

“Mis derechos conozco y ejerzo: mi sexualidad aprendo”.



Una BUENA DECISIÓN sobre mis relaciones afectivas y sexuales es LIBRE + INFORMADA.

- **Libre porque:** yo escojo voluntariamente, y me siento a gusto con lo decidido.
- **Informada porque:** identifico varias alternativas y asumo sus implicaciones.

¡Sí es SÍ y no es NO!



LIBRE PORQUE:

- Aunque me importa la opinión del otro-a, yo decido pensando en mí y en mi bienestar.
- Nadie me obliga, ni me presiona (física, psicológica, económicamente)
- Nadie me pide nada a cambio.

INFORMADA PORQUE:

Decido mejor sobre mis relaciones afectivas y sexuales cuando:

- Me conozco y me amo.
- Cuido mis sentimientos y los del otro-a.
- Antes de decidir tener relaciones sexuales pienso: con quién, para qué, por qué, cuándo y cómo las quiero.

TENGO EN CUENTA SIEMPRE:

1. Mutuo consentimiento

Yo quiero, tú quieres, ambos queremos al **100%**.

2. Protección

Te cuido, me cuidas, nos cuidamos y nos protegemos de Infecciones de **Transmisión Sexual (ITS)** y de embarazos no planeados.

Antes de actuar, sentir y pensar...

- ¿Por amor, permito todo?
- ¿Por amor, le pertenezco a mi pareja?
- ¿Mi pareja me dice como vestirme?
- ¿Mi pareja me dice con quién puedo o no hablar?
- ¿Qué información sobre mi vida personal, íntima comparto?



Sin consentimiento todo comportamiento sexual es violencia y sin protección toda relación sexual puede resultar en una Infección de **Transmisión Sexual, ITS** y/o embarazos no planeados.

Recuerda: tu consentimiento y decisión puede cambiar en cualquier momento.

Tengo todo el derecho a decir que **NO**, como tengo derecho a decir que **¡SI!**

Mi cuerpo, mis sensaciones y mis pensamientos me ayudan a identificar cuando quiero, estoy listo-a; y cuándo no. Si me conozco, puedo reconocer estas señales fisiológicas y emocionales.

A decidir si se tienen o no relaciones sexuales:

Significa que las relaciones sexuales deben ser libres, autónomas y requieren de consentimiento previo.

Al goce, la satisfacción y la gratificación sexual:

Corresponde a sentir placer, a disfrutar de su sexualidad, a autosatisfacerse y experimentar con los sentidos. Implica que toda persona tiene el derecho a vivir su sexualidad sin vincularla a la reproducción.

Estos derechos entrañan el poder de decisión que tienen todas las personas a elegir la pareja afectiva y sexual, a decidir cómo, con quién y cuándo tener relaciones sexuales.

¡Nuestros derechos sexuales se sienten y se viven en el cuerpo!



“Mis derechos conozco y ejerzo: mi sexualidad aprendo”



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN

