

**Guía de Capacitación para Promotoras de Salud  
de la Colectiva de Salud de las Mujeres de Boston**

# **Introducción**

*Guía basada en el libro Nuestros Cuerpos, Nuestras Vidas*



© 2002 The Boston Women's Health Book Collective

Guía de Capacitación para Promotoras de Salud  
basada en el libro Nuestros Cuerpos, Nuestras Vidas

Desarrollada por Zobeida Bonilla

Agradecemos el apoyo financiero del Open Society Institute

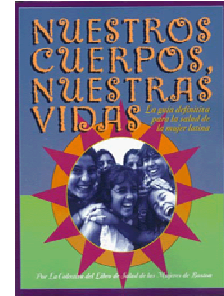
The Boston Women's Health Book Collective  
P.O. Box 192  
Somerville, MA 02144 USA

A los usuarios de esta guía:

Se recomienda que los módulos individuales que constituyen esta guía sean acompañados de los capítulos pertinentes del libro Nuestros Cuerpos, Nuestras Vidas.

Nos gustaría recibir sus comentarios y sugerencias sobre los materiales contenidos en esta guía de capacitación. Por favor, dirija sus comentarios a:

The Boston Women's Health Book Collective  
P.O. Box 192  
Somerville, MA 02144  
USA  
[office@bwhbc.org](mailto:office@bwhbc.org) / [www.ourbodiesourselves.org](http://www.ourbodiesourselves.org)



# Introducción

---

## PROPÓSITO

El propósito de esta guía de capacitación para promotoras de salud es proveer una herramienta de trabajo que pueda facilitar el uso del libro *Nuestros Cuerpos, Nuestras Vidas* en trabajos comunitarios de capacitación para mujeres. Creemos firmemente en el poder del conocimiento como herramienta de trabajo, en la enorme validez que tiene el conocimiento que poseen las mujeres sobre su salud y en el poder que nos da el saber para tomar mejores decisiones. La información que contiene esta guía no es definitiva ni exhaustiva. En estas páginas usted encontrará guías, notas, ideas y aportes a los procesos de educación, capacitación y empoderamiento que usted ya ha comenzado.

## ESTRUCTURA BÁSICA DE ESTA GUÍA

### SELECCIÓN DE TEMAS, TALLERES Y MÓDULOS

Los temas que se han incluido en esta guía fueron seleccionados luego de entrevistar a líderes comunitarios y de organizaciones en varios estados en Estados Unidos. Se llevaron a cabo entrevistas abiertas para determinar los temas y materiales de educación en salud que serían de beneficio a los grupos que llevan a cabo trabajos de educación en salud. Muchos temas fueron presentados y de éstos, seleccionamos aquéllos que fueron mencionados con más frecuencia durante las entrevistas. Reconocemos las limitaciones de esta metodología para determinar cuáles son las necesidades más apremiantes en las comunidades. Aun así, esperamos que los módulos en conjunto con el libro *Nuestros Cuerpos, Nuestras Vidas* sean de utilidad en los trabajos comunitarios.

## **☞ TALLERES Y MÓDULOS**

Esta guía de capacitación contiene 6 talleres que abordan los siguientes temas: anatomía y fisiología, la maternidad, infecciones de transmisión sexual, salud y derechos reproductivos, la violencia hacia la mujer y la salud mental de la mujer latina. Aunque los módulos se han agrupado en talleres, éstos se pueden combinar con otros talleres y otros módulos. Cada taller contiene de 1 á 3 módulos divididos de la siguiente manera:

### Taller 1: Cómo entender nuestros cuerpos

Módulo 1: Anatomía y fisiología de la sexualidad y la reproducción

### Taller 2: La maternidad

Módulo 2: El embarazo

Módulo 3: El parto

Módulo 4: El posparto

### Taller 3: Enfermedades de transmisión sexual

Módulo 5: Infecciones de transmisión sexual

Módulo 6: VIH y SIDA

### Taller 4: Salud y derechos reproductivos

Módulo 7: Los anticonceptivos

Módulo 8: Maternidad voluntaria

### Taller 5: Tipos de violencia hacia la mujer

Módulo 9: Tipos de violencia hacia la mujer

### Taller 6: La salud mental de la mujer latina

Módulo 10: Salud mental, depresión y estrés

Módulo 11: Fármacos (medicinas, drogas, sustancias controladas y no controladas), alcohol y tabaco



