

Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos

CONOCER MI CUERPO ES SABER QUIÉN SOY



*Los Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos son aquellos que garantizan vivir la sexualidad y reproducción **sin sufrir discriminación, coacción ni violencia***

|| PROYECTO || Mujeres salvadoreñas avanzando hacia el cumplimiento de los Derechos Sexuales y Reproductivos y de una vida libre de violencia

mujeres
FUNDACIÓN



XUNTA
DE GALICIA

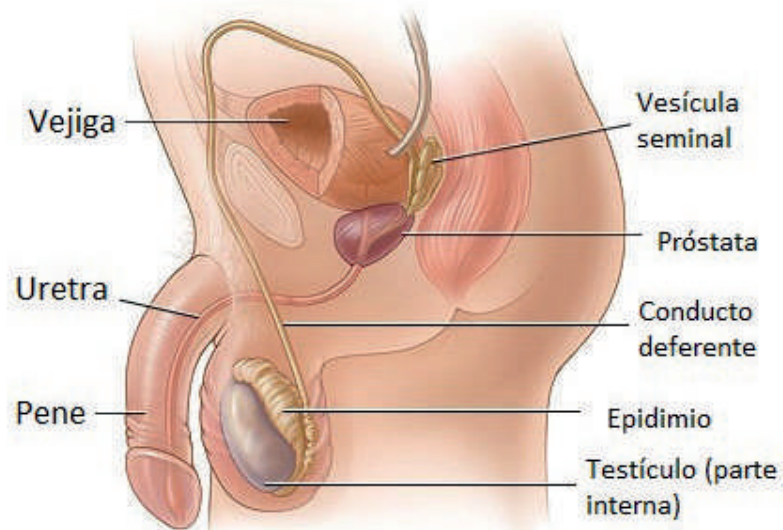
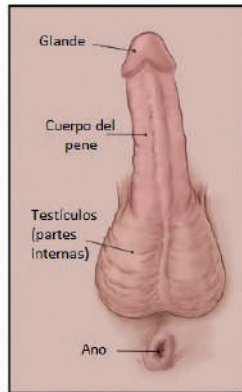

cooperación galega

¿Qué es **sexo**?

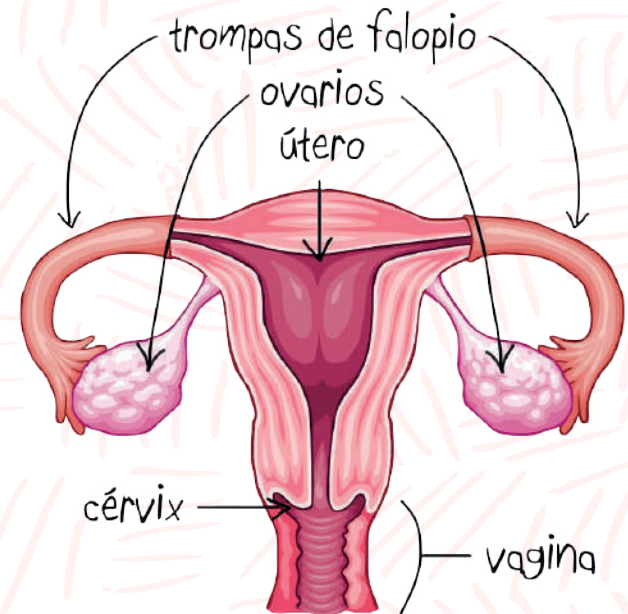
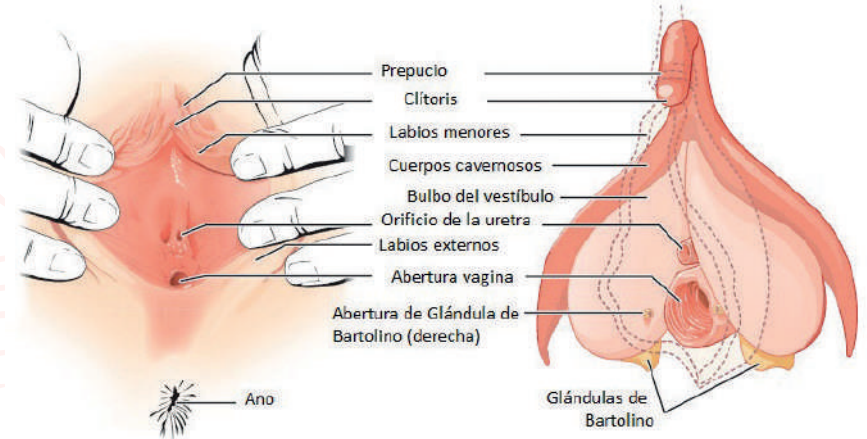
Las partes de nuestro cuerpo que nos identifican como **mujer, hombre o intersexual**

