

MANUAL PARA EL USO DEL LAMINÓGRAFO:

DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS



Decidir sobre mi cuerpo



*Accesar a
métodos anticonceptivos*


Mexfam[®]
Salud para tu familia

MANUAL PARA TRABAJAR EL LAMINÓGRAFO DE:

**DERECHOS SEXUALES
Y REPRODUCTIVOS**

EN COMUNIDADES RURALES Y URBANAS

Manual para trabajar el laminógrafo de Derechos Sexuales y Reproductivos
en comunidades rurales y urbanas

Ofelia Aguilar Hernández, Alejandra Durán Rodríguez, Angélica García
Olivares e Icela Zavala Suárez – 2ª ed. – México: Fundación Mexicana
para la Planeación Familiar, A. C., 2011.

100 p. : il. col.; 21.5 x 20 cm.

ISBN: 968-6373-18-7

1. DERECHOS - SEXUALIDAD

2. SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

***Manual para el uso del laminógrafo para trabajar el tema de : Derechos Sexuales y
Reproductivos en comunidades rurales y urbanas***

Producción ejecutiva: Ofelia Aguilar Hernández

Autoras: Ofelia Aguilar Hernández, Alejandra Durán Rodríguez, Angélica García Olivares.

Dirección de arte: Delné Arriaga Hidalgo

Diseño: Víctor D. Espinosa Vázquez, Víctor Hugo Sánchez Calderón

Ilustración: Beatriz Herrera

D.R. Fundación Mexicana para la Planeación Familiar, A. C.

Segunda Edición 2011

ISBN: 968-6373-18-7

Impreso en México

Agradecemos a: Afluentes S.C. el contenido técnico y la asistencia técnica proporcionada
para esta segunda edición.

La Fundación Macarthur, La Fundación Ford y a la Oficina Regional de la IPPF WRHO
por su apoyo financiero para la impresión de este material educativo.

MANUAL PARA TRABAJAR EL LAMINÓGRAFO DE:

DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

EN COMUNIDADES RURALES Y URBANAS

AFLUENTES



 **Mexfam**[®]

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	11
GUÍA TÉCNICA PARA TRABAJAR EL TEMA DE DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS	15
I. LA SEXUALIDAD Y EL EJERCICIO DE LOS DERECHOS	15
II. ¿QUÉ ES LA SALUD SEXUAL?	17
III. ¿QUÉ ES LA SALUD REPRODUCTIVA?	18
IV. ¿QUÉ SON LOS DERECHOS HUMANOS?	20
V. ¿CÓMO SURGEN LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS?	22
VI. ¿QUÉ SON LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS?	26
VII. ¿QUÉ TRATADOS RECONOCEN Y DEFIENDEN LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS?	29
VIII. ¿PORQUÉ LAS PERSONAS NO EJERCEN SUS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS?	34
IX. DERECHOS SEXUALES	40

GUÍA DIDÁCTICA PARA TRABAJAR EL TEMA DE DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS	65
¿QUÉ PAPEL JUEGA UN FACILITADOR/A?	66
¿QUÉ ES UNA ESTRATEGIA DE EDUCACIÓN PARTICIPATIVA?	68
¿CÓMO UTILIZAR EL LAMINÓGRAFO DE DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS EN LA ESTRATEGIA DE EDUCACIÓN PARTICIPATIVA?	78
TÉCNICAS PARA EL PRIMER MOMENTO: LA PRESENTACIÓN	81
TÉCNICAS PARA EL SEGUNDO MOMENTO: MIS DERECHOS	85
TÉCNICA PARA EL TERCER MOMENTO: DESPEDIDA	92
BIBLIOGRAFÍA	94
GLOSARIO	96




PRESENTACIÓN

A lo largo del trabajo que ha desarrollado la Fundación Mexicana para la Planeación Familiar A.C., Mexfam, en comunidades rurales y urbanas, es evidente que la promoción y defensa de los derechos sexuales y reproductivos es fundamental no sólo para prevenir los riesgos y disminuir los daños a la salud sexual y reproductiva, sino para que los hombres y las mujeres se empoderen y puedan ejercer su sexualidad en un marco de derechos.

Los embarazos no planeados, los abortos en condiciones de inseguridad, las infecciones de transmisión sexual incluyendo el VIH, así como el abuso sexual y la violación son situaciones prevenibles que ponen en riesgo la salud y vida de todas las personas, pero en especial de quienes viven en situación de marginación económica y social.

El tema de los derechos sexuales y los derechos reproductivos es relativamente nuevo, y está ligado a los avances alcanzados en la lucha por el reconocimiento de los derechos humanos, específicamente, de los derechos de las mujeres y de las y los adolescentes y jóvenes.

Al respecto, en los últimos años se ha generado una cantidad considerable de documentos que incluyen: investigaciones, trabajos teóricos desde distintas disciplinas, estudios técnicos, folletos y manuales, entre otros. Esta



variedad de materiales constituye un recurso para entender la importancia de los derechos sexuales y reproductivos en la vida de las personas.

Con base en el contenido del libro “Marco Internacional y Nacional de los Derechos Sexuales de Adolescentes” publicado en 2006 por Afluentes S.C. y la Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal¹, Mexfam desarrolló el presente manual, al cual también contribuyó Afluentes como aval técnico. El manual pretende contribuir a visibilizar el tema de estos derechos en la vida cotidiana de las personas. En sus páginas se presentan textos, ilustraciones y ejercicios encaminados a que las personas reconozcan, en el acontecer diario, aquellos momentos en los que ejercen sus derechos, o bien, aquellas situaciones en las que éstos son violados o no reconocidos.

Hoy en día es reconocido que el trabajo en equipo es la base fundamental para responder de manera más inmediata y certera a las necesidades que se presenta en la vida diaria.

Las necesidades de este país exigen que todas las instituciones públicas y privadas trabajen de manera coordinada y eficiente, para atender los grandes rezagos que tenemos en materia de: ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos, acceso de servicios de salud sexual y reproductiva y acceso a una educación integral de la sexualidad.

El presente material educativo no hubiese sido posible sin la alianza estratégica que se estableció

¹ Mesa A., Suárez C., Brenes V., Rodríguez G., Mayén B. y Santos E., *Marco Internacional y Nacional de los Derechos Sexuales y Reproductivos de Adolescentes*, Afluentes S.C. | Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal, México, 2006.



entre dos organizaciones de la sociedad civil comprometidas con el ejercicio pleno de los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres y hombres que viven en condiciones de marginalidad.

Conscientes de lo que puede implicar en términos del ejercicio pleno de los derechos sexuales y reproductivos, ambas instituciones hemos puesto nuestro mayor esfuerzo, para que este material educativo que tienen en sus manos contribuya de manera concreta en el mejoramiento de las condiciones de vida de las personas que viven en este país, pero en especial de los sectores más desprotegidos.

La construcción de este material educativo recoge la extraordinaria experiencia de Afluentes en la elaboración de materiales técnicos y propuestas metodológicas de capacitación y la experiencia de más de 40 años de Mexfam en el trabajo comunitario que han contribuido a marcar una diferencia en términos de salud y educación principalmente en las mujeres que viven en condiciones de vulnerabilidad social.

Esta propuesta educativa probada en la operación por más de tres años, ha facilitado que mujeres y hombres que viven en condiciones de vulnerabilidad social, conozcan la importancia del ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos en su vida cotidiana y pero sobre todo reconozca que su ejercicio esta protegidos por las leyes mexicanas.

Agradecemos infinitamente la confianza que depositó Afluentes a nuestra institución, al facilitar los contenidos y la revisión técnica realizada a esta segunda edición, sin la cual difícilmente se hubiera alcanzado la calidad técnica y operativa plasmada en esta propuesta educativa.

Elia Maricela Durá Cobo
Directora General.

PRÓLOGO

En México la cultura de los derechos humanos es muy incipiente, podríamos decir que la gente desconoce cuáles son sus derechos y a dónde recurrir para saber más sobre ellos. Apenas hace diez años el tema se incorporó a la educación básica, sin embargo se observa que ni los docentes ni las nuevas generaciones han podido asimilar la trascendencia de esas nuevas nociones.

Desconocer los derechos humanos es expresión de la debilidad de una democracia porque una ciudadanía activa y partícipe de las decisiones del Estado, tendría que conocer con claridad sus derechos e identificar las situaciones en que se violenten.

En campo de los derechos sexuales y reproductivos es menos conocido, en principio porque se apoya en la cultura del derecho y además, porque se refiere a una dimensión de la persona en la cual ha prevalecido el silencio, la negación y la controversia. De hecho, los derechos sexuales y reproductivos no están totalmente posicionados como derechos humanos, aunque han sido reconocidos en importantes conferencias internacionales no existe ningún tratado ni convención que les mencione. Esto no significa que no haya un marco para su protección, toda vez que la mayoría de los derechos sexuales y reproductivos se refieren directa o indirectamente a derechos bien

establecidos, desde los instrumentos que conforman la carta internacional de Derechos Humanos, hasta las convenciones más específicas, como son las de la niñez, de las de las mujeres y de la juventud.

El presente manual es una importante aportación a la cultura del derecho, al impulso de las libertades y al ejercicio de la justicia para la población en México. Ofrece una guía conceptual sobre las bases de los derechos humanos, así como sobre los marcos internacionales y nacionales en que se apoya la exigibilidad de los diversos derechos sexuales y reproductivos. Su principal virtud es haber logrado traducir en términos claros y atractivos conceptos cuya abstracción y densidad han dificultado la enseñanza y apropiación de estos conocimientos. El apartado conceptual da respuesta a preguntas clave sobre la salud sexual y reproductiva, al origen de los derechos, los tratados y marcos legales que les reconocen, hasta los recursos de apelación en caso de ser violentados.

El segundo apartado no tiene menos utilidad. Se trata de una guía didáctica para trabajar el tema de derechos sexuales y reproductivos con hombres y mujeres. Un instrumento que va a facilitar el trabajo al personal que trabaja en centros de salud, a profesores de las escuelas de nivel básico y medio superior, así como a activistas, facilitadores y líderes de organizaciones sociales. Contempla una introducción metodológica sobre el enfoque participativo en la educación, y un conjunto de estrategias y técnicas para que el facilitador o educador de grupos pueda dirigir toda una actividad didáctica. Se incluye además un material didáctico como herramienta para la conducción de talleres participativos: una serie de 20 laminas que son ilustraciones amigables y divertidas para que las audiencias comprendan mejor el significado y la trascendencia del respeto o de la violación de cada uno de los derechos sexuales y reproductivos.

Con este manual, Mexfam sigue contribuyendo a la promoción integral de una cultura de la salud sexual y reproductiva entre una población que no ha sido especialmente enfocada con toda dedicación desde otras instituciones.

Gabriela Rodríguez R.
Directora de Afluentes S. C.
Noviembre de 2010.

INTRODUCCIÓN

Cuando se habla de derechos y salud sexual y reproductiva se piensa que son temas únicamente concierne a las mujeres y que se refiere a servicios de salud; sin embargo, incluye **muchos otros aspectos de la vida de las mujeres y hombres.**

La salud y los derechos sexuales y reproductivos tienen que ver con un abanico importante de derechos, los cuales encontramos en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos y en diversos acuerdos internacionales que México ha ratificado y firmado.

