Informe de actividades Plan de Intervenciones Colectivas PIC	
Municipio	Fosca-Cundinamarca
Lugar	Hotel Municipal
Fecha	08 de noviembre de 2024
Tema	Autonomía sexual y reproductiva, elección de compañeros (as) sexuales, inicio y postergación de relaciones sexuales
Entorno	Educativo
Objetivo	Educar en derechos sexuales y derechos reproductivos y proyecto de vida con énfasis en Toma de decisiones propias, con énfasis en autonomía sexual y reproductiva, elección de compañeros (as) sexuales, inicio y postergación de relaciones sexuales.
RESPONSABLE ACTIVIDAD (Nombres y Apellidos):	Jenniffer Andrea Rozo Barbosa
Número Documento de identidad del responsable de la actividad	1.007.184.905
Soporte listado de asistencia A LAS INTERVENCIONES COLECTIVAS – formato Código: M-PDS-GSP-GPSP-FR-091.	

Desarrollo de la Actividad

1. **Descripción de la población asistente:** se realiza proceso educativo con estudiantes de la Institución Educativa Departamental Maria Medina en el programa de ICBF Atrapa sueños, donde se encuentran en curso de vida de adolescencia, se encuentra viviendo la mayor parte de centro poblado, ninguno se encuentra en población diferencial o con alguna condición de discapacidad para un total de 15 participantes.

2. **Metodología de la actividad realizada:** la sesión se realiza en tres momentos, iniciando con la presentación de la ejecutora -Jenniffer Rozo- enfermera. Y para la actividad rompe hielo de tingo tingo tango se les realizan a los participantes diferentes preguntas. Se dará paso con la explicación del tema por medio de diapositivas explicando que son los derechos sexuales y los derechos reproductivos, además de mencionar y precisar en cada uno de los derechos y como el ejercicio de estos y las decisiones sobre sexualidad (autonomía sexual y reproductiva, elección de compañeros (as) sexuales, inicio y postergación de relaciones sexuales) impactan en el proyecto de vida., adecuados para la edad de los participantes,

donde finalmente con todo el grupo cada uno pondrá una frase acorde a el tema, utilizar (marcadores, esferos, lápiz, colores) donde finalmente se socializara con todo el grupo.

2.1 Actividad lúdica de inicio: la actividad lúdica se realiza grupal donde cada grupo plasmara en un cartulina una frase alusiva a la Autonomía sexual y a la toma de decisiones con el fin de comprender con mayor facilidad

2.2 Explicación del tema

Toma de decisiones propias

La capacidad de tomar decisiones autónomas es esencial para el desarrollo personal y la autodeterminación. Este proceso se basa en la habilidad de los individuos para evaluar opciones, considerar las consecuencias y elegir acciones fundamentadas en sus valores, creencias y circunstancias personales. En el ámbito de la autonomía sexual y reproductiva, la toma de decisiones es aún más crucial, ya que influye directamente en el bienestar físico, emocional y social de las personas. Los derechos sexuales son derechos humanos universales basados en la libertad, dignidad e igualdad inherentes a todos los seres humanos. Y dado que la salud es un derecho humano fundamental, la salud sexual debe ser un derecho humano básico, pues es esencial para el bienestar individual, interpersonal y social.

Los derechos reproductivos se entienden aquellos derechos que buscan proteger la libertad y autonomía de todas las personas para decidir con responsabilidad, si tener hijos o no, cuantos, en qué momento y con quien. Los derechos reproductivos dan la capacidad a todas las personas de autodeterminar su vida reproductiva. La autonomía sexual y reproductiva implica la habilidad de tomar decisiones informadas y voluntarias sobre la sexualidad y la reproducción.

Esto abarca:

• Derecho a la Información y Educación: Es esencial tener acceso a información precisa y educación integral sobre salud sexual y reproductiva, lo que permite a las personas comprender sus cuerpos, derechos y opciones.

• Consentimiento Informado: Es fundamental poder otorgar o negar consentimiento para cualquier actividad sexual. El consentimiento debe ser libre, voluntario y basado en una comprensión completa de lo que implica la actividad sexual.

