



La vacuna contra el VPH es prevención del cancer

Manual del Líder



Tabla de Contenidos

Todo el material está disponible en el sitio web de la Coalición de Acción para la Inmunización de Arkansas: www.ImmunizeAR.org

1. Meta e Instrucciones Generales

2. Qué Debes Hacer Antes del Taller

- a. Decidir a quién estará dirigido tu taller
- b. Elegir una fecha y lugar
- c. Promocionar
- d. Preparar el aula
- e. Prepararte
- f. Reunir herramientas de enseñanza

3. El Taller

- a. Introducciones y Actividad de Calentamiento
- b. Resumen General
- c. ¿Qué es el VPH?
 - i. ¿Qué problemas de salud están asociados con el VPH?
- d. ¿Cómo se transmite el VPH?
- e. VPH y cómo mantenerse saludable
 - i. ¿Qué puedo hacer para protegerme?
 - ii. ¿Qué puedo hacer para proteger a mis hijos?
- f. Hablemos sobre la vacuna contra el VPH
 - i. ¿Quién debe recibir la vacuna contra el VPH?
 - ii. ¿Cuántas dosis de la vacuna necesito?
 - iii. ¿Quién no debe recibir la vacuna contra el VPH?
 - iv. ¿La vacuna tiene efectos secundarios?
 - v. ¿Dónde se puede obtener la vacuna contra el VPH?
 - vi. Repasemos.
- g. Todos tienen una historia
- h. Hablemos: preguntas y preocupaciones
 - i. ¡Gracias! ¿Qué aprendí?

4. Después del Taller

- a. Completa el Resumen del Líder
- b. Envía el Resumen del Líder y las hojas de Actividad de Calentamiento y “¿Qué Aprendí?”

5. Anexo

1. Meta e Instrucciones Generales

Meta: Los participantes podrán describir qué es el VPH, cómo se transmite y explicar los pasos que pueden tomar para protegerse del VPH. También esperamos que los participantes estén dispuestos a vacunarse, vacunar a sus hijos y comunicar a amigos y familiares la importancia de la vacuna.

Por favor, utiliza este **Manual del Líder** como una guía general para llevar a cabo tu taller. Este manual está diseñado para ser utilizado junto con la presentación de PowerPoint y el folleto titulados **“La Vacuna contra el VPH Previene el Cáncer”**. Siéntete libre de personalizar la presentación según tu audiencia. El taller está diseñado para durar no más de una hora, pero puede ser flexible. Algunas instrucciones están diseñadas para ayudar a explicar de manera más completa conceptos y palabras que tal vez no sean familiares para algunos asistentes. Sin embargo, todos los participantes apreciarán una presentación clara y fácil de entender.

2. Qué Debes Hacer Antes del Taller

La planificación anticipada contribuirá a que tu taller sea un gran éxito. Algunas preguntas importantes que debes considerar de antemano y que influirán en muchas de tus decisiones incluyen:

Consideraciones sobre la audiencia – ¿Para quién será el taller?

Si estás planeando un taller, es posible que necesites considerar lo siguiente:

- ¿Necesitas contratar un intérprete para personas cuyo idioma principal no sea el inglés?
- ¿La ubicación del aula será conveniente?
- ¿Necesitas ofrecer cuidado de niños?
- ¿Proveerás refrigerios? Si es así, ¿los refrigerios serán apropiados para tu audiencia?
- ¿Es accesible el aula para personas con discapacidades?
- ¿La acústica es buena o necesitas un sistema de sonido?
- ¿El estacionamiento es fácilmente accesible?
- ¿Es mejor realizar el taller por la mañana o por la tarde?
- ¿Tienen necesidades especiales?
- ¿Cuál es el mejor día y hora?
- Si tu audiencia probablemente incluye a padres, programar el taller durante el horario escolar puede ayudar a resolver problemas relacionados con el cuidado de los niños.

