

RISCO



A thick pink oval is drawn around the word "RISCO", which is written in a bold, black, sans-serif font. The oval is centered vertically and horizontally over the word.

♀

¿ Quienes somos ?



Dra. Ana Zamora Casal
C.S. Os Mallos A Coruña

Dra. Elvira Someso Orosa
PAC A Coruña

Prof. Ángel Cordero Gómez
CIFP Imaxe e son. A Coruña

¿ QUÉ ES RISCO CERO ?

Aplicación para móviles dirigida a adolescentes, padres y docentes

Objetivo

- mejorar la información sobre métodos anticonceptivos
- mejorar la información sobre prácticas sexuales seguras
- prevención de ETS

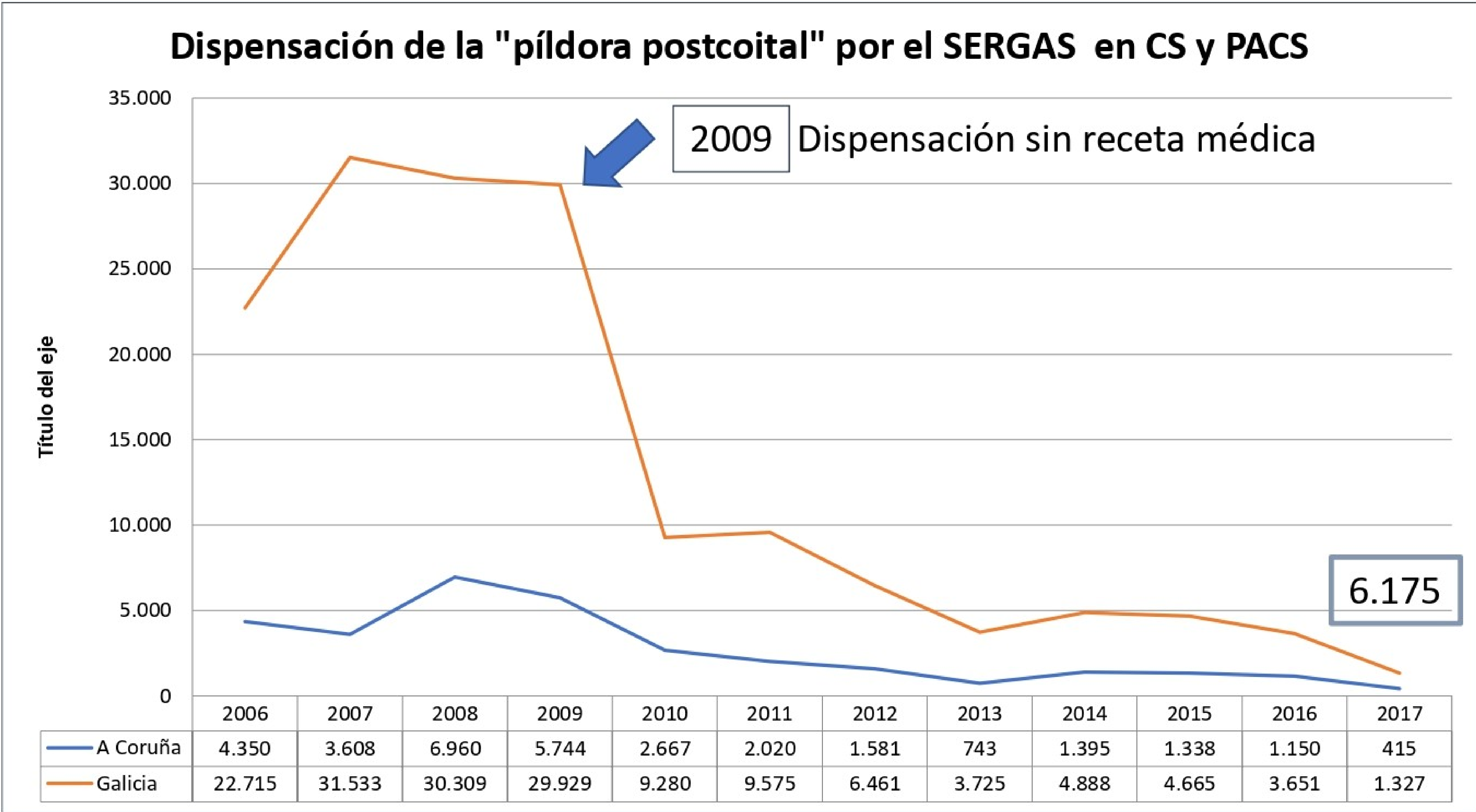


Datos a tener en cuenta

- **Enfermedades de transmisión sexual (ETS) en Galicia: el doble de casos en 10 años**
- **Un tercio de las mujeres en edad fértil ha utilizado la píldora del día siguiente en 2017**
 - En 2011 un 14%.
 - En 2017 un 31%
- **Los abortos voluntarios no descienden**
 - del total de mujeres (más de 10 por cada mil mujeres en edad fértil)
 - de menores de 19 años (cerca de 9 por cada mil mujeres en edad fértil)
- **El uso adecuado del preservativo**
 - Sólo el 58% de las parejas asegura que usa siempre el preservativo en sus relaciones.

