

Sobre tu sexualidad ¿quién decide?

Historia de los derechos
Página 5

Afectividad y sexualidad
Página 13

Decides cuidarte
Página 19

Entornos que favorecen el ejercicio de tus derechos
Página 25



Presentación

El Ministerio de la Protección Social como garante de la promoción de los Derechos Sexuales y Reproductivos, suscribió en el año 2010 un convenio de cooperación técnica con el Fondo de Población de las Naciones Unidas a fin de diseñar e implementar procesos que contribuyan a asegurar en todo el territorio nacional, el libre y efectivo ejercicio de tales derechos. Este proyecto tuvo como uno de sus ejes estratégicos de trabajo la coordinación intersectorial, para lo cual contó con la activa participación de la Consejería de Programas Especiales de Presidencia de la República y del Ministerio de Educación Nacional, con quienes se llevó a cabo una estrategia de comunicación educativa a través de la cual se realizó la producción de material técnico para el Ministerio de Educación Nacional.

Igualmente, para el logro de este objetivo se contó con el concurso de la Fundación Imaginario, la Universidad del Norte, la Comisión Nacional de Televisión, Canal 13, Citura Producciones, el Soul City Institute for Health and Development Communication (Sudáfrica), la Fundación Puntos de Encuentro (Nicaragua), La Iniciativa de Comunicación y Ohio University, organizaciones que venían ya desarrollando la plataforma **Eduentretenimiento + Movilización = Cambio Social**, una propuesta de comunicación participativa y multimedial, que busca aportar a la reflexión y al cambio de hábitos y costumbres, hacia el efectivo ejercicio de los Derechos Sexuales y Reproductivos en la juventud.

En el año 2011, el Ministerio de la Protección Social nuevamente en alianza técnica con el Fondo de Población de las Naciones Unidas, programó el refuerzo de las líneas de comunicación y movilización social en salud sexual y reproductiva, de forma que las herramientas pedagógicas diseñadas en las fases previas puedan tener amplia difusión y reconocimiento en la población. Por lo tanto, el presente paquete educativo responde a las acciones intersectoriales que se llevan a cabo con el Ministerio de Educación Nacional y la sociedad civil, con el objetivo claro de ampliar los contenidos educativos y profundizar en temáticas concretas de sexualidad que faciliten la implementación del Programa de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía, en los proyectos pedagógicos que llevan a cabo las instituciones educativas del país.

Por otra parte, es importante resaltar que, en el marco de los convenios de cooperación entre el Ministerio de la Protección Social y el UNFPA, se dio impulso a la conformación de la Comisión Nacional Intersectorial de Promoción y Garantía de los Derechos Sexuales y Reproductivos en Colombia (Decreto 2968 de 2010). Desde esta instancia el Ministerio de la Protección Social apoya la producción y entrega de este material al Ministerio de Educación Nacional para que sea utilizado en la estrategia de la maleta pedagógica, que busca dar sostenibilidad a la implementación del Programa de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía en todo el país.

Esperamos que este material sea de gran utilidad para toda la comunidad educativa (directivos, docentes, estudiantes, padres y madres de familia) en la construcción de ciudadanas y ciudadanos que toman decisiones autónomas que enriquecen su proyecto de vida en el plano de su sexualidad.

Sobre esta guía

La guía ***Sobre tu sexualidad ¿quién decide?*** es otro de los componentes del paquete educativo ***Revelados, desde todas las posiciones***, el cual hace parte de la plataforma ***Eduentretenimiento + Movilización = Cambio Social***. Este conjunto de materiales pedagógicos se ha diseñado con el propósito de abrir espacios para que jóvenes como tú puedan dialogar, debatir y reflexionar alrededor de los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos (DHSR).

Sobre tu sexualidad ¿quién decide? pretende animar el diálogo sobre los factores que se relacionan con la manera como mujeres y hombres toman decisiones sobre su vida sexual y reproductiva en la juventud. Para ello, brinda información sobre los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos, sobre afectividad y sexualidad, sobre el cuidado de la salud sexual y reproductiva y sobre cómo crear ambientes que favorecen la realización de los derechos.

Cada capítulo es introducido por el relato de alguna de las situaciones y experiencias de vida que enfrentan los personajes de la serie de televisión ***Revelados, desde todas las posiciones***. De esta manera esperamos que se facilite la reflexión y el debate en torno a los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos.

En la sección ***Por si no lo sabes*** podrás leer información importante sobre la sexualidad y los temas que se abordan en esta guía. Te invitamos también a responder las preguntas de ***Pensando hacia adentro***, con las que tendrás la oportunidad de reflexionar sobre las decisiones sexuales y reproductivas y las alternativas que te planteas para mantener o mejorar tu salud.

Donde aparezca la palabra ***Sexuapedia*** encontrarás definiciones claves; y en ***Ponte en acción*** verás ideas de cosas que pueden hacer jóvenes como tú para complementar sus conocimientos sobre la sexualidad; para dar a conocer lo que han aprendido acerca del tema y para ayudar a otras personas a reconocer la importancia de los Derechos Sexuales y Reproductivos para el desarrollo individual, familiar y de la comunidad.

También verás testimonios tomados de la vida real en ***Mi Parche***. Y en ***Pura mentira, Pura verdad*** podrás aclarar ideas erróneas o creencias infundadas que tienen las personas sobre la sexualidad y que pueden llevarlas a tomar, en algunos momentos, decisiones equivocadas.

La guía ***Sobre tu sexualidad ¿quién decide?*** está hecha para ser usada en conjunto con el ***dramatizado***, los foros (***Video Blogs***) y las notas documentales (***Bio-Clips***) del programa de televisión ***Revelados, desde todas las posiciones*** que abordan los tres temas centrales de

la plataforma de ***Eduentretenimiento + Movilización = Cambio Social*** - a) toma de decisiones sobre la vida sexual y reproductiva; b) relaciones igualitarias y equitativas entre mujeres y hombres; y c) respeto a la diversidad sexual - a través de un formato con muchas novedades:

- Las historias dramatizadas de Camila, Juan Carlos, Vanessa y Sebastián, un grupo de jóvenes que vive de formas diferentes el desarrollo de su sexualidad.
- Las preguntas que los jóvenes no siempre se atreven a formular, en los ***Video Blogs***, foros y sondeos de opinión ciudadana.
- Las experiencias reales y el trabajo de jóvenes en diferentes regiones del país alrededor del tema, plasmadas en interesantes notas documentales en el ***Bio-Clip***.

Se espera también que impulse tu participación y la de otras y otros jóvenes, madres, padres, cuidadores, docentes y personas que trabajan en salud, en el desarrollo de propuestas comunicativas como programas para canales de televisión y emisoras de radio comunitarias, impresos, expresiones artísticas, proyectos de aula, conversatorios, redes sociales en la web u otros espacios que consideren pertinentes para dialogar y reflexionar sobre Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos.

Concretamente, queremos que a partir del trabajo con los videos y esta guía, y de tu participación en las distintas actividades que desarrollamos más ampliamente en la guía para agentes de cambio, logres:

- Reconocer tus Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos (DHSR).
- Distinguir los DHSR implicados en las decisiones acerca de las relaciones sentimentales y sexuales en la adolescencia.
- Identificar las acciones que puedes emprender para promover relaciones interpersonales que promueven el ejercicio de los DHSR.
- Señalar las habilidades, servicios y espacios institucionales que garantizan el ejercicio de los DHSR en la juventud.
- Describir los pasos para tomar decisiones informadas con relación a las relaciones sentimentales y sexuales.
- Identificar las acciones de auto-cuidado y cuidado de otros/as que favorecen el ejercicio de los DHSR en la juventud.
- Entablar conversaciones con otros jóvenes, padres, madres, docentes y personal de salud sobre aspectos relacionados con la sexualidad y, principalmente sobre las relaciones sentimentales y sexuales.

Esta guía

Fundación Imaginario

Dirección General: Adelaida Trujillo * Patricia Castaño

Coordinación Editorial: Juana Marulanda.

Coordinación Administrativa: Liliana Sandoval

Textos: Elvia Vargas Trujillo – Grupo de Investigación Familia y Sexualidad – Universidad de los Andes * Laura Gómez.

Diseño y diagramación: Erika Gitterle.

Fotografía: Camilo Monsalve * Miguel Canal * Imaginario/ Citurna Producciones * Redes Sociales de Apoyo.

Grupo Asesor

Mary Luz Mejía Gómez, Asesora SSR, UNFPA * María Cristina Toro Ramírez, Consultora en Educación SSR, UNFPA * Manuela Sandoval, Profesional para el PESCC, Ministerio de Educación Nacional.

Equipo técnico

Ministerio de la Protección Social

Ricardo Luque Núñez. Coordinador de Promoción y Prevención.

Ministerio de Educación Nacional

María del Pilar Caicedo, Subdirectora de Fomento de Competencia. Dirección de Calidad de la Educación Preescolar, Básica y Media * Alicia Vargas Romero, Coordinadora Programas Transversales. Subdirección de Fomento de Competencia. Dirección de Calidad de la Educación Preescolar, Básica y Media * John Francisco Ariza Montoya, Gerente del PESCC Convenio MEN – UNFPA.

Fondo de Población de las Naciones Unidas

Mary Luz Mejía Gómez, Asesora SSR * María Cristina Toro Ramírez, Consultora en Educación SSR * Ana Tovar * Jaime Alberto Rojas, Coordinador Convenio 168 MPS – UNFPA

Plataforma Eduentretenimiento + Movilización = Cambio Social

Gestores

Alta Consejería Presidencial de Programas Especiales (ACPPE). Programa Promoción de Derechos y Redes Constructoras de Paz (PPDRCP). Coordinación Nacional (2005 – 2010)
Pilar Montagut * Javier Espitia * Manuela Sandoval * Silvia Restrepo * Pilar Mendoza * Manuel Valderrama * Martha Marín

Imaginario - Citurna Producciones

Dirección: Adelaida Trujillo * Patricia Castaño
Coordinación Plataforma Eduentretenimiento: Claudia Nieto
Coordinación Administrativa: Liliana Sandoval
Asistente Administrativa: Ana Hernández con el apoyo de Astrid Murillo.

Universidad del Norte

Rafael Obregón - Grupo de Investigación en Desarrollo Humano GIDHUM * Jair Vega - Grupo de Investigación en Comunicación y Cultura PBX * Claudia Beltrán - Maestría en Comunicación.

Universidad de los Andes

Elvia Vargas Trujillo – Grupo de Investigación Familia y Sexualidad

La Iniciativa de Comunicación - www.comminit.com/la

Juana Marulanda * Claudia Nieto * Gladys Riaño * Silvia Velasco.

Ministerio de Educación Nacional

Andrea Johanna Parra, Profesional PESCC * Mauricio Ríos, Profesional Especializado, Oficina de Innovación Educativa.

Puntos de Encuentro (Nicaragua)

Fernando Carcache * René Blanco * Irela Solórzano * Virginia Lacayo.

Soul City Institute

Sue Goldstein.