• Acceso a Servicios de Salud: Es crucial contar con servicios de salud sexual y reproductiva, como anticonceptivos, pruebas y tratamiento de infecciones de transmisión sexual (ITS), y servicios de planificación familiar.

• Derecho al goce, la satisfacción y la gratificación sexual: Este derecho parte del reconocimiento que tiene toda persona a sentir placer, a disfrutar de su sexualidad, a autosatisfacerse y experimentar con los sentidos, implica que todas personas tienen el derecho a vivir su sexualidad sin vincularla a la reproducción.

• Derecho a conocer y valorar el propio cuerpo: Este derecho parte de reconocer que cada persona es única e irrepetible, y por lo tanto cada persona tiene el derecho a conocer su cuerpo y valorar

como es, con todas sus características. A partir de este derecho, se cuestionan los cánones de belleza impuesto social y culturalmente, puesto que influyen de forma negativa en la valoración de sí y en la autoestima.

• Derecho a decidir si se tienen o no relaciones sexuales: Este derecho parte de entender que las relaciones sexuales deben ser libres, autónomas y requieren de consentimiento previo. Este derecho entraña la facultad que tienen todas las personas a elegir la pareja sexual, a decidir cómo, con quién y cuándo tener relaciones sexuales.

• Derecho a expresar la orientación sexual o identidad de género: Este derecho reconoce la libertad que tienen las personas en sentir atracción por personas de su mismo sexo, del otro sexo o hacia mujeres, hombres o personas intersexuales; y a la autodefinición que una persona hace de sí misma, como hombre, como mujer, o de la forma como se auto reconoce, independientemente del sexo biológico y binarios impuestos.

• Derecho a una vida libre de violencias: Todas las personas tienen el derecho a una vida libre de violencia física, psicológica, sexual, económica o patrimonial tanto en las relaciones familiares y de pareja como en ámbitos públicos: la escuela, la calle, el sitio de trabajo, el transporte público, entre otros.

• Derecho a decidir libre y responsablemente el número de hijos: Este derecho parte de reconocer que todas las personas son libres, sin intromisión alguna, en decidir el número de hijos, y el intervalo entre ellos, e implica por parte del Estado poner a disposición la información, educación y medios para lograrlo.

• Derecho a decidir a ser padres o madres: Todas las personas tienen el derecho a decidir de forma libre, autónoma y responsable la posibilidad de ser madres o padres, y contar para ello con la información necesaria para garantizar el goce deeste derecho.

• Derecho a conformar una familia: Este derecho se sustenta en la posibilidad que tienen todas las personas a conformar y configurar una familia, de forma libre y sin ningún tipo de estigma y discriminación.

• Derecho iniciar o postergar el proceso reproductivo: Todas las personas tienen derecho a decidir el momento en el que quieren iniciar su proceso reproductivo, este derecho entraña al acceso tratamientos preventivos, de dolencias del aparato reproductor o a métodos anticonceptivos seguros, eficaces, este derecho incluye el derecho a la información y educación sobre su uso y efectos en la salud.

• Derecho de las mujeres a no ser discriminadas debido al embarazo o la maternidad: Este derecho implica que desde los servicios de salud se debe garantizar una vida libre de violencias, sin discriminaciones o tratos desiguales, hacia las mujeres que deciden iniciar un proceso reproductivo, durante el embarazo o en la maternidad.

• Derecho a una maternidad segura: Todas las mujeres tienen derecho acceder a servicios salud y atención médica, que garanticen una maternidad segura, y libre de todo riesgo en todo el proceso reproductivo, es decir desde la intención reproductiva, la concepción, gestación, parto y puerperio.

• Derecho a la interrupción voluntaria del embarazo:
Todas las niñas y mujeres tienen derecho a la interrupción voluntaria del embarazo, cuando:

✓ La continuación del embarazo constituya peligro para la vida o la salud de la mujer, certificada por un médico.

