

**THE INTERNATIONAL  
PSYCHOLOGICAL FORUM  
"CHILD IN A DIGITAL WORLD"**

**TOPIC: CHILD HEALTH IN THE  
CONTEXT OF DIGITALIZATION**

Authors: Sandra Ochoa Durán  
Paula María Serrano Ochoa



The use of social  
networks in  
promoting  
adolescent health.



## Introduction

- Social networks such as Facebook, Instagram and WhatsApp have been palliative for adolescents in the midst of confinement by Covid-19.
- Adolescence, characterized by group integration and the search for individual identity in relationships with peers and friends, has been affected by social distancing during the pandemic.
- Adolescents found allies for their loneliness in social networks, however they were exposed to phenomena such as grooming, sexting, cyberbullying and dependence on screens.



## Introduction

- Mental health services also used digital social networks for counseling, prescription, psychotherapy, and crisis intervention for children, adolescents, and their families.
- Pathologies such as phobias, post-traumatic stress, eating disorders, obsessive-compulsive disorder, among others, were followed and treated by mental health professionals during the pandemic.
- Health promotion also took advantage of these networks to carry out the prevention of risk behaviors and health education in adolescents and children.



## Introduction

- In the Julián Grimau García Polyclinic in Santiago de Cuba, a summer course was held with adolescents to train them in promotion of mental and reproductive health, based on the results of a statistical study carried out in which an increase in pregnancy in adolescence was concluded. , abortion, sexual violence and the increase in infections by Covid-19, during the years 2020 and 2021.
- Parallel to the course, guidance was given to adolescents and their families on the prevention of mental and reproductive risk behaviors, through the Facebook and WhatsApp networks.



## Objective

- Reduce the risk behaviors of adolescents in the health area of the Julián Grimau García polyclinic, through the digital social networks Facebook and WhatsApp.



## Material and method

- The qualitative methodology was used for the interpretation of the data, with the Case Study method.
- Publications on the social networks Facebook and Whatspp of the topics covered in the group sessions and educational brochures. The debates developed in the face-to-face group of adolescents were followed in the virtual groups and the psychological orientation of the families of the adolescents.



## Material and method

Developed topics:

1. personal self-knowledge
2. Sense of belonging to family and community.
3. Social, biological and psychological characteristics of adolescence. (Social Situation of Development).
4. Sexuality, responsibility, pregnancy and prevention of risk behaviors and sexually transmitted diseases
5. Chronic noncommunicable diseases
6. Toxic habits: alcoholism, drug addiction and smoking
7. Teen suicide and violence
8. Environmental health, infectious diseases and family, school and community hygienic-sanitary conditions





## Discussion

The publications made on the social networks Facebook and Whatsapp of the topics covered in the group sessions and the socialization of the educational brochures in a virtual way, as well as the debates developed in the face-to-face group of adolescents, allowed:

That other adolescents, health professionals and others participate in the formation of adolescent health.

The psychological orientation to the families of the adolescents on the treated subject.

That adolescents recognize the different risk behaviors, including grooming, sexting, cyberbullying, violence in all its manifestations, etc.





## Conclusions

- The use of the social networks Facebook and Whatsapp to publish the topics discussed with the adolescents in the summer course, the socialization of the educational brochures in a virtual way, as well as the debates developed in the face-to-face group of adolescents, allowed the formation in health promotion of adolescents and psychological guidance to their families in times of the Covid-19 pandemic.

### ¿Con quién o quiénes se puede hablar de sexualidad?

Con tus amigos, tus hermanos, tus padres, tus profesores, con profesionales de la salud y con todas aquellas personas con quienes te sientas cómodo para hacerlo.

### ¿Cómo cuidarse para evitar un embarazo?

Si queremos evitar un embarazo es necesario elegir un método anticonceptivo y usarlo siempre. Es importante acceder a información confiable para elegir el método que mejor se adapte a las necesidades de cada persona.