Investigación (formativa y línea de base) y supervisión de contenidos

Ministerio de la Protección Social * Universidad del Norte: Grupo de Investigación en Comunicación y Cultura PBX - Proyecto UNI - Grupo de Investigación en Desarrollo Humano GIDHUM * Grupo de Investigación Familia y Sexualidad - Universidad de los Andes * Alta Consejería Presidencial de Programas Especiales (ACPPE) – Programa Promoción de Derechos y Redes Constructoras de Paz * Programa de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía – PESCC * Fondo de Población de Naciones Unidas * Redes Sociales de Apoyo.

Guardiana del mensaje

Paola Balanta con el apoyo de Manuela Sandoval

Movilización social

Equipos de coordinación local

Orley Durán - Facilitador Nacional - AREDMAG * Beatriz Carmona – Secretaría de Salud - Adriana Cecilia Cárdenas, municipio de Barbosa, Antioquia * Aracelys Rodríguez, normal superior de los Montes de María, municipio de San Juan Nepomuceno, Bolívar * Misael Gualpaz, Gaby Lorena Reyes y Carolina Mojana, municipio Valle del Guamuez, Putumayo * Bertha Muñoz, municipio de San Gil, Santander.

Radio

Angela Jiménez - tallerista especializada.
Marleny Sanabria - San Gil, Santander.
Tatiana Pinilla - San Gil, Santander.
Javier Chingal - Valle del Guamuez, Putumayo.
Cindy Johana Ochoa - Barbosa, Antioquia.

Teatro

Emilio Ramírez – tallerista especializado Teatro Experimental de Fontibón.
Juan Carlos Carmona – San Juan Nepomuceno, Bolívar.
Gloria Patricia Henao - Barbosa, Antioquia .
Manuel Sánchez – San Gil, Santander.
Eduardo Insuasti * Luis Santacruz – Valle del Guamuez, Putumayo.

Televisión

Producción Ejecutiva y Dirección: Adelaida Trujillo * Patricia Castaño, Imaginario - Citurna Producciones.

TV Serie

Producción y Dirección - Área Visual: Gustavo Gordillo * Dario Silva * Daniel Alvarez.

Supervisión de Guiones: Patricia Castaño

Dirección Guionistas: Humberto Correa.

Guionistas: Claudia Patricia González * María Isabel Escobar.

Asistente de Dirección: Alejandro Escobar.

Productora: Carol Aza.

Director de Arte: Andrés Ulloa.

Edición: Freddy Palacios * Roger Vega.

Protocols y M&E: Freddy Páez

Ilustraciones Fondos: Studio C – Guatemala.

Estudio: ARTV.

No-ficción:

Dirección: Adelaida Trujillo * Alejandro Jaramillo.

Producción: Liuba Hleap.

Realización: Lucas Sánchez * Sandra Garzón * Gladys Riaño.

Edición y finalización: Juan Alberto Agatón * Alberto Londoño

* Jorge Forero * Lucas Sánchez * Felipe Henao.

Videoblogs

Diana Angel - Unidad Móvil - Canal 13.

Concepto Gráfico y Animaciones: Agathon Animation and Graphics - Juan Alberto Agatón.

Canales regionales

Capacitación y acompañamiento: Rossana Horsley.

Producción: Angela Vanegas

Canales: Canal 13 * Teleantioquia * Telecafé * Telecaribe * Teleislas * Telepacífico * Televisión Regional de Oriente – TRO.

Agradecimientos muy especiales

Lina Moreno * Angela Ospina de Nichols * Alcaldía de Barbosa Antioquia "Barbosa Global" - Francisco Javier Benjumea Zapata - Alcalde * Gobernación de Antioquia * Diva Sandoval * Alejandro Flórez * Ana María Toro * María Carolina Meza * Johanna Blanco * Diego Arbeláez * Red Camaleón * Los Incorruptibles - Ciudad Bolívar * La Bojiganga- Bosa * Colegio Unidad Pedagógica * La Casa del Teatro Nacional * Academia Rubén di Pietro * Academia Charlot * Festival Iberoamericano de Teatro de Bogotá * Profesores PESCC.

Historia de los derechos

Revelados

En un día normal para la familia de Pedro y Yadira en Revelados, Pedro participa en las labores domésticas: cocina, limpia la casa, está al tanto de las actividades de sus hijas e hijo. Yadira se encarga de administrar el dinero. Juan, Camila y Natalia enfrentan dilemas relacionados con su sexualidad que serán discutidos en familia.

Si estás en posibilidad de ver los capítulos 9 y 10 de la serie, analízalos a la luz de las siguientes preguntas. En caso contrario, puedes responderlas con la información que se encuentra en el párrafo anterior. Dialoga con tus compañeros y compañeras sobre las respuestas.

¿Qué piensas de la manera como se distribuyen las tareas en el hogar de Pedro y Yadira?

¿Qué semejanzas y diferencias encuentras entre esta familia y la tuya?





El recorrido para el reconocimiento de los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos inicia en **1948**, con la Declaración Universal de los Derechos Humanos, que en su **artículo 25** reconoce el Derecho a la Salud: *“Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios”*.

En 1966, en el artículo 12 del Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales se reconoce *“el derecho de toda persona al disfrute del más alto nivel posible de salud física y mental”*.⁽¹⁾

Otros instrumentos internacionales en los que se establece que la salud es un derecho humano fundamental e indispensable para el ejercicio de los demás derechos humanos son: la Convención internacional sobre la eliminación de todas las formas de discriminación racial de 1965; la Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer de 1979; la Convención sobre los Derechos del Niño de 1989.

Desde la perspectiva de los Derechos Humanos se considera que todo ser humano tiene derecho a disfrutar de los medios y las condiciones físicas, psicológicas, socioculturales, económicas y políticas que requiere para llevar una vida sana. Es decir, el derecho a la salud no sólo abarca la atención de salud oportuna y apropiada, también está estrechamente vinculado con el ejercicio de otros derechos humanos y depende de esos derechos: el derecho a la alimentación, a la vivienda, al trabajo, a la educación, a la dignidad humana, a la vida, a la no discriminación, a la igualdad, a no ser sometido a torturas, a la vida privada, al acceso a la información y a la libertad de asociación, reunión y circulación.⁽²⁾

Más recientemente, en el año 2003, la Comisión de Derechos Humanos de las Naciones Unidas en

Independientemente de la edad que tengas, tu cuerpo es tu territorio. Tienes todo el derecho a establecer límites para evitar que otros lo toquen, lo miren o lo acaricien sin que tu lo desees y sin tu consentimiento; así sean miembros de tu misma familia o personas muy cercanas.



su resolución 28, confirmó que *“la salud sexual y la salud reproductiva son elementos esenciales del derecho de toda persona al disfrute del más alto nivel posible de la salud física y mental”*. Sin embargo, la importancia de la sexualidad, la actividad sexual y la reproducción para la salud había sido señalada previamente en varias conferencias internacionales: la Conferencia Mundial de los Derechos Humanos (Teherán, 1968); la Conferencia sobre Población (Bucarest, 1974); la Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo (El Cairo, 1994); la Cumbre Mundial sobre Desarrollo Social (Copenhague, 1995) y la Cuarta Conferencia Mundial sobre la Mujer (Beijing, 1995). En la Cumbre del Milenio de 2005, también se abordó el tema y se planteó que la salud sexual y reproductiva es clave para la reducción de la pobreza y el logro del desarrollo humano. ⁽³⁾

Estos antecedentes han permitido que hoy se reconozca el derecho que tienen las personas como tú a que se les proporcione un entorno seguro y propicio para participar en las decisiones que afectan su salud, a adquirir experiencia, a tener acceso a información adecuada y a recibir orientación sobre las cuestiones que tienen que ver con su sexualidad. Asimismo, se considera que el ejercicio del derecho a la salud en la juventud implica disponer de oportunidades para acceder a servicios adecuados de salud sexual y reproductiva, en los que encuentres un ambiente de cordialidad y confianza, donde recibas una atención respetuosa de tu individualidad y autonomía y se te garantice la confidencialidad y la privacidad. ⁽⁴⁾

Los derechos reproductivos se definieron primero que los derechos sexuales

Los Derechos Reproductivos fueron los primeros en definirse. Ante el creciente interés mundial por el control de la natalidad, la comunidad internacional comenzó a plantear que los derechos humanos debían ser el fundamento de cualquier acción encaminada a controlar el comportamiento reproductivo de la población. En ese momento se reconoció que todas las personas tienen derecho a decidir libremente si quieren o no tener hijos, el número y espaciado de los mismos y a recibir información veraz y libre de sesgos para tomar esas

decisiones y llevarlas a cabo. Para las mujeres fue muy importante que se les reconociera el derecho a tomar decisiones sobre su cuerpo y su capacidad para reproducirse, así como a usar métodos anti-conceptivos. También fue clave la definición de medidas de protección a las mujeres durante el embarazo, el parto y el postparto.

Los Derechos Sexuales se comenzaron a identificar a medida que se fue desligando la actividad sexual de la reproducción. Como resultado de los avances en la tecnología anticonceptiva y el reconocimiento de los Derechos Reproductivos, se fue estableciendo el derecho de las personas al placer y a disfrutar de una vida sexual libre de riesgos físicos, psicológicos y sociales. Progresivamente se fue reconociendo que mujeres y hombres, de todas las edades, tienen derecho a expresar libremente su sexualidad, así como a decidir y controlar todas las cuestiones relativas a su vida sexual sin ningún tipo de discriminación, coacción o violencia.

Los movimientos de mujeres han tenido un papel fundamental en el reconocimiento, definición y generación de garantías para el ejercicio de los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos. Desde la década de 1970 las mujeres comenzaron a llamar la atención sobre las implicaciones de que socialmente se las considere objetos de placer (como en la pornografía) o de reproducción (como cuando se les prohíbe el uso de métodos anticonceptivos). Además, reclamaron el derecho a gozar de las mismas oportunidades y beneficios que los hombres en todos los ámbitos de la vida. También propusieron la equidad como objetivo de las medidas que se toman para modificar las condiciones que impiden la igualdad entre mujeres y hombres y asegurar que ninguno de los sexos se beneficie de manera injusta en perjuicio del otro. ⁽⁵⁾ Por ejemplo, cuando en una institución educativa se observa que las mujeres presentan un desempeño más bajo en el área de matemáticas, se pueden implementar acciones dirigidas a mejorar su competencia en esta área académica: se pueden definir horas de tutorías específicas exclusivas para ellas, se les puede dar más participación en la clase, se les puede motivar para que asuman el liderazgo en ciertos ejercicios o tareas de la asignatura. De esta manera se busca la igualdad en el aprendizaje de las matemáticas y en el desempeño en esta área.

Tus derechos sexuales

Los Derechos Humanos son un conjunto de garantías legales de carácter universal que protegen a las personas y a las colectividades de acciones y omisiones que afectan su libertad y dignidad humana. Los Derechos Sexuales y Reproductivos son parte integrante de los Derechos Humanos y, en ese sentido, se refieren a los estándares mínimos necesarios para que las personas puedan disfrutar del más alto nivel posible de salud que les permita vivir dignamente.