Una vez que hayas determinado tu audiencia objetivo, necesitarás:

Decide una fecha, hora y lugar

- Asegúrate de que no haya otros eventos importantes programados para la misma fecha.
- Trata de ubicar el taller cerca del transporte público, si es posible.
- Si tienes varios participantes de un mismo lugar de trabajo, consulta si el empleador permite programar algo en su ubicación durante el almuerzo o justo después del horario laboral.
- Decide si ofrecerás refrigerios.
- Contacta una clínica o farmacia que administre vacunas para verificar si tienen la vacuna contra el VPH disponible en caso de que los asistentes pregunten por lugares para vacunarse. Si necesitas ayuda para encontrar una clínica o farmacia con la vacuna contra el VPH, comunícate con el Director Ejecutivo de Immunize Arkansas. Estarán encantados de ayudarte.
- Decide si planeas tomar fotografías durante el taller y, de ser así, organiza a alguien para que las tome.

¡Promociona!

- Coloca carteles en lugares donde creas que tu audiencia objetivo los verá. (Un cartel editable está disponible en el sitio web).
- Publica un anuncio en los boletines informativos de tu organización y de otras organizaciones a las que probablemente esté afiliada tu audiencia.
- Envía un comunicado de prensa sobre tu taller al periódico local. (Un formato editable está disponible en el sitio web).
- Incluye anuncios en el calendario comunitario del periódico. (También puedes usar el formulario de comunicado de prensa del sitio web para este propósito).

Prepara el aula.

- Asegúrate de tener buenas señales para dirigir a las personas al aula.
- Prepara el aula para que sea cómoda (temperatura adecuada, sillas del tamaño correcto, buena iluminación, etc.).
- Verifica que el aula sea lo suficientemente grande para el número esperado de asistentes.
- Asegúrate de que todos los asistentes puedan ver la pantalla.
- Considera colocar mesas para facilitar que los participantes tomen notas.

- Si planeas utilizar la presentación de PowerPoint proporcionada, asegúrate de tener acceso a:
 - Una computadora portátil
 - Un proyector
 - Una pantalla o pared blanca
- Prueba el equipo de presentación con anticipación.
- Proporciona etiquetas con nombres para que los asistentes puedan identificarse por su nombre.
- Prepara una mesa de registro donde las personas puedan hacer sus etiquetas de nombre y firmar lo siguiente:
 - Hoja de registro (disponible en el sitio web).
 - Hoja de permiso para fotografías si planeas tomar fotos o usar citas de los participantes (disponible en el sitio web).
- Ten disponibles folletos de **“La Vacuna contra el VPH Previene el Cáncer”** para los participantes en la mesa de registro.
- Coloca los refrigerios justo antes de comenzar el taller.

Prepárate.

- Revisa la presentación de PowerPoint y sus notas.
- Personaliza la presentación de PowerPoint con tu información.
- Familiarízate con el folleto del taller.
- Piensa en ejemplos de tu vida personal relacionados con el tema que estás dispuesto a compartir. Considera lo siguiente:
 - Los adultos quieren aprender cosas prácticas que puedan aplicar en su vida diaria.
 - Personalizar la información la hace más interesante.
 - Ayuda a que la presentación sea más cálida y accesible.
- Reflexiona sobre las posibles preguntas que puedan surgir y cómo responderlas.
- Considera tu comunicación no verbal. La calidez y la amabilidad se reflejan en:
 - Expresiones faciales
 - Tono de voz
 - Lenguaje corporal
- Mantén una actitud positiva, especialmente al responder preguntas. ¡Todas las preguntas son válidas!
- Reúne las herramientas de enseñanza:
 - Imprime suficientes copias de las hojas de Actividad de Calentamiento y “¿Qué Aprendí?” para que cada participante tenga una.
 - Ten disponibles bolígrafos o lápices para que los asistentes puedan escribir en los folletos y tomar notas.
 - Asegúrate de tener suficientes folletos para los asistentes.
 - Opcional: Reúne marcadores para una pizarra blanca o un rotafolio.

3. El Taller

Saluda a las personas y dales la bienvenida a medida que ingresen al aula. Pídeles que tomen una etiqueta de nombre de la mesa de registro y escriban sus nombres para que puedas llamarlos por su nombre si tienen preguntas durante la presentación. Solicítales que completen la Hoja de Registro y la Hoja de Permiso para Fotografías (si planeas tomar fotos).