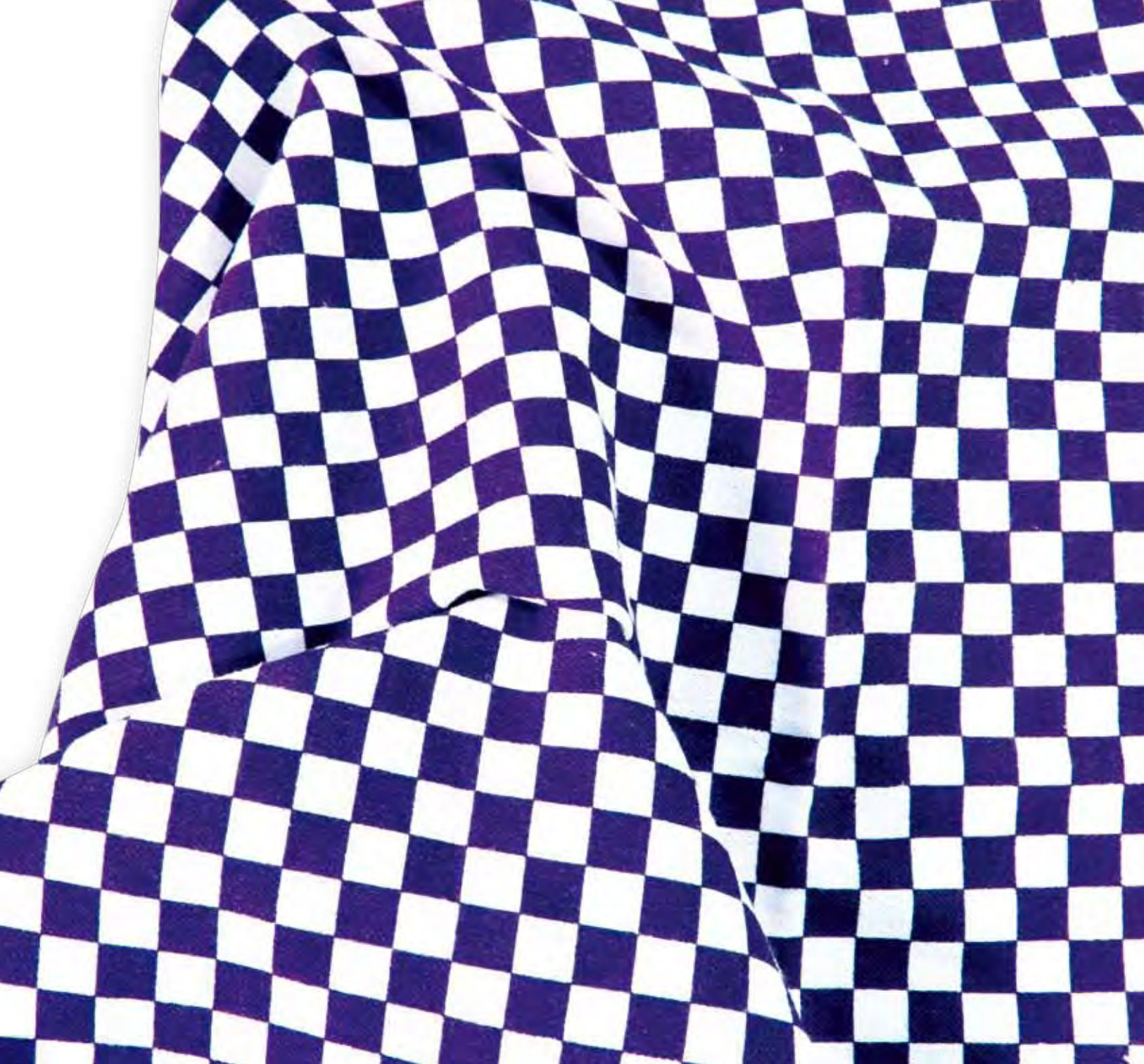
El objetivo de los derechos sexuales y reproductivos es asegurar:

1. Que los países, en este caso México, brinden lo necesario para que todas las personas, puedan **ejercer su sexualidad de manera libre, sana, informada, sin violencia y sin discriminación.**
2. Que las personas, **puedan cuidar de manera óptima su salud reproductiva**, es decir, que de manera libre e informada puedan ejercer su sexualidad y decidir cuándo, cuántos y con quién quieren tener o no tener hijos.

Sabemos que no es suficiente que las personas conozcan y reconozcan la importancia de los derechos sexuales y reproductivos, y que el verdadero reto es el ejercicio y la defensa de éstos. De ahí que en esta guía se incluye información sobre las instancias a las cuales las personas pueden acudir para exigirlos o defenderlos. Como un complemento para facilitar la comunicación, este documento se acompaña de un laminógrafo que ilustra cada uno de los derechos sexuales y reproductivos, así como escenas que ayudan a identificar cuando éstos son vulnerados. Mexfam ha desarrollado este material con el propósito de crear una herramienta útil para promover mejores condiciones para el cuidado de la salud sexual y reproductiva de hombres y mujeres, como parte del proceso de ciudadanía de los derechos sexuales y reproductivos.

En este manual se plasman conceptos básicos que serán de gran utilidad para entender la relación entre **el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos y el cuidado de la salud sexual y reproductiva** como elemento fundamental para el bienestar de las personas. Se han incluido algunos ejercicios que pueden ser de utilidad para facilitar el proceso educativo de este tema, independientemente del lugar en donde vivan (comunidades rurales o urbanas). Este manual está dirigido a los profesionales del área de la salud y de educación, en especial a quienes trabajan en favor de la salud sexual y la salud reproductiva en comunidades marginadas. Los contenidos han sido diseñados para responder a los retos que se presentan en el trabajo en grupos y además se ofrece una guía metodológica para educadores o facilitadores, con estrategias didácticas y medios para ayudar a cubrir las necesidades de información entre las personas en esas comunidades.







GUÍA TÉCNICA PARA TRABAJAR EL TEMA DE DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

I. LA SEXUALIDAD Y EL EJERCICIO DE LOS DERECHOS

La sexualidad es parte integral de todas las personas (sí, de todas, aun de las que se niegan a hablar sobre el tema); abarca lo que somos, lo que pensamos, sentimos y **hacemos con el cuerpo**, y se manifiesta desde el nacimiento hasta la muerte



LA SEXUALIDAD ...

Es un saber que conforma la manera en que pensamos y entendemos el cuerpo, las formas cambiantes en que los individuos dan sentido y valor a su conducta y sus deberes, a sus placeres, a sus sentimientos y a sus sueños. (Michel Foucault, Historia de la Sexualidad 2, Siglo XXI, 1993).



LA SEXUALIDAD ...

... tiene que ver con el sexo, los papeles de género, la vida erótica, el placer, la reproducción y la orientación sexual. Se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas y relaciones interpersonales

La sexualidad está influida por factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales. (Organización Mundial de la Salud, 2006)

El desarrollo pleno de la sexualidad depende de la **satisfacción de necesidades humanas básicas: el deseo de contacto, la intimidad, la expresión de emociones tales como afecto, placer, amor, experimentación, celos, abandono, etcétera**, ya que esto se refleja en todos los aspectos de nuestra vida y de las personas con las que convivimos.

Muchas veces, a causa de la educación que recibimos y la influencia de creencias y costumbres, pensamos que **la sexualidad** sólo tiene que ver con los órganos sexuales y con la

reproducción; sin embargo **incluye** otras cuestiones relacionadas con el cuerpo: **la manera de sentir, la forma en que pensamos que deben comportarse las mujeres y los hombres, y, sobre todo, el ideal que construimos cuando decidimos compartir experiencias corporales con amigos o amigas, en el noviazgo, en la vida en pareja o dentro del matrimonio.**

La sexualidad es una dimensión inseparable de la vida cotidiana de mujeres y hombres, es parte de los derechos porque es una necesidad humana indispensable.



UN DERECHO HUMANO ES...

...un poder para vivir con dignidad que debe ser protegido por la ley y garantizado por el Estado, al cual deben tener acceso todos los ciudadanos o las ciudadanas por igual.

El ejercicio de los derechos sexuales y de los derechos reproductivos se enmarca dentro de las obligaciones del Estado para garantizar que las personas puedan vivir y disfrutar su sexualidad plenamente y a que tengan una mejor calidad de vida.



¿QUÉ ES LA SALUD?

La salud no es únicamente la ausencia de enfermedades. La salud es el estado completo de bienestar físico, mental y social. (Definición de la Organización Mundial de la Salud.)

II. ¿QUÉ ES LA SALUD SEXUAL?

La salud sexual **permite que todas las personas puedan vivir su sexualidad sin temores ni riesgos, como pueden ser las infecciones de transmisión sexual (ITS), incluido el VIH/sida, o los embarazos no planeados.** También nos posibilita el disfrutar de ella sin ser presionados o amenazados, sin violencia ni discriminación, y bajo la premisa de que tener relaciones sexuales no significa que el único objetivo sea el de procrear hijos, sino principalmente, el de experimentar placer.

Cuando ejercemos nuestros derechos sexuales y reproductivos con responsabilidad, cuidamos nuestra salud sexual y desarrollamos valores y habilidades como la comunicación efectiva, la responsabilidad y la igualdad entre



LA SALUD SEXUAL...

...forma parte de la salud del ser humano y se refiere a un estado de bienestar que permite tener una vida sexual placentera y segura. La salud sexual es importante porque nos permite disminuir problemas tales como embarazos no planeados e infecciones de transmisión sexual. (Aguilar Gil y Mayén Hernández, 1995)

los géneros. La salud sexual nos permite vivir sin temores y sin sentir vergüenza o culpa por falsas creencias con respecto a ella.

La salud sexual **es fundamental para el desarrollo social y psicológico de todas las personas**, ya que contribuye al bienestar de la sociedad en su conjunto.

III. ¿QUÉ ES LA SALUD REPRODUCTIVA?

La salud reproductiva **se refiere a todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo, sus órganos, funciones y procesos**. Implica la capacidad de disfrutar de una vida sexual sana y con las condiciones

de salud necesarias para el ejercicio de la maternidad o paternidad o en sus caso sin riesgos de tener un embarazo no planeado y contraer una infección de transmisión sexual (ITS incluyendo el virus de inmunodeficiencia humana, (mejor conocido como el VIH), o ser víctima de la violencia.

Para lograr una buena salud reproductiva, las personas deben contar con información confiable, basada en fuentes científicas, y al mismo tiempo acceso a servicios de salud accesibles para evitar riesgos de infecciones y decidir cuándo quieren o no tener hijos/os y cuántos. (Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo, 1994.)