### ¿Cómo se hace un bebé?

Para que se produzca un embarazo debe coincidir la entrada de espermatozoides, durante el coito, con días cercanos a la ovulación. Si el óvulo fecundado por el espermatozoide logra trasladarse desde la trompa hasta el útero, e implantarse allí, comienza el embarazo. El óvulo fecundado es una célula que comienza a dividirse y multiplicarse, se convierte en embrión y luego en feto. Se desarrolla durante nueve meses hasta el nacimiento.

Durante la lactancia hay posibilidad de embarazo. Durante la lactancia exclusiva suele suspenderse la ovulación y, por lo tanto, la menstruación. Pero no es posible saber cuando ocurrirá nuevamente la ovulación. La ovulación se producirá antes de la primera menstruación, que es lo visible para la mujer. Hay distintos métodos anticonceptivos que la mujer puede utilizar en este período.



### ¿Cómo prevenir el embarazo en la adolescencia?



Policlinico Julián Grimau García  
Santiago de Cuba

2021

### Consecuencias sociales del embarazo en la adolescencia

- ✓ Aumento de la pobreza.
- ✓ Deserción escolar
- ✓ Violencia familiar
- ✓ Dejar de salir con amigos de su edad
- ✓ Actuar como adulta, ama de casa.
- ✓ Limitar su futuro profesional.
- ✓ Exposición a ITS y VIH-SIDA
- ✓ Aumento de bajo peso al nacer y muerte materna



### ¿Qué cambios tienen las mujeres en la pubertad?

Aumento de estatura, desarrollo de los pechos, leucorreas -vástagos transparentes o blanquecinos, crecimiento del vello púbico, corporal y facial, ensanchamiento de la cadera (vinculado con la posibilidad de embarazo y parto), aparición de granitos, transpiración y olor corporal, inicio de la menstruación, y la posibilidad biológica de embarazo. Aparecen nuevas sensaciones placenteras, acompañadas de fantasías relacionadas con otras personas.

### ¿Cómo se pueden prevenir las ITS?

La mayoría de los ITS se pueden prevenir utilizando preservativo o campo de látex en las relaciones sexuales. El VIH se previene, además, evitando compartir jeringas, canchales, botas de afeitar, cepillos de dientes, ni ningún elemento cortante o punzante que pueda estar en contacto con sangre. La leche materna también contiene el virus del VIH, por eso es recomendable que las mujeres que conviven con el virus no amamenten a sus hijos.

Usar preservativo puede ser una manera de demostrar amor, entrega y confianza en la otra persona. El preservativo es el método más eficaz para prevenir tanto las ITS como un embarazo. El amor, la entrega y la confianza no pueden medirse en función del uso del preservativo. Su uso es una forma de cuidado.



### ¿Son seguros los preservativos para evitar embarazos e infecciones de transmisión sexual?

Sí, siempre que se los use adecuadamente, desde el principio de la erección. El preservativo es el único método que, además de evitar el embarazo, permite prevenir infecciones de transmisión sexual (ITS), incluido el VIH.

### ¿Qué métodos anticonceptivos existen?

Los métodos anticonceptivos son: preservativos, pastillas anticonceptivas, DIU, inyectable mensual o trimestral, implantes subdérmicos, anticoncepción quirúrgica (ligadura tubaria y vasectomía). También existe la anticoncepción de emergencia para cuando el método falla o no se utiliza uno.



### El grooming

Son las acciones de un adulto para ganarse la "amistad" de un chico o chica mediante el uso de las TIC (Tecnologías de la Información y Comunicación) y crear una conexión emocional para disminuir sus inhibiciones, con el propósito de abusar sexualmente de él o ella.

### DEL 1 AL 5... ACCIONES PARA PREVENIR EL GROOMING

1. Nunca hay que compartir información o imágenes comprometedoras en las redes sociales o vía chat, sin limitarse a los desconocidos.

2. Ayudar a los niños y niñas a comprender lo fácil que es mentir sobre la identidad en internet y lo difícil que puede ser detectarlo.

Por eso, es fundamental recordarle que si tienen amigos o amigas enseñarles a revisar las fotos que comparten.

Estar atentos para detectar situaciones de vulneración. Si un chico o una chica siente en forma repentina tristeza o angustia, si busca estar en soledad, si le empieza a ir mal en la escuela hay que abrir un diálogo para que cuente qué le ocurre, porque podría ser víctima de acoso u hostigamiento.