Estas zonas son los órganos sexuales:

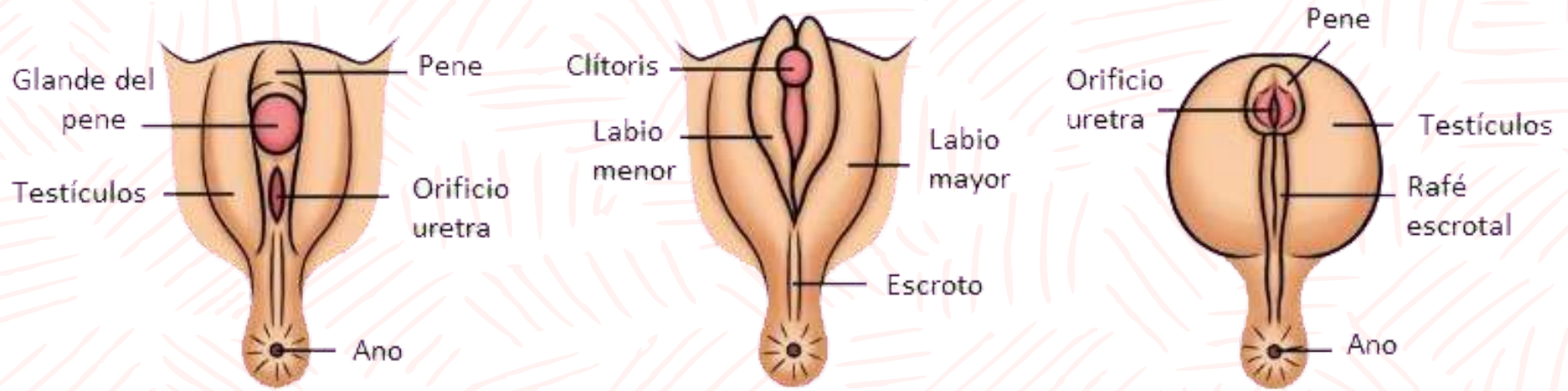
ÓRGANOS SEXUALES EXTERNOS E INTERNOS DEL **HOMBRE**



ÓRGANOS SEXUALES EXTERNOS E INTERNOS DE LA **MUJER**



ÓRGANOS SEXUALES EXTERNOS INTERSEXUALES (HERMAFRODITAS)



¿Qué es género?

Comportamientos y formas de ser (**roles y estereotipos**) asociados a las personas en función de su sexo: si naces mujer se espera que seas FEMENINA, si naces hombre, se espera que seas MASCULINO.

El género es algo cultural, se enseña, se aprende. Por lo que puede variar de una persona a otra y no ser sólo femenina o masculino.

¿Qué es el género fluido?

Son aquellas personas que no se identifican en lo masculino o femenino, sino en algo intermedio "un tercer género". Existe la posibilidad de que esto cambie, identificándose en algunos momentos con características más masculinas o femeninas.

TÚ DECIDES

CÓMO QUIERES SER! Y CÓMO EXPRESARTE!

