

Activación digital

Marzo 2024

La actividad consiste en promocionar el chat ¿cómo le hago? a través de redes sociales. La actividad se llevará a cabo el primer viernes de cada mes.

Este mes se llevará a cabo el **viernes 1 de marzo de 2024**.

Todos/todas los/las líderes estatales, jurisdiccionales, personal operativo, promotores juveniles y personal de la subdirección de SSRA deberá utilizar la imagen promocional seleccionada de cada mes para colocarla en alguna o todas de las siguientes opciones:

1. Foto de perfil de WhatsApp durante 24 horas, de ser posible.
2. Estados de WhatsApp con la imagen promocional del mes, agregando un texto en la barra y un hashtag, de ser posible socializar esta imagen, en todos los medios digitales (redes sociales).
3. Dar la misma instrucción a líderes jurisdiccionales y responsables de los Servicios amigables, así como a promotores juveniles.
4. El personal de la subdirección de salud sexual y reproductiva para adolescentes también deberá participar en la actividad.

Imagen que se usará para la promoción del chat en el mes de **marzo 2024**



¿Sabías que hay servicios de salud sexual y reproductiva para adolescentes en las unidades de salud de todo el país?

Accede al chat y pregunta cuál está más cerca de ti.

¡Escanea este código!

Visita: Comolehago.org

Este programa es público ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CNEGSR
CENTRO NACIONAL DE EQUIDAD DE
GÉNERO Y SALUD REPRODUCTIVA



Sugerencia de texto para el “estado de WhatsApp”:

¡Conoce el servicio amigable para adolescentes más cercano a ti, accediendo al chat!

Sugerencia: agregar emojis

Hashtags:

#sindudasencomolehago

#preguntoencomolehago

#chatcomolehago





SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CNEGSR
CENTRO NACIONAL DE EQUIDAD DE
GÉNERO Y SALUD REPRODUCTIVA



FICHA TÉCNICA ACTIVACIÓN PRESENCIAL DEL CHAT ¿CÓMO LE HAGO?

Actividad: Semana de activar el chat.

Objetivo: Difundir y promocionar entre los promotores juveniles voluntarios y población usuaria de servicios amigables el Chat ¿Cómo le hago?

Dirigido a: Personal operativo de los servicios amigables para adolescentes

Fecha: Del 4 al 8 de marzo del 2024

Lugar: Servicios amigables

Material: Código QR de acceso al chat ¿cómo le hago?, hojas de rotafolio y plumones.

Descripción:

La actividad consiste en promocionar el chat con los Promotores Juveniles Voluntarios (PJV) y con las y los usuarios de los servicios amigables para adolescentes.

Opción 1: Promotores Juveniles Voluntarios (PJV)

El/la responsable del servicio amigable para adolescentes deberá convocar cualquier día de la semana (**4 al 8 de marzo**) al grupo de PJV para presentarles el chat ¿cómo le hago? (anexo 1) e invitarlos a ingresar y hacer preguntas sobre salud sexual, escaneando del código QR (anexo 2). En caso de tener materiales promocionales del chat impresos, por ejemplo, pendones, apoyarse de estos materiales para escanear el código QR.

Opción 2: Usuarías y usuarios del servicio amigable para adolescentes

Durante la semana de activación del chat, el equipo que opera el servicio amigable para adolescentes deberá captar a las y los adolescentes usuarios del servicio en la sala de espera y hacer promoción del chat ¿cómo le hago? (anexo 1) e invitarlos a ingresar y hacer preguntas sobre salud sexual, escaneando del código QR (anexo 2). De igual manera, en consulta, en caso de tener computadora en el consultorio, el personal que de la consulta invitará al usuario/usuaria a ingresar a hacer alguna pregunta en el chat. En caso de tener materiales promocionales del chat impresos, por ejemplo, pendones, apoyarse de estos materiales para escanear el código QR.



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CNEGSR
CENTRO NACIONAL DE EQUIDAD DE
GÉNERO Y SALUD REPRODUCTIVA



Actividad sugerida para realizar en la sala de espera:

El personal de salud encargado del servicio amigable dibujará en hojas de rotafolio un chat, y en un globo de texto (anexo 4), en la parte superior de este chat dibujado, colocará una pregunta sobre salud sexual y reproductiva **ej. ¿Cómo se coloca un condón masculino de forma correcta?, ¿Qué es la doble protección y por qué se llama así?, ¿Cómo se transmiten las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)?, etc.** Se deberán colocar cuantos rotafolios sean necesarios distribuidos en la sala de espera.

Conforme se acerquen las y los adolescentes se les proporcionará un plumón y se les pedirá que contesten la pregunta que está escrita en el chat del rotafolio, pueden responder en cualquier parte de la hoja.

Posterior a la respuesta de la o el adolescente se hará la promoción del Chat ¿cómo le hago? (anexo 1)

Evidencia:

Enviar fotografías de las y los adolescentes ingresando al chat ¿cómo le hago? al correo comolehago.ssra.cnegsr@gmail.com

ANEXO 1

¿Cómo le hago? es un chat atendido en tiempo real y de respuesta inmediata por consejeras y consejeros profesionales de la salud; es un servicio gratuito y confidencial de orientación/consejería dirigido principalmente a la población adolescente.

El objetivo de este chat es proporcionar información científica, actualizada y objetiva sobre salud sexual y reproductiva de forma sencilla y amigable que resulte atractiva para las y los adolescentes. En ¿cómo le hago? se abordan temas como: Métodos anticonceptivos, Infecciones de Transmisión Sexual, Relaciones amorosas, Primera Relación sexual, Embarazo, Orientación sexual, Violencia sexual y de género, etc.

En este chat puedes hacer cualquier consulta/pregunta sobre salud sexual, cualquier duda que tengas sobre tu sexualidad la puedes platicar ahí, consejeros expertos en el tema resolverán cualquier duda que tengas. El chat está disponible los 365 días del año,



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CNEGSR
CENTRO NACIONAL DE EQUIDAD DE
GÉNERO Y SALUD REPRODUCTIVA



de lunes a viernes de 8 am a 10 pm, sábados, domingos y días festivos de 8 am a 8 pm. ¡Lo mejor es que puedes preguntar lo que quieras y es completamente confidencial y gratuito! Puedes acceder a través de esta liga <https://comolehago.org/chat/comolehago/inicio-sesion> o utilizando el código QR

ANEXO 2

Accede al chat para resolver tus dudas sobre salud sexual y reproductiva

Este programa es público ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa

SALUD SECRETARÍA DE SALUD | **CNEGSR** CENTRO NACIONAL DE EQUIDAD DE GÉNERO Y SALUD REPRODUCTIVA

gob.mx/salud/cnegsr

ANEXO 3

Sugerencia de preguntas a realizar en el chat:

1. ¿Cómo usar correctamente un condón?
2. ¿En dónde puedo conseguir métodos anticonceptivos de forma gratuita?
3. ¿Cómo puedo protegerme de las Infecciones de Transmisión Sexual ITS?
4. ¿Qué puede pasar si tengo relaciones sexuales sin protección?
5. Tuve relaciones sexuales y se rompió el condón ¿Qué puedo hacer?
6. ¿Cuál es el mejor método anticonceptivo?
7. ¿cómo puedo prevenir un embarazo?
8. ¿Dónde hay servicios de ILE e IVE?



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CNEGSR
CENTRO NACIONAL DE EQUIDAD DE
GÉNERO Y SALUD REPRODUCTIVA



ANEXO 4

Sugerencia de chat para dibujar en rotafolios