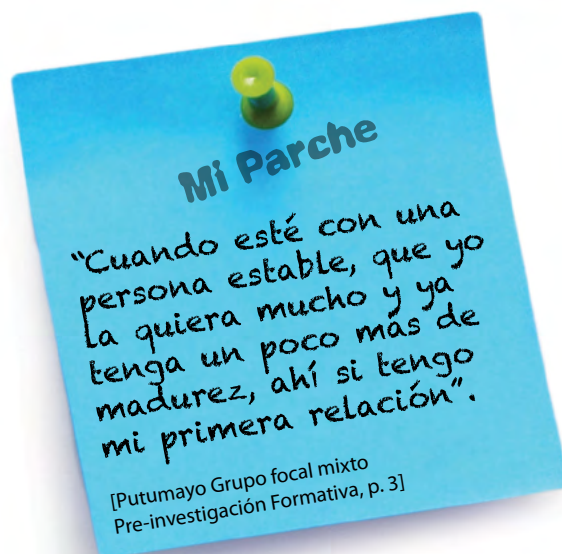
Los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos, son **universales** (todas las personas nacen con los mismos derechos), **indivisibles** (todos los derechos son igualmente necesarios para la vida y dignidad de una persona) e **interdependientes** (todos los derechos están relacionados entre sí).⁽⁶⁾

Tenemos derecho a:⁽⁷⁾

- **La libertad y autonomía sexual.** Las personas somos libres para decidir sobre la manera de expresarnos corporalmente, sobre cómo nos gustaría vernos o sobre cómo queremos que nos vean los demás. Mujeres y hombres tenemos derecho a decidir cómo, cuándo y con quién tener relaciones afectivas y sexuales, en el marco del mutuo respeto y del pleno consentimiento. Nadie, ni siquiera la pareja, puede obligar, chantajear, manipular, amenazar o forzar a una persona para tener actividad sexual cuando no lo desea. Tenemos derecho a disfrutar de una vida afectiva y sexual placentera, sin vergüenza, miedos, temores, prejuicios, inhibiciones, culpas, creencias infundadas y otros factores que restrinjan nuestra capacidad para tomar decisiones con base en nuestros propios criterios.⁽⁸⁾
- **La expresión emocional y sexual.** Todas las personas tenemos derecho a la comunicación con otros, a dar y recibir manifestaciones de afecto, cariño y amor. También tenemos derecho a disfrutar de espacios seguros para compartir con amistades y familiares. Esto incluye que tanto mujeres como hombres tenemos derecho a expresar las emociones (por ejemplo reír o llorar cuando nos sentimos alegres o tristes), así como también tenemos derecho a manifestar abiertamente nuestra sexualidad, incluyendo la orientación sexual.
- **La integridad y seguridad sexuales.** Tenemos derecho al disfrute de nuestro cuerpo y a no ser sometidos a ningún tipo de violencia física, psicológica o sexual.
- **La privacidad sexual.** Todas las personas tenemos derecho a decidir lo que queremos hacer con nuestro cuerpo y a tomar decisiones sobre cómo queremos satisfacer el deseo sexual, siempre cuidando de no hacernos daño y sin vulnerar los Derechos Sexuales de otros.
- **La igualdad y equidad.** Tenemos derecho a no ser discriminados por nuestro sexo, género, orientación sexual, edad, raza, clase social, religión o situación de discapacidad física, cognitiva o emocional. Mujeres y hombres somos diferentes pero tenemos los mismos derechos. En lo concerniente a nuestra vida sexual requerimos condiciones de igualdad y equidad que nos posibiliten tomar decisiones autónomas, con conocimiento de causa, sin imposiciones de carácter estatal, legal o religioso. Los contratos de trabajo no pueden imponer condiciones referentes a la vida sexual, la orientación sexual ni al estado civil.

- **La libre asociación sexual.** Tenemos derecho a decidir si nos unimos en pareja, si contraemos o no matrimonio, si nos divorciamos o si nos involucramos en otras formas de asociación sexual.
- **A la información y a la educación.** Desde el nacimiento y hasta la muerte, tenemos derecho a recibir información y educación basadas en el conocimiento científico sobre la sexualidad, la actividad sexual y la reproducción, sin prejuicios y creencias infundadas que nos lleven a interpretaciones erróneas.
- **La atención integral de la salud sexual.** Todas las personas tenemos derecho a disfrutar de oportunidades de acceso a servicios de salud de calidad, en los que se nos proporcione un trato amable y se nos garantice la privacidad y la confidencialidad. Estos servicios deben tener en cuenta en el proceso de asesoramiento los aspectos psicológicos y sociales de la sexualidad, sin limitarse a los asuntos biológicos, a lo concerniente a los riesgos de la actividad sexual, a la prevención del embarazo o a la detección y al tratamiento de las infecciones de transmisión sexual.

"Las mujeres hemos jugado un papel muy importante en la definición de los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos."



PURA MENTIRA:

Las mujeres son inferiores a los hombres y deben dedicarse a 'hacer oficio', a cuidar a otros y a actividades que no requieran habilidades para tomar decisiones, pensar críticamente o liderar procesos grupales.



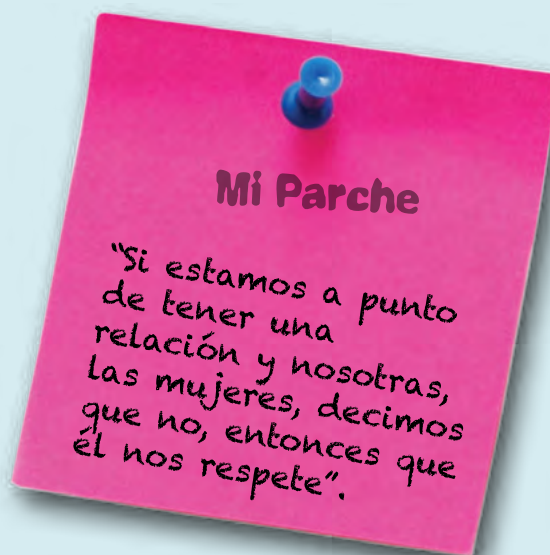
PURA VERDAD:

Los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos reconocen la igualdad entre mujeres y hombres. La realización de estos derechos implica el reto de transformar las normas sociales que definen formas de ser y de actuar distintas para las mujeres y para los hombres, que limitan el desarrollo de sus potencialidades y restringen su participación en la sociedad. Estas normas establecen desigualdades y desventajas en el tipo de actividades que pueden realizar las personas según el sexo, en la remuneración que obtienen, en el acceso a oportunidades, en el control de los recursos y en las decisiones que toman.

Tus derechos reproductivos

Tenemos derecho a:

- Decidir si queremos o no ser padres o madres, el número de hijos que deseamos y el intervalo entre ellos. Para lograr lo que nos proponemos tenemos derecho a disponer de información veraz y libre de sesgos para tomar esas decisiones y de los medios requeridos.
- Acceder a métodos anticonceptivos seguros, aceptables y eficaces.
- El mismo trato en todos los ámbitos en los que nos encontremos (en el estudio, el trabajo y dentro de la familia) y a estar libres de discriminaciones o tratos desiguales por razón del embarazo o la maternidad. Las jóvenes adolescentes embarazadas tienen derecho a seguir asistiendo al plantel educativo en el que se encuentran estudiando, sin sufrir ningún tipo de discriminación, ni siquiera aquella que se ejerce con la disculpa de que es para protegerlas durante la gestación.
- Tener acceso a servicios de salud y atención médica que garanticen una maternidad segura, libre de riesgos en los períodos de gestación, parto y lactancia y que se nos brinden las máximas posibilidades de tener hijos sanos.
- Recibir atención oportuna y de calidad cuando la vida de la mujer está en peligro debido al embarazo. Ninguna vida debe ponerse en riesgo o peligro por causas evitables relacionadas con el embarazo y el parto.
- Contar con servicios de información y educación para garantizar la autonomía reproductiva y la planificación familiar.
- Disfrutar del nivel más elevado posible de salud reproductiva, libre de enfermedades y discapacidades por causas como: atención deficiente, desnutrición, exposición a elementos químicos o formas de violencia.
- Tener acceso a servicios de atención y orientación para preservar la salud reproductiva, garantizando la confidencialidad y la privacidad, especialmente a las y los adolescentes.
- Acceder a métodos o procedimientos de fertilización asistida en caso de requerir ayuda para lograr el embarazo deseado.
- Estar protegidos de embarazos forzados, esterilización o aborto por imposición, obligación, presión o coacción.
- Estar protegidos contra cualquier tratamiento degradante y violencia en relación con la reproducción.



SEXUAPEDIA

Salud sexual y reproductiva: es “un estado general de bienestar físico mental y social y no una mera ausencia de enfermedades o dolencias, en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo y sus funciones y procesos. En consecuencia, la salud sexual y reproductiva entraña la capacidad de disfrutar una vida sexual satisfactoria y sin riesgos...” (Tomado de: 3ª Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo, Cairo 1994).

Orientación sexual: es el término que se utiliza para describir el sexo de las personas que despiertan nuestro deseo sexual, es decir, por quienes preferentemente experimentamos interés o atracción física, afectiva, erótica o sexual.⁽⁹⁾ Si nos atraen personas del mismo sexo decimos que nuestra orientación sexual es homosexual; si nos atraen personas del otro sexo, nuestra orientación sexual es heterosexual y si nos atraen tanto hombres como mujeres, nuestra orientación sexual es bisexual.⁽¹⁰⁾

Pensando hacia adentro

¿En qué situaciones has sentido que se respetan tus Derechos Sexuales y Reproductivos y en cuáles consideras que han sido vulnerados?

¿En qué situaciones consideras que respetas los Derechos Sexuales y Reproductivos de otras personas y en cuáles crees que los vulneras?

Al fin... ¿Quién decide sobre tu vida sexual y reproductiva? ¿Qué necesitas para ejercer tus derechos?

Revisa los Video Blogs. Capítulo 1, Revelados.

¡decide tú!

Para que los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos no se queden en el papel y en meras declaraciones podemos usar nuestra creatividad. En nuestro municipio podemos aplicarlos a nuestra realidad, aportando en aquellos procesos que los promueven. Nuestras relaciones cotidianas son también una oportunidad permanente para poner en ejercicio nuestros derechos.

Conoce la historia de Lorena. Teleantioquia. Bio-Clip. Capítulo 1, Revelados





PONTE EN ACCION

- Lee con atención la información sobre los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos y piensa en alternativas para divulgar estos derechos en tu colegio (por ejemplo, puedes hacer un mural, grafiti, afiches y muchas cosas más).
- Desarrolla una de estas ideas y preséntala en tu clase.
- Identifica en qué otro lugar puedes difundir los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos y lleva allí tu propuesta.
- Averigua qué otras iniciativas existen en tu municipio para promover los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos (redes sociales de apoyo, Servicios de Salud Amigables, programa de sexualidad en instituciones educativas, organizaciones juveniles, entre otros).