Fuentes: Encuesta de la Sociedad española de contracepción y boletín epidemiolóxico de Galicia (consellería sanidade)

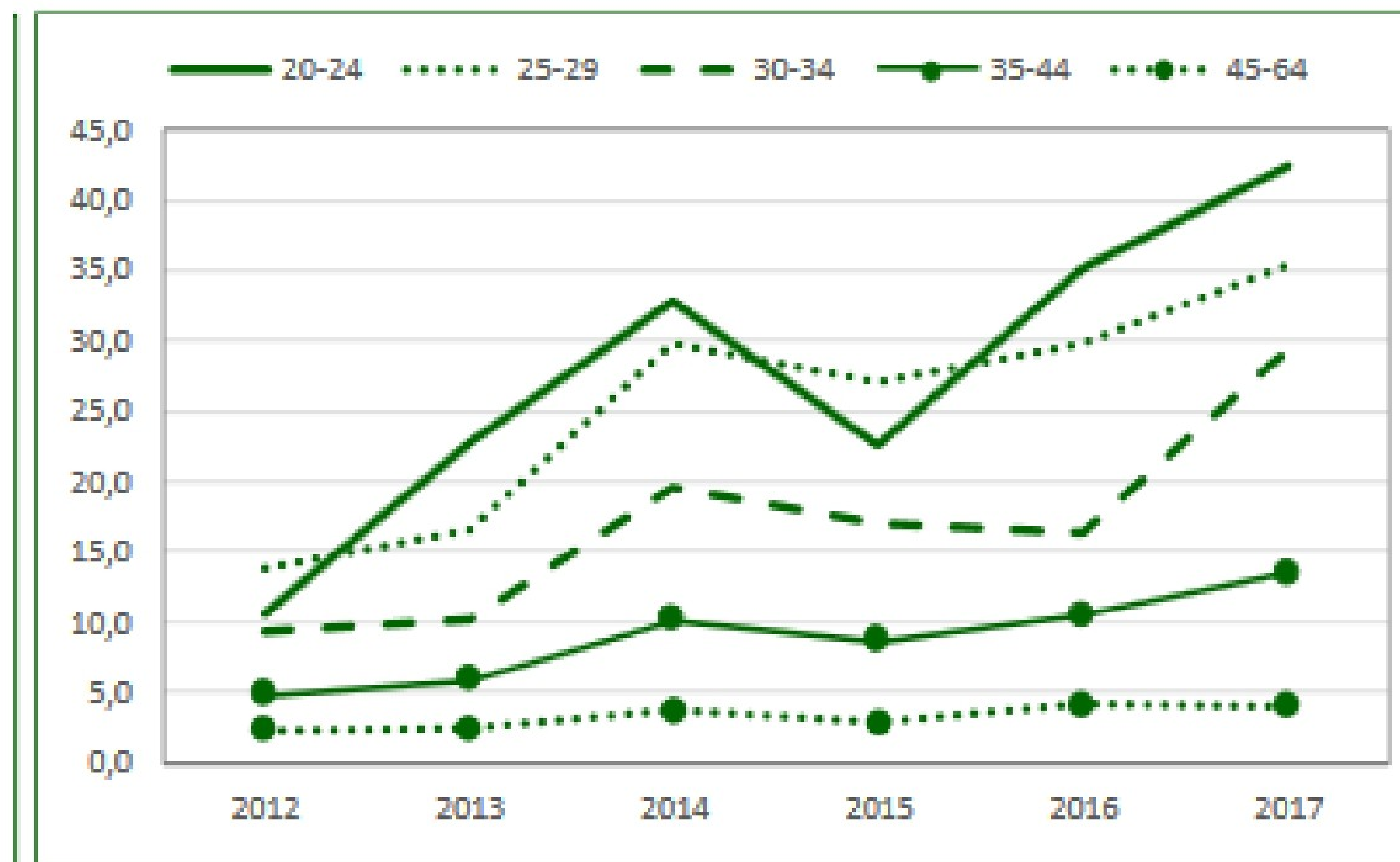
EVOLUCIÓN de la dispensación de anticonceptivos de emerxencia: diminuye la dispensación por el SERGAS (Centros de saúde y PACS) y se dispara la dispensación libre sin receta médica, que implica el uso de los anticonceptivos sin supervisión ni consejo del médico.



Fuente : Subdirección xeral de farmacia da Consellería de Sanidade.

En 2017 en A Coruña **415 por SERGAS + Dispensación libre en farmacia 5.700 (total 6.175)**. Fuente: COF de A Coruña (datos aproximados por consulta con empresas distribuidoras de medicamentos)

Enfermedades de transmisión sexual en Galicia 2017: aumentan en todas las edades, fundamentalmente en menores de 24 años



boletín epidemiológico de Galicia: volumen XXX 2018
(consellería sanidade)



XXII

Xornadas Galegas de
MEDICINA FAMILIAR
E COMUNITARIA
8-9 febreiro. A CORUÑA

APLICACIÓN PARA MÓVILES SOBRE ANTICONCEPCIÓN

OBJETIVO: Diseñar una herramienta accesible, atractiva y rigurosa que sirva de apoyo a la información que sobre anticoncepción pueda facilitarse en el ámbito sanitario, educativo y familiar.

Se ha tenido especial cuidado en el uso de la píldora del día después para evitar su uso como anticonceptivo y no como contracepción de emergencia, y se ha intentado promocionar el uso del doble método así como la prevención de ETS.



DESCRIPCION: Hoy en día el acceso a la información de nuestros jóvenes se realiza a través de internet y, con mucha frecuencia, utilizando dispositivos móviles, por este motivo, el soporte para nuestra información es una aplicación móvil.

