

PROGRAMA EDUCATIVO AFECTIVO-SEXUAL

PARA MUJERES MAYORES DE 50 AÑOS

Marta Ramírez Díez, Alba Baeza García, Isabel Leonor del Pozo, Laura Manzanares Matamoros, Dalya Mendaña Benavides. Hospital Universitario La Paz. Residentes de segundo año de la Unidad Docente de Matronas de la Comunidad de Madrid.

POBLACIÓN DIANA: mujeres mayores de 50 años que se encuentren en la perimenopausia, del distrito de Salamanca de Madrid.

OBJETIVO GENERAL: Las mujeres mayores de 50 años trabajarán su sexualidad acorde a su etapa vital.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- ❖ Identificar los cambios físicos, psicológicos y sociales que aparecen en esta etapa vital.
- ❖ Debatir los mitos y prejuicios sobre las relaciones afectivo-sexuales existentes en esta etapa de la vida.
- ❖ Desarrollar las habilidades de comunicación afectivo-sexual conforme a las características de la edad.
- ❖ Reconocer nuevos modelos de comportamiento afectivo-sexual a través del juego sexual.
- ❖ Reflexionar las posibilidades de vivir satisfactoriamente la sexualidad de acuerdo con la etapa vital.

EVALUACIÓN

DE COBERTURA: Consiste en evaluar el número de personas mayores de 65 años que acuden o abandonan el programa con indicadores específicos

CAPTACIÓN: La evaluación de la captación se llevará a cabo cuando se finalice el programa y se valorará si el número de participantes se corresponden con la captación realizada. Cada método de captación (carteles en el centro de salud, en centros de día, residencias de mayores, instituciones religiosas, etc.), se evaluará individualmente mediante indicadores específicos.

METODOLOGÍA: con una encuesta sobre los diferentes métodos utilizados y de la metodología utilizada mediante indicadores específicos.

EVALUACION DE LOS RESULTADOS: postest final.

EVALUACIÓN DE LA SATISFACCIÓN: encuesta de satisfacción.

DESARROLLO DE LAS INTERVENCIONES: se realizarán 5 sesiones con una duración de entre hora y media y 2 horas. 1 sesión semanal
Se realizarán cinco sesiones, una por semana. Al finalizar el programa se dejará una semana de descanso. Se irá alternando: un grupo por la mañana (5 semanas + 1 semana de descanso) y otro por la tarde, para facilitar la asistencia de cualquier interesado.
✓ LUGAR: Sala de Educación Para La Salud del centro.
✓ NUMERO DE PARTICIPANTES: De 10 a 15 personas por programa.

1ª SESIÓN: TU SEXUALIDAD ES AÚN TUYA. CAMBIOS.		
	OBJETIVO EDUCATIVO	TECNICA
Identificar los cambios físicos, psicológicos y sociales que aparecen en esta etapa.	-Identificar los cambios biopsicosociales que aparecen en esta etapa. -reconocimiento corporal afianzando sus propios cambios. -verbalizar aquellos cambios que les ocasionan una mayor preocupación.	Rejilla Fotopalabra Tormenta de ideas Charla-coloquio
2ª SESIÓN: ¿CUÁNTO DE LO QUE PIENSAS ES VERDAD? MITOS		
Debatir los mitos y prejuicios sobre las relaciones afectivo-sexuales en las personas mayores.	-Expresar los mitos y prejuicios que conocen sobre las relaciones afectivo-sexuales en la vejez. -Demostrar que son capaces de diferenciar los mitos de la realidad. -Compartir si los mitos han afectado a su vida sexual. -Reflexión sobre su potencial afectivo-sexual.	Charla-coloquio, frase incompleta Juego equipos. VF Rejilla Árbol
3ª SESIÓN: "SOY MUY MAYOR PARA ESAS COSAS..." ¿ESO CREES?		
Desarrollar las habilidades de comunicación afectivo-sexual conforme a las características de la edad.	-Explicar los conocimientos aprendidos en las sesiones anteriores. -Demostrar habilidades de comunicación necesarias para las relaciones afectivo-sexuales. -Expresar deseos y afectos.	Patata caliente Casos y role playing Frases incompletas
4ª SESIÓN: ¿A QUÉ JUGAMOS HOY?		
Reconocer nuevos modelos de comportamiento afectivo-sexual a través del juego sexual	-Conocer diferentes técnicas de juego sexual. -Demostrar habilidades con los diferentes juguetes. -Verbalizar nuevos modelos de comportamiento a través del juego.	Exposición Demostración Visualización
5ª SESIÓN: TODAVÍA PUEDO SENTIR		
Reflexionar las posibilidades de vivir satisfactoriamente la sexualidad de acuerdo con la etapa vital.	-Reconocer beneficios de la sexualidad en esta etapa. -Interiorizar diversas situaciones en las que están presentes afectos y sexualidad. -Trabajar el proyecto de vida afectivo-sexual.	Brainstorming + rejilla Vídeo montaje + charla coloquio. Hoja de proyecto de vida