*Conoce la historia de Gabriel. Teleantioquia.
Bio-Clip. Capítulo 3, Revelados.*



Afectividad y sexualidad

¡No confundamos sexualidad con actividad sexual, ni actividad sexual con afecto!

CAPÍTULO 2

Revelados

Camila está muy enamorada de DJ Rex. Él está en plan de pasarla bien, no quiere compromisos, pero sí está interesado en tener relaciones sexuales con Camila. Llegará el momento en que tendrán que tomar decisiones al respecto...

Si estás en posibilidad de ver los capítulos 8, 9, 10 y 11 de la serie, analízalos a la luz de las siguientes preguntas. En caso contrario, puedes responderlas con la información que se encuentra en el párrafo anterior. Dialoga con tus compañeros y compañeras sobre las respuestas.

¿Con cuál de los dos personajes te identificas? ¿Por qué?

¿Qué información necesitarías para tomar una decisión?

¿Qué otros elementos tomarías en cuenta para tomar una decisión?

¿Qué alternativas de decisión tendrías tú en una situación como esta? Identifica tres posibles alternativas

¿Con cuál de ellas te sentirías mejor?

• Comparte estas ideas con una persona de tu confianza.





Sexualidad y afectividad no son lo mismo

Hay una estrecha relación entre sexualidad y afectividad y en ambas se ponen en juego aspectos biológicos, psicológicos, socioculturales, históricos y éticos.

Nuestra sexualidad se expresa en la forma como vivimos la afectividad en el medio en el que vivimos. En algunos contextos, el hecho de que se nos identifique como hombres o como mujeres desde el nacimiento, establece diferencias en la manera como aprendemos a expresar la afectividad. Por ejemplo, en ciertas sociedades, se espera que los hombres sean fuertes física y emocionalmente, mientras de las mujeres se espera que sean débiles. En esos contextos a los hombres se les enseña a suprimir o a negar emociones como la felicidad o la tristeza, mientras que a las mujeres se les da mayor libertad para expresarlas.

En esos entornos sociales, se critica o sanciona a los hombres que se atreven a expresar sus sentimientos. El temor a que se cuestione que son "verdaderos hombres" los presiona a esconder los sentimientos que culturalmente se asocian con debilidad. En el caso de las mujeres, por su parte, se las induce a contener la rabia o el placer sexual. ⁽¹¹⁾

Dado que todos los seres humanos, sin importar si somos hombres o mujeres, reaccionamos emocionalmente ante las cosas que nos suceden, algunos hombres se tornan violentos o agresivos cuando algo les duele o les enoja porque no se les ha permitido aprender otras maneras de expresar lo que sienten. Es necesario animar a los hombres de todas las edades a reconocer y manifestar sus sentimientos sin herir a las demás personas.

Desde la perspectiva de los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos, todas las personas, tanto mujeres como hombres, tenemos derecho a expresar las emociones, así como también tenemos derecho a manifestar abiertamente nuestra sexualidad. Las emociones son un recurso valiosísimo, porque nos permiten identificar aquello que ocurre en el entorno que nos afecta, también nos proporcionan información útil para la toma de decisiones.

SEXUAPEDIA

Identidad con el sexo: corresponde a la descripción y valoración que hace la persona de sí misma a partir de los aspectos biológicos que la caracterizan sexualmente: la estructura anatómica de su cuerpo, sus órganos sexuales y las funciones que tienen, el funcionamiento de su sistema hormonal, el conjunto de cambios físicos que experimenta ante la estimulación sexual, su capacidad reproductiva, entre otras. La identidad con el sexo expresa cómo se ve a sí misma y se siente la persona con su cuerpo sexual.



¿Relaciones afectivas = relaciones sexuales = afectividad?

En la juventud las relaciones afectivas contribuyen a que las personas se sientan aceptadas e importantes. Pueden ser oportunidades para aprender sobre sí mismas y sobre las demás personas. Las relaciones afectivas en la juventud nos permiten identificar las personas con quienes nos llevamos mejor. También son experiencias que nos ayudan a reconocer las cosas que nos gustan y las que nos molestan, además son vivencias que nos facilitan desarrollar habilidades para reconocer y expresar lo que sentimos, tomar decisiones, resolver conflictos, negociar y llegar a acuerdos.

Sin embargo, en ocasiones la falta de información y experiencia en este tipo de relaciones puede ser un obstáculo para que podamos ejercer el derecho a la expresión emocional y sexual. Por ejemplo, cuando las relaciones sexuales se plantean como prueba de afecto o como única fuente de gratificación del deseo sexual se generan presiones que limitan el derecho que tenemos a decidir cómo, cuándo y con quién tener relaciones afectivas y sexuales, en el marco del mutuo respeto y del pleno consentimiento.

La afectividad

La afectividad puede definirse como la capacidad de los seres humanos de experimentar y expresar emociones, sentimientos, afectos, deseos, pasiones. ⁽¹²⁾ La afectividad es lo que nos permite darle significado y sentido a la diversidad de experiencias que hacen parte de nuestras vidas. ⁽¹³⁾

Aunque durante mucho tiempo se le vio como algo poco importante en los espacios públicos, ahora sabemos que la afectividad influye en todo lo que hacemos, incluso en lo que antes pensábamos que era dominado por nuestra "racionalidad". ¡Nuestra afectividad incide en nuestros pensamientos, en la manera como vemos el mundo, en la forma como aprendemos (incluso en el aprendizaje de cosas aparentemente abstractas como las matemáticas), en cómo nos relacionamos con otras personas y

con el mundo, en la manera de disfrutar la vida, en las cosas por las que sufrimos y en la forma de relacionarnos con las demás personas y expresarles nuestro amor! Nuestra afectividad está en íntima relación con nuestro cuerpo, el cual nos informa sobre lo que sentimos y nos permite, a través de la expresión corporal, reflejar las emociones: con gestos, movimientos, el tono de la voz, la mirada...

La afectividad es la que nos facilita establecer y mantener relaciones interpersonales y desarrollar vínculos con otras personas. En la juventud, la afectividad permite satisfacer la necesidad de cercanía que tenemos todos los seres humanos, una condición óptima para el reconocimiento y aceptación de nuestra sexualidad ⁽¹⁴⁾

Sexua tips

Respetar el derecho a la libertad y autonomía sexual es esencial para el establecimiento de relaciones interpersonales libres de violencia. Los siguientes aspectos te ayudarán a tomar decisiones libres y autónomas en tus relaciones sentimentales y sexuales:

- Identifica tu deseo o interés personal (y los de quienes te rodean).
- Busca en fuentes confiables, información veraz sobre el tema o la situación que te interesa o preocupa.
- Habla sobre el asunto con otras personas para conocer y comparar varios puntos de vista. ¿Qué opinan las personas que te quieren y se interesan por ti?
- Piensa en cómo tu decisión puede afectar lo que quieres para tu vida (tu proyecto de vida).
- Evalúa tus capacidades para asumir los resultados de tus decisiones.
- Identifica cómo puede afectar tu decisión a las personas que aprecias, a tu familia y comunidad y plantea acciones que preserven la integridad de todos los implicados.
- Recuerda que muchas veces necesitas darte tiempo para tomar buenas decisiones.

Revisa los Video Blogs
Capítulo 4, Revelados

La sexualidad

En términos sencillos, la sexualidad es la manera como nos vemos, describimos y valoramos como mujeres o como hombres y es un aspecto esencial de nuestra personalidad. La sexualidad se fundamenta en la biología, porque es a partir de la apariencia de nuestro cuerpo que se nos asigna el sexo al cual pertenecemos. Esto es, desde el nacimiento se va configurando nuestra sexualidad, a medida que crecemos, a través de la interacción con el entorno. La manera como cada persona define su sexualidad varía de una cultura a otra y cambia según la época histórica en que se viva. La sexualidad de una persona se reconoce a partir de la descripción y valoración que expresa de su sexo (identidad con el sexo), su género (identidad con el género) y su orientación sexual (identidad con la orientación sexual).

La pubertad: un momento clave

La pubertad es uno de los procesos vitales que nos facilitan adquirir mayor conciencia de nuestro cuerpo y de lo que significa ser mujer u hombre. Los cambios biológicos que se experimentan en este período nos llevan a plantearnos por primera vez la pregunta ¿Quién soy yo? Responder a este interrogante es una de las tareas más importantes del desarrollo. De las respuestas que demos a esta pregunta dependen muchas de las decisiones que tomamos desde ese momento. La pubertad marca el inicio de la juventud y nos damos cuenta que hemos entrado en ese proceso porque nuestro cuerpo adquiere la apariencia que tiene el de las personas adultas debido a que comienzan a aparecer las características sexuales secundarias. Esto suele ocurrir en cualquier momento entre los 11 y los 16 años, aunque en algunos casos puede ser antes o después de esta edad. Es por ello que en un grupo de la misma edad se pueden encontrar jóvenes en diversos momentos del proceso de desarrollo físico: mientras algunos parecen adultos, otros siguen teniendo la apariencia de la niñez.

Los cambios que se experimentan en la pubertad

- Crecemos rápida y repentinamente, el estirón hace que de un momento a otro, toda la ropa nos quede pequeña.
- Hay un aumento significativo de peso.
- Crecen vellos en las axilas y en el pubis, en los hombres también comienza a aparecer vello en la cara.
- Se aprecia el agrandamiento y cambio de coloración del área genital.
- En los hombres se ensancha la laringe y el tono de la voz comienza a hacerse más grueso. Algunas veces puede ser difícil para ellos controlar el tono de la voz; esos altibajos se conocen popularmente como "gallos".
- Hay un incremento en la producción de grasa y sudor corporales, lo que exige un mayor cuidado en los hábitos de higiene personal.
- Las mujeres experimentan el crecimiento de los senos.
- Uno o dos años después de que se ha iniciado este proceso de cambio hormonal, fisiológico y corporal, se alcanza la madurez sexual: las mujeres tienen su primera menstruación y los hombres su primera eyaculación.

Todos estos cambios despiertan nuestra curiosidad frente a lo que nos está ocurriendo y lo que piensan las otras personas al respecto; paralelamente comenzamos a reconocer las sensaciones propias del deseo sexual y a darnos cuenta que hay unas personas que nos atraen más que otras.



Pensando hacia adentro

¿Has sentido atracción por otras personas? ¿Qué sentiste?
¿Cómo has manejado los cambios de la pubertad en tu familia?

¿Puedes hablar de este tema en tu familia?

¿Con quién más puedes dialogar e informarte al respecto?

¿Cuál consideras que es la edad más adecuada para el inicio de las relaciones sexuales?

¿Piensas que los hombres deben iniciar las relaciones sexuales antes que las mujeres?

¿Alguna vez has dicho mentiras sobre lo que piensas o haces con el fin de evitar el rechazo o la burla de tu grupo?

¿Qué puedes hacer para sentirte más segura/o de tu capacidad para tomar decisiones acerca de las relaciones afectivas y las relaciones sexuales?

