

El Camino

Ayudando a adolescentes a poner metas y promoviendo salud sexual

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

Esta hoja de información describe a el currículo de El Camino y los resultados de las pruebas previas y posteriores de una evaluación del programa en 11 escuelas secundarias en el Condado de Montgomery, MD, de 2020 a 2023. El Camino atiende a adolescentes latinos que hablan inglés o español que son femeninos, masculinos y no binarios además de otros adolescentes de barrios históricamente excluidos en los Estados Unidos. El programa se ha implementado con una amplia gama de estudiantes de 13 a 20 años.

Sobre el currículo de El Camino

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

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

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

Arco 1, establecer metas (lecciones 1-4), utiliza la imagen de una ruta (*El Camino*) para conectar las metas a largo plazo de los adolescentes con pasos específicos que deben tomar para alcanzar esas metas. Los estudiantes por sí solos, sin aportación de los adultos en sus vidas, establecen sus metas y determinan los pasos que deben tomar para alcanzar esas metas.

Arco 2, salud sexual y reproductiva (lecciones 5-8), trabaja para que los jóvenes adquieran conocimientos, actitudes, autoeficacia, y comportamientos relacionados con biología reproductiva, y para enseñarles sobre métodos anticonceptivos eficaces; todos los pasos necesarios para que los jóvenes tomen decisiones informadas sobre las maneras de proteger su salud sexual y alcancen sus metas.

Arco 3, relaciones sanas (lecciones 9-11), tiene como objetivo ayudar a los jóvenes a desarrollar las habilidades de una comunicación firme para proteger el progreso hacia sus metas, comunicar sus límites con sus parejas de manera precisa y eficaz, y que disfruten de relaciones sanas.

Actividades de El Camino

El Camino incorpora una variedad de actividades para involucrar a los estudiantes. Estas actividades no están diseñadas para decirles a los estudiantes qué hacer o pensar. En cambio, alientan a los estudiantes a pensar sobre temas importantes como las relaciones, la escuela y sus futuros. Los estudiantes participan en actividades que incluyen:

- ★ Leer historias/novelas a lo largo del currículo que presentan personajes adolescentes con los que los participantes comparten características clave
- ★ “Votar con tus pies”: la actividad de moverse físicamente alrededor del aula para mostrarse de acuerdo o en desacuerdo con una declaración o idea
- ★ Juegos de rol con otros estudiantes usando escenarios sobre adolescentes similares
- ★ Participar en discusiones en grupo con maestros para discutir lo que piensan y obtener respuestas a sus preguntas
- ★ Elaboración de mapa: que los participantes escriban una meta personal que quieran alcanzar a los 25 años en un mapa y pensar en los pasos necesarios para alcanzar esa meta
- ★ Practicar habilidades poniendo en práctica los conceptos aprendidos (por ejemplo, practicar la comunicación firme con las parejas y el uso correcto del condón)

Conclusiones de la evaluación

Child Trends recibió una subvención de la Oficina de Asuntos de Población del HHS en 2020 para implementar y evaluar rigurosamente El Camino en las escuelas secundarias del Condado de Montgomery, MD, con una alta población latina. Child Trends se asoció con Identity para implementar El Camino durante períodos de almuerzo en la escuela, clases optativas o después de clases en 11 escuelas secundarias a lo largo de los años escolares 2020-2023. Los investigadores de la Universidad de Maryland evaluaron la eficacia de El Camino: Las clases de cada escuela se seleccionaron al azar para recibir El Camino o un programa alternativo de habilidades para la vida.