DIVERSIDAD

en la orientación sexual

La orientación del deseo sexual es la manifestación de una atracción física y emocional de una persona hacia otra. Esta orientación es:

DIVERSA Y VARIADA

¿Con cuál te identificas?

HOMOSEXUALIDAD

Personas que se sienten atraídas física y emocionalmente por personas de su mismo sexo (lesbianas/gays).

LESBIANA

Mujer que se siente atraída física y emocionalmente por otras mujeres.

GAY

Hombre que se siente atraído física y emocionalmente por otros hombres.

BISEXUALIDAD

Personas que se sienten atraídas física y emocionalmente tanto por personas de su mismo sexo como por personas de un sexo contrario al propio.

HETEROSEXUALIDAD

Personas que se sienten atraídas física y emocionalmente por personas de un sexo distinto al propio.

ASEXUALIDAD

Personas que no sienten atracción sexual por otras personas.

PANSEXUALIDAD

Personas que se sienten atraídas física y emocionalmente por personas, independientemente de su género o sexo.

Foto: CHRIS JOHNSON-unsplash

ES UN DERECHO ELEGIR
TU ORIENTACIÓN SEXUAL ...

Y EXPRESARLA libremente !

MÉTODOS anticonceptivos

1 Preservativo o condón

Funda impermeable que se coloca en el pene en erección antes de la penetración. Gratuito en Unidades de salud.

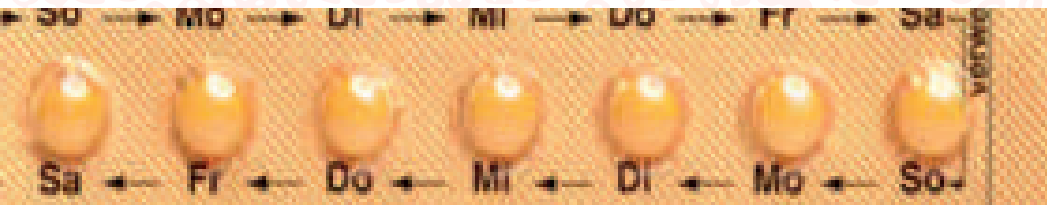
Protege de las ITS.

2 Píldora hormonal mensual

La mujer toma vía oral una píldora diaria durante 21 días. Los siguientes 7 días no se toma y aparece el sangrado.

Gratuito en Unidades de salud.

No protege de las ITS.



¿Dónde recibir asesoría en Planificación Familiar y obtener métodos anticonceptivos?

UNIDAD
DE SALUD



3 Inyección hormonal

Personal de salud aplica en la mujer una inyección intramuscular cada mes o cada tres meses en la mujer.

Gratuito en Unidades de salud.

No protege de las ITS.



4

Implante hormonal

Pequeña varilla de plástico que insertada por personal médico debajo de la piel de la mujer, normalmente en la zona del brazo.

Tiene una duración aproximada de 3-5 años.

No protege de las ITS.



5

Dispositivo Intrauterino Hormonal (DIU)

Pieza de plástico o cobre insertada por personal médico en el útero para inflamarlo e impedir que se depositen los espermatozoides.

Gratuito en Unidades de salud.

No protege de las ITS.



6

Anticonceptivo de emergencia o Pastilla del día después

Usarse dentro de las primeras 120 horas posteriores a una relación sexual sin protección para la prevención del embarazo, teniendo en cuenta que cuanto más pronto se tomen después de la relación sexual sin protección, más eficaces son.

Esta indicado posterior a una violación, relación sexual imprevista, como protección adicional en caso de uso incorrecto de otros métodos, ruptura o deslizamiento del condón.

No son efectivas una vez que ha ocurrido la fecundación, por lo que no tienen un efecto abortivo.

Su fuerte carga hormonal que puede provocar numerosos efectos secundarios.

Gratuitos en Unidades de Salud.

La pastilla del día después, no es un método de planificación. Sólo utilizar en caso de emergencia.

INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

Las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) son aquellas que **se contagian de una persona a otra durante el sexo**, anal, oral o vaginal. Son más comunes de lo pensamos y muchas personas que las tienen no presentan síntomas.

Algunas de las ITS más frecuentes son:

CLAMIDIAS. Se produce por una bacteria y se transmite a través de prácticas penetrativas y orales. Afecta a hombres y mujeres. Entre los síntomas se encuentran: secreción anormal, molestias al orinar, sangrado vaginal.

VIRUS DEL PAPILOMA HUMANO. Se manifiesta con más frecuencia en la mujer. Se detecta con citología y puede derivar en cáncer de cuello de útero. Mujeres y hombres pueden infectarse y transmitirlo en relaciones de riesgo.

GONORREA. Puede darse en hombres y mujeres. En mujeres puede pasar desapercibida, aunque puede llegar a ocasionar enfermedades pélvicas que pueden acabar produciendo infertilidad. Principales síntomas en el hombre: secreción, dolor, dificultad al orinar.

Foto: KARIM GHANTOUS-unsplash



Para prevenir las ITS...
¡Usa preservativo!

ITS INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL

SÍFILIS. La causa una bacteria y se transmite principalmente mediante prácticas con penetración y orales en las que existe contacto con piel infectada. Síntomas: úlceras, llagas. Puede extenderse a órganos como el cerebro o corazón.

HERPES GENITAL. Es una infección de la piel en los genitales externos. Aparece en la zona que haya entrado en contacto con la zona infectada. Síntomas: ampollas dolorosas.

Otras:

VIH-SIDA. El Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH) ataca al sistema inmunológico, destruyendo progresivamente algunas de las células que lo forman y que nos defienden de las enfermedades. Cuando hay manifestación de los síntomas se denomina SIDA. Sólo algunos fluidos corporales pueden transmitir la infección: semen y flujo vaginal, sangre, leche materna.



¡Realízate citologías de manera periódica!

La citología se debe tomar una vez al año en mujeres que ya iniciaron su vida sexual, es un examen rápido, sin dolor, lo realiza personal de salud.

MENSTRUACIÓN

Proceso que se da en las mujeres, resultado de la no fecundación del óvulo.

El ciclo menstrual, el cual comienza el día del sangrado, tiene las siguientes **fases**:

Fase 1: óvulo no fecundado produce desprendimiento de endometrio provocando el sangrado.



Fase 2: un óvulo madura y se prepara para salir de los ovarios.



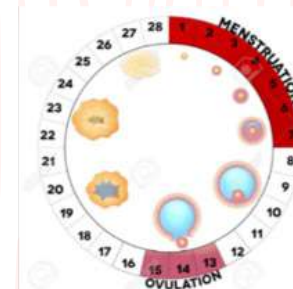
Fase 3: el óvulo sale de los ovarios y recorre las trompas.



Fase 4: óvulo no fecundado llega al útero.



El ciclo menstrual suele tener una duración de 28 días



PRODUCTOS DE higiene



Toallitas o compresas



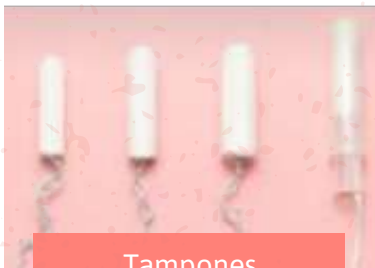
Toallitas de tela
o algodón



Copa menstrual



Esponja menstrual
absorbente



Tampones

MENOPAUSIA

Desaparición de la ovulación y por tanto de la menstruación. Normalmente tiene lugar entre los 40 y los 50 años: el ciclo menstrual comenzará a ser irregular hasta que finalmente se detenga. Varía de una persona a otra.

¿Qué puedes sentir con la menopausia?