SEXUAPEDIA

Identidad con el género: es la descripción y valoración que hace la persona de su forma de ser, pensar, sentir y actuar como hombre o mujer. En esa descripción y valoración se revelan las decisiones que la persona ha tomado con respecto a la norma social de género que le plantea su entorno.

PONTE EN ACCIÓN

- Recuerda alguna situación en la que sentiste que otra persona te limitó o presionó al tomar decisiones sobre tu vida afectiva o sexual.
- Escribe una carta a esa persona, explicándole lo que sentiste.

Conoce la historia de Gleidis. Canal TRO. Bio-Clip. Capítulo 6, Revelados

¡decide tú!

Sólo tú decides acerca de tus relaciones afectivas y sexuales. Tienes derecho a tomar decisiones libres y autónomas. Tienes derecho a decidir cómo, cuándo y con quién tener relaciones afectivas y sexuales. Las relaciones afectivas y sexuales en las que se respeta el ejercicio de tus derechos están libres de manipulación, amenazas de abandono, burlas o rechazos.

Recuerda que cuando vives una relación sentimental, al igual que tú, la otra persona también espera que tengas en cuenta sus deseos, intereses, sentimientos y opiniones. Es decir, que respetes sus derechos.

Revisa el Video Blog 1, Capítulo 4, Revelados.



PONTE EN ACCION

¿Qué tan competente te sientes para ejercer tus derechos en las relaciones afectivas? ⁽¹⁵⁾

En una relación afectiva qué tan seguro/a estás de poder manejar las siguientes situaciones:

	Si	No
Afrontar desacuerdos importantes abierta y directamente		
Expresar sin temor mis deseos y necesidades personales.		
Decir claramente y sin agresiones las cosas que me molestan.		
Plantear mi punto de vista al tomar decisiones sobre las cosas que nos afectan a ambos.		
Reconocer y manifestar mis sentimientos de afecto.		
Encontrar alternativas para enfrentar y resolver los conflictos que surjan en la relación.		

Entre más casillas marques con un SI, más confianza tienes en tu capacidad para ejercer el derecho a la expresión emocional en las relaciones afectivas.

¿Qué tan competente te sientes de poder ejercer tus derechos en las relaciones sexuales?

En una relación afectiva qué tan seguro/a estás de poder manejar las siguientes situaciones:

	Si	No
Interrumpir lo que está ocurriendo sexualmente cuando prefiero evitar que las cosas continúen.		
Suspender la actividad sexual cuando veo que podemos llegar a tener una relación sexual sin protección.		
Proponer que hablemos de cómo cuidarnos si estamos pensando en tener relaciones sexuales.		
Conversar sobre lo que pensamos acerca de las relaciones sexuales y de las experiencias previas que hemos tenido.		
Comentar las cosas que no me gustan en las relaciones sexuales.		
Rechazar hacer algo que me incomoda o me hace sentir mal en las relaciones sexuales.		
Negarme a tener relaciones sexuales cuando me siento bajo presión.		

Entre más casillas marques con un SI, más confianza tienes en tu capacidad para ejercer el derecho a decidir cuándo, cómo, con quién y en qué circunstancias tener relaciones sexuales. Revisa las afirmaciones que dejaste de marcar con un SI y piensa cómo puedes incrementar la confianza en tu capacidad para ejercer los Derechos Sexuales.



PURA MENTIRA:

La mayoría de los jóvenes de mi edad ya han comenzado a tener relaciones sexuales.

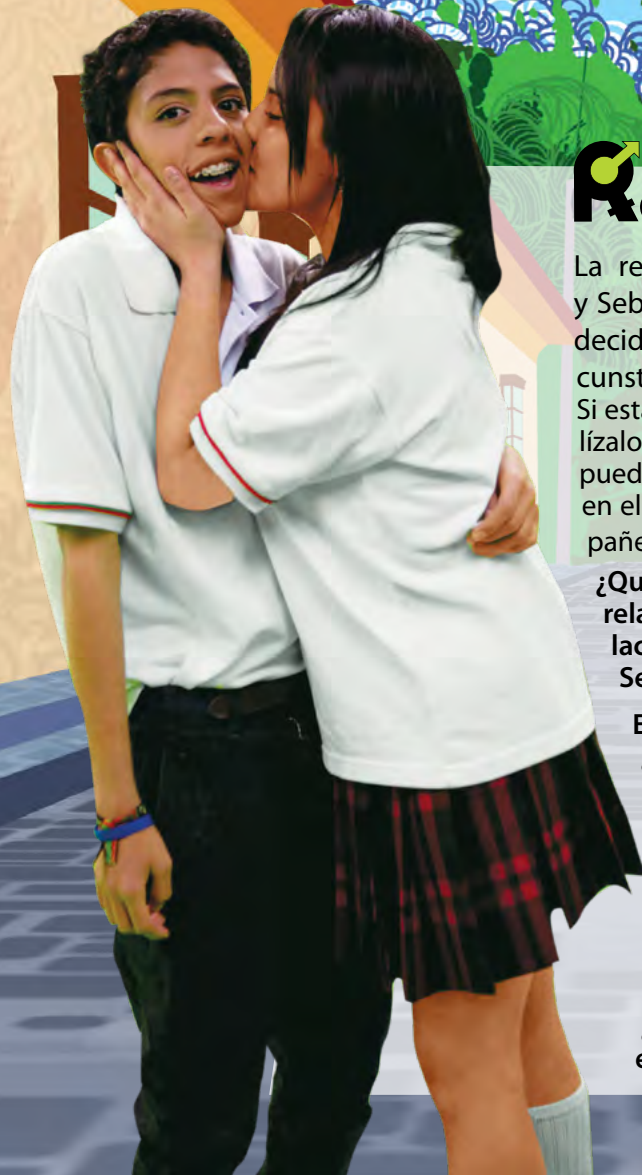


PURA VERDAD:

Los datos de Colombia y de 59 países del mundo indican que menos del 50% de los jóvenes comienza a tener relaciones sexuales antes de los 18 años de edad. ⁽¹⁶⁾ Se ha encontrado que muchas personas dicen que ya han tenido relaciones sexuales sin que eso haya ocurrido realmente. Esto lo hacen con el fin de evitar el rechazo y la burla de su grupo. ⁽¹⁷⁾

Revisa los Video Blogs, Cap. 8, Revelados.

Decides cuidarte



Revelados

La relación entre Vanessa y Sebastián llega al punto de decidir si tienen o no relaciones sexuales y en qué circunstancias...

Si estás en posibilidad de ver el capítulo 16 de la serie, analízalo a la luz de las siguientes preguntas. En caso contrario, puedes responderlas con la información que se encuentra en el párrafo anterior. Dialoga con tus compañeros y compañeras sobre las respuestas.

¿Qué elementos tendrías en cuenta para saber si una relación como la de Vanessa y Sebastián es una relación afectiva en la que se respetan los Derechos Sexuales y Reproductivos?

En caso de que decidan tener relaciones sexuales, ¿cómo pueden anticipar o prever las consecuencias de sus decisiones?

¿Qué elementos tendrías en cuenta para tomar decisiones en un momento como el que enfrentan Vanessa y Sebastián?

¿Qué información necesitarías y en dónde buscarías esta información?

¿Con quién dialogarías sobre este tema? ¡Busca a esta persona y comparte tus puntos de vista!



Autocuidado

Como hemos visto, todos los seres humanos tenemos derecho a una vida sexual placentera, satisfactoria y libre de consecuencias negativas para la salud. Para que esto sea posible, todos y todas debemos respetar el derecho a decidir lo que queremos hacer con nuestro cuerpo y a tomar decisiones sobre cómo queremos satisfacer el deseo sexual, siempre cuidando de no hacernos daño y sin vulnerar los Derechos Sexuales de otros.

Las acciones de cuidado para lograr una actividad sexual placentera y satisfactoria en el marco de los derechos incluyen:

- Tener relaciones sexuales cuando nos sintamos seguros de que son el resultado de una decisión autónoma y no el producto de la presión, la manipulación, el chantaje, la coacción o la violencia.
- Conocer las consecuencias físicas, psicológicas y sociales de las relaciones sexuales y disponer de recursos para evitarlas o enfrentarlas.
- Conversar con nuestra pareja acerca de lo que estamos pensando hacer y decidir conjuntamente sobre cómo vamos a cuidarnos para evitar tanto las infecciones de transmisión sexual como el embarazo (cuando aún no estamos preparados ni dispuestos a asumir la maternidad o la paternidad).
- Buscar asesoría en los servicios de salud para asegurarnos de que contamos con la información necesaria para tomar decisiones autónomas y de que tenemos los recursos suficientes para establecer relaciones sexuales protegidas.

Relaciones sexuales protegidas

Cuando tomes la decisión de tener relaciones sexuales, es muy importante que te informes sobre las posibilidades que tienes para evitar contraer infecciones de transmisión sexual y VIH/SIDA. Se considera que el uso del condón o preservativo es el método más efectivo para prevenir infecciones de transmisión sexual y el VIH/SIDA. Sin embargo, su eficacia depende de su uso adecuado y constante. Entre sus ventajas se encuentran:

- Bajo precio.
- No hace falta receta médica para usarlo.
- No tiene efectos secundarios ni contraindicaciones.
- También se usa para prevenir embarazos no planeados.

Cuando las y los jóvenes deciden tener relaciones sexuales, además de la prevención de infecciones de transmisión sexual (ITS), es importante la prevención del embarazo, si no se tiene planeado tener hijos en ese momento. Los embarazos a temprana edad (entre los 10 y los 19 años) implican riesgos físicos, psicológicos y sociales para la madre, para el padre y para sus hijas e hijos. Las mujeres menores de 15 años tienen mayores riesgos de enfermedad y muerte por causas asociadas al embarazo. Además, se considera que el desarrollo de los huesos de las mujeres puede completarse entre los 21 y los 24 años de edad. Antes de que esto suceda, existe riesgo de parto obstruido, caracterizado porque los huesos de la pelvis obstaculizan la salida del feto.





PURA MENTIRA:

Para usar métodos anticonceptivos es necesario tener permiso de un adulto.



PURA VERDAD:

Los métodos anticonceptivos son un derecho de toda la población.

Por otro lado, las hijas e hijos de madres adolescentes tienen mayor riesgo de enfermarse y morir durante su primer año de vida, entre otras razones, porque sus madres tienden a acudir tarde al control prenatal. En estos casos hay mayor probabilidad de que los bebés nazcan antes de tiempo o con bajo peso y, por lo tanto, son más susceptibles a enfermedades e infecciones. Además, porque las madres y padres jóvenes aún no han desarrollado las habilidades que se requieren para satisfacer las necesidades de cuidado de un bebé.

El embarazo a temprana edad también tiene riesgos psicológicos, cuando las mujeres y los hombres no están preparados para la maternidad y la paternidad. Con frecuencia, las mujeres no tienen apoyo de sus parejas y de sus familias, algunas dejan sus estudios, lo que incidirá en sus condiciones de vida en el futuro y en las de sus hijos.