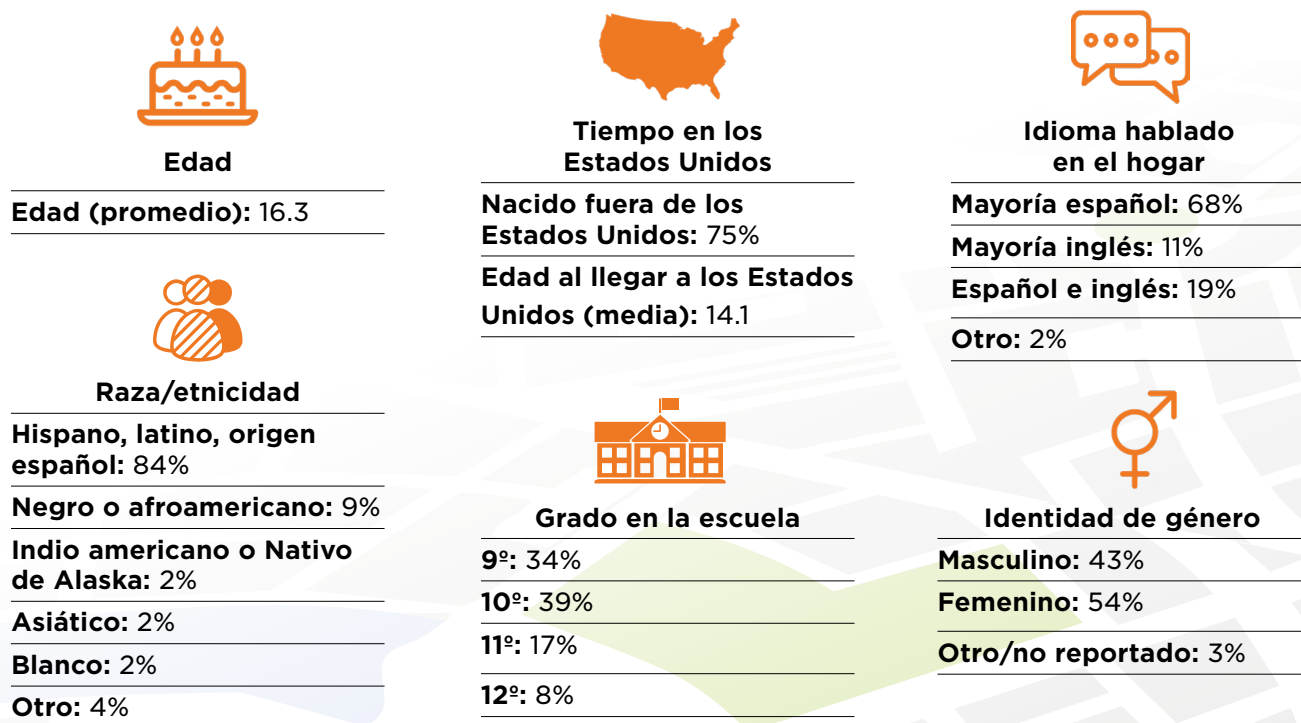
Alcance del programa El Camino

- ▶ **El Camino**—396 estudiantes estaban repartidos en 34 clases:
 - 25 en español
 - 9 en inglés
- ▶ **Un programa alternativo de habilidades para la vida**—350 estudiantes estaban repartidos en 34 clases:
 - 27 en español
 - 7 en inglés

Demográficos y alcance

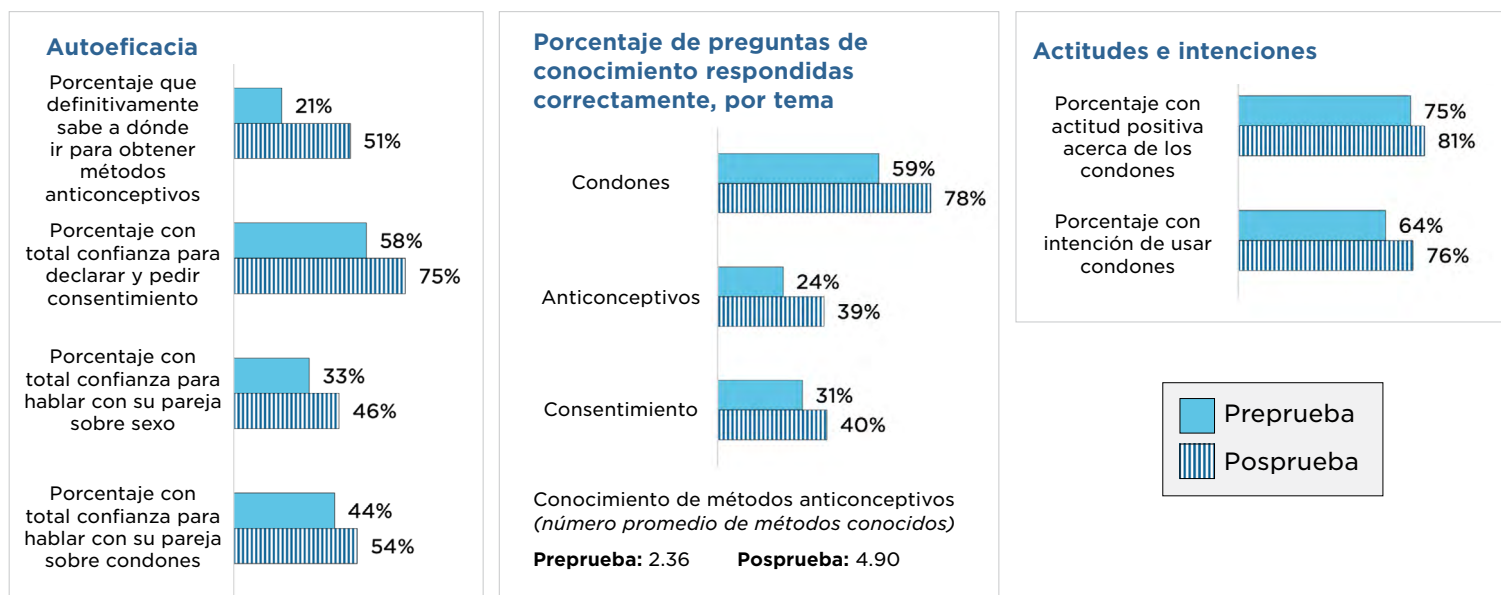
Un total de 746 estudiantes participaron en la evaluación de El Camino (396 en El Camino y 350 en un programa alternativo). La mayoría de las clases se impartieron en español. Los datos demográficos y los antecedentes de los estudiantes que participan en la evaluación se muestran en la siguiente figura.