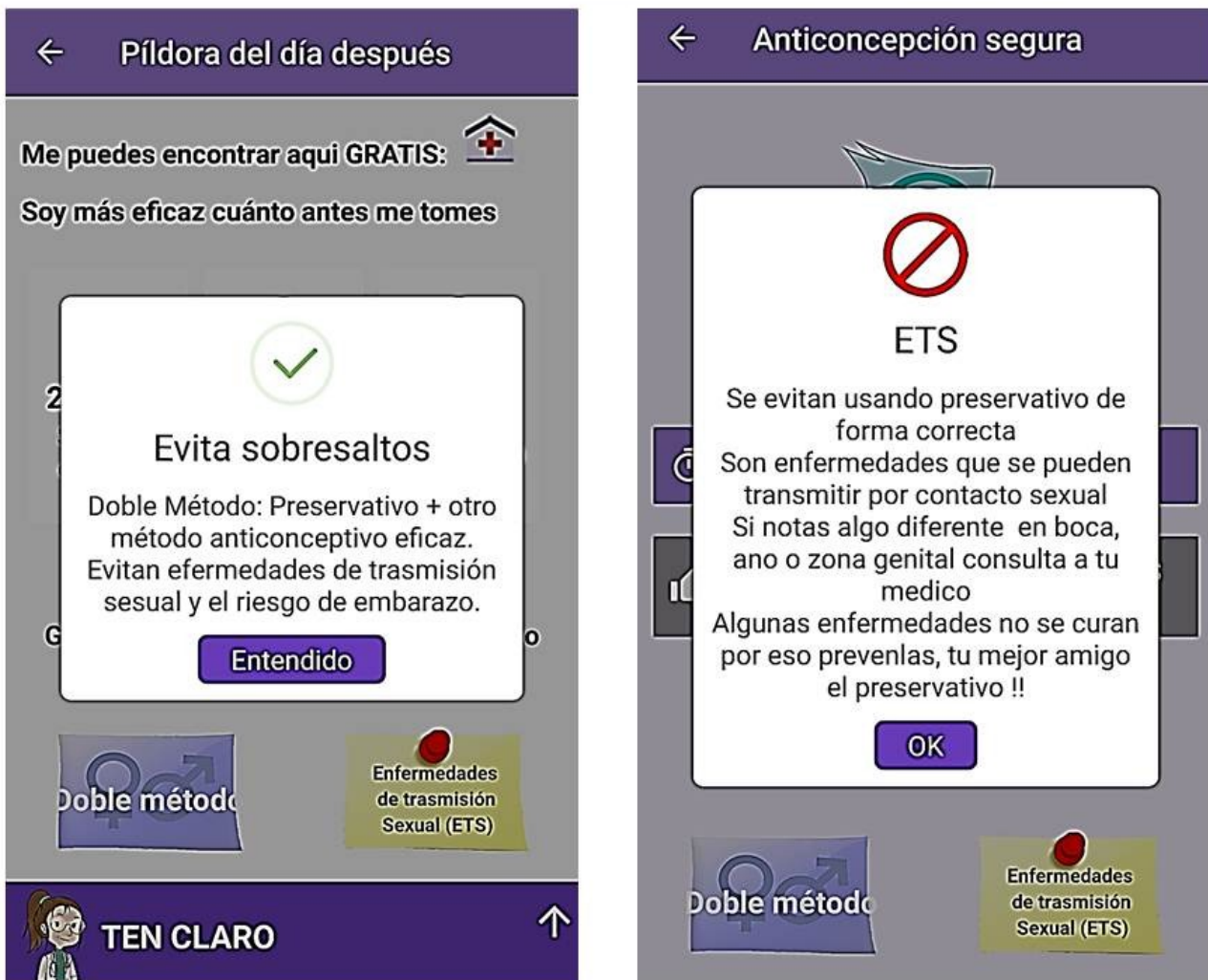
Hemos utilizado un lenguaje correcto, coloquial y claro, con un entorno visual y una interfaz ágil para navegar con rapidez por la aplicación.

Se trata de un proyecto multidisciplinar en el que participan dos médicos de atención primaria, un profesor de la Escola de Imaxe e Son da Coruña y el apoyo de dos informáticos y dos animadores.

En la aplicación se van abriendo diferentes pantallas, según la información que se busque, describiendo los diferentes métodos anticonceptivos, dando información detallada sobre su utilización.



En todas las pantallas aparece **Ten claro!!** Con información detallada sobre las dudas que se plantean en relación al uso de los métodos, olvidos y fallos, pérdida de su eficacia e interacciones con medicamentos.



En la mayoría de las pantallas aparecen dos iconos, en uno se explica qué es el **doble método** y en el otro, lo esencial sobre **ETS**.