En nuestra sociedad se tiende a dejar la responsabilidad de la prevención de embarazos en manos de las mujeres, pero éste es un asunto que también involucra a los hombres. Es importante que tanto las jóvenes como los jóvenes tomen decisiones autónomas sobre tener o no relaciones sexuales, en qué momento y con quién, se informen sobre las alternativas de prevención disponibles y elijan el método que más se adecúe a sus necesidades.

La información y el acceso a métodos modernos de planificación familiar es un Derecho Humano y debe garantizarse a todas las personas, sin ninguna discriminación. Las personas jóvenes tienen derecho a recibir información y atención sobre su salud sexual y reproductiva por parte del personal de las instituciones de salud (en nuestro caso, EPS y centros de salud). En el puesto de salud más cercano tienes derecho a obtener apoyo, orientación y métodos anticonceptivos y condones en forma gratuita.

Pensando hacia adentro

¿Qué sabes sobre prevención de infecciones de transmisión sexual y embarazos no planeados?

¿Dónde aprendiste lo que sabes?

¿Qué otra información necesitas para tomar decisiones sobre cómo prevenir infecciones de transmisión sexual y embarazos no planeados?

¿En dónde puedes obtener esta información?

¿Qué puedes hacer para hablar sobre este tema de manera abierta en tu familia, con tus amistades, en tu colegio, con tu pareja?

- ¿Qué otras dudas tienes alrededor del autocuidado o la salud sexual (p. ej. sobre los cambios de la pubertad, el ciclo menstrual, la eyaculación)? ¿Cómo puedes obtener información para aclarar tus dudas? ¿A quién le puedes preguntar?



Conductas que limitan el derecho a la salud sexual y reproductiva ⁽¹⁸⁾

En muchas ocasiones, las dificultades de las personas para ejercer sus Derechos Sexuales y Reproductivos se originan en falsas creencias y normas sociales que influyen en su comportamiento. En el caso de los hombres, por ejemplo, las investigaciones de la Organización Mundial de la Salud - OMS - en diferentes países, muestran que los muchachos, en comparación con las mujeres, tienen tasas más altas de infecciones de transmisión sexual. La dificultad para conversar acerca de temas relacionados con la sexualidad impide a las personas tener la información requerida para prevenir estas infecciones, reconocer sus síntomas y buscar atención oportunamente. En otras ocasiones, las personas son tratadas con remedios caseros o recurren a la automedicación, haciendo más difícil el tratamiento de la infección y la resolución del problema.

Esto hace que aumente el riesgo de infección con el Virus de la Inmunodeficiencia Humana -VIH-. Se calcula que una de cada cuatro personas que convive con el virus en el mundo es un hombre joven de menos de 25 años.

De acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud, las conductas sexuales predominantes en los hombres, que los exponen a infecciones de transmisión sexual, VIH/SIDA y embarazo no planeado, son:

PURA MENTIRA:

Los hombres usan el condón sólo con las mujeres a las que no les tienen confianza, con las que no respetan o no aman.

PURA VERDAD:

El condón debe usarse siempre, independientemente del tipo de relación que tengamos, el nivel de confianza o el afecto. Es el único método disponible para protegernos de infecciones de transmisión sexual. Además nos permite evitar embarazos cuando no los tenemos planeados.



- Tener actividad sexual sin protección.
- Rechazar el uso del preservativo en sus contactos sexuales.
- Tener relaciones sexuales con múltiples parejas sin el uso del condón.
- Usar la violencia o coerción sexual.

Una vida sexual libre de coerción, presión y violencia

Las acciones de cuidado para tener una vida sexual plena y placentera implican el ejercicio del derecho a tomar decisiones libres de violencia.

La violencia sexual ⁽¹⁹⁾ es definida como todo acto sexual, la tentativa de consumar un acto sexual, los comentarios o las insinuaciones sexuales no deseadas, las acciones que tienen como fin la utilización de una persona con fines de explotación sexual, o cualquier práctica sexual que se lleve a cabo mediante la coerción, el abuso del poder o la fuerza. La violencia sexual incluye la violación, es decir, cualquier relación sexual penetrativa que ocurre bajo coerción o mediante el uso de la fuerza. La penetración puede ser vaginal o anal, usando el pene o cualquier otra parte del cuerpo u objeto.

La violencia sexual puede ocurrir a cualquier edad, en cualquier contexto y puede ser ejercida por cualquier persona, incluyendo las que se encargan de nuestro cuidado o con quienes tenemos una relación afectiva cercana: padres, madres, parientes, pareja. La mayoría de las veces las víctimas son niños, niñas, adolescentes y mujeres. Aunque la violencia sexual es ejercida mayoritariamente, por hombres, también es posible encontrar actos

de violencia de las mujeres hacia hombres adultos, al igual que hacia niños, niñas y adolescentes. La violencia sexual también suele presentarse en las parejas conformadas por personas del mismo sexo.

Es importante, ante un caso de violencia sexual, denunciar al agresor o a la agresora. En Colombia, la violencia sexual es un delito. También es un delito cualquier relación sexual con una persona menor de 14 años, aunque él o ella den su consentimiento.

Formas de cuidarse de la violencia sexual

En entrevistas realizadas a adolescentes y jóvenes en diferentes lugares del país, ellas y ellos identificaron algunas maneras de cuidarse de la violencia sexual:

- Escoger a las y los amigos que frecuentan.
- No recibir bebidas de extraños en las fiestas o discotecas.
- No confiar en que otras personas sirvan las bebidas.
- Estar alerta en las fiestas o cumpleaños organizados en casas de familia en donde se encuentran personas que no conocemos o frecuentadas por gente mayor.
- No permitir que otra persona decida por uno, menos en lo relacionado con el cuerpo.
- Si tú o una persona conocida viven una situación de violencia, siempre puedes buscar apoyo en alguien de confianza o en una de las instituciones encargadas de atender, orientar y apoyar en estos casos. Ten presente que la denuncia es la respuesta más efectiva, incluso cuando quien ejerce la violencia es un familiar o un conocido.

¡decide tú!

Si estás teniendo relaciones sexuales, tú y tu compañero o compañera pueden acordar qué método anticonceptivos y de protección usar. En el centro de salud más cercano tienes derecho a obtener información, apoyo y métodos anticonceptivos y preservativos de forma gratuita. Tienes derecho, también, a la privacidad y a la confidencialidad en los servicios que se te brinden.

Conoce la historia de Linda. Telecafé. Bio-Clip 2. Capítulo 8, Revelados.

PONTE EN ACCIÓN

- **Averigua dónde se pueden denunciar en tu municipio casos de violencia sexual.**
- **Acude al servicio de salud más cercano y pregunta sobre los servicios que se prestan a las víctimas de violencia sexual.**
- **Obtén información sobre la anticoncepción de emergencia (la pastilla del día después). Indaga cuándo se recomienda su utilización, su mecanismo de acción, sus ventajas y desventajas.**
- **Comparte la información con tu grupo. Elaboren un folleto o cualquier otra comunicación creativa para dar a conocer a las personas de tu comunidad lo que aprendieron acerca de las alternativas disponibles ante un acto de violencia sexual.**



SEXUAPEDIA

Infecciones de Transmisión Sexual: aquellas que son transmitidas a través de las relaciones sexuales, generalmente a través del coito. Algunas de ellas también pueden ser transmitidas por las madres infectadas a sus bebés. Entre las más conocidas están la sífilis, el herpes genital y la gonorrea o blenorragia.

Coito: es una forma de actividad sexual que implica la unión de los órganos sexuales de los individuos implicados a través de la penetración o introducción del pene en la vagina o cualquier otro orificio del cuerpo.

VIH: es la sigla del Virus de Inmunodeficiencia Humana, el cual se transmite de una persona infectada a otra por el intercambio de fluidos corporales tales como sangre, semen, secre-

ciones vaginales o leche materna. El virus se transmite principalmente a través de las relaciones sexuales sin protección, por contacto sanguíneo (por ejemplo, por compartir agujas para drogas inyectadas) o de la madre al bebé. El virus puede entrar al cuerpo a través de heridas abiertas o membranas mucosas, principalmente en el ano o recto, en la vagina o en el pene. El virus no puede atravesar la piel intacta. El VIH causa el SIDA -Síndrome de Inmuno Deficiencia Adquirida- una enfermedad que se caracteriza por la disminución de las defensas del cuerpo. Algunas personas con VIH no tienen ningún síntoma, otras tienen problemas pequeños de salud y otras desarrollan el síndrome, una enfermedad mortal, para la que aún no existe cura.

PONTE EN ACCIÓN

Busca en el centro de salud más cercano información sobre los siguientes métodos anticonceptivos. Elabora una tabla para comparar la forma de uso, las contraindicaciones y el porcentaje de eficacia que tiene cada uno. Con base en este análisis ¿cuál consideras que es el método más efectivo para las personas como tú?

- Métodos naturales o de abstinencia periódica: coito interrumpido, ritmo, del moco cervical, de la temperatura basal y lactancia.
- Condón o preservativo
- Tabletas vaginales
- Diafragma
- Condón femenino
- Píldoras anticonceptivas
- Anticonceptivos inyectables
- Implante anticonceptivo subdérmico
- Dispositivos intrauterinos
- Vasectomía o esterilización masculina
- Ligadura de trompas o esterilización femenina

Sexua tips

- Si optas por tener relaciones sexuales, usa siempre el condón; con todas tus parejas, incluso con la que mantienes una relación afectiva. Al usar condones puedes disfrutar plenamente de tus relaciones sexuales a la vez que te proteges de infecciones o de un embarazo no planeado.
- Es más efectivo si utilizas la doble protección. Si se combina el uso de preservativo con otro método anticonceptivo aumenta el nivel de eficacia de los dos métodos.
- Identifica cuál es el centro de salud más cercano en el que puedes obtener información y asesoría sobre métodos de prevención de infecciones de transmisión sexual y embarazos no planeados.
- Revisa el dramatizado, Capítulo 16, Revelados, para aprender a usar un condón correctamente. Conoce también la historia de Marlene en el Bio-Clip 1, Capítulo 18.



Entornos que favorecen el ejercicio de tus derechos

Aracelys Rodríguez es docente de una escuela en el departamento de Bolívar en la que se desarrolla el Programa Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía.

El programa impulsa estrategias para promover los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos con adolescentes y jóvenes.

Una de las acciones que se realiza es la introducción del tema en todas las clases, desde arte hasta matemáticas. Se promueve la participación de niños y niñas, adolescentes y jóvenes en diálogos sobre cómo aplicar los derechos en la vida cotidiana, no sólo en el colegio, sino también en la casa.

Si estás en posibilidad de ver el Bio-Clip de Telecaribe, Capítulo 5 de Revelados, analízalo a la luz de las siguientes preguntas. En caso contrario, puedes responderlas con la información que se encuentra en el párrafo anterior. Dialoga con tus compañeros y compañeras sobre las respuestas.

¿Cómo se trabaja el tema de la sexualidad en tu institución educativa?

¿Qué características tiene una escuela que ofrece un ambiente favorable para el ejercicio de los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos?