## Descripción de la estructura de los módulos

<b>Panorama General</b>	<b>Unidades</b>
<p>La sección <i>Panorama General</i> introduce cada módulo y provee una breve explicación de las siguientes partes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>⌘ Objetivos de aprendizaje</li> <li>⌘ Capítulos de <i>Nuestros Cuerpos, Nuestras Vidas</i> a usarse con el módulo</li> <li>⌘ Notas preparatorias para la facilitadora</li> <li>⌘ Procedimientos, actividades y materiales</li> <li>⌘ Duración</li> <li>⌘ Recesos</li> <li>⌘ Evaluación: pruebas de conocimiento antes y después del módulo</li> <li>⌘ Recesos</li> </ul>	Cada módulo está dividido en unidades.
	Las unidades 1 y 2 son iguales en todos los módulos: Unidad 1: Introducción Unidad 2: Comencemos con lo que sabemos
	Otras unidades: sub-temas variados dentro del tema del módulo
	Última unidad del módulo es la evaluación: ¿Qué aprendimos hoy?
	<u>OBJETIVO DE LA UNIDAD</u> : al inicio de cada unidad se indica un objetivo que guía los trabajos y los materiales que la unidad contiene
	⌚ Duración: indica la duración aproximada de la unidad
	📖 Notas para la facilitadora: provee notas y guías para presentar la información contenida en el módulo y facilitar el diálogo
	E Género: En ocasiones se presentan sugerencias para abordar el tema desde una perspectiva de género.

## METODOLOGÍA

### 🗨️ NOTAS SOBRE CÓMO FACILITAR LOS TALLERES

Estos talleres de capacitación tienen como punto de partida las experiencias y el conocimiento personal de cada una de las participantes. Es importante que cada tema se introduzca con un diálogo que determine el conocimiento que las participantes tengan sobre el tema. Este conocimiento que cada participante trae consigo y logra expresar debe ser reconocido como una contribución importante al taller. Es precisamente a partir de dicho conocimiento que se comienza a ampliar, a profundizar y a aprender más sobre los temas y los materiales que la facilitadora trae al taller .

Cuando facilite los talleres, tenga en mente lo siguiente:

- ⌘ Es importante partir de la realidad y el diario vivir de cada una
- ⌘ Es esencial mantener el respeto mutuo
- ⌘ Se necesita un ambiente de solidaridad y apoyo
- ⌘ La cooperación es fundamental
- ⌘ Mantenga la alegría, la risa y el ánimo
- ⌘ Permita desacuerdos constructivos

**La experiencia y los testimonios de las participantes** son la base de los talleres de capacitación. Es importante estimular a las participantes a que compartan su conocimiento, ya sea que lo hayan vivido, lo hayan escuchado, lo hayan aprendido de otras mujeres o simplemente lo hayan observado en sus comunidades. A esto le llamamos conocimiento basado en la experiencia. El compartir experiencias puede ser fructífero y doloroso a la misma vez. Sea siempre precavida al pedir que las participantes compartan sus experiencias personales. En ocasiones es más fácil para la persona compartir una opinión general o lo que ha aprendido del tema a través de otras personas. Cuando invite a las participantes a compartir sus opiniones y experiencias, hágalo de manera cuidadosa y sin apresurar a la persona a que comparta algo que tal vez ella prefiera mantener en privado. En estos casos, invite a las participantes a que compartan lo que hayan aprendido de otras personas, no necesariamente basado en lo que ellas hayan vivido. Ya que los temas pueden ser muy privados y personales, enfatice la importancia de la **confidencialidad (todo lo que se expresa en el taller no se divulga fuera del taller)** y que todo lo que se comparte se hace de forma voluntaria. Señáleles a las participantes que tienen el **derecho a reservarse sus opiniones y experiencias**.

Es importante notar en los módulos que cada unidad y cada tema comienza con una pregunta dirigida a las participantes o con una invitación a compartir lo que ellas saben sobre el tema. Las respuestas y las opiniones que comparten las participantes deben aprovecharse para no sólo legitimar el conocimiento y la experiencia que ellas hayan expresado y compartido sobre el tema, sino también para determinar la existencia de mitos o conceptos erróneos sobre el tema que se esté estudiando. Una vez que las participantes terminen de compartir lo que conocen del tema, la facilitadora podrá hacer una evaluación rápida sobre cuánta información el grupo necesita y decidir si ampliar más en el tema o sólo repasar la información.