Diapositiva 1 - La Vacuna contra el VPH Previene el Cáncer

Esta diapositiva debe estar visible mientras las personas llegan y se acomodan.

Comienza el taller a tiempo y termina puntualmente. El taller está diseñado para no durar más de una hora. Al ser puntual, demuestras respeto por tu audiencia y su tiempo.

Una vez que todos estén sentados y parezcan estar cómodos, dirígete al frente del aula y comienza con las presentaciones.

Diapositiva 2 - Presentaciones (Portada del Folleto)

Preséntate. Di tu nombre, tu cargo y la organización que representas. Comparte cualquier información adicional sobre tu organización que desees. Luego, ofrece una actividad introductoria.

Si tienes un grupo grande, podrías simplemente pedir que cada persona se presente brevemente. Pídeles que mencionen si ellos o algún familiar han sido afectados por el cáncer de cuello uterino u otro cáncer causado por el VPH. Esto puede ayudarte a personalizar la presentación según el grupo.

Si tienes un grupo más pequeño, puedes realizar una actividad como la siguiente:

Ejemplo de Actividad Introductoria:

- Pide a las personas que se asocien con alguien que no conozcan.
- Indica que entrevisten a su pareja para averiguar:
 - Su nombre
 - Su ocupación
 - Si ellos o algún familiar han tenido cáncer de cuello uterino u otro cáncer causado por el VPH.
- Luego, cada persona deberá presentar a su pareja al grupo.

Diapositiva 3 – Resumen (Portada del Folleto)

Di: “Hoy hablaremos sobre:

- Qué es el VPH
- Cómo se transmite el VPH
- El VPH y cómo mantenerse saludable
- La vacuna contra el VPH
- Historias personales sobre el VPH compartidas por quienes se sientan cómodos al hacerlo.

“Pero, antes de comenzar, nos gustaría saber más sobre lo que ya saben acerca del VPH y la vacuna contra el VPH, así que les pediremos que realicen esta actividad de calentamiento.”

Entrega las hojas de la Actividad de Calentamiento. Lee cada pregunta en voz alta por si alguien tiene dificultades para leerlas. Da tiempo suficiente para que las completen y te las entreguen. Recoge todas las hojas. No es necesario que las personas escriban sus nombres en ellas.

A continuación, se referirán a los folletos. Si no se entregaron en la mesa de registro, distribúyelos ahora. Asegúrate de que todos tengan una copia.

Diapositiva 4 – ¿Qué es el VPH? (Página 1 del Folleto)

Di: “Hablemos sobre el VPH. Por favor, abran sus folletos en la página 1. Mirando la página 1, ¿alguien puede decirme qué causa el VPH?” (Si nadie levanta la mano, lee la primera oración). Tu respuesta podría ser:

“Sí, muy bien. Un germen llamado virus causa el VPH. Este virus puede infectar tanto a hombres como a mujeres y no elige a su víctima según el género.”

Di: “Existen muchos tipos de VPH: más de 150 tipos. Algunos de ellos son conocidos por causar otros problemas graves de salud.”

Diapositiva 5 – ¿Qué es el VPH? (Página 1 del Folleto)

Di: “La mayoría de las veces, cuando el virus del VPH entra en tu cuerpo, tu cuerpo lo elimina de forma natural y no causa problemas de salud. Sin embargo, si el virus permanece en tu cuerpo, este daña tus células. Si las células son dañadas por el virus, puedes desarrollar cáncer o verrugas genitales.”

Diapositiva 6 – El VPH y el Cáncer (Página 1 del Folleto)

Di: “El mayor y más grave problema asociado con el VPH es el cáncer.”

Di: “Como pueden ver, el VPH puede causar muchos tipos diferentes de cáncer. El VPH puede causar cánceres específicos en las mujeres, como el cáncer vaginal, vulvar y cervical. El cáncer cervical es el cáncer por VPH más común en las mujeres. Arkansas tiene una de las tasas más altas de cáncer cervical en los Estados Unidos, según el número de casos de cáncer cervical que tenemos en nuestro estado. Solo hay un tipo de cáncer que los hombres pueden tener y que las mujeres no, que es el cáncer de pene. Sin embargo, el cáncer más común relacionado con el VPH en los hombres es el cáncer de boca y garganta. Arkansas también tiene una de las tasas más altas de cáncer de boca y garganta en los EE.UU.”