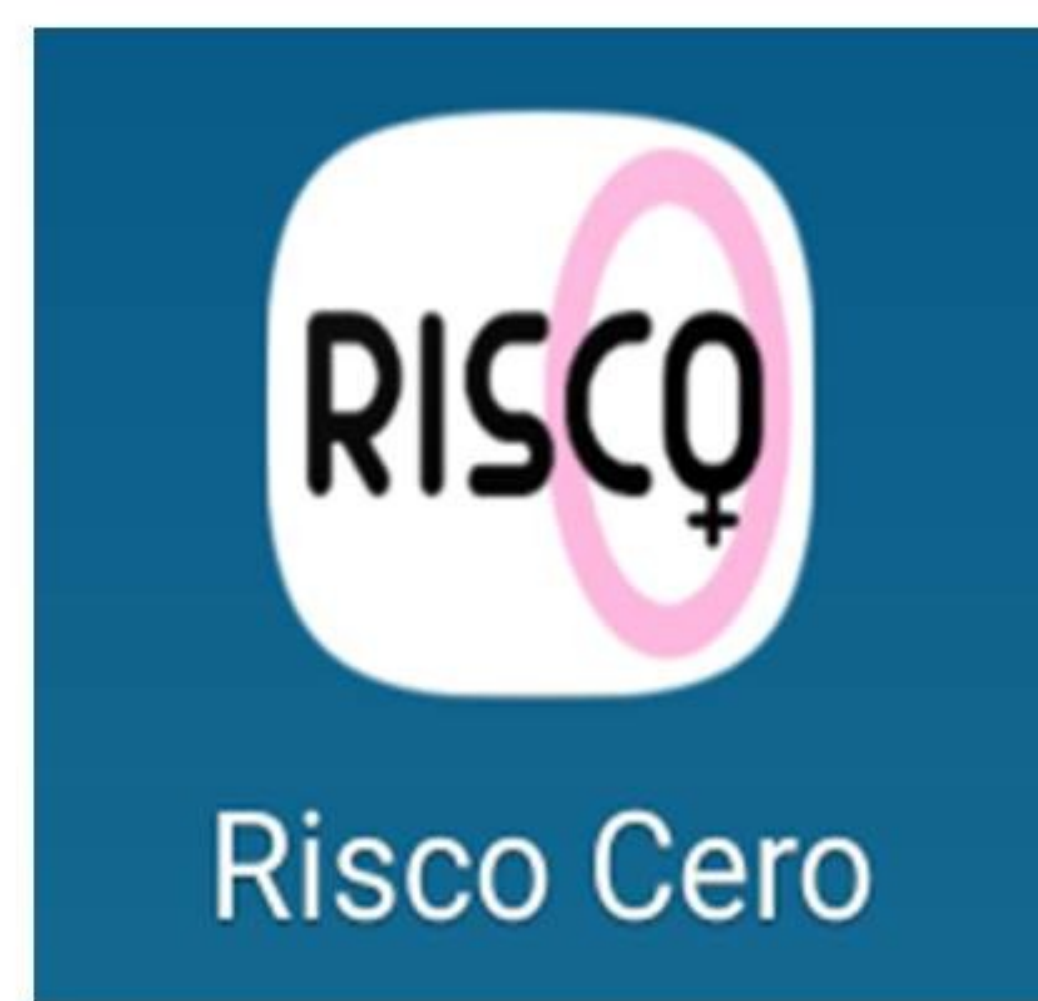


El cazador de mitos aparece de repente, y sirve para aclarar la verdad o falsedad de frases que podemos oír en conversaciones coloquiales.

Este proyecto está abierto para su continua mejora, tanto en mejoras técnicas como en actualización de contenidos.

Autores : Ana Zamora Casal , Elvira Someso Orosa y Angel Cordero





APLICACIÓN PARA MÓVILES SOBRE ANTICONCEPCIÓN

OBJETIVO: Diseñar una herramienta accesible, atractiva y rigurosa que sirva de apoyo a la información que sobre anticoncepción pueda facilitarse en el ámbito sanitario, educativo y familiar.

Se ha tenido especial cuidado en el uso de la píldora del día después para evitar su uso como anticonceptivo y no como contracepción de emergencia, y se ha intentado promocionar el uso del doble método así como la prevención de ETS.



DESCRIPCION: Hoy en día el acceso a la información de nuestros jóvenes se realiza a través de internet y, con mucha frecuencia, utilizando dispositivos móviles, por este motivo, el soporte para nuestra información es una aplicación móvil.

Hemos utilizado un lenguaje correcto, coloquial y claro, con un entorno visual y una interfaz ágil para navegar con rapidez por la aplicación.