Demográficos y antecedentes de los estudiantes participando en la evaluación



Resultados de la evaluación

Los estudiantes completaron encuestas antes y después de su participación en El Camino o en un programa alternativo de habilidades para la vida. En comparación con los estudiantes del programa alternativo, los estudiantes que participaron en El Camino tuvieron mayores mejoras en cuanto a conocimientos, autoeficacias, intenciones y actitudes entre la preprueba y la posprueba. Las siguientes figuras muestran las respuestas promedio de los estudiantes de El Camino en la preprueba y la posprueba.



Nota: Los hallazgos se basan en 289 estudiantes que recibieron el plan de estudios de El Camino y que completaron las encuestas de preprueba y posprueba. De todos los hallazgos mostrados aquí, los mejoramientos entre la evaluación previa y posterior fueron significativamente mayores para el grupo de El Camino que para el grupo de control, según los análisis de impacto multivariante.

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

El currículo y la capacitación de El Camino están disponibles a través de Healthy Teen Network: <https://www.healthyteennetwork.org/resources/el-camino/>

Nos gustaría agradecer a The JPB Foundation por su generoso apoyo en la financiación del desarrollo del plan de estudios y las pruebas de campo, así como a la Oficina de Población de Asuntos Poblacionales de HHS por financiar las actualizaciones del plan de estudios y la evaluación rigurosa.

Esta publicación fue posible gracias a la Subvención Número TP2AH000077 de la Oficina de Asuntos de la Población de HHS. Los contenidos son responsabilidad exclusivamente de los autores y no representan necesariamente los puntos de vista oficiales del Departamento de Salud y Servicios Humanos, ni de la Oficina de Asuntos de la Población.

Resumen de las lecciones del currículo de El Camino

Arco 1: Establecer Metas	
<p>Lección 1: Pon Tu Meta: Introducción a El Camino</p> <p>Los estudiantes podrán (1) explicar cómo El Camino puede ayudarles a establecer y alcanzar sus metas; (2) aprobar una serie de acuerdos de grupo; (3) explicar los cuatro pasos de PARA del mapa de metas de El Camino; (4) identificar una meta para sí mismos a la edad de 25 años; y (5) usar el esquema de trabajo PARA para identificar las metas de Sofía y Santiago y los pasos que ellos deberán tomar para alcanzar dichas metas.</p>	<p>Lección 2: Analiza Los Pasos: Mi Vida a Los 25 años</p> <p>Los estudiantes podrán (1) identificar algunos de los pasos que necesitan tomar para alcanzar la meta que establecieron en la Lección 1; e (2) identificar algunas de las herramientas y otros recursos que tienen disponibles para alcanzar su meta.</p>
<p>Lección 3: Reafirma Tu Camino: Relaciones y Decisiones Sobre Las Relaciones Sexuales</p> <p>Los estudiantes podrán (1) discutir los atajos y desvíos que pueden afectar positiva o negativamente su camino; (2) reconocer señales de advertencia y cómo utilizarlas para permanecer en su camino; (3) describir posibles consecuencias de participar en comportamientos sexuales prematuros; y (4) describir cómo estas consecuencias pueden afectar el éxito en la escuela y en la graduación de la escuela preparatoria.</p>	<p>Lección 4: Alcanza Tu Meta: Poniendo Límites para Permanecer En Camino</p> <p>Los estudiantes podrán (1) discutir sobre las señales de advertencia y cómo los atajos y desvíos pueden afectar su camino; (2) reconocer la presión que enfrentan los adolescentes para tener sexo no deseado y/o sexo sin protección; (3) reconocer factores externos y situacionales que pueden conducir hacia el sexo no deseado o sin protección; y (4) describir los retos asociados con ser padres jóvenes.</p>
Arco 2: Salud Sexual y Reproductiva	
<p>Lección 5: El embarazo en la adolescencia y comprender cómo ocurre el embarazo</p> <p>Los estudiantes podrán (1) describir los sistemas reproductores; (2) explicar cómo ocurre un embarazo; (3) aprender hechos importantes sobre el embarazo; y (4) discutir los beneficios de retrasar el embarazo y la paternidad hasta después de que terminen sus estudios y tengan un buen trabajo.</p>	<p>Lección 6: Promoviendo la Salud Sexual: Los Métodos Anticonceptivos</p> <p>Los estudiantes podrán (1) enumerar seis métodos anticonceptivos seguros y altamente eficaces; (2) explicar cómo usar los seis métodos anticonceptivos seguros y altamente eficaces; (3) describir dónde pueden obtener los adolescentes información precisa y apoyo para tomar decisiones saludables; (4) discutir los beneficios de retrasar el embarazo y la paternidad hasta completar sus estudios y conseguir un buen trabajo; (5) describir cómo el uso de anticonceptivos puede proteger su camino; y (6) describir cómo una persona puede apoyar a su pareja en el uso de anticonceptivos hormonales.</p>

Arco 2: Salud Sexual y Reproductiva, cont.

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

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

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

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

Arco 3: Relaciones Sanas

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

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

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

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

Lección 11: El Camino y Tu Futuro

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