Diapositiva 7 – El VPH y las Verrugas Genitales (Página 2 del Folleto)

Di: “El VPH también puede causar verrugas genitales. Como pueden ver en su folleto, la apariencia de las verrugas puede variar. En algunas personas, pueden aparecer como bultos pequeños o grandes, altos o planos, o con forma de coliflor en el área genital.”

Di: “La buena noticia es que las verrugas genitales pueden ser tratadas por su médico. Si sospechas que tienes verrugas genitales, habla con tu médico o proveedor de salud y discute las opciones de tratamiento.”

Diapositiva 8 – ¿Cómo se Propaga el VPH? (Página 3 del Folleto)

Pregunta: “¿Alguien puede decirme si el VPH todavía puede propagarse, incluso si la persona que lo tiene no presenta signos de tener el virus?” Si nadie responde, considera sugerir que lean la página 3 del folleto o comienza a compartir la frase siguiente. Si alguien responde “Sí,” considera responder con “Correcto, profundizaremos un poco más en eso en esta diapositiva.”

Di: “El VPH se transmite por contacto piel a piel, específicamente por contacto íntimo como las relaciones sexuales. El virus en sí se transmite de persona a persona a través de pequeñas fisuras en la capa superior de la piel.”

Di: “Una de las cosas desafortunadas del VPH es que se puede propagar y la persona que lo tiene primero puede no enterarse nunca. El VPH es un virus muy fuerte, y debido a su fortaleza, se propaga con mucha facilidad. Casi todas las personas en algún momento de su vida se infectarán con al menos un tipo de virus VPH.”

Di: “No se obtiene VPH por medio de los asientos de los inodoros, abrazos o tomarse de las manos, nadando en piscinas o bañeras, compartiendo comida o utensilios para comer o por una mala higiene.”

Diapositiva 9 – ¿Cómo se Propaga el VPH? (Página 3 del Folleto)

Di: “Debido a que las personas que tienen VPH pueden nunca tener síntomas, las personas a las que transmiten el virus del VPH pueden no saberlo nunca. Pero para las personas que sí se enferman por el virus, a menudo es muy tarde en la infección y a veces las personas descubren demasiado tarde que están enfermas por el virus.”

Diapositiva 10 – ¿Cómo se Propaga el VPH? (Página 3 del Folleto)

Di: “Para algunas personas, es demasiado tarde cuando se les diagnostica un tipo de cáncer. Tampoco hay forma de saber qué personas que se infectan con el VPH desarrollarán cáncer.”

Diapositiva 11 – ¿Qué Puedo Hacer Para Protegerme? (Página 4 del Folleto)

Di: “Aunque el VPH es un virus muy fuerte, existen algunas maneras de protegerse de los tipos más peligrosos.”

Di: “Primero, puedes usar condones. No te protegen al 100% del virus, pero sí reducen la probabilidad de que te contagies del virus o de un segundo tipo de VPH si ya has sido infectado por uno de ellos.”

Di: “Segundo, puedes hablar con tu médico sobre exámenes regulares, ¡específicamente las mujeres! Hay un tipo de prueba llamada citología o prueba de Papanicolaou que tu médico puede hacer para revisar si tienes células dañadas en el cuello del útero que podrían causar cáncer.”

Di: “Tercero, puedes vacunarte si tienes menos de cierta edad. La vacuna previene la infección de 9 de los tipos más comunes y peligrosos de virus del VPH. Hablaremos de las edades para la vacunación en unos minutos.”

Diapositiva 12 – ¿Qué Puedo Hacer Para Proteger a Mis Hijos? (Página 5 del Folleto)

Di: “La mejor manera de prevenir que tus hijos tengan cánceres relacionados con el VPH en el futuro es vacunarlos antes de que se expongan al virus. La vacuna se recomienda tan temprano en la vida de un niño porque los médicos quieren ser proactivos y prevenir su exposición mucho antes de que sean sexualmente activos. Además, los preadolescentes desarrollan una respuesta más fuerte a la vacuna que los adolescentes mayores.”