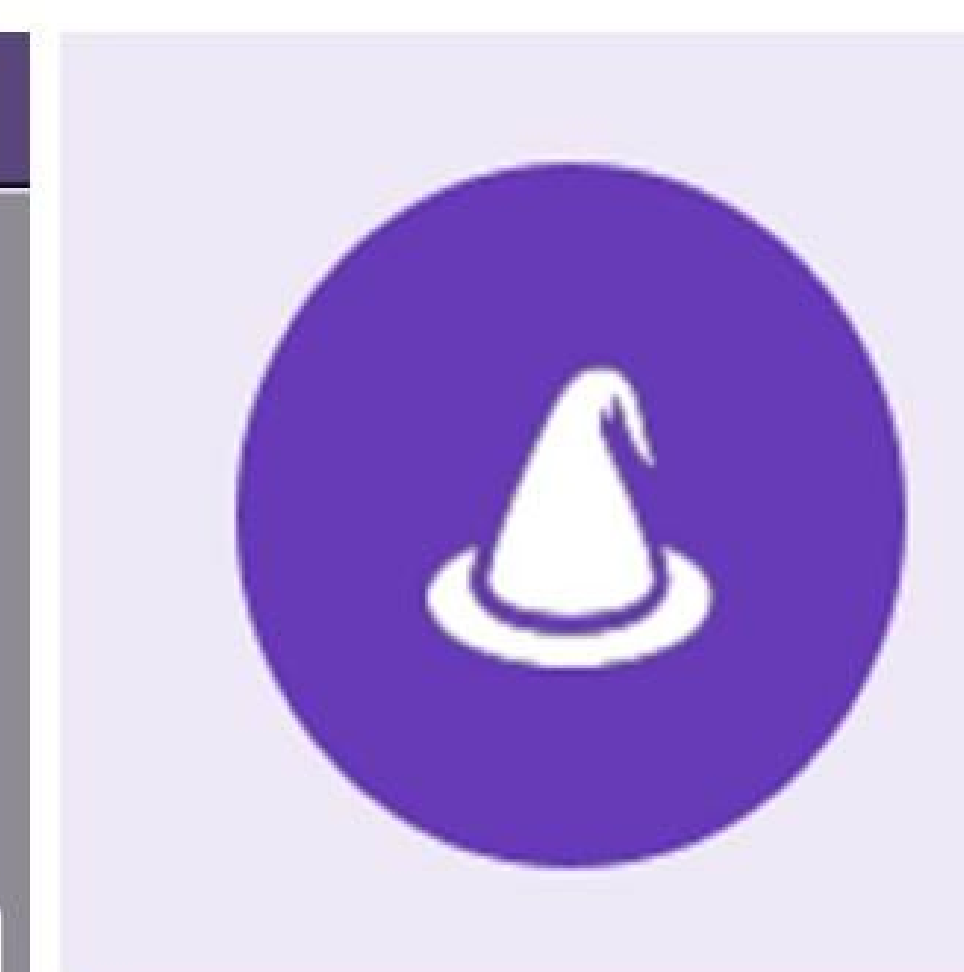
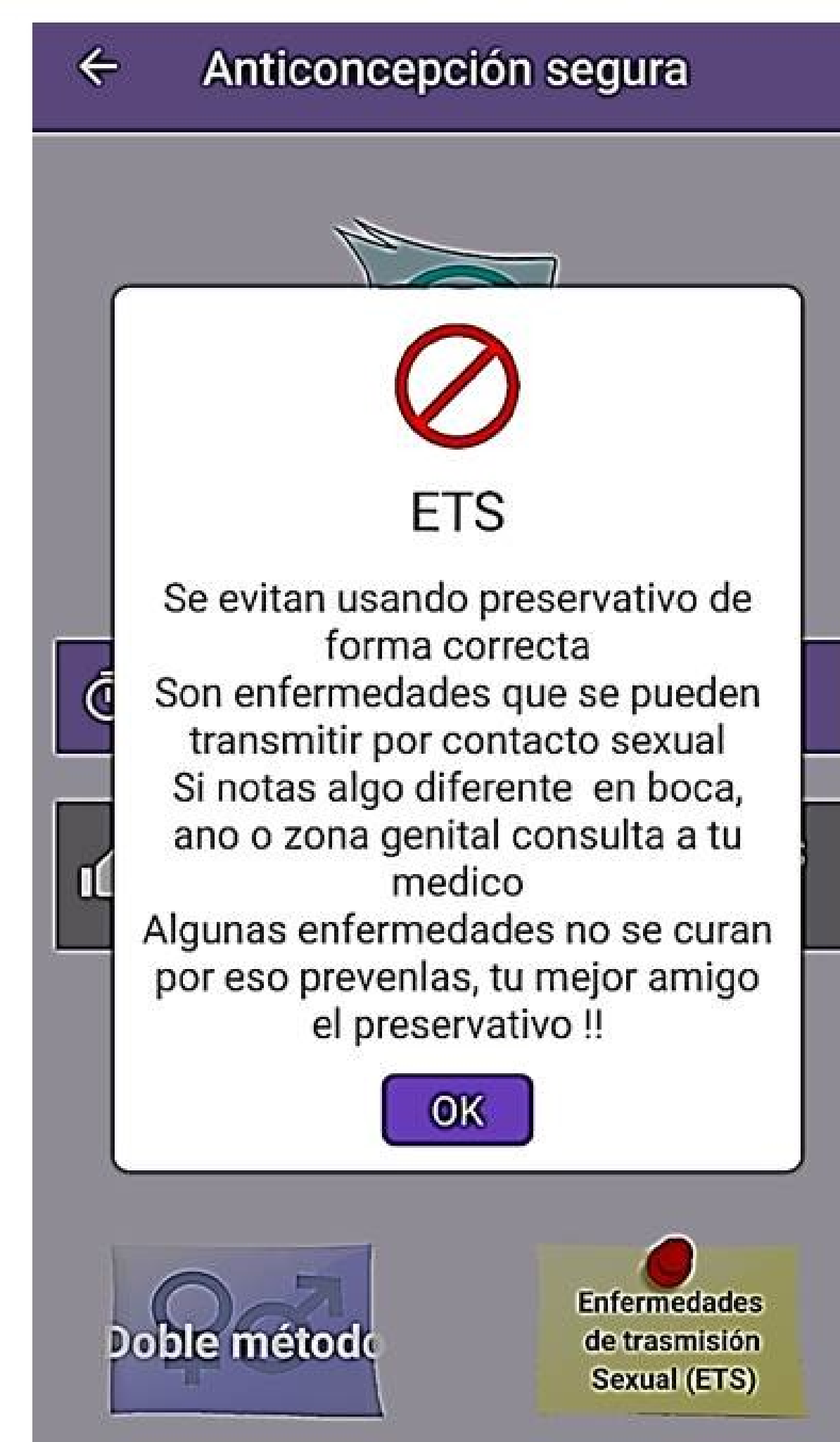
Se trata de un proyecto multidisciplinar en el que participan dos médicos de atención primaria, un profesor de la Escola de Imaxen e Son da Coruña y el apoyo de dos informáticos y dos animadores. En la aplicación se van abriendo diferentes pantallas, según la información que se busque, describiendo los diferentes métodos anticonceptivos, dando información detallada sobre su utilización.



En todas las pantallas aparece **Ten claro!!** Con información detallada sobre las dudas que se plantean en relación al uso de los métodos, olvidos y fallos, pérdida de su eficacia e interacciones con medicamentos.



En la mayoría de las pantallas aparecen dos iconos, en uno se explica qué es el **doble método** y en el otro, lo esencial sobre **ETS**.



El cazador de mitos aparece de repente, y sirve para aclarar la verdad o falsedad de frases que podemos oír en conversaciones coloquiales.

Este proyecto está abierto para su continua mejora, tanto en mejoras técnicas como en actualización de contenidos.

XXII

**Xornadas Galegas de
MEDICINA FAMILIAR
E COMUNITARIA**

8-9 febreiro. A CORUÑA

Autores : Ana Zamora Casal , Elvira Someso Orosa y Angel Cordero



Anxel Casal - Monte Alto



Campaña en institutos

Participación de estudiantes de Medicina de la USC.

13 Ponentes.

94 talleres realizados.

1800 jóvenes de 3º, 4º ESO y 1º de Bachillerato.