Dé tiempo a que las participantes **hagan preguntas**. Permita que se hagan preguntas durante la presentación de los temas o al final de cada unidad. También se puede ir desarrollando una lista de preguntas y respuestas mientras se lleva a cabo el taller. Estas

preguntas pueden que se repitan y que sean las mismas que otros miembros de la comunidad u otras mujeres latinas tengan. Además, puede darse el caso que las promotoras desarrollen un folleto de preguntas y respuestas para distribuir en la comunidad o mantenerlo como referencia en sus materiales educativos.

## **☞ TÉCNICAS DE TRABAJO**

Las técnicas específicas de trabajo que se sugieren para los talleres incluyen:

- Trabajo en grupos
- Estudio de casos
- Plenarias
- Charlas breves
- Recursos visuales y uso del pizarrón o papelógrafo

La invitamos a que modifique las técnicas como sea necesario durante la presentación de los materiales y que las combine para variar la manera de ofrecer información, y la manera de aprender y de adquirir destrezas. También invitamos a que los resultados de los trabajos en grupo y de las discusiones de casos se conviertan en ejercicios para desarrollar materiales informativos para el uso de las mismas participantes. Algunos ejemplos de materiales son: hojas sueltas, folletos informativos, caricaturas, guías de preguntas y respuestas. Todos estos materiales podrían utilizarse en los trabajos como Promotoras de Salud.

## **☞ ELEMENTOS DE ANÁLISIS DE LA REALIDAD**

Como todas sabemos, los ambientes políticos, demográficos, económicos, sociales, culturales y de género del lugar donde vivimos afectan los procesos de salud y enfermedad. Es por eso que a través de esta guía de capacitación hacemos un llamado a la reflexión y al entendimiento sobre los problemas de salud y la falta de servicios de salud dentro de este marco que consideramos más amplio y comprensivo. Porque somos seres complejos, nuestra salud se ve igualmente afectada por muchos factores. Queremos ir mas allá del modelo tradicional el cual no toma en consideración el contexto en el que ocurren las enfermedades. Es por eso que queremos entender los procesos de salud y enfermedad dentro de un contexto en donde se consideren las relaciones que existen entre hombres y mujeres (relaciones de género), el medio ambiente, el lugar de empleo, la economía, la vivienda, el acceso a la educación y a trabajos más equitativos, reconocidos y más valorados.

## **Género**

La noción de género a través de los talleres y módulos es importante para entender en qué manera las construcciones sociales de lo que es ser hombre o mujer afectan la calidad de vida y la salud de la mujer latina. Esto también repercute en la calidad de vida y la salud de sus familias y sus comunidades. Es importante distinguir lo que entendemos por la palabra sexo y lo que significa el término género. Sexo constituye la dimensión biológica de la persona, por ejemplo, la diferencia en los órganos sexuales o la capacidad de amamantar. Por género se entienden los atributos y roles que le damos al hombre y a la mujer por el simple hecho de ser hombre o mujer. Los roles de género son dinámicos y cambian

- ⌘ de una generación a otra → lo que hacían nuestras abuelas y mamás puede ser distinto a lo que nosotras hacemos,
- ⌘ de un periodo histórico a otro → lo que se hacía hace muchos años atrás es distinto a lo que hacemos ahora,
- ⌘ de un grupo a otro → lo que hacen las mujeres y los hombres latinos puede que sea distinto a lo que hacen las mujeres y hombres de otro grupo étnico.

## **Cultura y tradiciones**

Abordar creencias, tradiciones y prácticas culturales nos ayuda a entender por qué existen comportamientos y creencias que nos exponen a enfermedades, accidentes, lesiones y discapacidades al igual que nos protegen de las mismas. La cultura y las tradiciones influyen en la manera en la que enfrentamos la salud y las enfermedades, la prevención de enfermedades, la promoción de salud, el uso de servicios de salud y la búsqueda de cuidados de salud y ayuda médica. Es en nuestras raíces culturales que encontramos otras alternativas para el cuidado de la salud que aprendimos en nuestras comunidades y en nuestras familias a través de nuestros antecesores, abuelas, ancianos y médicos tradicionales.