Di: “Aunque te parezca extraño vacunar a tus hijos tan jóvenes, los médicos no están sugiriendo que tu hijo pueda estar teniendo relaciones sexuales a los 11 o 12 años. ¡Están tratando de proteger a tu hijo mucho antes de que la infección por VPH se convierta en un problema! Al final, la vacuna contra el VPH es la clave para prevenir que tu hijo desarrolle un cáncer relacionado con el VPH cuando sea mucho mayor.”

Diapositiva 13 – ¡Hablemos sobre la vacuna contra el VPH! (Página 5 del Folleto)

Di: “Ahora hablemos sobre quiénes deben recibir la vacuna. Los niños y niñas de 11 años o más pueden comenzar a recibir la vacuna contra el VPH. Pueden comenzar a recibir la vacuna desde los 9 años. La vacuna funciona mejor cuando los niños y niñas tienen entre 9 y 12 años. Esto se debe a que su sistema inmunológico, que es la parte del cuerpo que combate la infección, tendrá una respuesta más fuerte cuando son más jóvenes. Si tú o tus hijos no fueron vacunados entre los 9 y 12 años, ¡no es un problema! Aún es importante vacunarse. Los hombres y mujeres hasta los 26 años también pueden vacunarse. Los adultos entre 27 y 45 años que no fueron adecuadamente vacunados pueden tomar decisiones compartidas con su proveedor de salud sobre recibir la vacuna contra el VPH. Dependiendo de la edad de la persona, puede necesitar un número diferente de dosis. Hablaremos de eso a continuación.”

Diapositiva 14 – ¡Hablemos sobre la vacuna contra el VPH! (Página 6 del Folleto)

Di: “Entonces, hablemos sobre cuántas dosis de la vacuna se necesitan. El número de dosis que una persona necesitará depende de su edad. Si la persona que recibe su primera dosis de la vacuna contra el VPH tiene menos de 15 años, necesitará 2 dosis, y la segunda dosis se administrará entre 6 y 12 meses después de la primera. Si la persona que recibe su primera dosis de la vacuna contra el VPH ya ha cumplido 15 años, entonces necesitará 3 dosis de la vacuna. Recibirá la segunda dosis de 1 a 2 meses después de la primera, y la tercera dosis 6 meses después de la primera dosis.”

Di: “También hay ocasiones en las que los niños y niñas menores de 15 años necesitan recibir 3 dosis de la vacuna. Tu médico te dirá cuándo es el caso. Además, cada una de las dosis se administrará como una inyección en la parte superior del brazo.”

Diapositiva 15 – ¡Hablemos sobre la vacuna contra el VPH! (Página 7 del Folleto)

Di: “Existen ciertos casos en los que una persona no debe recibir la vacuna. Las personas que hayan tenido una reacción alérgica grave a una dosis anterior de la vacuna contra el VPH o una alergia que ponga en riesgo la vida a algún ingrediente de la vacuna no deben recibir la vacuna. Siempre puedes preguntarle a tu médico o farmacéutico sobre los ingredientes de la vacuna si te preocupa una posible reacción alérgica.”

Di: “La vacuna es segura si no has tenido una reacción alérgica a la vacuna o a algún ingrediente de la vacuna. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, conocidos como CDC, y la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA, por sus siglas en inglés) analizaron cuidadosamente la vacuna antes de permitir su uso.”

Diapositiva 16 – ¡Hablemos sobre la vacuna contra el VPH! (Página 7 del Folleto)

Di: “Mucha gente está preocupada por los efectos secundarios que pueden causar las vacunas. Los efectos secundarios más comunes y normales de la vacuna contra el VPH son dolor, enrojecimiento o hinchazón en la parte del brazo donde se administró la dosis, así como fiebre, dolor de cabeza o cansancio.”

Di: “El desmayo también es un efecto secundario común en adolescentes y algunos adultos después de recibir una inyección, no solo de la vacuna contra el VPH. Es decir, el desmayo ocurre como resultado de recibir la inyección, y no por algo en la vacuna. Por esta razón, tu médico, enfermera o farmacéutico puede pedirte que te sientes durante 15 minutos después de recibir una dosis de la vacuna.”