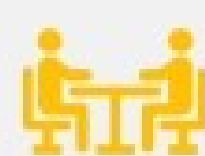
Datos de la campaña 2019



desde febrero a mayo de 2019



Área de la campaña: provincia A Coruña



centros que aceptaron inicialmente las charlas: 27



centros participantes finalmente por motivos de agenda: 19



alumnos de medicina ponentes : 13



talleres realizados: 94



alumnos de 3º, 4º ESO y 1º Bachillerato asistentes : 1.880

CENTROS PARTICIPANTES EN EL PROYECTO “RISCO CERO”

A CORUÑA:

- IES Urbano Lugrís
- IES Eusebio da Guarda
- IES Agra del Orzán
- IES Ramón Menéndez Pidal
- IES Otero Pedrayo
- CIFP Anxel Casal
- Centro reeducación “Concepción Arenal”
- Asociación de amas de casa a coruña

CENTROS PARTICIPANTES EN EL PROYECTO “RISCO CERO”

CARBALLO:

- IES Alfredo Brañas

LARACHA:

- IES Agra de Leboris

ARTEIXO:

- IES Manuel Murguía

OLEIROS:

IES Maria Casares

CULLEREDO:

- IES Rego de Trabe
- IES universidad laboral

SANTIAGO:

- IES Rosalía de Castro
- IES Arcebispo Xelmirez II

FERROL:

- IES Catabois
- IES Sofía Casanova
- IES Tirso de Molina

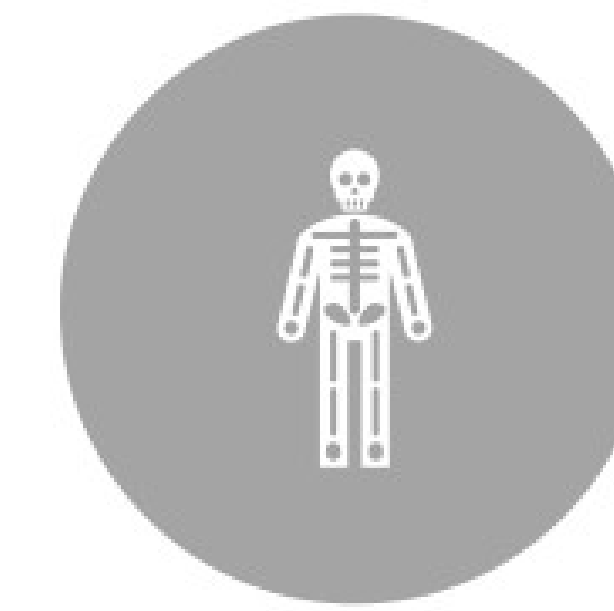
NARÓN:

- IES As Telleiras

Observaciones recogidas en los talleres



ESPAÑA ES DE LOS POCOS PAISES DE LA UE QUE NO TIENE EN SU PLAN DE ESTUDIOS LA ASIGNATURA DE EDUCACIÓN SEXUAL.



EN EL LIBRO DE 3º DE LA ESO APARECE TODAVÍA COMO MÉTODO ANTICONCEPTIVO LA "MARCHA ATRÁS", EL MÉTODO OGINO, Y LA TEMPERATURA VAGINAL.



MUCHOS ALUMN@S ESTABAN CONVENCIDOS DE QUE LA PÍLDORA DEL DÍA DESPUÉS ERA ABORTIVA.



COINCIDIERON CON 2 CHICAS DE 14 Y DE 15 AÑOS EMBARAZADAS. (EL COMENTARIO DE ABORTOS FUE FRECUENTE).



ALGUNOS ALUMNOS, NO MOSTRARON NINGÚN PUDOR AL AFIRMAR QUE CUANDO UNA CHICA DICE NO...HAY QUE OBLIGARLA.



EL TEMA DE LA PORNOGRAFÍA FUE PIEZA CLAVE PARA DESARROLLAR DIVERSOS ENFOQUES Y COLOQUIOS (TEMA CANDENTE ENTRE LOS JÓVENES Y QUE ESTÁ GENERANDO CONDUCTAS INAPROPIADAS).

Observaciones recogidas en los talleres



El **bulling sexual existe**: ante toda relación diferente a la que la mayoría de adolescentes **considera como "normal"** (alumnos "vírgenes", gays ..)



La experiencia con los alumnos de medicina ponentes ha sido muy satisfactoria:

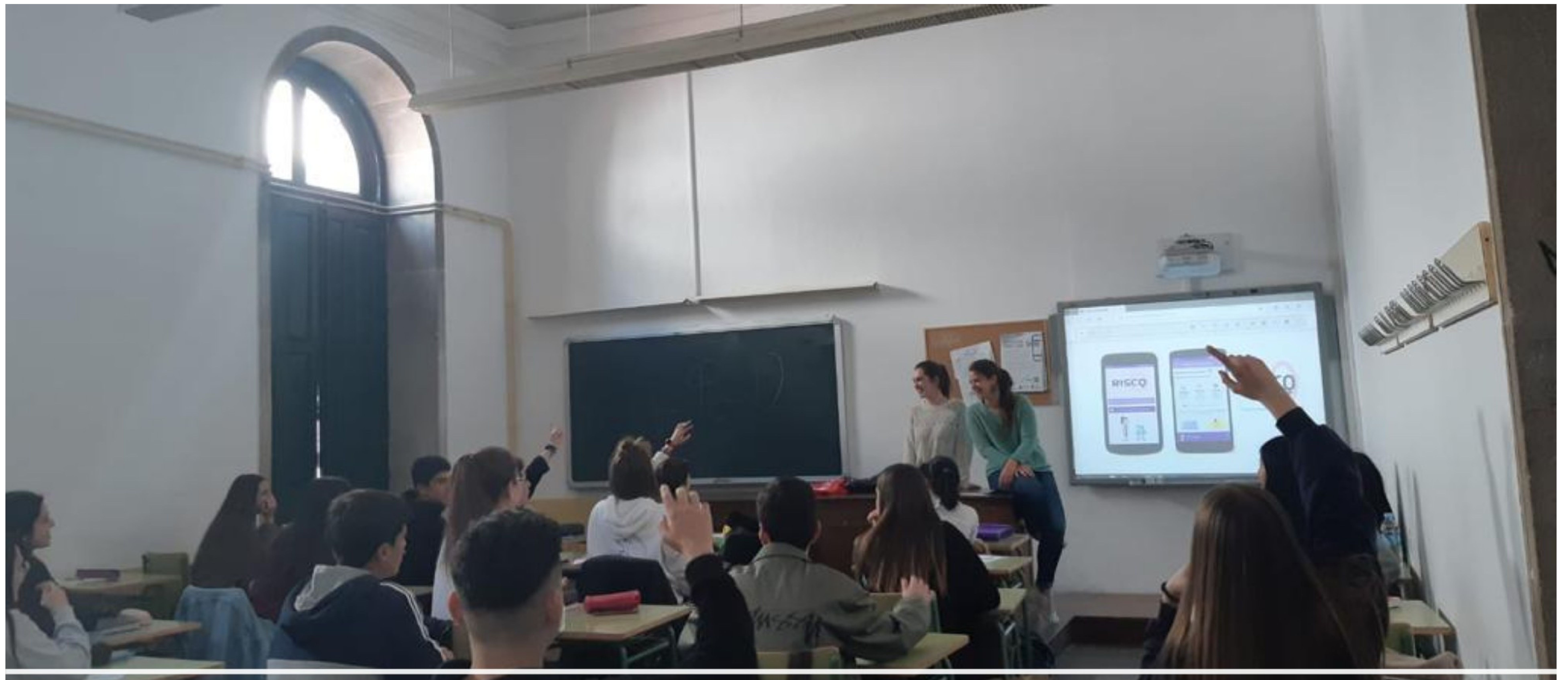
Disposición y adaptación al entorno,
trabajo en equipo (como mejorar los talleres),
buena voluntad y humor,