3. Debemos recomendarles que no usen la cámara web, sobre todo cuando chatean con desconocidos, y recordarle que del otro lado pueden estar grabando para luego hacer circular esas imágenes.

4. Hay que enseñarles la importancia de tener una política de uso de contraseñas eficaces para mantener la seguridad y evitar robos de información y utilizarla en todos los dispositivos.

Los niños y las niñas tienen que compartir sus contraseñas con sus padres. Los adolescentes deben evitar compartirlas con sus amigos.

5. Enseñarles a configurar la privacidad de las redes sociales para cuidar quién ve sus publicaciones. La recomendación es que se compartan solamente con los contactos, que se compartan solamente con los contactos.



### La sexualidad en los adolescentes

### Tus emociones y sentimientos cuentan



### Estrategia Institucional de Salud Reproductiva en adolescentes

Policlinico Julián Grimau García  
Santiago de Cuba

2021

### ¿Qué entendemos por sexualidad?

La sexualidad es una dimensión en la vida de las personas que se desarrolla desde el nacimiento. No se refiere solo a la genitalidad, sino que vincula con varios aspectos, como los sentimientos, la afectividad, la identidad y las formas de relacionarnos con otros. También tiene que ver con experimentar el placer, ejercer los derechos sexuales y (no) reproductivos, y reconocer y cuidar el propio cuerpo y el cuerpo del otro.

Se entiende la sexualidad de manera integral a partir de cinco ejes, que se interrelacionan entre sí.

1. Reconocer la perspectiva de género
2. Respetar la diversidad
3. Valorar la afectividad
4. Ejercer los derechos
5. Cuidar el cuerpo y la salud



### Las emociones y los sentimientos

Las emociones y los sentimientos están presentes en todas las interacciones humanas y ocupan un lugar importante en el crecimiento de los niños, niñas y adolescentes. Ellos y ellas establecen relaciones de amistad, amor y admiración que son fundamentales para su desarrollo integral saludable.

Valorar la afectividad contribuye al desarrollo de capacidades afectivas como la empatía, la solidaridad y el respeto. Y nos ayuda a trabajar algunos temas, como los celos en las relaciones de pareja o el derecho a decidir sobre el propio cuerpo. Así podemos prevenir o detectar a tiempo situaciones de acoso y/o abuso.



### LAS Y LOS PREADOLESCENTES SUELEN...

#### Entre los 9 y los 12 años

- Volverse más reservados y desear privacidad.
- Experimentar sentimientos de desagrado e incomodidad en relación al propio cuerpo y manifestar repentinos cambios de humor.
- Tener más curiosidad por los cuerpos masculinos y femeninos.
- Mirar revistas y páginas de internet eróticas.
- Interesarse por las citas amorosas.
- Dialogar con pares y preguntarlos si les pasó o vivencian los mismos cambios que ellos, y hacer comparaciones.
- Experimentar presión para cumplir con las expectativas familiares y sociales respecto a la conducta adecuada para niños y niñas.
- Usar un lenguaje sexual y explorar fantasías románticas y sexuales.

### LAS Y LOS ADOLESCENTES SUELEN...

#### Entre los 13 y los 18 años

- Experimentar y descubrir su propia orientación sexual.
- Enamorarse e involucrarse en relaciones sexuales.
- Masturbarse.
- Experimentar, besar y tocarse.
- Tener relaciones sexuales o sexo oral.

Certificate used in the summer training course in health promotion with adolescents from the Julián Grimau Health Area

## CERTIFICADO



### CURSO DE VERANO DE ADOLESCENTES PROMOTORES DE SALUD

El Policlínico Julián Grimau García otorga el siguiente CERTIFICADO a :

\_\_\_\_\_ por participar en el  
curso de verano de adolescentes promotores de salud.

Dado en Santiago de Cuba, el 30 de Octubre de 2021

\_\_\_\_\_  
Directora  
Policlínico Julián Grimau

# Summer training course in health promotion with adolescents from the Julián Grimau Health Area





