**ANEXO N1 MATERIAL EDUCATIVO**

**Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos: ¿Qué es un derecho?**

Es la facultad que tiene todo ser humano de hacer o no hacer algo, de disponer o de exigir un beneficio o un bien. Los derechos son inherentes a las personas, es decir se adquieren por el simple hecho de existir, sin importar condiciones tales como edad, credo, raza, orientación sexual o identidad de género.

**¿Cuáles son los Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos?**

Los Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos son Derechos Humanos y su finalidad es garantizar que todas las personas puedan vivir libres de discriminación, riesgos, amenazas, coerciones y violencia en el campo de la sexualidad y la reproducción.

**Derechos sexuales**

- Fortalecer la autonomía y la autoestima en tu sexualidad
- Explorar y disfrutar de una vida sexual placentera
- Vivir una sexualidad libre y placentera
- Elegir tus parejas sexuales
- Vivir tu sexualidad sin ningún tipo de violencia
- Tener relaciones sexuales consensuadas
- Elegir dónde, cuándo y con quién iniciar tu vida sexual
- Decidir sobe tu unión con otras personas
- Vivir y expresar libremente tu orientación sexual e identidad de género
- Proteger y prevenir Infecciones de Trasmisión Sexual (ITS) o embarazos no deseados
- Recibir información y acceso a servicios de salud de calidad sobre sexualidad, sin ningún tipo de discriminación
- Una educación integral para la sexualidad a lo largo de la vida.

**Derechos reproductivos**

- Tomar decisiones sobre la reproducción sin discriminación o violencia
- Decidir si quieres o no tener hijos
- Decidir sobre el número de hijos que quieres tener y el espacio de tiempo entre un embarazo y otro
- Elegir el tipo de familia que quieres formar
- Ejercer maternidad con un trato equitativo en familia, espacios de educación y trabajo
- Acceder a métodos de anticoncepción incluida la anticoncepción de emergencia
- Acceso a los servicios integrales de salud y atención médica para garantizar la maternidad segura
- Acceso a los beneficios de los avances científicos en la salud sexual y reproductiva
- Acceso a información de calidad que permita tomar decisiones sobre prevención de embarazos no deseados; anticoncepción inmediata después de un parto o aborto e Interrupción Voluntaria del Embarazo (IVE)
- Acceso a servicios seguros para la Interrupción Voluntaria del Embarazo (IVE), acorde con la Sentencia C-055 de 2022


DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS
DERECHOS SEXUALES
Derecho a fortalecer la autonomía y la autoestima en el ejercicio de la sexualidad
Derecho a explorar y a disfrutar de una vida sexual placentera
Derecho a elegir las parejas sexuales
Derecho a vivir la sexualidad sin ningún tipo de violencia
Derecho a tener relaciones sexuales consensuadas
Derecho a decidir libre y autónomamente cuándo y con quién se inicia la vida sexual
Derecho a decidir sobre la unión con otras personas
Derecho a vivir y expresar libremente la orientación sexual e identidad de género
Derecho a la protección y prevención de infecciones de transmisión sexual o embarazos no deseados
Derecho a recibir información y acceso a servicios de salud de calidad sobre todas las dimensiones de la sexualidad, sin ningún tipo de discriminación
Derecho a una educación integral para la sexualidad a lo largo de la vida
DERECHOS REPRODUCTIVOS
Derecho a tomar decisiones sobre la reproducción sin sufrir discriminación, coerción, ni violencia
Derecho a decidir libremente si se desea o no tener hijas o hijos
Derecho a decidir sobre el número de hijas o hijos que se desean y el espacio de tiempo entre un embarazo y otro
Derecho a decidir sobre el tipo de familia que se quiere formar
Derecho a ejercer la maternidad con un trato equitativo en la familia, espacios de educación y trabajo
Derecho a acceder a métodos de anticoncepción modernos, incluida la anticoncepción de emergencia
Derecho al acceso a los servicios integrales de salud y atención médica para garantizar la maternidad segura
Derecho a acceder a los beneficios de los avances científicos en la salud sexual y reproductiva
Derecho a acceder a información de calidad que permita tomar decisiones sobre prevención de embarazos no deseados; anticoncepción inmediata después de un parto o aborto; e interrupción voluntaria del embarazo
Derecho a acceder a servicios para la Interrupción Voluntaria del Embarazo (IVE) de acuerdo a la ley (Sentencia C-055 de 2022)

