiverelationships.com/articles/emotional_safety.php>

⁸ Fortenberry, J. Dennis (2003). "Adolescent Sex and the Rhetoric of Risk." *Reducing Adolescent Risk: Toward an Integrated Approach*. Ed. Daniel Romer. Thousand Oaks, California: SAGE Publications Ltd. 293-300.

⁹ Fava, Nicole M. y Laina Y. Bay-Cheng (2012). Trauma-informed sexuality education: recognizing the rights and resilience of youth, *Sex Education: Sexuality, Society and Learning*, DOI:10.1080/14681811.2012.745808. <<http://dx.doi.org/10.1080/14681811.2012.745808>>

¹⁰ Administración de Servicios para el Abuso de Sustancias y la Salud Mental. (2014). *Tips for Disaster Responders: Understanding Historical Trauma When Responding to an Event in Indian Country*. Publicación de HHS Núm. SMA-14-4866. Rockville, MD: Substance Abuse and Mental Health Services Administration. <<http://store.samhsa.gov/shin/content/SMA14-4866/SMA14-4866.pdf>>

¹¹ 1Vision Solutions LLC for JBS International, Inc. *LGB Youth: Challenges, Risks, and Protective Factors. A Tip Sheet for Grantees of the Office of Adolescent Health and the Family and Youth Services Bureau*. Obtenido el 13 de junio de 2016. <http://www.hhs.gov/ash/oah/oah-initiatives/teen_pregnancy/training/tip_sheets/lgb-youth-508.pdf>

¹² Gorski, Paul C. (2013). *Reaching and Teaching Students in Poverty: Strategies for Erasing the Opportunity Gap*. Teacher's College Press.