- >> Sofocos o golpes de calor <<
- >> Debilidad en los huesos <<
- >> Cambios hormonales <<
- >> Cambios de estado ánimo bruscos <<
- >> Otros <<

**¡CONSULTA EN TU UNIDAD DE SALUD
PARA MÁS INFORMACIÓN!**

El aborto, es el proceso que se da en las mujeres, resultado de la no fecundación del óvulo.

... **Es la interrupción del embarazo.**
Puede ser espontáneo (inevitable) o inducido (resultado de una decisión).

Legislación de El Salvador sobre el aborto:
Antes de 1997 estaba despenalizado el:

:: Aborto **terapéutico** ::
(cuando la vida de la madre corre peligro)

:: Aborto **ético** ::
(cuando el embarazo es resultado de una violación)

:: Aborto **eugenésico** ::
(cuando el feto trae malformaciones)

:: A partir de 1998 el aborto es ilegal ::

ABORTO

¿Cuáles son las Cuatro Causales por las que se lucha?

A partir de la propuesta de Reforma del artículo 133 del Código Penal de El Salvador, se pretende **despenalizar el aborto** bajo las siguientes causales:

4 CAUSALES

- 1** Cuando el propósito es salvar la vida de la mujer gestante
- 2** Cuando el embarazo es producto de una violación sexual o trata de personas.
- 3** Cuando exista una malformación del feto que haga inviable la vida fuera del útero.
- 4** Cuando el embarazo es resultado de violación o estupro en el caso de una menor.

Cualquier aborto realizado en malas condiciones y por personal no experto supone riesgos. No se puede hablar de Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos sin opción a un aborto seguro.

Relaciones sexuales CON – Sentidas

VIRGINIDAD Ser virgen hace referencia a las personas que no han mantenido relaciones sexuales.

EL HIMEN es una fina membrana que rodea o cubre parcialmente la apertura vaginal externa. El himen, sea cual sea su forma, es flexible y elástico, tanto que **puede romperse o no en la primera relación sexual.**

Es decir, unas mujeres sangran en su primera relación sexual y otras no. También puede desgarrarse haciendo actividad física. Por lo que



Generalmente se asocia a la mujer y su himen: si está intacto es virgen. Sin embargo en el hombre no hay ningún signo físico de su virginidad. Pero la virginidad es mucho más que tener o no tener el himen intacto. Una mujer es mucho más que su virginidad, **ser o no ser virgen no determina tu valor como mujer**, tú siempre vales por ser persona, por ser mujer.

no tener himen no necesariamente significa que no eres virgen.

El valor y significado de la virginidad y el himen es algo cultural, y por tanto modificable.

¿Estoy preparada o preparado para tener sexo?

Es una decisión muy personal

¡TOMA TU PROPIA DECISIÓN INFORMADA!

TU PRIMERA VEZ

Las relaciones sexuales implican responsabilidades, si quieres evitar posibles embarazos y enfermedades de transmisión sexual.

¡Usa Preservativo! ¡Pónselo, pónselo!

Antes, durante y después... disfruta
Crear el momento de intimidad adecuado
¡No hay prisa!
Conoce tu cuerpo
Habla con tu pareja, dile cómo te sientes

La verdadera prueba de amor es respetar tu decisión

¡Que nadie te diga lo que tienes que hacer!

CONSENTIMIENTO =
COMUNICACIÓN + ACUERDO

Se da
libremente

Entre personas para mantener cualquier tipo de relación sexual:

Si hay presión, manipulación o influencia de drogas o alcohol
NO ES CONSENTIMIENTO

Es
específico

Besarse no implica que aceptes tener relaciones sexuales, eso
NO ES CONSENTIMIENTO

Se da estando
informada/o

Si te dicen que va a usar condón y aceptas a mantener una relación sexual y finalmente no lo usa
NO ES CONSENTIMIENTO

Es
reversible

Tienes derecho a decir "BASTA" "NO" "PARA" en cualquier momento. Si habías dicho que sí y luego te arrepientes tienes derecho a decir no y parar en cualquier momento