Gran aprendizaje humano y se sintieron reconfortados con las interacciones con los adolescentes y profesores.

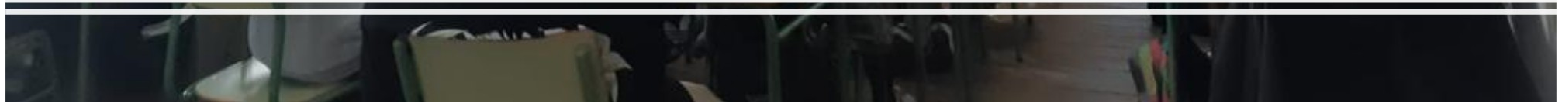


Presentación en el CIFP Anxel Casal de A Coruña





Charla en IES por parte de alumnas de medicina colaboradoras





PROPUESTA DE MEJORA

- Actualización y modernización de la aplicación
- Revisión y actualización de novedades anticonceptivas
- Aumento de la información de ETS
- Incorporación de PAC y Centros de salud de A Coruña
- Adaptar la aplicación para IOS



Risco Cero

Hola!



¿Riesgo de embarazo?



ETS





Riesgo de embarazo

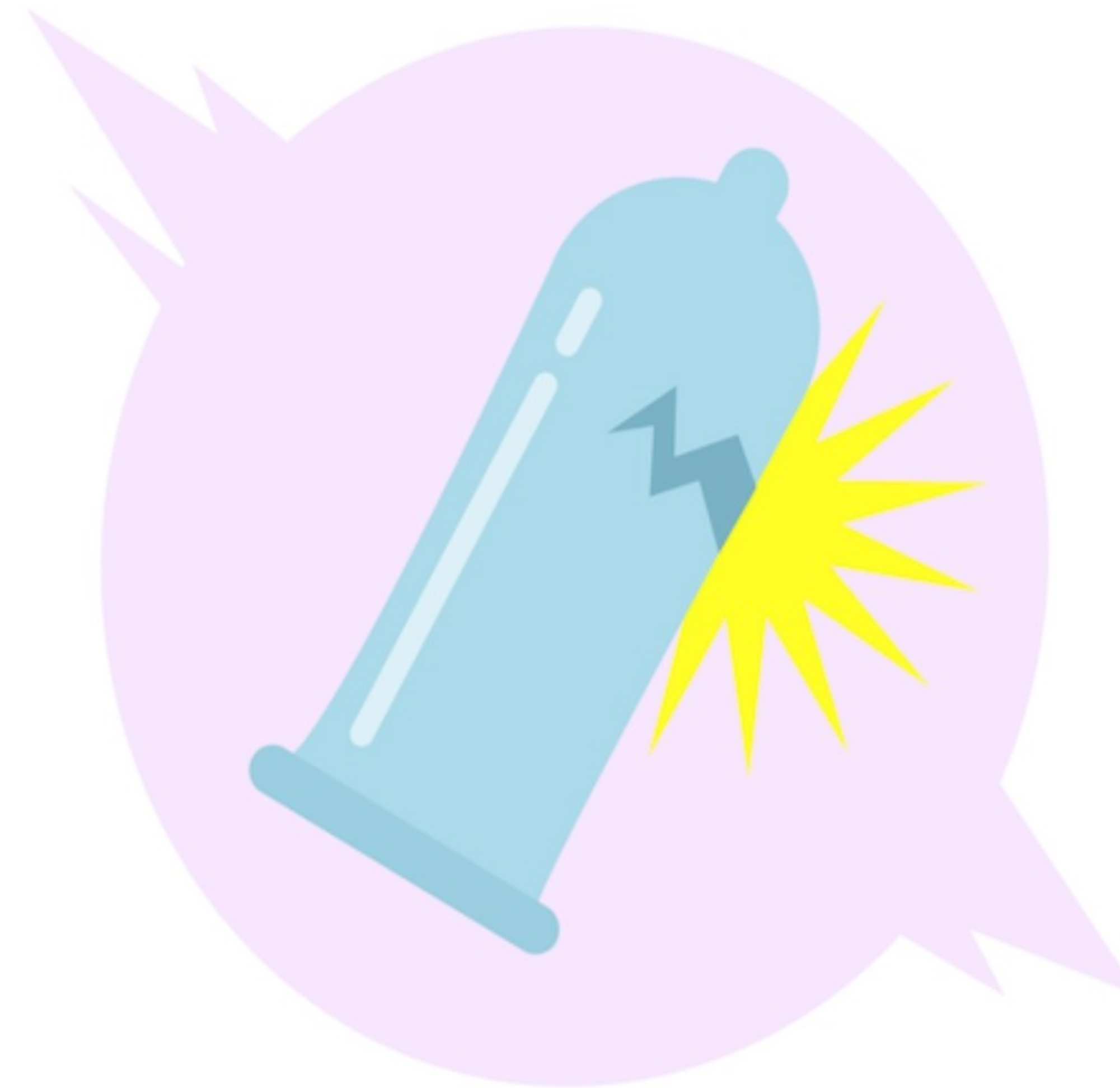


Tienes riesgo de embarazo si:

- No usaste ningún método
- Usaste mal tu método habitual
- Si has sufrido una agresión sexual



Riesgo de embarazo



Tienes riesgo de embarazo si:

- No usaste preservativo
- Se rompió el preservativo
- Se deslizó el preservativo



Píldora poscoital



24 horas

Soy más efectiva



Localizar centros y PACs



Ten claro

← Preservativo masculino ↻



Información

Es el método de barrera más eficaz para evitar cualquier ETS durante las relaciones sexuales.

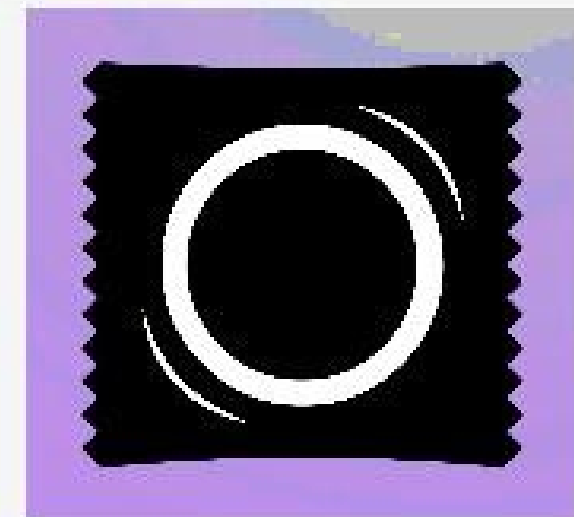
← Preservativo femenino ↻



Información

Es el método de barrera más eficaz para evitar cualquier ETS durante las relaciones sexuales.

A continuación verás los principales métodos anticonceptivos que puedes usar con total seguridad.



Preservativo masculino



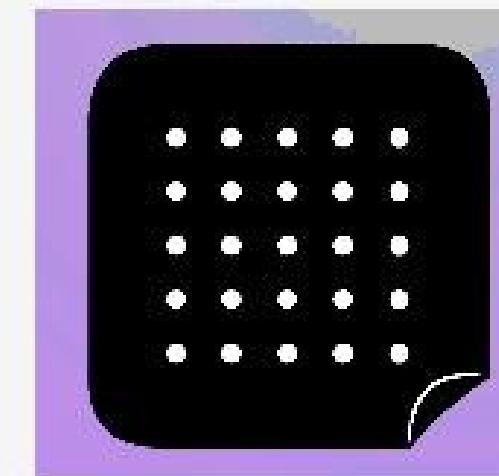
Preservativo femenino



Píldora



Anillo



Parche



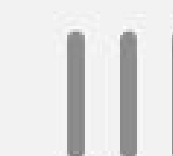
Inyección



Implante



DIU



¿ Qué lo produce?

¿ Como se contagia?

¿ Qué puedo notar?

¿ Qué pasa si estoy embarazada?

¿ Tiene tratamiento?

¿ Qué pasa si no tomo ningún tratamiento?

¿ Cómo se previene?

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son infecciones que se transmiten a través del contacto sexual (vaginal, oral y anal). La única protección eficaz contra ellas es la barrera que efectúan los preservativos masculino y femenino y los protectores o barreras bucales.



Clamidia >

Gonorrea >

Herpes Genital >

Sífilis >

Verrugas genitales >

SIDA >

Tricomoniasis >





Ten claro

¿Cómo se contagian?

Las ETS se contagian al tener relaciones sexuales sin protección

¿Qué debo hacer?

Si crees que tienes una ETS, acude al médico

¿Qué mas puedo hacer?

Si crees que tienes una ETS debes avisar a tus contactos sexuales.

Mis parejas no tienen ningún síntoma...

Las ETS se contagian aunque no se tengan síntomas. Usa preservativo, usa barrera bucal.

Ya tengo una ETS. ¿Puedo tener dos a la vez?

Puedes tener al mismo tiempo más de una ETS. Si no tratas una ETS, tienes más riesgo de adquirir otra.

Ya acabé el tratamiento de una ETS. ¿Estoy segura?

Aunque hayas recibido tratamiento para una ETS, puedes volver a contagiarte si no utilizas protección

¿Afecta el consumo de drogas o alcohol?

El consumo de alcohol o drogas aumenta tus conductas de riesgo

Cazadora de mitos

"Cada vez que vuelvas, te enseñaré consejos y, sobre todo, resolveré tus dudas. No creas todo lo que oigas sobre estos temas porque no siempre es cierto"



Habrás oído que: 'La píldora del día después es sólo para emergencias, no es un anticonceptivo.'



La idea fue una de las ganadoras de las Premios de Innovación Docente 2017 del COMC, y surgió ante el desconocimiento sobre prácticas sexuales seguras que los facultativos detectan en su día a día.

APLICACIÓN INFORMATIVA E INTERACTIVA PARA OS TELÉFONOS MÓBILES

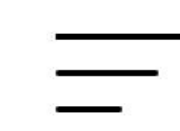
ELA!!



81% 12:20



lavoздеgalicia.es



La Voz de Galicia

A CORUÑA CIUDAD

Dos iniciativas del área sanitaria de A Coruña y Cee logran el sello de buena práctica del Sistema Nacional de Salud

LA VOZ

a coruña



Al fondo el complejo hospitalario de A Coruña