PREVENCION Y CUIDADOS DE LA SEXUALIDAD

Mantenerse saludable sexualmente es clave para tu bienestar. Aquí tienes algunos consejos:

- Aprende sobre tu cuerpo y cómo funciona.
- Habla con un adulto de confianza o un profesional de la salud si tienes preguntas sobre la sexualidad.
- Infórmate sobre métodos anticonceptivos y cómo protegerte de embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual.
- Recuerda la importancia del consentimiento en todas las relaciones sexuales.

DERECHOS SEXUALES

Estos son algunos de los más importantes en relación con la educación sexual:

- Derecho a recibir educación sexual apropiada para tu edad y desarrollo
- Derecho a la información sobre tu cuerpo y cómo cuidarlo.
- Derecho a tomar decisiones saludables y seguras sobre tu vida sexual y reproductiva.
- Derecho a protegerte contra el abuso sexual y la explotación.

RECUERDA, ¡TUS DERECHOS SON IMPORTANTES Y MERECEN SER RESPETADOS!

DERECHOS SEXUALES LIBERTAD, EDUCACIÓN E INCLUSIÓN PARA TODOS.



COMUNICACIÓN Y APOYO

Hablar sobre la sexualidad y tus sentimientos es clave para mantenerte seguro y saludable.

Aquí tienes algunas sugerencias:

- Busca a un adulto de confianza con quien puedas hablar sobre cualquier pregunta o preocupación que tengas.
- No tengas miedo de pedir ayuda si la necesitas. Hay muchas personas dispuestas a apoyarte y brindarte información.

RECUERDA, ¡NO ESTÁS SOLO! SIEMPRE HAY ALGUIEN DISPUESTO A ESCUCHARTE Y AYUDARTE.

AUTOCONOCIMIENTO

Cuales con son las partes del cuerpo, cuál es su función, porque son importantes en nuestro cuerpo

Conocer tu cuerpo es el primer paso para ejercer tus derechos sexuales y reproductivos. Te permite identificar lo que te gusta, poner límites, cuidar tu salud y tomar decisiones libres e informadas sobre tu sexualidad.



ITS

Esta educación brinda herramientas para tomar decisiones informadas, prevenir embarazos no planeados, infecciones de transmisión sexual, fortalecer el respeto por su cuerpo y el de los demás, y promover relaciones basadas en el consentimiento, la igualdad y el cuidado. Además, fomenta el desarrollo de una sexualidad libre, sana y responsable.

PIC

Plan de Intervenciones Colectivas

Gobierno de ANSERMA

HOSPITAL SAN VICENTE DE PAUL