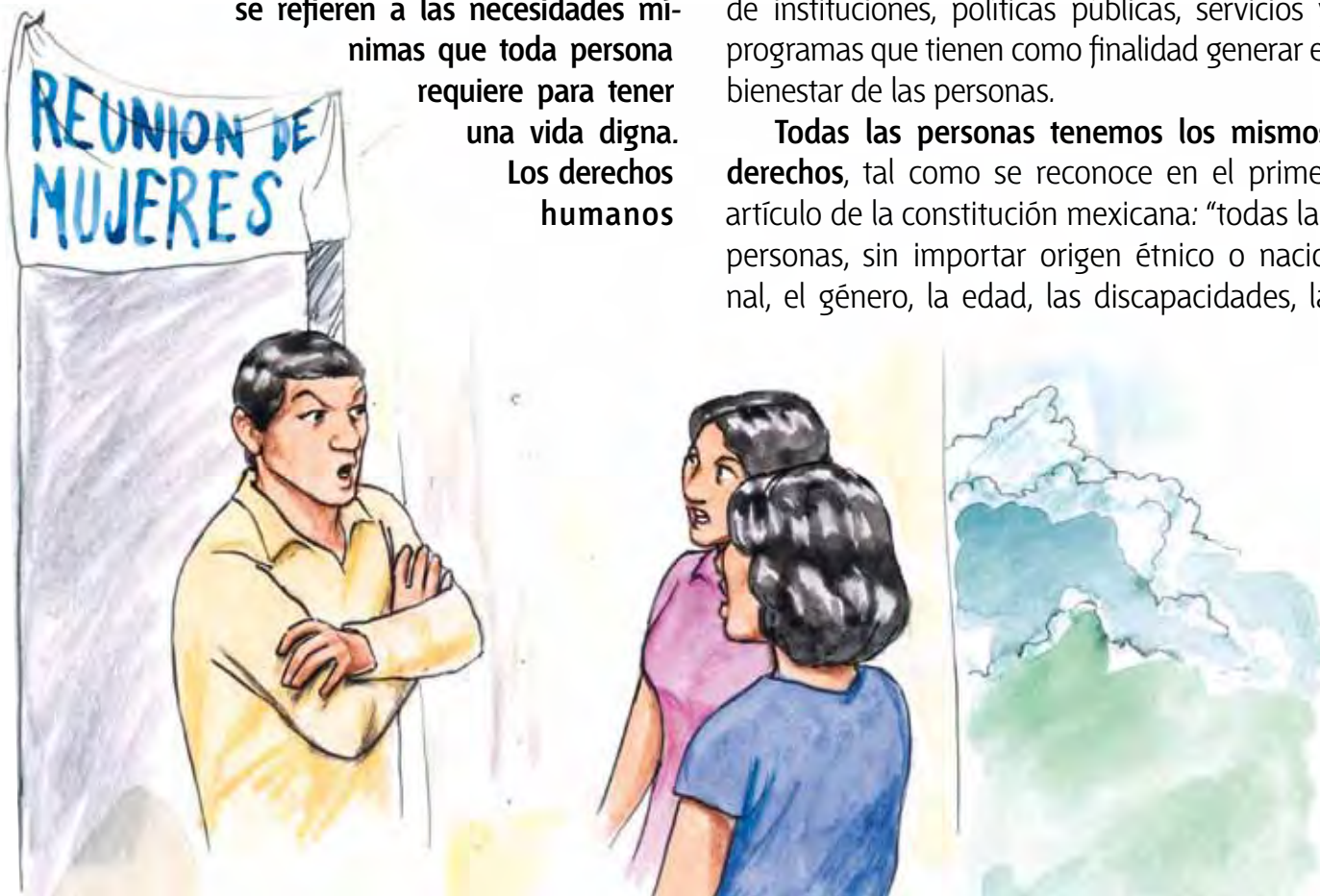
IV. ¿QUÉ SON LOS DERECHOS HUMANOS?

Los derechos humanos son prerrogativas o requerimientos para una vida digna que todos y todas tenemos por el simple hecho de ser personas. Estos derechos están escritos dentro de diversos instrumentos internacionales y en la Constitución.

¿Por qué es importante conocerlos? **Porque se refieren a las necesidades mínimas que toda persona requiere para tener una vida digna. Los derechos humanos**

permiten expresarnos con libertad, vivir plenamente y relacionarnos de manera solidaria, además nos señalan las obligaciones y responsabilidades que hay que cumplir para respetar a los demás, así como para poder exigir o denunciar al Estado en aquellos casos en que se violan. El Estado es responsable de proveer todo lo necesario para gozar de todos y cada uno de los derechos humanos, a través de la creación de instituciones, políticas públicas, servicios y programas que tienen como finalidad generar el bienestar de las personas.

Todas las personas tenemos los mismos derechos, tal como se reconoce en el primer artículo de la constitución mexicana: "todas las personas, sin importar origen étnico o nacional, el género, la edad, las discapacidades, la



condición social, las condiciones de salud, la religión, las opiniones, las orientaciones sexuales, el estado civil o cualquier otra que atente contra la dignidad humana". Además de la obligación constitucional, nuestro país se ha comprometido ante la Organización de las Naciones Unidas a cumplir, defender y promover los derechos humanos, incluyendo los sexuales y reproductivos, por lo cual todos los y las mexicanas podemos recurrir a instancias específicas si algunos de nuestros derechos son violados.

La Comisión Nacional de Derechos Humanos fue creada para promover, proteger y divulgar estos derechos. Dicho organismo recibe quejas de personas cuyos derechos han sido violados por instituciones ligadas al gobierno (como escuelas y centros de salud) o por particulares con la complicidad de autoridades gubernamentales. Existen además Comisiones de Derechos Humanos en cada uno de los estados del país, que es a donde hay que recurrir como primera instancia, después se puede recurrir al órgano nacional, y cuando se agoten todos los recursos de un país, se puede recurrir a instancias internacionales.





LOS DERECHOS HUMANOS SON...

Indivisibles. No se otorgan por separado y, por lo tanto, se debe garantizar que todas las personas tengan acceso a todos los derechos humanos, incluyendo los sexuales y reproductivos.

Universales. Los derechos se establecen para todas las personas sin excepción, no importando si naciste en el país donde vives.

Específicos. Se crearon pensando en incluir las necesidades específicas de distintos grupos de la sociedad, por ejemplo: los derechos de las mujeres, de los pueblos indígenas, de las personas con discapacidad, de los niños y las niñas, diversidad sexual, etc.

Obligatorios. Significa que los Estados, al comprometerse en las convenciones con todos los países del mundo, se obligan a garantizarlos, defenderlos y respetarlos, y a cambiar la constitución, crear leyes secundarias así como instancias específicas para su defensa. De no hacerlo, hay comités internacionales que pueden sancionar o hacer un llamado para que el Estado asuma su responsabilidad.

Los derechos humanos sirven para garantizar que todas las personas podamos tener una vida digna y desarrollarnos en la actividad o profesión en la que nos ocupemos, garantizándonos el acceso a la salud, la alimentación, la vivienda, la educación y a una vida libre de violencia. Todos estos derechos se encuentran protegidos en nuestra Constitución.

V. ¿CÓMO SURGEN LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS?

La mayoría de los derechos sexuales y reproductivos tienen su origen en instrumentos de la Organización de las Naciones Unidas y en las constituciones de los Estados, en éstas últimas se reconocen los derechos fundamentales, tales como el derecho a la igualdad, a la libertad de expresión y de culto, a la integridad corporal, a la salud, a la educación, al trabajo. En las últimas décadas se logró una mayor precisión de los derechos sexuales y reproductivos, al abordarse en algunas Conferencias de las Naciones Unidas relacionadas con los programas de población, la salud reproductiva y la lucha contra el VIH/sida, así como en reuniones internacio-

nales realizadas para la reivindicación de grupos en situación de vulnerabilidad o discriminación: la niñez, las mujeres, los y las adolescentes, jóvenes, mujeres indígenas y población con orientación lésbica, gay, bisexual, transexual, transgénero, travesti y estados intersexuales (LGBTTTI).

DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

Tengo derecho a ejercer mi sexualidad, por ser un derecho humano. Todas las personas somos iguales ante la ley.

IDEAS CLAVES

La sexualidad es un derecho humano por ser una necesidad inalienable a toda persona. La sexualidad se manifiesta desde que una persona nace hasta que muere; todos y todas necesitamos satisfacer nuestros deseos sexuales. Éstos son parte de nuestra identidad cultural, social y sexual.

Los derechos humanos son producto del diálogo entre las naciones, de acuerdos por consenso que se han formalizando después de las guerras mundiales.

Los derechos sexuales y reproductivos han sido construidos en las últimas décadas del siglo XX y son parte de los derechos humanos.

ARTÍCULOS Y LEYES

Declaración Universal de los Derechos Humanos

Artículo 1

“Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros”.

Los procesos para el reconocimiento de los derechos humanos no tienen un camino lineal, algunos comienzan por reconocerse en el derecho interno, mientras que otros, por el contrario, tienen que ser denunciados en el ámbito internacional para cobrar atención en el ámbito nacional, o para ser impulsados desde los organismos multilaterales. De ahí que no todos los derechos están protegidos en las constituciones y leyes locales, aunque en teoría todo Estado que firma un tratado o convención internacional, está obligado a cambiar su ley interna y a garantizar el derecho reconocido.

Las y los adolescentes (de 0 a 18 años) tienen en la Convención de los Derechos de la Niñez uno de los principales marcos de defensa de sus derechos, ya que México no ha firmado la Convención Iberoamericana de los Derechos de la Juventud, lo cual contradice el principio de universalidad y les hace más vulnerables, tienen necesidades específicas. La Convención para la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW, por sus siglas en inglés) es otro instrumento que reconoce los derechos sexuales y reproductivos, no solamente de las mujeres, sino que incluye los de las niñas, adolescentes y jóvenes. Toda vez

que estas dos convenciones son vinculantes, es decir, tienen carácter de obligatoriedad legal para los Estados que las firman, son fundamentales en la defensa de los derechos sexuales y reproductivos de las mujeres y los hombres.

Con mayor precisión sobre la sexualidad pero con carácter de obligación moral hay que reconocer la importancia de la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo (CIPD) de 1994 que se realizó en El Cairo, Egipto. El plan de acción de dicha conferencia introduce por primera vez el concepto de salud reproductiva y el compromiso de la educación sexual integral en la escuela, en los centros de salud y en los medios de comunicación. El término de “derechos sexuales” se menciona por primera vez en la Cuarta Conferencia Mundial de la Mujer, realizada en Beijing en 1995, además está la Declaración de Compromisos en la lucha contra el VIH/sida del 2001 con amplios compromisos para generalizar la educación sexual.

Los derechos sexuales son parte de los derechos humanos, son reconocidos por la mayoría de los países –y nadie te los puede quitar–, los gobiernos se comprometieron a respetarlos y defenderlos al firmar esos tratados con organismos internacionales, como la Organización de las Naciones Unidas.

Por ejemplo, en el caso de nuestro país, todas y todos tenemos derecho a decidir cuándo tener relaciones sexuales y en qué momento procrear. Las instituciones de salud pública tienen la obligación de darnos información completa y acceso a métodos anticonceptivos

indicados según la edad, el estado de salud física y las condiciones sociales y culturales. Los derechos reconocen que el ejercicio de la sexualidad no es únicamente para procrear hijos, sino también para disfrutar cualquier tipo de relaciones sexuales de manera segura y responsable.

CENTRO
DE
SALUD



VI. ¿QUÉ SON LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS?

Al igual que los derechos humanos, los derechos sexuales y reproductivos establecen que **toda persona debe ejercer su sexualidad con libertad, sin coerción ni violencia ni condicionamientos, para poder desarrollarse en todos los demás ámbitos de su vida**

Actualmente se reconoce que **la sexualidad es parte integral de la persona**, y por eso es tan importante saber que tenemos derechos que respaldan su cuidado y libre ejercicio, de la misma manera que tenemos derecho a la educación y a la alimentación.



