

Adelantar
tu sexualidad
puede retrasar
tus planes





La sexualidad es un aspecto de la vida de todos los seres humanos y está relacionada con la capacidad de sentir placer, nace con nosotros y se muere con nosotros e involucra aspectos físicos, sentimentales y emocionales. Esto quiere decir, que la sexualidad está relacionada con nuestra forma de ser, de pensar, de sentir, de actuar y de relacionarnos con otras personas y con nosotros mismos.

La salud sexual y reproductiva debe entenderse como el bienestar físico, mental y social que favorece que el adolescente comprenda y tenga un ejercicio de su sexualidad libre, satisfactorio, responsable y sano, con la adecuada prevención del embarazo adolescente no planificado.

Por lo tanto la salud sexual debe estar encaminada en:

- Llevar una vida sexual satisfactoria y sin riesgos.
- La posibilidad de ejercer el derecho a procrear o no.
- La libertad para decidir el número y espaciamiento de los hijos.
- El derecho a obtener información que posibilite la toma de decisiones libres e informadas sin sufrir discriminación, coerción o violencia.
- El acceso y la posibilidad de elección de métodos de regulación de la fecundidad seguros, eficaces y aceptables.
- La eliminación de la violencia doméstica y sexual que afecta la integridad y la salud.
- El derecho a recibir servicios adecuados de atención a la salud que permitan embarazos y partos sin riesgos.
- El acceso a servicios y programas de calidad para la promoción, detección, prevención y atención de todos los eventos relacionados con la sexualidad y la reproducción, independientemente del sexo, edad, etnia, clase u orientación sexual y teniendo en cuenta sus necesidades específicas de acuerdo con su ciclo vital.
- Las acciones de autocuidado centradas en la doble protección, referente a la prevención de infecciones de transmisión sexual y de embarazos no planificados.



- La demanda de métodos anticonceptivos adecuados a sus condiciones.
- El desarrollo de capacidades de negociación con su pareja sobre el método anticonceptivo y de protección que se elige en un momento dado.
- Que los adolescentes tomen decisiones asertivas sobre el inicio, frecuencia de sus relaciones sexuales, prácticas sexuales seguras y placenteras, y el tiempo para la concepción.
- Que asuman que la sexualidad y la reproducción y la forma en que éstas se viven están determinadas por condicionamientos culturales y sociales que es posible construir en el marco del proyecto de vida que cada quien elige para sí.
- Que se cuestionen los modelos sociales y culturales que posicionan el embarazo precoz como una forma de ganar estatus o reconocimiento social o afectivo.
- Que rechacen la violencia sexual y doméstica (física y psicológica) como modelo de relación afectiva o de resolución de conflictos.
- La promoción de actitudes y prácticas responsables y seguras respecto a su salud sexual y reproductiva.
- La disminución en la incidencia de embarazos no planeados, abortos inducidos e infecciones de transmisión sexual.