✓ Cuando exista grave malformación del feto que haga inviable su vida, certificada por un médico.

✓ Cuando el embarazo sea el resultado de una conducta, debidamente denunciada, constitutiva de acceso carnal o acto sexual sin consentimiento, abusivo o de inseminación artificial o transferencia de óvulo fecundado no consentidas, o de incesto.

• Elección De Compañeros (As) Sexuales

La elección de compañeros sexuales es una decisión personal que debe basarse en el respeto mutuo, la atracción y los valores compartidos. Algunos aspectos importantes incluyen:

• Respeto y Consentimiento: Ambas partes deben estar de acuerdo y sentirse cómodas con la relación. Es fundamental respetar los límites y deseos del otro.

• Comunicación Abierta: Discutir expectativas, deseos y preocupaciones abiertamente ayuda a construir relaciones saludables y satisfactorias.

• Consideración de la Salud Sexual: La honestidad sobre el estado de salud sexual y la prevención de ITS son elementos críticos en la elección de compañeros sexuales.

• Inicio y postergación de relaciones sexuales

Decidir cuándo iniciar o postergar relaciones sexuales es una decisión personal basada en la preparación emocional, física y situacional de cada individuo. Factores para considerar incluyen:

• Preparación Emocional: Sentirse emocionalmente listo para una relación sexual es esencial, lo que implica tener la madurez suficiente para manejar las implicaciones emocionales y físicas.

• Valores Personales: Las decisiones deben alinearse con los valores y creencias personales, ya sean religiosos, culturales o individuales.

• Contexto y Situación: Considerar el contexto en el que se da la relación (como la estabilidad de la pareja, la seguridad personal y el entorno) es importante para una experiencia positiva.

Proyecto de vida

El proyecto de vida es una visión a largo plazo que incluye metas y planes personales, profesionales y sociales. En relación con la autonomía sexual y reproductiva, este concepto implica:

• Integración de Metas Personales y Profesionales: Tomar decisiones sobre la sexualidad y la reproducción que sean coherentes con las aspiraciones personales y profesionales.

• Planificación y Recursos: Utilizar recursos y planificar adecuadamente para alcanzar metas a largo plazo, como la educación, la carrera y la familia.

• Equilibrio y Flexibilidad: Mantener un equilibrio entre diversas áreas de la vida y estar dispuesto a ajustar planes según cambien las circunstancias y prioridades.

2.3 Descripción del material didáctico utilizado: Se realiza material educativo por medio de diapositivas con el fin de que los participantes tenga una fácil compresión frente a el tema.



2.4 Descripción de las inquietudes manifestadas por los asistentes.

Los participantes luego de la intervención no refieren ninguna pregunta y refieren tener todo el tema claro.

3. Conclusiones y recomendaciones

Para concluir con el tema la toma de decisiones basadas en la autonomía sexual y reproductiva, elección de compañeros (as) sexuales, inicio y postergación de relaciones sexuales, es un proceso complejo y altamente personal. Requiere un profundo conocimiento de uno mismo, acceso a información y recursos adecuados, y un entorno que apoye y respete las decisiones individuales. Es un aspecto fundamental de la vida de las personas que abarca diferentes dimensiones como la orientación sexual, la identidad de género, la reproducción y las relaciones interpersonales.

Es importante promover una educación sexual integral que brinde información precisa y objetiva, fomente el respeto a la diversidad sexual y promueva relaciones saludables y seguras.Estos derechos ayudan a proteger nuestra *sexualidad* y elegir libremente, como y de qué forma vivirla. A pesar de que las decisiones personales siempre estarán ligadas a la forma de pensar, religión, cultura y sociedad que nos rodee; los derechos sexuales y reproductivos defienden nuestra *elección*.

4. Registro fotográfico



Gobernación de CUNDINAMARCA	PROMOCIÓN DEL DESARROLLO DE SALUD GESTIÓN DE LA SALUD PÚBLICA	Código: M-PDS-GSP-FR-029
		Versión: 01
	Información de Actividades PIC	Fecha de Aprobación: 09 de abril 2024