Para asegurar que todas las personas **tengan acceso a condiciones como información, servicios de salud y leyes adecuadas para vivir su sexualidad plenamente, los derechos sexuales y reproductivos son reconocidos por los Estados y organismos internacionales**. Pero lo más importante es que mujeres y hombres de todas las edades conozcan que existen estas herramientas y que es de vital importancia saber cuáles son, cómo nos atañen y cómo nos protegen para que podamos ejercer nuestros derechos en la vida diaria. Por ejemplo, varios estados de la República ya han aprobado la *Ley General de Acceso de las Mujeres a una Vida Libre de Violencia*, la cual responde a uno de los derechos fundamentales de todas las personas: vivir sin ningún tipo de violencia.



Aunque los derechos sexuales y reproductivos guardan una estrecha relación entre sí, vale la pena analizarlos por separado para tener una mejor comprensión de ellos y de su importancia.

Los derechos reproductivos son parte de los derechos humanos y abarcan fundamentalmente el derecho a tomar decisiones de

manera individual y autónoma sobre la reproducción, el espaciamiento entre embarazos, los cuidados durante el embarazo y el uso de métodos anticonceptivos. **En nuestro país, los derechos reproductivos están incluidos en múltiples leyes y reglamentos que se derivan del artículo 4º de la Constitución Política Mexicana, en el que**



se reconoce el derecho de “toda persona a decidir de manera libre, responsable e informada sobre el número y espaciamiento de sus hijos”.

Los derechos sexuales, al igual que los reproductivos, son derechos humanos fundamentales y otorgan a las personas el derecho de tener el control sobre su sexualidad, incluida su salud

sexual y reproductiva, y a decidir libre y responsablemente sobre todos los aspectos relacionados con este derecho, como vivir de acuerdo a su orientación sexual, a la no discriminación, a recibir educación sexual y a vivir libres de violencia. (Red por los Derechos Sexuales y Reproductivos en México, 2008.)



VII. ¿QUÉ TRATADOS RECONOCEN Y DEFIENDEN LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS?

Tal como se mencionó en párrafos anteriores, los países y organismos internacionales han reconocido los derechos sexuales y reproductivos, existen leyes nacionales e internacionales que los respaldan; por lo tanto, si una persona o institución no los acata o los violenta –por ejemplo, al negar servicios debido a la orientación sexual, edad, estado civil, por ser una

persona que vive con el VIH u otro tipo de infección que padezca–, se puede acudir a las instancias que defienden los derechos humanos para quejarse, exigir el cumplimiento de la ley y solicitar la defensoría.

México ha firmado y ratificado la mayor parte de los tratados internacionales existentes en materia de derechos humanos, los cuales son el marco para defender los derechos sexuales y reproductivos de mujeres y hombres de todas las edades, grupos étnicos, orientaciones sexuales y condiciones sociales.



LOS TRATADOS Y LEYES QUE PROTEGEN TUS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS...

México ha firmado y ratificado tratados internacionales en los que se compromete a defender y promover el ejercicio de los derechos de todas las personas, incluyendo las niñas, niños, adolescentes y jóvenes. Estos acuerdos se firman a partir de conferencias internacionales en donde el conjunto de los países reconocen la importancia de estos derechos para el adecuado desarrollo de las personas.

Si bien todas las personas deberíamos disfrutar de todos los derechos reconocidos en el derecho internacional, los derechos humanos son insuficientes para dar una verdadera respuesta a la diversidad, especificidad y complejidad de las problemáticas de mujeres, niños, adolescentes, jóvenes, indígenas, etc. Para construir una sociedad realmente igualitaria, sería muy importante la creación de nuevos instrumentos que abordaran situaciones que afectan de manera particular a estos grupos de población, tanto en las esferas públicas como privadas, y que garantizaran eficazmente la eliminación de iniquidades históricas e injusticias estructurales.

De esta manera, y para dar un ejemplo, los instrumentos de derechos humanos de las mujeres rompen con el sistema de jerarquías, de subordinación y de discriminación entre los géneros, comprometiendo a los Estados y haciendo extensivo a la sociedad en general el respeto de las normas, costumbres y prácticas que garanticen una real igualdad entre mujeres y hombres.

Lo anterior, sin olvidar que los tratados, convenciones o pactos existentes son vinculantes u obligatorios y son aplicables para la defensa de todos los

grupos de población que cuentan con legislación específica. La combinación de ambas (normativa general con normativa específica) permite garantizar el pleno reconocimiento de la dignidad de todas las personas.

Algunos de estos instrumentos son:

- a) **Pactos y convenciones generales:** Dentro del sistema universal se encuentra la Declaración Universal de los Derechos Humanos, el Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos y el Pacto Internacional de los Derechos Económicos, Sociales y Culturales, estos tres instrumentos son conocidos como la Carta Internacional de los Derechos Humanos y son el marco para todos.
- b) **Pactos y convenciones específicos:** Dentro del sistema universal, está la Convención de los Derechos de la Niñez, la Convención para la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW, por sus siglas en inglés) y dentro del sistema interamericano, la Convención Americana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer, conocida como “Belém do Pará

Las declaraciones internacionales –que si bien, a diferencia de los tratados, no son jurídicamente vinculantes; es decir obligatorios de cumplir – tienen una fuerza moral innegable, y ofrecen a los Estados una orientación práctica sobre el sentido y el contenido que deben incluir sus políticas públicas, leyes y



decisiones judiciales. **Estas declaraciones son producto de Conferencias que han dado las bases de protección y defensa de los derechos sexuales y reproductivos, entre las principales están:**

IV Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo (El Cairo, 1994): El plan de acción de esta conferencia realizada en Egipto, reconoció la necesidad **de asegurar a las mujeres el control de su propia fecundidad, la calidad de servicios de salud reproductiva y la educación sexual de adolescentes.** Llamó a los Estados a adoptar medidas apropiadas para asegurar, en condiciones de igualdad entre hombres y mujeres, el acceso universal a los servicios de atención de la salud, incluidos los relacionados con la salud reproductiva, que comprenden la planificación de la familia y la salud sexual. Destacó que el aborto es un problema de salud pública que amerita servicios y políticas encaminadas a disminuir sus riesgos **y a asegurar servicios seguros de acuerdo a las legislaciones nacionales, así como garantizar la atención posterior a las interrupciones** para brindar las medidas necesarias para que las mujeres puedan prevenir embarazos no planeados. (Organización de las Naciones Unidas, ONU, 1995.)

V Conferencia Mundial de la Mujer (Beijing, 1995): Se realizó en China, y en ella se acordaron líneas de acción para erradicar la pobreza, eliminar la discriminación contra las mujeres y adoptar medidas para que un número importante de ellas ocupen puestos estratégicos. Se reconoció también que los derechos humanos de

las mujeres incluyen el derecho a tener control sobre su sexualidad y su reproducción, además se llamó a revisar las leyes que prevén castigos para aquéllas que han recurrido al aborto. Planteó también la importancia de reforzar la legislación que protege los derechos de las mujeres. (Isis, 2009.)

La Declaración de Compromisos en la lucha contra el VIH/sida fue firmada en el año 2001 con el principal compromiso de velar por que los seres humanos de todas partes, sepan qué hacer para evitar la infección, además de reconocer la importancia de proporcionar tratamiento a todos los infectados, impulsar la investigación para generar una vacuna y atender a los huérfanos por sida.

Declaración Ministerial de la Ciudad de México “Prevenir con Educación” (2008): Es un documento elaborado **para la región de América Latina donde se busca ampliar la educación sexual integral en las escuelas del nivel básico** y se afirma el derecho al disfrute del más alto nivel posible de salud, a la no discriminación y al bienestar de las generaciones actuales y futuras.

Además del marco internacional, **en nuestro país existen leyes y normas elaboradas para garantizar que todas las personas tengan acceso a los derechos sexuales y reproductivos, entre las principales:**

***La Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos:* en ella se reconocen los derechos humanos**

fundamentales y las garantías individuales, tales como la igualdad, las libertades y la solidaridad que están en la base de los derechos sexuales y reproductivos. También reconoce que la planificación familiar es parte del derecho de toda persona a decidir de manera libre, responsable e informada sobre el número y el espaciamiento de sus hijos.

Ley General de Salud: Entre muchas otras cosas, en ésta se regula el derecho a la información y a servicios de consejería sobre metodología anticonceptiva e infecciones de transmisión sexual, además de establecer que los resultados de las investigaciones, sirvan para mejorar los servicios de salud es decir garantizar el uso de nuevas tecnologías.

Ley General de Población: Indica que los servicios de planificación familiar deberán integrarse y coordinarse con los servicios de salud reproductiva con enfoque de género.

Norma Oficial Mexicana de los Servicios de Planificación Familiar: Establece la obligatoriedad de que los servicios de salud en México orienten a las mujeres sobre el uso de diversos métodos anticonceptivos, entre ellos las pastillas de anticoncepción de emergencia (PAE) y el condón femenino, y afirma que la consejería debería incluir un proceso de comunicación y análisis para que la elección de la usuaria o el usuario sobre su vida sexual y reproductiva sea voluntaria, consciente e informada.

VIII. ¿PORQUÉ LAS PERSONAS NO EJERCEN SUS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS?

El ejercicio de los derechos está avalado por leyes, pero desafortunadamente muchas personas en las comunidades marginadas rurales y no lo saben. Hay muchas razones por las que no se ejercen estos derechos. Una de ellas, y tal vez la más grave, es que quienes deberían promoverlos y hacerlos respetar no los conocen, como podría ser el caso de los y



las profesionales del área de la salud y educación; sin embargo, es importante mencionar que el que un servidor público desconozca las leyes no significa que puede violar los derechos de las personas sin recibir sanción.

También es común que aunque se conozca que estos derechos existen, no se sabe que están avalados por el Estado y por tratados internacionales, y que, por lo tanto, hay instituciones nacionales e internacionales que vigilan su cumplimiento, sancionan a quienes impiden el ejercicio de los mismos y apoya a los ciudadanos para poder acceder a ellos.



En principio se debe agotar la utilización de los recursos que establecen las leyes e instituciones internas de un país, y cuando éstos no responden, entonces se puede recurrir a órganos internacionales de protección de derechos humanos. Se puede presentar una denuncia ante la Comisión o ante la Corte Interamericanas de Derechos Humanos. La Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH) es un órgano autónomo de la Organización de los Estados Americanos creado para promover la observancia y la defensa de los Derechos Humanos. La Corte Interamericana de Derechos Humanos es una institución judicial autónoma cuyo objetivo es la aplicación e interpretación de la Convención Americana sobre los Derechos Humanos.

Hay factores económicos, políticos y culturales que impiden que las personas conozcan y/o ejerzan sus derechos. Entre éstos se encuentran las diferencias sociales que se establecen entre hombres y mujeres, entre adultos, adolescentes y jóvenes, entre la población indígena y la población mestiza, o bien entre personas con orientaciones sexuales distintas a la



¿A DÓNDE PUEDO ACUDIR POR INFORMACIÓN Y/ ORIENTACIÓN JURÍDICA EN MATERIA DE DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS?

INSTITUCIÓN	CONTACTOS
Comisión Nacional de los Derechos Humanos	Lada sin costo 01800 715 2000 http://www.cndh.org.mx/
Comisión Nacional de Arbitraje Médico	Lada sin costo 01800-711-0658
Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación	(0155) 52 62-14 90 http://www.conapred.org.mx/
<p>EN ESTE CUADRO, SE DEJA UN ESPACIO EN BLANCO PARA COLOCAR EL NÚMERO TELEFÓNICO Y DIRECCIÓN DE LA COMISIÓN O PROCURADURÍA DE DERECHOS HUMANOS DE TU ESTADO</p>	
Consejos Estatales de Derechos Humanos	

heterosexual. **Aunque la igualdad es el primero de los derechos humanos**, en nuestra sociedad todavía existe la idea de que las personas no son iguales y que quienes pertenecen a cierta clase, sexo, grupo de edad y orientación sexual, tienen privilegios diferentes al resto de la población.