Diapositiva 17 – ¡Hablemos sobre la vacuna contra el VPH! (Página 8 del Folleto)

Di: “La vacuna es segura y efectiva, y es la mejor manera de evitar que tú o un ser querido contraigan un cáncer relacionado con el VPH. Puedes recibir la vacuna contra el VPH en ciertos consultorios médicos, farmacias y en las unidades de salud locales del Departamento de Salud de Arkansas en todo el estado. Asegúrate de llamar con anticipación para confirmar que tienen la vacuna disponible y verificar qué tipo de pago puede ser necesario, si es que se requiere alguno.”

Diapositiva 18 – ¿Por qué es importante esto en Arkansas? (Página 1 del Folleto)

Di: “Puede que te preguntes por qué esto es especialmente importante en Arkansas. Actualmente, tenemos el mayor número de casos de cáncer cervical en relación con la cantidad de personas que viven en nuestro estado, comparado con otros estados. También estamos muy por debajo del promedio en cuanto a cuántos de nuestros niños y niñas de entre 13 y 17 años han recibido el número correcto de dosis de la vacuna contra el VPH. Seguir correctamente el esquema de dosis de la vacuna es esencial para mejorar las estadísticas del estado. Especialmente, porque podríamos estar previniendo miles de casos futuros de cáncer en nuestro estado.”

Diapositiva 19 – Hablemos (Página 10 del Folleto)

Pregunta: “¿Has hablado sobre la vacuna contra el VPH con tu médico? ¿Qué dicen tu familia y amigos sobre la vacuna contra el VPH? ¿Qué opinas tú sobre la vacuna contra el VPH?”

Comienza la discusión sobre la vacuna contra el VPH aquí. Consulta el apéndice para obtener más información sobre posibles temas que puedan surgir y recursos adicionales para respuestas.

“¿Alguien está dispuesto a compartir una historia sobre la vacuna contra el VPH o algún problema de salud relacionado con el VPH?” Si tienes una historia que estás dispuesto a compartir, este sería un buen momento para hacerlo.

Diapositiva 20 – ¡Gracias!

Di: “Queremos agradecer a Immunize Arkansas y al Departamento de Salud de Arkansas por hacer posible este taller.”

Di: “Antes de que se vayan, nos gustaría que llenaran esta hoja final de ‘¿Qué aprendí?’ (Distribúyela ahora.) Las preguntas son las mismas que las de la actividad inicial, pero nos gustaría que las completaran de todos modos para saber qué aprendieron hoy.”

Lee cada pregunta en voz alta, por si alguien tiene dificultades para leer las preguntas. Da suficiente tiempo para que las completen y te las devuelvan. Recoge todas las hojas de la actividad inicial en este momento. Las personas no necesitan poner sus nombres en ellas. Mientras recoges las hojas de ‘¿Qué aprendí?’, agradece a cada persona por asistir.

4. Después del Taller

Una vez que hayas recogido las hojas de la “Actividad de Calentamiento” y “¿Qué Aprendí?” y todos los participantes se hayan ido, por favor completa el formulario de Resumen del Líder, que está disponible en el sitio web. Devuelve las hojas de “Actividad de Calentamiento” y “¿Qué Aprendí?”, el formulario de Resumen del Líder, los folletos del taller no utilizados, cualquier formulario de autorización de fotos y las copias de fotos que desees compartir a:

Directora Ejecutiva
Coalición de Acción de Inmunización de Arkansas
417 S. Victory Street
Little Rock, AR 72201-2923
Correo electrónico: heather@immunizear.org

5. Apéndice

Es posible que desees hacer copias de uno de los suplementos de Preguntas y Respuestas o Historias sobre el VPH disponibles en los sitios web para compartir con los participantes del taller. En el sitio web de Immunize Arkansas hay una lista de temas previsibles que podrían necesitar ser abordados mientras los participantes expresan sus preguntas y temores. Algunos de estos temas han sido ilustrados en otros talleres y otros son adaptados de los CDC (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades).

Si alguna vez te hacen una pregunta con la que no te sientas cómodo respondiendo, remite a la persona que pregunta a su proveedor de atención médica. No des consejos médicos durante el taller.