EL SILENCIO NO ES CONSENTIMIENTO

Cualquier actividad sexual sin consentimiento es una violación o agresión sexual

X RELACIONES SEXUALES X

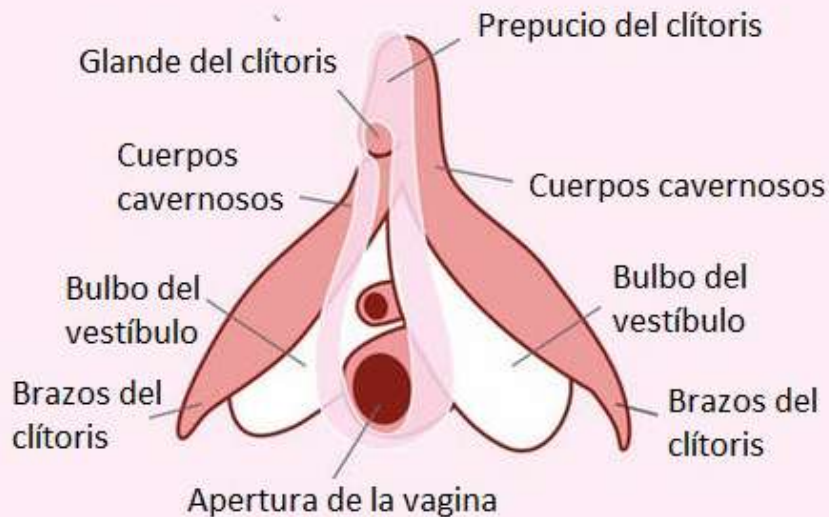
y placer

Una relación sexual placentera es aquella en la que se disfruta. Puedes compartir tu placer o dártelo a ti misma

¿Conoces tu clítoris?

Órgano situado en la parte más alta de la vulva. Su principal función es proporcionar placer en la mujer.

Tiene más de **8000 terminaciones nerviosas**, el doble más que el pene.



¿Cómo estimularlo?

Tócate, mírate, conócete



La masturbación es el ejercicio de darnos placer a nosotras mismas a través de cualquier tipo de estimulación, ya sea directa (estimulando nuestros genitales) o indirecta (a través de la estimulación de los sentidos del cuerpo y de las fantasías). Puede que tengamos la finalidad de tener un orgasmo o no...

¿Has sentido alguna vez un Orgasmo?

Un orgasmo es una respuesta del cuerpo que se produce "tras un incremento de la tensión genital durante la excitación erótica y sexual". La experiencia va a depender de tu comodidad, confianza, excitación...

¡ Es el cerebro quien desencadena el orgasmo !



DÓNDE ENCONTRARNOS

> Casa Nacional y Zona Central:

23 Calle Poniente, Calle y Avenida Las Victorias, No. 123, Urbanización Palomo (San Salvador). Teléfono: **2225211**

> Zona Occidental:

11° Calle Oriente, No. 18, entre 23 y 25, Avenida Sur, Barriada San Rafael (Santa Ana). Teléfono: **24478842**

> **Zona Paracentral:** Carretera Litoral, 220 metros antes del Puente de Oro. Cantón San Nicolás Lempa, Tecoluca (San Vicente)

> **Zona Norcentral:** Cuarta Calle Poniente, Barriada San Nicolás, Casa No. 5, Cojutepeque. Teléfono: **23722197**

CONTÁCTANOS



www.lasmelidas.org.sv



@LasMelidassv



@Las_Melidas



2225-2511



Línea Amiga
2226-0275

FUENTES CONSULTADAS

Instituto Canario de Igualdad. (2018). Colección de guías sobre Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos de las mujeres jóvenes N°1 y N°3. España: Gobierno de Canarias.

Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2018). Glosario de términos sobre diversidad afectivo sexual. España: Gobierno de España.

Villalta, S. (2014). Memoria "Diplomado en Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos de las mujeres". El Salvador: Las Mélicas.

Foto de portada: PAWEL-CZERWINSKI-unsplash