## **Elementos sociales, económicos y políticos**

Los procesos sociales, económicos y políticos también afectan dramáticamente el bienestar y la salud de las comunidades. Invitamos a que la facilitadora junto con las participantes reflexionen en una forma crítica cómo los problemas de salud están íntimamente relacionados con:

- la situación socioeconómica de las comunidades;
- procesos migratorios;
- la discriminación;
- acceso a empleos con salarios que muchas veces no son justos;



- viviendas en lugares con niveles altos de contaminantes, enfermedades y crimen;
- poco acceso a cuidados de salud a un costo razonable; y
- la falta de reconocimiento de la salud como un derecho humano fundamental.

## Agradecimientos

El desarrollo de esta guía de capacitación ha sido posible gracias al apoyo financiero del Open Society Institute y a la generosidad de muchas mujeres que ofrecieron un punto de vista diferente. Agradecemos a los siguientes individuos y organizaciones que nos dieron su apoyo y tiempo durante el proceso de desarrollar esta guía de capacitación:

- ☞ El Concilio Nacional de la Raza (The National Council of la Raza), con agradecimiento especial a Yanira Cruz González, quien nos puso en contacto con grupos afiliados al Concilio durante las etapas iniciales de este trabajo.
- ☞ A Ceci Olavaria y Leslie Orlove, National Organization for Women – Legal Defense and Education Fund, Immigrant Women Project, quienes nos facilitaron su directorio de recursos para mujeres maltratadas.
- ☞ A las compañeras Mari Dena Rojas, Jacqueline Peña y Susana Cabrera de Action Boston for Community Development por ofrecernos sus puntos de vista y por compartir materiales de capacitación.
- ☞ A Doña Iris Rivera por ofrecernos el uso de las facilidades de Casa Iris, Inc. y a las siguientes personas de Casa Iris por ofrecernos sus puntos de vista durante una entrevista de enfoque:
  - Monserrate Pérez
  - Providencia Marzán y esposo quien trajo consigo valiosas observaciones de género
  - Omayra Acosta
  - Cristina Suárez
  - Haydee Medina
  - Flora Marzán
- ☞ A Marcia Good Maust de St. Mary's College en Notre Dame, Indiana, y sus colegas de la Casa de Amistad, St. Joseph Hospital y Memorial Hospital en South Bend, Indiana por participar en el primer taller experimental usando los materiales de esta guía.
- ☞ A las siguientes personas de la Oficina Hispana de Planificación y Evaluación (The Hispanic Office of Planning and Evaluation – HOPE) por su participación en las etapas iniciales de este trabajo. Agradecemos a María Álamo por la organización y coordinación del grupo de enfoque en HOPE.
  - María Álamo
  - Danny L. Arroyo
  - Clara Ortega
  - Sandra Morales

- Luz Malagón
  - Aida L. Abreu
  - Carmen Solís
  - María Aguasvivas
- ☞ A varios miembros del Centro de Recursos para el Trabajador Inmigrante (The Immigrant Workers Resource Center) por su apoyo durante este trabajo.
- Con agradecimiento especial a Juana Hernández y a las compañeras que ofrecieron sus oficinas, su tiempo y sus puntos de vista:
    - Mariela Rodao
    - Rosalba Quengüán
    - Corporina Belis
    - Carmen Muñetón
    - Mirna Edwards
    - Mayra Cruz
- ☞ A Elizabeth MacMahon-Herrera, Santa Fe, New Mexico y a Nirvana González, Taller Salud, Río Piedras, Puerto Rico, por la revisión de varios módulos en su versión original.
- ☞ A Dharma Cortés y Ema Rosero por revisar el manuscrito en su totalidad y por sus valiosas sugerencias metodológicas y editoriales.

Esta guía representa el primer intento de transformar el libro *Nuestros Cuerpos, Nuestras Vidas* adentro del Boston Women's Health Book Collective en materiales de capacitación y por ende se consideran estos materiales como un trabajo en progreso y desarrollo. Esperamos continuar ampliando y mejorando los materiales contenidos en esta guía. Aún así, esperamos que les sean de utilidad. La autora de este documento asume total responsabilidad por cualquier omisión o error que se encuentre en esta guía.

Con aprecio,

Zobeida E. Bonilla, Ph.D.  
Program Manager, Latina Health Initiative  
Boston Women's Health Book Collective  
Boston, Massachusetts