**Consentimiento sexual:** ¿Cómo hablar sobre el consentimiento?, ¿Qué debo hacer si yo o una persona que conozco fue víctima de agresión sexual? Consentimiento significa estar activamente de acuerdo con realizar actividades de índole sexual con una persona. El consentimiento le indica a la otra persona que deseamos tener relaciones sexuales. La actividad sexual sin consentimiento es una violación o agresión sexual.

**¿Qué es el consentimiento?:** El consentimiento sexual es un acuerdo para participar en una actividad sexual. Antes de mantener relaciones sexuales con otra persona, debes saber si esta persona está de acuerdo. Es importante ser honesto con tu pareja sobre lo que deseas hacer y lo que no.

Consentir y pedir consentimiento consiste en establecer tus límites personales y respetar los de tu pareja; debes volver a preguntar si las cosas no están claras. Para que sea algo consensuado, ambas personas deben estar de acuerdo en tener relaciones sexuales, todas y cada una de las veces. Sin consentimiento, la actividad sexual (incluido el sexo oral, tocar los genitales y la penetración vaginal o anal) es agresión sexual o violación. Aquí se incluyen los conceptos básicos sobre el consentimiento. El consentimiento tiene las siguientes características:

- Se da libremente. Consentir es una opción que tomas sin presión, sin manipulación o sin la influencia de las drogas o el alcohol.
- Es entusiasta. Cuando se trata de sexo, debes hacer las cosas que DESEAS hacer, no lo que se espera que hagas.
- Es específico. Decir que sí a algo (como ir a besarse al dormitorio) no significa que aceptes hacer otras cosas (como tener relaciones sexuales).
- Se brinda estando informado. Solo puedes consentir algo si tienes toda la información al respecto. Por ejemplo, si alguien dice que usará un condón y luego no lo hace, no hubo consentimiento total.
- Es reversible. Todos pueden cambiar de parecer sobre lo que desean hacer, en cualquier momento. Incluso si ya lo hicieron antes y ambos están desnudos en la cama.

Tú tienes la última palabra sobre lo que pasa con tu cuerpo. No importa si ya lo hicieron o incluso si dijiste que sí antes y luego cambiaste de parecer. Tienes derecho a decir “basta” en cualquier momento, y tu pareja o cliente debe respetarlo.

**EL MODO CORRECTO DE USAR EL CONDÓN MASCULINO:** CONDÓN: QUÉ HACER Y QUÉ NO HACER

- USE condón siempre que tenga relaciones sexuales.
- COLÓQUESE el condón antes de tener relaciones sexuales.
- LEA las instrucciones del paquete y compruebe la fecha de vencimiento.
- CERCIÓRESE de que el condón no tenga defectos o roturas.
- GUARDE los condones en un lugar fresco y seco.
- USE condones de látex o poliuretano.
- UTILICE lubricantes a base de agua o silicona para evitar que se rompa.
- NO guarde los condones en su billetera ya que el calor y la fricción los pueden dañar.
- NO utilice nonoxinol-9 (un espermicida), ya que puede provocar irritación.
- NO utilice productos a base de aceites, como aceite para bebés, lociones, vaselina o aceite de cocina, ya que pueden romper el condón.
- NO utilice más de un condón a la vez.NO reutilice el condón.


USO CORRECTO DEL CONDÓN MASCULINO
Intervenciones Biomédicas
1
2
3
4
5
6
7
8
RECUERDE:
Nunca use dos condones al mismo tiempo. Usar un condón sobre el otro puede causar roturas. El condón debe estar puesto desde el inicio hasta el final de la actividad sexual.
Use uno cada vez que tenga relaciones sexuales.
4