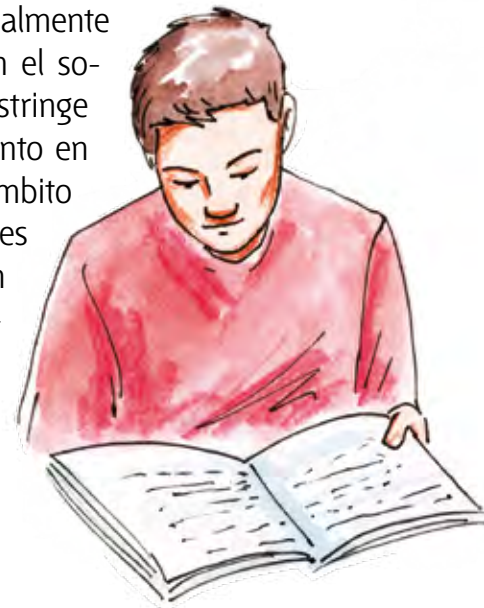
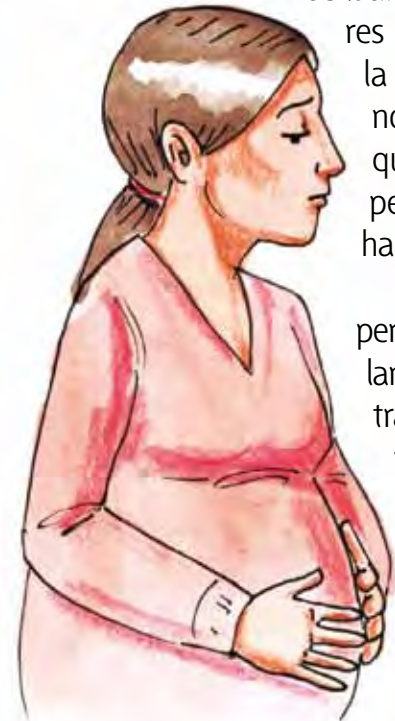
Es importante reconocer que todas las personas son distintas, pero que estas diferencias no justifican que las mujeres, los pueblos indígenas, las personas de la diversidad sexual, las niñas, niños, adolescentes y jóvenes tengan menos oportunidades de ejercer sus derechos que otros. Como promotores de la salud

sexual y reproductiva y educadores de la sexualidad, tenemos la oportunidad de dar a conocer las instituciones a las que pueden acudir todas las personas, sin distinción, para hacer valer sus derechos.

Actualmente ya muy pocas personas que piensan que solamente el hombre debe salir a trabajar y proveer a la familia lo necesario para satisfacer sus necesidades, y que la mujer debe quedarse en casa a

cargo de las labores domésticas y el cuidado de los hijos. Además las estadísticas del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) en México indican que casi la mitad de los hogares están encabezados por mujeres y que más de una tercera parte de las mujeres también generan ingresos económicos para el hogar, sin embargo, ellas no tienen todavía igualdad de salarios ni las mismas oportunidades de estudiar que los hombres.

Como en muchos otros países, la sociedad mexicana está organizada de manera jerárquica de acuerdo al nivel de ingresos, además y por razones históricas se asigna a los hombres un mayor poder que a las mujeres, este hecho propicia desigualdades para los dos sexos: a ellas principalmente porque se les forma en el sometimiento y se les restringe el poder de decisión tanto en la casa como en el ámbito público, y a ellos, quienes sin duda gozan de un mayor margen de decisión y oportunidades, pero viven una presión social para cubrir el rol de proveedores y



dirigentes, y también se les inhibe la posibilidad de compartir mayor tiempo con sus hijos e hijas y de expresar con mayor libertad sus emociones. Los requisitos sociales del género han propiciado la carencia de derechos y el riesgo de caer en posiciones de debilidad: el lugar de adolescentes y jóvenes frente a los adultos, el de ancianos y personas adultas mayores frente al resto, las mujeres frente a los hombres, los pueblos y comunidades indígenas frente a otros grupos étnicos, así como las personas con prácticas u orientaciones no heterosexuales, sean lesbianas, gay (u homosexuales), bisexuales, transvestis, transgénero, transsexuales y personas intersexuales. (LGBTTTI).

Cuando las normas de género se consideran estereotipadas o estrictas, es decir, cuando se impone una única manera de comportarse a mujeres y hombres, se abre uno de los principales riesgos de violación de los derechos humanos: violencia doméstica, abuso sexual y la violación, discriminación y el acceso restringido a los medios para cuidar la salud sexual y reproductiva de todos y todas.

Algunos de los casos frecuentes de violación de los derechos humanos de las mujeres, es cuando no se les permite decidir sobre el

número de hijas/os que desean tener, el espaciamiento entre los embarazos y el uso de métodos anticonceptivos; así como cuando se acepta la violencia como una manera normal de establecer relaciones de pareja. Cuando alguien condiciona o prohíbe recibir información o acudir al centro de salud, se está violando los derechos sexuales y reproductivos. Estas situaciones podrían poner en riesgo la vida, por adquirir o no tratarse a tiempo alguna infección de transmisión sexual, o al tener alguna complicación en el embarazo o parto, las cuales podrían llegar a ocasionar la muerte.



En el caso de los hombres, todavía hay quienes fomentan la idea de que un hombre “verdadero” tiene muchas parejas sexuales y que el condón sólo se usa con cierto “tipo” de mujeres o con las trabajadoras sexuales. Existe también entre ellos la idea de que para que los consideren muy machos o valientes debe haber violencia, por lo que justifican la participación en pleitos, rencillas y venganzas, o el beber mucho y hacer cosas irresponsables que ponen en riesgo su propia vida. **En muchas ocasiones se restringe el**

ejercicio de la paternidad cuando se les impide demostrar amor o ternura hacia los hijos, o actividades como cambiar un pañal o darle de comer a un pequeño. Estas situaciones arraigadas condicionan una mayor carga de trabajo doméstico a las mujeres, pero además violan los derechos humanos de los hombres, pues les llevan a ser víctimas de la violencia de otros hombres y a incurrir en conductas que pueden poner en riesgo su salud, la de sus hijos/as o la de su pareja.

Todas las actividades que hombres y mujeres desarrollan contribuyen al bienestar y a la economía de la sociedad, aunque se trate de trabajos por los que no se reciba un salario como el doméstico.

De conformidad con las leyes de nuestro país y en el ámbito internacional, todas las personas tenemos los mismos derechos y, por tanto, nada debe impedir su ejercicio y que las personas vivan su sexualidad de acuerdo a sus propias convicciones. Cuando se vive en pareja, es necesario acordar las



mejores condiciones para cuidar la salud de ambos y el bienestar de los hijos en caso de tenerlos.

Esto es sólo una pequeña radiografía de las herramientas con las que contamos para defender y promover los derechos sexuales y reproductivos. Pero debemos estar conscientes de que todas y todos tenemos una tarea pendiente al respecto: **apropiarnos de los derechos**.

De nada vale que contemos con una amplia gama de derechos y con legislación nueva y progresista, si como ciudadanas y ciudadanos **no los conocemos** y no sabemos hacerlos valer. De igual manera, debemos estar al pendiente y exigir a las instancias públicas de velar por los derechos humanos de todas y todos.

Mientras continuemos colaborando de manera estrecha, avanzaremos en propuestas más concretas y así, las y los abogados, las y los académicos y las y los servidores públicos perfeccionarán los instrumentos legales ya existentes, progresando en una mayor protección de las personas en situación de discriminación. Si no lo hacemos, seguirán muriendo o sufriendo las mujeres golpeadas por sus parejas o esposos; continuará la mayor tasa de analfabetismo en las

mujeres que en los hombres; las mujeres seguirán percibiendo salarios más bajos que sus pares hombres por iguales funciones; la educación seguirá siendo un factor de exclusión o calidad dudosa para hombres y mujeres, y sobre todo, no podrán decidir sobre sus cuerpos y alguien más lo hará en su lugar.

Mientras siga pasando todo esto, **el trabajo nos invita a informarnos, capacitarnos y a crear estrategias para su difusión y promoción**.



IX. DERECHOS SEXUALES

DERECHO A LA LIBERTAD DE CONCIENCIA Y RELIGIÓN

Este derecho reconoce nuestro derecho a elegir de manera libre las creencias de nuestra preferencia, ya que ninguna religión, filosofía o manera de pensar puede ser impuesta a los demás, ni siquiera por la pareja u otros miembros de la familia.

Todas las personas, sin excepción, tienen la libertad para actuar de acuerdo a sus pensamientos, creencias y valores. Esto significa que mujeres y hombres tienen derecho a decidir de manera libre la forma en la que viven y disfrutan su sexualidad, y a respetar la de los demás. Por ejemplo, si en un centro de salud un médico se niega a brindar la anticoncepción de emergencia a su paciente porque dicho método no está autorizado por la iglesia católica, ella pueden argumentar:



“La ley me protege y yo tengo derecho a vivir de acuerdo a mis creencias y valores.”

DERECHO A LA LIBERTAD DE CREENCIAS

Tengo derecho a elegir mi religión y creencias; así como a cambiarlas o adaptarlas a mis convicciones personales.
Tengo derecho a decidir de manera libre y a que se respeten mis decisiones. Soy responsable de mis actos.

IDEAS CLAVES

Las personas tienen la libertad de conciencia para actuar de acuerdo a su pensamiento y creencias, sin importar su religión.

La libertad de conciencia es un ejercicio de responsabilidad.

La libertad de conciencia es un

Derecho Humano protegido por la Organización de las Naciones Unidas (ONU), las leyes del país y el art. 24 de la Constitución Política Mexicana.

La libertad de conciencia implica decidir acerca de cuándo y con quién tener relaciones sexuales, la orientación

sexual que se desee y el uso de anticonceptivos.

Las escuelas, los centros de salud y en la familia deberán propiciar las condiciones para que hombres y mujeres se sientan respetados en sus creencias, acciones y decisiones.

ARTÍCULOS Y LEYES

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos

Artículo 24

“Todo hombre es libre de para profesar la creencia religiosa que más le agrade y para practicar las ceremonias, devociones o actos de culto respectivo, siempre que no constituyan un delito o falta penados por la ley. El Congreso no puede dictar leyes que establezcan o prohíban religión alguna”.

Declaración Universal de los Derechos Humanos.

Artículo 18

“Toda persona tiene derecho a la libertad de pensamiento, de conciencia y de religión; este derecho incluye la libertad de cambiar de religión o de creencia, así como la libertad de manifestar su religión o su creencia, individual y colectivamente, tanto en público como en privado, por la enseñanza, la práctica, el culto y la observancia”.