¿Qué cosas podría hacer tu escuela para apoyar la creación de un ambiente favorable al ejercicio de estos derechos?

¿Qué cosas puedes hacer en tu familia para contribuir a generar este ambiente?





Tu colegio y tu familia pueden promover el ejercicio de los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos

Reconocemos un espacio favorable al ejercicio de los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos porque:

- Hay lugar para el diálogo abierto sobre temas relacionados con la sexualidad y con los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos, en los que se facilita a niños, niñas y jóvenes oportunidades para participar en igualdad de condiciones y se respeta la expresión de diversos puntos de vista.
- Las y los adolescentes y jóvenes participan en la toma de decisiones sobre los asuntos que les conciernen. Por ejemplo, el tema de los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos está presente en las propuestas y planteamientos que se discuten en los espacios de gobierno escolar, es tenido en cuenta en los manuales de convivencia, y está incorporado en todos los niveles y áreas de la escuela.
- En estos espacios se trabaja por la igualdad real entre mujeres y hombres, se analizan críticamente las expectativas de género que ponen a las mujeres en situación de inferioridad frente a los hombres y que, por lo tanto, les marginan de las posibilidades de tomar decisiones sobre su cuerpo y su vida sexual.
- Son lugares en los cuales se respetan los Derechos Sexuales y Reproductivos de todas las personas sin discriminación por sexo, género, orientación sexual o por otras circunstancias, como el embarazo a edad temprana.
- Son espacios en donde se rechaza la violencia, en todas sus manifestaciones: verbal, psicológica, física, sexual, económica y sociocultural.
- En estos espacios se han definido procedimientos claros para enfrentar situaciones que vulneran los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos, en





especial para la prevención, denuncia, atención y reparación de víctimas de violencias, particularmente la violencia sexual.

- Se rechaza el comportamiento de los agresores, se trabaja con niños, niñas, adolescentes y jóvenes para enseñarles a identificar situaciones peligrosas, estar alerta y denunciar situaciones de abuso.
- Se cuenta con rutas de ayuda y estrategias de comunicación y movilización social para ayudar a niñas, niños, adolescentes y jóvenes que están siendo víctimas de violencia sexual o pueden llegar a serlo.
- Jóvenes y adultos asumen que los derechos sexuales y reproductivos no son sólo asuntos de la vida privada de las personas, sino que convocan a toda la comunidad.
- Las y los jóvenes cuentan con acceso a fuentes de información confiable.
- Las niñas, los niños, los adolescentes y jóvenes cuentan con una red social preocupada por satisfacer sus intereses, abierta a la comunicación, disponible para proporcionar apoyo, enterada de lo que hacen y les ocurre y que les ofrece espacios y oportunidades para el desarrollo de la autonomía.

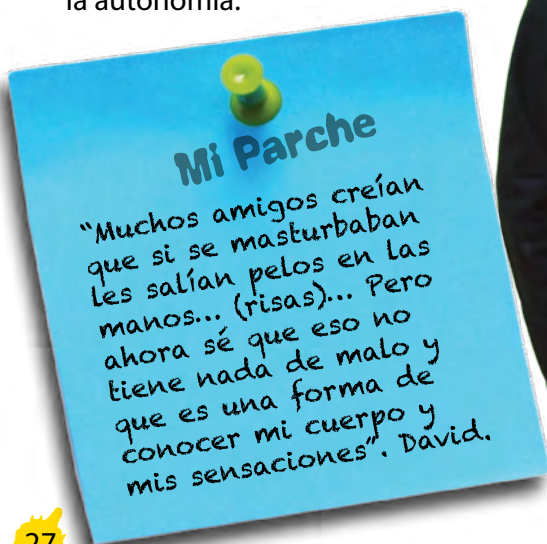
Pensando hacia adentro

¿En dónde y con quiénes sientes que puedes hablar abiertamente sobre temas relacionados con la sexualidad, la actividad sexual y la reproducción?

¿Cómo puedes aportar a crear un ambiente que favorezca el ejercicio de los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos ¿en tu familia? ¿en tu colegio? ¿en tu comunidad?

¿Qué situaciones limitan el ejercicio de los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos ¿en tu familia? ¿en tu colegio? ¿en tu comunidad?

¿Qué puedes hacer para ayudar a buscar alternativas de solución a estas situaciones?





Entre las situaciones que con mayor frecuencia obstaculizan la generación de ambientes favorables al ejercicio de los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos en nuestro medio se encuentran:

- La violencia sexual que se ejerce a través de insinuaciones y comentarios verbales que degradan a las mujeres o a las personas que no satisfacen las normas sociales que establecen cómo deben ser y actuar los hombres y las mujeres. Esta violencia se manifiesta en comentarios, chistes o relatos en los que se califica negativamente a la mujer o en los que se hace referencia a su vida sexual para desacreditarla o poner en duda su reputación. En esos relatos, a los hombres se les describe asumiendo un papel activo en los procesos de decisión, mientras las mujeres se presentan en un papel pasivo, o como objetos sexuales con poco poder de decisión sobre su cuerpo y disponibles para la satisfacción de los hombres: a las mujeres “las tocan”, las besan, las utilizan como mercancía.
- La discriminación hacia personas que manifiestan orientaciones homosexuales o identidades sexuales diversas, restringiendo su derecho a expresar su afectividad, a convivir abiertamente con su pareja y a interactuar con su grupo. Otras prácticas discri-

minatorias son los chistes y comentarios negativos sobre la homosexualidad, en especial la masculina, la cual se contrapone al ideal de hombre que se ha definido socialmente. También se vulneran los derechos sexuales cuando se somete a las personas homosexuales y trans a situaciones de aislamiento social.

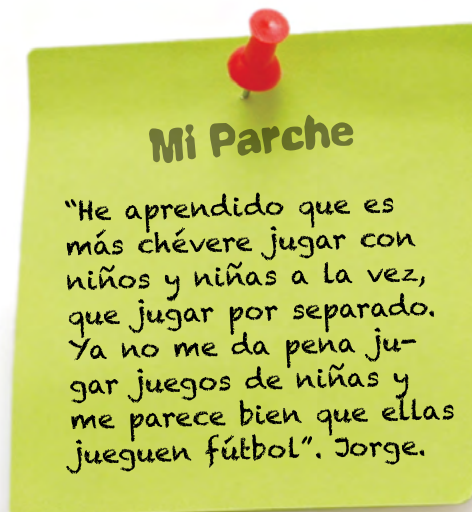
- El sexismo que todavía predomina tanto en espacios familiares como escolares. El sexismo se manifiesta a través de normas sociales que restringen a las mujeres las oportunidades para hablar abiertamente sobre sexualidad, obtener información y apoyo para la toma de decisiones sexuales y reproductivas, tomar la iniciativa en sus relaciones afectivas y sexuales y usar métodos para prevenir infecciones de transmisión sexual y embarazos no planeados. La contraparte de esta situación es una visión de los hombres como siempre dispuestos a involucrarse sexualmente sin considerar los riesgos que implica la actividad sexual para sí mismos y sus parejas. El sexismo también se manifiesta en



la aceptación de la violencia física contra la mujer, con argumentos tales como que los hombres son por naturaleza violentos y que, por lo tanto, no pueden controlar sus impulsos. Cuando se trata de actos de violencia sexual se plantean como justificaciones los celos o la manera de ser, pensar o actuar de las mujeres.

- El considerar que la violencia sexual que se expresa a través de comentarios o insinuaciones verbales es sólo "morbosidad", una conducta socialmente aceptada en los hombres, limita el reconocimiento y la comprensión del problema y la creación de alternativas para enfrentarlo. La invisibilización de estas formas de violencia sexual genera malestar en las jóvenes, que se quedan sin alternativas para prevenir y denunciar las situaciones que enfrentan.

- La creencia de que la violencia sexual sólo está dirigida hacia las mujeres, impide el reconocimiento y la atención oportuna de los casos de hombres, de todas las edades, que también son víctimas del problema.



*Conoce la historia de Olga. Telecaribe.
Bio-Clip 1, Capítulo 8, Revelados.*



✗ PURA MENTIRA:

La sexualidad es un tema de la vida privada, que se debe tratar sólo en diálogos con personas muy cercanas. No es un tema que debe discutirse públicamente.

✓ PURA VERDAD:

Desde el nacimiento y hasta la muerte, tenemos derecho a recibir información y educación basadas en el conocimiento científico sobre la sexualidad, la actividad sexual y la reproducción en todos los ámbitos en los que nos desenvolvemos.

Instituciones y Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos

En nuestro país, se han establecido responsabilidades para las instituciones en relación con los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos:

Instituciones de salud (hospitales): Deben promover acciones para la promoción de la salud sexual y reproductiva. Se debe garantizar que estas acciones lleguen eficazmente a mujeres y hombres de todas las edades. Deben atender y proteger a personas que han sido víctimas de violencia, incluida la violencia sexual.

EPS: Deben desarrollar las siguientes acciones: promoción de la salud sexual y reproductiva; garantizar una red de atención de fácil acceso a víctimas de violencia sexual y garantizar la existencia de equipos idóneos de atención interdisciplinaria integral (Londoño Vélez, 2008)

Instituciones educativas: Deben garantizar educación sobre Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos, para mujeres y hombres, adecuada para su edad. Deben brindar educación que promueva la igualdad entre mujeres y hombres y que esté libre de estereotipos sexistas. Deben tener mecanismos para garantizar un ambiente libre de discriminación a las personas por sus preferencias sexuales y orientaciones de género. Y finalmente, deben contar con mecanismos para prevenir casos de violencia y rutas para afrontarlos, en caso de que se presenten.

Programa de Educación para la Sexualidad y la Construcción de Ciudadanía: Debe generar prácticas pedagógicas que propicien el desarrollo de competencias en los estudiantes, para que puedan incorporar en su cotidianidad el ejercicio de los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos, y de esa manera tomar decisiones que les permitan vivir una sexualidad sana, plena y responsable, que enriquezca su proyecto de vida y el de los demás.

Unidad de Protección a Víctimas y Testigos de la Fiscalía General de la Nación: Debe brindar protección a personas que han sido víctimas de violencia sexual.

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar: Realiza acciones de prevención, tiene responsabilidad de detectar casos de violencia sexual y brinda acompañamiento psicosocial en casos de vulneración de derechos.

Servicios Amigables en Salud para Jóvenes: este modelo, que actualmente desarrolla el Ministerio de la Protección Social con el apoyo del UNFPA, debe guiar el proceso de adecuación de los servicios de salud a las necesidades y realidades de adolescentes y jóvenes, con el fin de contribuir a que tomen decisiones protectoras de su salud y generadoras de bienestar, incluyendo de manera especial las decisiones en torno a la vivencia de su sexualidad.

Dónde denunciar situaciones de vulneración de los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos en los Municipios:

- Personería Municipal
- Fiscalía Municipal
- Comisaría de Familia
- Inspección de Policía

Si no reciben tu denuncia sobre vulneración a tus Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos en tu municipio, puedes acudir a instituciones departamentales. Si esto sucede o funcionarios o funcionarias del Estado vulneran tus Derechos, puedes acudir a:

- Procuradurías Regionales
- Defensoría del Pueblo

Si no eres atendido a nivel departamental, estas instituciones te pueden apoyar, desde el nivel nacional:

Procuraduría General de la Nación: www.procuraduria.gov.co

Línea gratuita nacional: 01 800091031

Defensoría del Pueblo: www.defensoria.org.co

Línea gratuita nacional: 018000 914814

Organizaciones de la Sociedad Civil que promueven los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos

Amnistía Internacional: Es una organización internacional que tiene como objetivo lograr que todas las personas disfruten de los derechos humanos reconocidos a nivel mundial. Brindan apoyo en caso de vulneración de derechos y promueven mecanismos para la participación de la población en la promoción de los Derechos Humanos, incluidos los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos. Dirección web de AI en Colombia: <http://www.amnesty.org/es/region/colombia> Dirección web a nivel mundial: www.es.amnesty.org

Redsex- Red Colombiana de Mujeres por los Derechos Sexuales y Reproductivos. Promueve los DHSR y apoya la denuncia de casos de vulneración de derechos. Dirección web: www.redsex.org

Colombia Diversa. Es una organización que trabaja por los derechos de las personas lesbianas, gays, bisexuales y transgeneristas (LGBT) en Colombia. Brinda información sobre estos derechos y puede orientarte sobre cómo enfrentar casos de vulneración de los mismos. Teléfono en Bogotá: (1) 4831237. Dirección web: www.colombiadiversa.org

Para saber más

Edusitio Programa de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía. Ministerio de Educación Nacional: Aquí encontrarás información sobre proyectos de educación para la sexualidad en los colegios, experiencias exitosas, material audiovisual relacionado con el tema, entre otros.
www.colombiaaprende.edu.co

Portal del Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA) en Colombia: contiene información sobre género y derechos humanos, y salud sexual y reproductiva.
www.unfpa.org

Punto J: portal juvenil sobre sexualidad, VIH y Sida.
www.puntoj.com.pe

Manual de educación en derechos humanos: www.iidh.ed.cr/Documentos/HerrPed/pedagogicamedio/contenidos-unesco.htm

Elige: red de jóvenes por los derechos sexuales y reproductivos. Contiene información sobre los Derechos, sugerencias de actividades y haciendo click en las secciones "Tú eliges" y "Entérate" hay manuales y materiales escritos de libre uso y reproducción sobre el tema. <http://elige.net/>

Blog de la Red Colombiana de Jóvenes Líderes en SSR: noticias, información sobre infecciones de transmisión sexual, planteamientos desde las y los jóvenes sobre situaciones relacionadas con adolescencia y juventud. <http://twitter.com/RedColombiaSSR>

Red Nacional de Jóvenes y Adolescentes para la Salud Sexual y Reproductiva de Argentina: contiene información y actividades de la red, realizadas en Argentina, pero también publicaciones y videos para jóvenes sobre salud sexual y reproductiva.
www.rednacadol.org.ar

Portal de Juventud para América Latina y el Caribe Apoyado por la Unesco y el Centro Latinoamericano sobre Juventud: contiene noticias e información sobre temas de interés para jóvenes, incluidos los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos.
<http://www.joveneslac.org/>

Protocolo para el abordaje de la violencia sexual desde el sector salud: www.unfpa.org.co/home/unfpacol/public_htmlfile/PDF/protocolo_para_el_abordaje.pdf

En este **blog** encontrarás dos videos producidos por el Servicio Nacional de la Mujer –Sernam– del Gobierno de Chile, en el narran La Bella Durmiente y La Cenicienta, con perspectiva de género. ¡En ellos puedes inspirarte para crear tus propias historias! pazeigualdadnelcole.blogspot.com/2010/11/viejos-cuentos-nuevos-finales.html

Fuentes

- (1) Naciones Unidas (1966). **Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales, art. 12.** Recuperado de 2011 de <http://www2.ohchr.org/spanish/law/cescr.htm>
- (2) Comité De Derechos Económicos, Sociales Y Culturales (2000). **Cuestiones sustantivas que se plantean en la aplicación del pacto internacional de derechos económicos, sociales y culturales. Observación general N° 14.**
- (3) Vargas Trujillo, E., Jaramillo, C. & Trujillo, E. (en prensa). **Médicos y Derechos: El papel de la formación médica en la garantía de los derechos sexuales y reproductivos.** Bogotá: Ediciones Uniandes.
- (4) Comité de Derechos Económicos, Sociales Y Culturales (2000). **Cuestiones sustantivas que se plantean en la aplicación del pacto internacional de derechos económicos, sociales y culturales. Observación general N° 14.**
- (5) Pérez de Armiño, K. (2000). **Diccionario de Acción Humanitaria y Cooperación al Desarrollo.** España: Icaria y Hegoa Recuperado de <http://www.dicc.hegoa.ehu.es/>
- (6) Fernández Aller, C. (2009). Fundamentación y concepto del EBDH. En C. Fernández Aller (Coord.). **Marco teórico para la aplicación del enfoque basado en derechos humanos en la cooperación para el desarrollo (Capítulo 2).** Madrid. Catarata.
- (7) Ministerio de la Protección Social (2011). **Derechos Sexuales y Reproductivos [CD].** Bogotá, Colombia.
- (8) Greenberger, E. (1984). **Defining psychosocial maturity in adolescence.** En P. Karoly y J. J. Steffans (Eds.). **Adolescent Behavior Disorders: Foundations and Temporary Concerns.** Lexington, MA: Lexington Books.
- (9) Vargas Trujillo, E., Ripoll, K., Carrillo, S., Rueda, M. y Castro, J. (2011). **Experiencias familiares de madres y padres con orientaciones sexuales diversas: aportes de la investigación.** Bogotá: Ediciones Uniandes.
- (10) American Psychological Association. (2008). **Answers to your questions: For a better understanding of sexual orientation and homosexuality.** Washington, DC: Author. [Recuperado de www.apa.org/topics/orientation.pdf]
- (11) Vargas Trujillo, E. (2007). **Sexualidad... mucho más que sexo. Una guía para mantener una sexualidad saludable.** Bogotá: Uniandes – Cesó - Departamento de Psicología, Universidad de Los Andes.
- (12) Surrallés, A., & Criado, M. (2005). **AFECTIVIDAD Y EPISTEMOLOGÍA DE LAS CIENCIAS HUMANAS. (Spanish).** AIBR. Revista de Antropología Iberoamericana, 1-15.
- (13) Sánchez, M., López, M., Islas, C., & Hernández, L. (2009). **Cambios en el circadiano del cortisol en médicos residentes con trastornos de la afectividad. (Spanish).** Archivos de Medicina, 5(4), 1-6.
- (14) Kagitcibasi, C. (1996). **The autonomous-relational self a new synthesis.** European Psychologist, 3, 180-186.
- (15) Adaptado de Vargas-Trujillo, E. & Barrera, F. (2003). **Actividad sexual y relaciones románticas durante la adolescencia: algunos factores explicativos.** Bogotá: Documentos CESO, Universidad de los Andes.
- (16) Profamilia (2010). Encuesta Nacional de Demografía y Salud, 2010. Bogotá, Colombia: Autor.
- Wellings, K., Collumbien, M., Slaymaker, E., Singh, S., Hodges, Z., Patel, D. & Bajos, N. (2006). Sexual behaviour in context: a global perspective, *The Lancet*, 68(9548): 1706-1728.
- (17) Flórez, C.E. y Vargas Trujillo, E. (2010). La fecundidad adolescente en Colombia: Una aproximación ecológica. XV Congreso de la Asociación Latino-Americana de Población ALAP, La Habana, Cuba, Noviembre 16-19.
- (18) Aguayo, F., Aguirre, R. y Pérez, J.J. (2006) **Escuela de Fútbol: Jugados por la Salud. Manual para Entrenadores Monitores.** Santiago de Chile: CIDE & OPS. Recuperado de <http://www.endvawnnow.org/uploads/browser/files/PAHO%20Manual.pdf>
- (19) WHO (2010). **Preventing intimate partner and sexual violence against women: taking action and generating evidence.** Geneva: Editor. Recuperado de http://whqlibdoc.who.int/publications/2010/9789241564007_eng.pdf.



Qué es Eduentretenimiento + Movilización = Cambio Social?

Se trata de una gran plataforma de comunicación multimedial que busca aportar a la reflexión y al cambio de hábitos y costumbres, con miras al pleno ejercicio de los Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos en la juventud.

Se basa en la metodología del Edu-entretenimiento, una de las más innovadoras en el ámbito de la comunicación en salud. Se desarrolló mediante alianzas y consensos entre entidades y redes locales, regionales, nacionales e internacionales, aplicando permanentemente metodologías de investigación y evaluación que la hacen única.

Busca que jóvenes, padres, madres y cuidadores, docentes y personal de salud, participen activamente en el desarrollo de propuestas comunicativas como programas para televisión y radio comunitaria, impresos, expresiones artísticas, proyectos de aula, conversatorios, redes sociales en la web u otros espacios que las comunidades consideren pertinentes para dialogar y reflexionar sobre Derechos Humanos Sexuales y Reproductivos.

Fueron gestores de esta iniciativa el Programa Promoción de Derechos y Redes Constructoras de Paz de la Alta Consejería Presidencial de Programas Especiales (2005 – 2010), la Fundación Imaginario y la Universidad del Norte, con el apoyo del Ministerio de la Protección Social, el Ministerio de Educación Nacional, la Comisión Nacional de Televisión, Canal 13, Cítirna Producciones, el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA), el Soul City Institute for Health and Development Communication (Sudáfrica), la Fundación Puntos de Encuentro (Nicaragua), La Iniciativa de Comunicación y Ohio University.



Libertad y Orden

Ministerio de la Protección Social
República de Colombia
Dirección General de Salud Pública

MAURICIO SANTAMARÍA SALAMANCA
Ministro de la Protección Social

BEATRIZ LONDOÑO SOTO
Viceministra de Salud y Bienestar

GERARDO BURGOS BERNAL
Secretario General

LENIS ENRIQUE URQUIJO VELÁSQUEZ
Director de Salud Pública

RICARDO LUQUE NÚÑEZ
Coordinador de Promoción y Prevención



Fondo de Población
de las Naciones Unidas

TANIA PATRIOTA
Representante en Colombia

LUCY WARTENBERG
Representante auxiliar

MARY LUZ MEJÍA GÓMEZ
Asesora SSR



Libertad y Orden

Ministerio de Educación Nacional
República de Colombia



ISBN: 978-958-8735-13-9

Este material hace parte legal de un documento, el cual no debe modificarse. Cualquier cambio que se le haga tendrá las sanciones legales establecidas por la ley. Aun cuando se reservan los derechos del autor, el presente documento puede reseñarse, citarse, reproducirse o traducirse libremente, parcial o integralmente, siempre y cuando se reconozca su procedencia y autoría. No se permite su venta o su uso en conexión con fines comerciales.