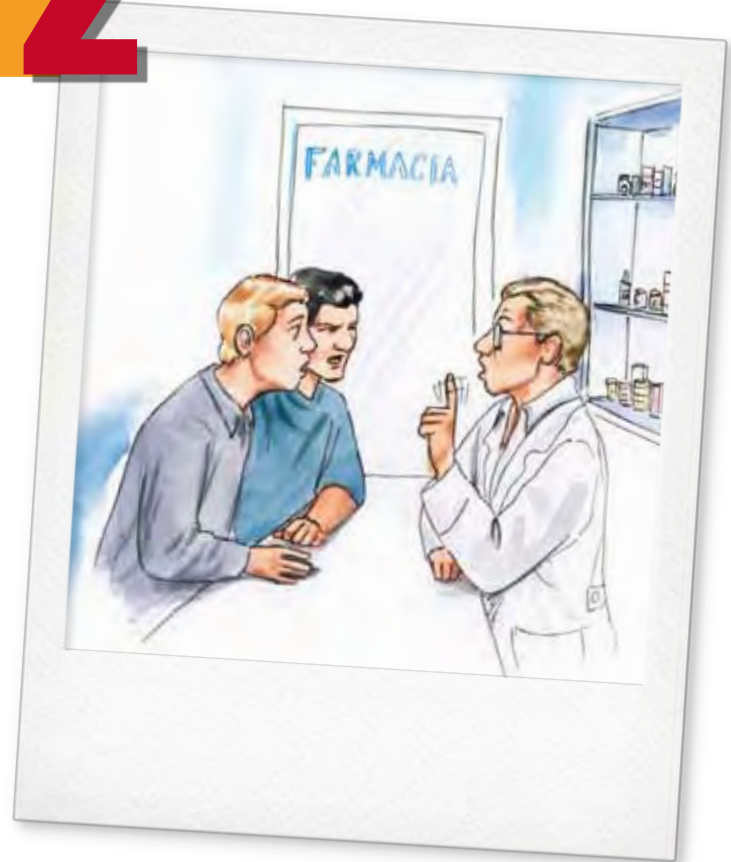
DERECHO A LA IGUALDAD Y A LA NO DISCRIMINACIÓN SEXUAL

2

La igualdad entre hombres y mujeres **es un derecho reconocido en el primer artículo de nuestra constitución, el cual reconoce que las personas**, en todos los ámbitos, sean tratadas de igual manera y sin discriminación. En este derecho se incluye **el respeto a cualquier persona independientemente de su raza, edad, sexo, estado civil, orientación sexual y a toda forma de expresión de afecto**. Todas las personas tienen derecho a recibir un trato digno e igualitario, sin importar la edad, sexo, orientación sexual, religión, forma de vestir, apariencia física o cualquier otra característica.

Los adultos en la familia, la escuela y los servicios de salud, deben promover un trato digno, así como la igualdad de oportunidades para hombres y mujeres.

Hombres y mujeres tienen los mismos derechos ante la ley, y deben tener las mismas oportunidades y espacios para acceder a los servicios de salud y educación que faciliten el ejercicio de una vida sexual plena.



Cuando se niega un empleo a una mujer por pensar que las mujeres no están capacitadas para desempeñar ciertas funciones, porque se pueden embarazar o porque faltan

“Todas las personas somos iguales ante la ley”

mucho al trabajo si tienen hijos se está discriminando por sexo; cuando se niega a un adolescente los servicios de anticoncepción, se le está violentando el derecho a la igualdad al discriminarlo por ser menor de edad.

DERECHO A LA IGUALDAD Y A LA NO DISCRIMINACIÓN

Tengo derecho a que no me discriminen, merezco un trato digno y equitativo, sin importar mi edad, sexo, orientación sexual, religión o cualquier otra razón.

Todas las personas somos iguales ante la ley.

IDEAS CLAVES

Las personas tienen la misma dignidad y los mismos derechos por naturaleza. Ninguno debe ser excluido de derecho alguno.

El principio de igualdad sustenta los derechos humanos, sin el cual sería imposible pensar en los derechos de las personas.

La igualdad implica reconocer la dignidad humana en las personas; más allá de las diferencias sexuales, étnicas, etáreas,

religiosas, geográficas, ideológicas y políticas.

Las personas deberán tener las mismas oportunidades para acceder a los servicios de salud y educación en nuestro país.

Los adultos en la familia, la escuela, el centro de salud deberán promover un trato digno e igualdad de oportunidades para hombres y mujeres sin importar su edad

ARTÍCULOS Y LEYES

Constitución de Política de los Estados Unidos Mexicanos.

Artículo 1

“Queda prohibida toda discriminación motivada por origen étnico o nacional, el género, la edad, las capacidades diferentes, la condición social, las condiciones de salud, la religión, las opiniones, las preferencias, el estado civil o cualquier otra que atente contra la dignidad humana y tenga por objeto anular o menoscabar los derechos y libertades de las personas” (Modificación 2001)

Declaración Universal de los Derechos Humanos.

Artículo 2

“Toda persona tiene todos los derechos y libertades proclamados en esta Declaración, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición”.

DERECHO A VIVIR SIN VIOLENCIA SEXUAL

3

Todas las personas tienen derecho a vivir sin violencia y a que se **respete su integridad física y emocional, así como su seguridad personal**. Nadie tiene derecho de imponer sus deseos, ni a abusar, acosar, hostigar o explotar sexualmente a otro, y menos a ejercer explotación de cualquier tipo.

Toda violencia física o psicológica, y en especial cualquier violencia contra el cuerpo, es lo que llamamos violencia sexual. Representa una agresión a lo más íntimo de la persona y de ahí su gravedad, y por lo mismo constituye un delito.

Violencia sexual es obligar a una persona a tener relaciones sexuales; presionar o chantajear para hacerlo; forzar a alguien a prácticas con las que no está de acuerdo aunque estén casados (en México, en el 2005 se aprobó la ley en donde se sanciona la violación sexual dentro del matrimonio), o bien, agredir y humillar a las personas con orientación sexual distinta a la heterosexual.

Nunca se justifica el uso de violencia, ya sea sexual, física, económica o emocional, puesto

que no es una manera válida para resolver conflictos y diferencias. La violencia afecta la vida de quien la sufre y se refleja en el deterioro de su salud y de los que le rodean, menoscabando su calidad de vida en general.

Hay instancias especializadas a las que se puede acudir a denunciar este tipo de violencia, así como otras a las que se puede recurrir para solicitar apoyo legal y psicológico. **Los Institutos de las Mujeres existen en todos los Estados y ofrecen este tipo de servicios. Además hay centros de apoyo para mujeres que sufren violencia familiar y procuradurías especializadas en casos de violencia sexual y violaciones.**

Nadie tiene derecho a violentar a otra persona, y mucho menos a forzarla a prácticas sexuales en contra de su voluntad, ya sea a través del uso de la fuerza, de la amenaza o del chantaje.

A pesar de que existen leyes que protegen a las personas en contra de este tipo de violencia, hay ocasiones en que no es fácil identificarla, cuando se piensa erróneamente que algunas expresiones violentas son necesarias, o



se considera que la violencia es un medio ético puede corregir o educar a los hijos.

Hace falta que en los centros de salud haya equipos especializados y personal capacitado para identificar signos de maltrato, de manera que se pueda identificar los actos de violencia y ofrecen dar orientación para actuar.

Mujeres y hombres tienen derecho a vivir libres de la violencia física, psicológica o emocional, económica o sexual, ya sea dentro de la familia, durante el noviazgo, en la escuela o cualquier otro espacio.

Un ejemplo de violencia es cuando en el novio obliga a la mujer a tener relaciones sexuales como "prueba de amor", o bien, cuando la amenaza con terminar la relación si ella no accede a tener relaciones sexuales.

"Nadie puede agredirme u obligarme a realizar acciones que me denigren o lesionen física o psicológicamente"

DERECHO A VIVIR SIN VIOLENCIA

Tengo derecho a que se respete mi integridad física y psicológica; así como mi seguridad personal.

Ninguna persona puede abusar, acosar, hostigar o explotarme sexualmente.

Nadie puede obligarme a realizar acciones que me denigren y lesionen; aún quien me lo pida sea alguien de mi familia o alguna autoridad.

IDEAS CLAVES

Hombres y mujeres tienen derecho a vivir sin violencia y al cuidado de su integridad física y psicológica.

La Declaración Universal de los Derechos Humanos establece que ninguna persona será sometida a torturas, ni a tratos crueles, inhumanos o degradantes.

ARTÍCULOS Y LEYES

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos

Los artículos 1º y 4º son los fundamentos para el reconocimiento del derecho al desarrollo integral, como su protección ante cualquier tipo de violencia que pueda agravarse por la edad, el género o la preferencia sexual.

NOM-046-SSA 2-2005. Violencia familiar, sexual y contra las mujeres. Criterios para la prevención y atención

Establecer los criterios a observar en la detección, prevención, atención médica y la orientación que se proporciona a las y los usuarios de los servicios de salud en general y en particular a quienes se encuentren involucrados en situaciones de violencia familiar o sexual, así como en la notificación de los casos.

Declaración Universal de los Derechos Humanos

Artículo 5

Nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.

Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer “Convención de Belém do Pará”

Artículo 7

Plan de Acción de la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo de El Cairo

Párrafo 4.9

DERECHO A LA LIBERTAD DE OPINIÓN Y EXPRESIÓN SEXUAL

4

Todas las personas tienen derecho a manifestar sentimientos, pensamientos e ideas, siempre y cuando no ofendan a terceros.

Mujeres y hombres tienen el derecho a manifestar su sexualidad de acuerdo a sus creencias, valores y convicciones. Todas y todos tienen derecho a **hacer planes con respecto a la sexualidad conforme a intereses y necesidades propios**. Nadie tiene derecho a interferir y mucho menos a discriminar o agredir verbal o físicamente a otra persona por no estar de acuerdo con sus decisiones, porque son de índole estrictamente personal. Las instituciones gubernamentales deben promover y hacer respetar la participación y expresión de las personas de cualquier edad, y más cuando nos referimos a asuntos relacionados con su sexualidad.



“Tengo derecho a la libertad de opinión y a la expresión de mis sentimientos, valores y creencias en relación con la sexualidad”

DERECHO A LA LIBERTAD DE EXPRESIÓN

Tengo derecho a mostrar mis sentimientos, pensamientos, ideas siempre y cuando no agredan a otra persona.

Tengo derecho a actuar de manera voluntaria de acuerdo a mis valores y convicciones, estilos de vida y proyectos. Mostraré respeto ante otras opiniones o expresiones distintas a las mías, sin que esto lesione o denigre a mi persona.

IDEAS CLAVES

Las personas tienen derecho a la libertad de opinión y expresión de sus pensamientos, ideas y creencias, sea a través de la palabra, la escritura o las expresiones artísticas, los medios de comunicación.

Los límites de este derecho comprenden no atentar con la reputación o la imagen de las personas.

La libertad de opinión y expresión como derecho sexual favorece que hombres y mujeres manifiesten sus opiniones,

sus ideas, y manifiesten su sexualidad de acuerdo con sus convicciones personales y en un marco de respeto.

Las personas podrán manifestar sus pensamientos, sentimientos e ideas en acerca de la sexualidad sin que se vean afectados en sus garantías individuales.

Las instituciones no podrán restringir el acceso a servicios de salud y educación a las personas, por motivos relacionados con la expresión de opiniones e ideas acerca de sexualidad.

ARTÍCULOS Y LEYES

Constitución de Política de los Estados Unidos Mexicanos. Declaración Universal de los Derechos humanos

Artículo 6

“La manifestación de las ideas no será objeto de ninguna inquisición judicial o administrativa, sino en el caso de un ataque a la moral, los derechos de un tercero, provoque algún delito o perturbe el orden público”.

Artículo 19

“Todo individuo tiene derecho a la libertad de opinión y de expresión; este derecho incluye no ser molestado a causa de sus opiniones, el de investigar y recibir información y opiniones, y de difundirlas, sin limitación.

Censurar a un conductor de radio por estar en desacuerdo con una ley local que criminaliza el aborto es violentar su derecho a la libertad de expresión; prohibir la entrada a algún bar a dos personas del mismo sexo que demuestran su afecto con besos y abrazos, es otra manera de violentar este derecho.

DERECHO A LA INFORMACIÓN SOBRE SEXUALIDAD

5

Todas las personas, sin distinción de edad, sexo, etnia u orientación sexual, tienen derecho a recibir información clara, oportuna y veraz para decidir acerca de su sexualidad y las medidas preventivas en el cuidado de su salud sexual y reproductiva. El acceso a la información debe reconocerse de igual manera para hombres y mujeres, como para niñas, niños, adolescentes y jóvenes. Es muy importante que la información que se proporcione, o que se busque en materia de sexualidad, sea laica y esté basada en evidencias científicas.

De acuerdo al tercer artículo constitucional, la información sobre sexualidad que proporcione el Estado deberá ser laica, basada en el conocimiento científico, libre de prejuicios y creencias religiosas.

Todas las personas, incluyendo las menores de edad, tienen derecho a solicitar información, difundir documentos y materiales, y expresar libremente opiniones e ideas acerca de la educación y la salud sexual.

Este derecho exige a las instituciones de salud y de educación la obligación de brindar



los medios necesarios (libros, documentos, revistas, folletos, videos) para que la sociedad en su conjunto tenga información sobre sexualidad y para que las personas de cualquier edad **puedan prevenir su salud sexual y tomar decisiones informadas.**

Las personas tienen la libertad de solicitar, investigar y difundir información para resolver dudas en relación a la sexualidad.

Si se le niega información a una persona que pide información en un centro de salud, o en su clase de Biología, el médico o el profesor que no le dé la información violenta el derecho a la información de él o ella y puede ser denunciado.

Toda la información y educación deberá ofrecerse **en un ambiente amigable, sin prejuicios, evitando valoraciones religiosas, con base en la ciencia y en las leyes.**

“Tengo derecho a recibir información clara, basada en evidencia científica y oportuna para mis necesidades, sobre mi sexualidad y los cuidados de la salud”

DERECHO A LA INFORMACIÓN

Tengo derecho a buscar, recibir y difundir información e ideas de todo tipo, por cualquier medio de expresión.
 Tengo derecho a buscar y recibir información veraz para decidir sobre mi vida sexual y las medidas preventivas para el cuidado de mi salud.
 Las instituciones de mi país deben brindarme información laica y científica acerca de mis derechos y en particular los relativos a mi vida sexual.

IDEAS CLAVES

Las personas tienen derecho a buscar, recibir y difundir información e ideas de todo tipo.

La información que se proporcione será equitativa para hombres y mujeres cuidando los principios de privacidad y confidencialidad.

Las instituciones tienen la obligación de brindar los medios necesarios (libros, documentos, revistas, prensa, folletos, videos, etc.) para que las personas obtengan la información en asuntos de su interés.

ARTÍCULOS Y LEYES

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.

Artículo 4

Toda persona tiene derecho a decidir de manera libre, responsable e informada sobre el número y el espaciamiento de sus hijos.

Declaración Universal de los Derechos Humanos

Artículo 19

Este derecho se fundamenta en la libertad de expresión y la libertad de “buscar, recibir y difundir informaciones e ideas de toda índole, sin consideración de fronteras, por cualquier medio de expresión”

Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo del Cairo 1994

7.41 Se señala la necesidad de proporcionar información, educación y asesoría sobre asuntos propios de la sexualidad humana, salud reproductiva y paternidad responsable. En particular sobre los métodos anticonceptivos y las medidas de prevención de VIH/SIDA y otras infecciones de transmisión sexual.

DERECHO A LA VIDA PRIVADA

6

Todas las personas tienen derecho a la privacidad, **en especial en lo que corresponde a su vida sexual. El proyecto de vida y de pareja, las intenciones reproductivas, la selección de amistades, la orientación sexual y el cuidado de su cuerpo, son parte de la intimidad del individuo.** Este derecho protege a las personas a decidir sobre cuándo y en qué condiciones iniciar sus prácticas sexuales, así como al uso o no de anti-conceptivos, como un ejercicio de libertad, sin la imposición de la pareja, el médico o los padres. Además, este derecho incluye garantizar la confidencialidad y privacidad de este tipo de servicios.

La privacidad exige abrir espacios en los cuales las necesidades o preocupaciones sobre la sexualidad se discutan un ambiente donde las personas se sientan cómodas y respetadas. Transgredir este derecho daña la integridad y afecta otros derechos de los individuos.



“Cuando se trate de mi cuerpo o de cuidarme para el ejercicio libre de mi sexualidad, merezco respeto a mi intimidad, porque yo decido si lo necesito”

DERECHO A LA VIDA PRIVADA

Tengo derecho a la protección de mi vida privada. Esto comprende mi proyecto de vida, mis espacios y pertenencias, mis amigos, mi orientación sexual y el cuidado de mi cuerpo.

Nadie tiene derecho a involucrarse sin mi consentimiento en mi vida personal y familiar. Esto incluye no abrir mi correspondencia o diarios personales, aún sea alguien de mi familia

IDEAS CLAVES

Las personas tienen derecho a ser respetados en su privacidad como condición necesaria para el cuidado de su integridad.

El derecho a la vida privada protege que la vida íntima de una persona no será objeto de ofensas o humillaciones que atenten contra su honra y dignidad. La violación de este derecho daña la

integridad y reputación de una persona y la puede excluir de otros derechos.

Los adultos que tienen a su cargo la educación, el cuidado de la salud y la crianza de los menores estarán atentos a no violentar la privacidad de éstos.

No podrán revelarse situaciones acerca de la vida privada aún si éstas fueron abordadas en una consulta

médica o consejería, ni obligarlo a exponer situaciones de la vida privada dentro del espacio escolar o familiar.

Nadie será objeto de injerencias arbitrarias en su vida privada, su familia, su domicilio o su correspondencia, ni de ataques a su honra o a su reputación. Toda persona tiene derecho a la protección de la ley contra tales injerencias o ataques.

ARTÍCULOS Y LEYES

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos

Artículo 16

“Nadie puede ser molestado en su persona, familia, domicilio, papeles o posesiones, sino en virtud de un mandamiento escrito de la autoridad competente que funde o motive la causa legal del procedimiento”

Declaración Universal de los Derechos Humanos

Artículo 12

Nadie será objeto de injerencias arbitrarias en su vida privada, su familia, su domicilio o su correspondencia, ni de ataques a su honra o a su reputación. Toda persona tiene derecho a la protección de la ley contra tales injerencias o ataques.

En el espacio familiar, escolar, en los servicios de salud, deben respetarse la privacidad y no violentar la confidencialidad de los parientes, pacientes, usuarios o alumnos. El personal

tiene prohibido revelar información sobre la vida privada, que se haya expresado en la escuela, en la consulta médica o en una sesión de orientación - consejería.

Si en la comunidad se recurre al perifoneo para informar sobre algún problema de la vida sexual o reproductiva de una persona, se viola su derecho a la privacidad; otro caso

semejante, sería cuando en un centro de salud se entregan expedientes clínicos o algún resultado de la prueba de embarazo o de VIH a otra persona que no sea la paciente.

“Nadie tiene derecho a involucrarse sin mi consentimiento en mi vida privada, personal y familiar, ni a difundir aspectos sexuales de mi vida.”

DERECHO A LA EDUCACIÓN SEXUAL

7

Todas las personas tienen derecho a una **educación integral de la sexualidad**. Una educación basada en conocimientos científicos, que promueva la libertad de pensamiento, de creencias, el desarrollo personal, la confianza, la autonomía y las habilidades para la defensa de las ideas y la toma de decisiones.

Este derecho comprende el acceso a **una educación integral**, laica, científica, oportuna y

adecuada sobre aspectos relativos a la sexualidad y la reproducción, incluyendo beneficios y riesgos.

El énfasis de este derecho atañe a las escuelas y centros de salud. Quienes proporcionan educación sexual deberán hacerlo en un marco de respeto, tolerancia e igualdad, incluyendo la perspectiva de género, con el fin de promover el ejercicio de una vida sexual más segura y sin riesgos de embarazos no planeados, de



abortos inseguros o infecciones de transmisión sexual, incluido el VIH/sida. **La educación integral de sexualidad busca liberar a la persona de la cultura del miedo, la culpa y la ignorancia.**

La familia, la escuela y los servicios de salud deben reconocer los beneficios de la educación integral de la sexualidad como un medio indispensable para el ejercicio de una vida sexual saludable y responsable.

Si en una escuela o en los servicios de salud, ante la insistencia de un grupo de personas la institución se niega a impartir pláticas sobre derechos sexuales, se está violando este derecho a la educación sexual integral.

“Tengo derecho a recibir una educación integral de la sexualidad laica, científica, basada en los derechos humanos y con perspectiva de género”

DERECHO A LA EDUCACION SEXUAL

Tengo derecho a recibir una educación integral de la sexualidad, oportuna y gratuita, científica y libre de prejuicios.

Las instituciones de mi país deben brindarme una educación integral de la sexualidad, laica y científica acerca de mis derechos y en particular los relativos a mi vida sexual.

IDEAS CLAVES

Las personas tienen derecho a recibir educación laica, gratuita y científica como una garantía individual.

La educación sexual que se reciban en la familia, la escuela o centro de salud se enmarcará en el respeto, a tolerancia, la equidad de género, el respeto a las diferencias sexuales y el

ejercicio de una vida sexual más segura y sin riesgos.

Los beneficios de la educación sexual permitirán el ejercicio de una sexualidad plena, evitar embarazos no deseados, la responsabilidad reproductiva como condiciones indispensable para la autonomía y el

desarrollo personal.

La Conferencia Internacional de Población y Desarrollo destaca el promover la igualdad de oportunidades, las actitudes no sexistas ni racistas, la responsabilidad en la reproducción y en la prevención de las infecciones de transmisión sexual y el VIH/SIDA.

ARTÍCULOS Y LEYES

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.

Artículo 3

Todo individuo tiene derecho a la educación. Esta será laica y se mantendrá alejada de cualquier doctrina religiosa. Se basa en el progreso científico, la lucha contra la ignorancia, las servidumbres, los fanatismos y los prejuicios.

Ley General de Educación

Artículo 7

Contribuir al desarrollo integral del individuo y propiciar el conocimiento de los derechos humanos. Esto comprende desarrollar actitudes solidarias acerca de la preservación de la salud, la planeación familiar y la paternidad responsable.

Declaración Universal de los Derechos Humanos

Artículo 26

Toda persona tiene derecho a la educación. La educación debe ser gratuita, al menos en lo concerniente a la instrucción elemental y fundamental.

DERECHO A LA SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

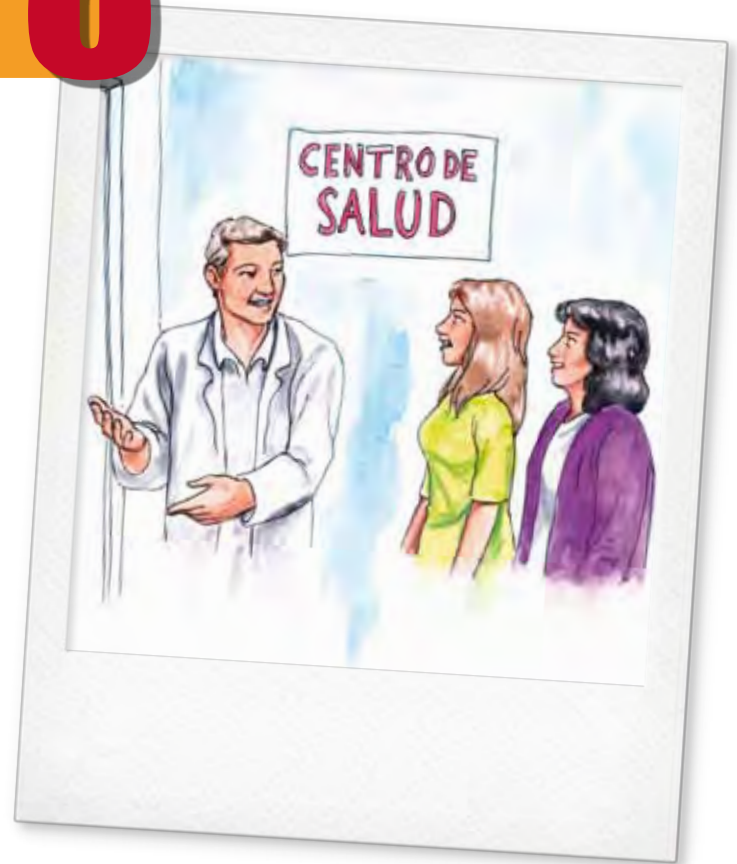
8

Mujeres y hombres, sin excepción, tienen derecho a acceder a instancias de salud que proporcionen servicios de información y atención con calidad, respeto y eficiencia, que permitan a las usuarias y usuarios **tomar decisiones libres, responsables e informadas**.

Este derecho incluye el acceso a las **nuevas tecnologías disponibles a fin de que todas las personas se beneficien del progreso científico en materia de salud sexual y reproductiva**, accediendo a métodos anticonceptivos de buena calidad, seguros y adecuados para las necesidades de cada quien.

Todas las personas tienen derecho a acceder a servicios de calidad en cada etapa de su vida, sin importar su edad, sexo, situación económica, grupo étnico, idioma u orientación sexual, para disfrutar de su salud ya sea previniendo embarazos no planeados, infecciones de transmisión sexual, VIH/sida o violencia sexual, entre otros.

Las instituciones deben garantizar que sus proveedores de servicios de salud estén



completamente capacitados para brindar una buena salud sexual y reproductiva a los y las usuarias, y para llevar a cabo la promoción de los servicios para todos.

DERECHO A LA SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

Tengo derecho a acceder a servicios de salud en los que reciba información y consejería de calidad.

Nadie podrá negarme la atención acerca de las medidas anticonceptivas para la prevención de embarazo y las infecciones de transmisión sexual incluyendo el VIH/sida.

IDEAS CLAVES

Las personas tienen derecho a la salud como garantía básica. Esto comprende recibir a atención sanitaria sin excepción por sexo, edad, condición social, orientación sexual, raza, etc.

La salud es un bien público que debe garantizarse a todas las personas. Por tanto, el cuidado de

la salud sexual y reproductiva se inscribe dentro de este derecho.

A partir de la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo se amplía el concepto de salud sexual y reproductiva. La vida sexual ya no se limita a tener hijos, ahora compete tomar decisiones acerca de la vida sexual, el

cuerpo, la elección de pareja, las medidas anticonceptivas, las prácticas sexuales seguras y el autocuidado.

Los proveedores de servicios de salud deberán promover una atención de calidad, así como la dotación oportuna de métodos anticonceptivos de acuerdo las necesidades de las personas.

ARTÍCULOS Y LEYES

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.

Artículo 4

Toda persona tiene derecho a decidir de manera libre, responsable e informada sobre el número y el espaciamiento de sus hijos.

Toda persona tiene derecho a la protección de la salud. La ley definirá las bases y modalidades para el acceso a los servicios de salud y establecerá la concurrencia de la federación y las entidades federativas en materia de salubridad general, conforme a lo que dispone la fracción XVI del artículo 73 de esta Constitución.

Conferencia Internacional de Población y Desarrollo

7.41 Destaca la necesidad de facilitar la información y servicios que lo ayuden a comprender su sexualidad y protegerse de embarazos no deseados e ITS. Lo que deberá combinarse con la educación de los hombres para que respeten la libre determinación de las mujeres en cuanto a la sexualidad y a la procreación.

8.25 Se insta a todos los gobiernos y a las organizaciones intergubernamentales y no gubernamentales pertinentes a incrementar su compromiso con la salud de la mujer, a ocuparse de los efectos que en la salud tienen los abortos realizados en condiciones no adecuadas como un importante problema de salud pública y a reducir el recurso al aborto mediante la prestación de más amplios y mejores servicios de planificación de la familia. Las mujeres que tienen embarazos no deseados deben tener fácil acceso a información fidedigna y a asesoramiento comprensivo. Se debe asignar siempre máxima prioridad a la prevención de los embarazos no deseados y habría que hacer todo lo posible por eliminar la necesidad del aborto.

Cuando a una persona que acude al centro de salud para conocer la variedad de métodos anticonceptivos que existen y cuáles son los que puede utilizar de acuerdo a su estilo de vida y necesidades, se le niega la atención

o se considera que “aún no está en edad”, se está violando este derecho que es básico para que las personas puedan hacerse cargo de su futuro y de su salud sexual y reproductiva de manera efectiva y responsable.

“Tengo derecho a recibir servicios de salud de calidad e información que me permitan tomar las mejores decisiones para el cuidado de mi salud sexual y reproductiva”

DERECHO A UNA VIDA DIGNA

9

Este derecho se relaciona con el derecho a la salud, el acceso a la información y la educación.

En los tratados, el derecho a la vida es el primero de todos los derechos. Mujeres y hombres pueden morir cuando se violentan sus derechos sexuales y reproductivos. Para alcanzar una vida digna hay que satisfacer las necesidades de información, educación integral de la sexualidad laica, acceso a tecnología moderna de prevención y curación, a servicios de salud reproductiva de calidad, en un marco de respeto y confidencialidad.



En comunidades en las que se prohíbe a las mujeres ir a la escuela, asistir a los servicios médicos, recibir información sobre sexualidad, decidir sobre el número de hijas e hijos que desean tener, ellas muestran los más altos niveles de morbilidad y mortalidad materna, no se respeta su derecho a la vida.

“Tengo derecho a vivir, y a tener una vida digna, en la que sean atendidas mis necesidades de salud, educación, vivienda y trabajo”

DERECHO A UNA VIDA DIGNA

Tengo derecho a tener una vida digna en las que sean atendidas mis necesidades de vivienda, alimentación, educación, salud y trabajo.

Tengo la capacidad de tomar decisiones informadas y que contribuyan a mejorar mi calidad de vida.

IDEAS CLAVES

Las personas tienen derecho a una vida digna, en la medida en que logren la igualdad de oportunidades para su desarrollo personal sin importar su edad, raza, condición social y orientación sexual.

Este derecho a una vida digna

integra otros derechos como la salud, el acceso a la información y la educación.

El cuidado de la salud sexual y reproductiva permitirá que las personas tengan condiciones propicias para tener una vida digna, libre de violencia sexual, embarazos no deseados e infecciones

de transmisión sexual incluyendo el VIH/SIDA y abortos en condiciones de riesgo.

Los proveedores de servicios de salud brindarán consejería de calidad para que los adolescentes tomen decisiones oportunas, informadas y sin presión de los adultos.

ARTÍCULOS Y LEYES

Declaración Universal de los Derechos humanos

Artículo 3

“Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona”

DERECHO A BENEFICIARME DEL PROGRESO CIENTÍFICO

10

Éste es uno de los derechos más recientes y responde al rápido avance de la ciencia y la tecnología. Busca garantizar que los adelantos científicos y tecnológicos se pongan al servicio de la salud sexual de mujeres y hombres sin distinción. **Se reconoce la importancia de mejorar la calidad de vida y el acceso a métodos anticonceptivos, tratamientos y medicamentos de efectividad creciente para la prevención y atención a trastornos de la vida sexual.**

La escuela, los servicios de salud y las instituciones sociales deben tomar medidas que aseguren el acceso a los beneficios de la ciencia para toda la población.



“Tengo derecho a cuidar mi salud y a acceder a los últimos avances de la ciencia y la tecnología en salud sexual y reproductiva”

DERECHO A BENEFICIARSE DEL PROGRESO CIENTÍFICO

Tengo derecho a gozar de los avances de la ciencia y las tecnologías en beneficio de mi vida personal y de la sociedad

IDEAS CLAVES

Las tienen derecho a beneficiarse del progreso científico y tecnológico para mejorar sus condiciones de vida y el desarrollo económico.

Cada país tomará las medidas necesarias, para asegurarse de que los beneficios de la ciencia y la tecnología contribuyan al ejercicio de los derechos humanos y las libertades

fundamentales de las personas.

En cuanto a la vida sexual podrán beneficiarse de los avances biomédicos y sociales para el disfrute de la sexualidad plena, para la regulación de la fecundidad y problemas de infertilidad, el tratamiento del VIH/SIDA, las técnicas apropiadas para la interrupción del embarazo y el

tratamiento de disfunciones sexuales, entre otros aspectos.

La aplicación de la investigación servirá para comprender, prevenir, diagnosticar y tratar las enfermedades, así como la rehabilitación de los afectados, y para promover medidas de salud para la población.

ARTÍCULOS Y LEYES

Ley de Ciencia y Tecnología

Artículo 2.

“II. Promover el desarrollo y la vinculación de la ciencia básica y la innovación tecnológica asociadas a la actualización y mejoramiento de la calidad de la educación y la expansión de las fronteras del conocimiento, así como convertir a la ciencia y la tecnología en un elemento fundamental de la cultura general de la sociedad”

Declaración sobre la utilización del progreso científico y tecnológico

Artículo 1

“Los Estados promoverán la cooperación internacional garantizará que los resultados del progreso científico y tecnológico se usen en pro del fortalecimiento de la paz y la seguridad internacional, la libertad y la independencia, así como lograr el desarrollo económico y social de los pueblos y hacer efectivos los derechos y libertades humanos, de conformidad con la Carta de las Naciones Unidas”





GUÍA DIDÁCTICA PARA TRABAJAR EL TEMA DE DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS EN COMUNIDADES RURALES Y URBANAS

La formación en derechos humanos exige un enfoque participativo. Facilitar una estrategia de educación participativa requiere preparación. Hay que saber pararse frente a un grupo de personas, dirigir ejercicios de reflexión individual y llevarles posteriormente a compartir sus reflexiones en el grupo, propiciar un ambiente relajado que favorezca un diálogo abierto y poder arribar a conclusiones de consenso.

El trabajo del facilitador/a de un grupo se puede ver beneficiado con el uso de materiales educativos de calidad, que pueden contribuir a un proceso de enseñanza-aprendizaje más exitoso. Aquí encontrarás algunas ideas básicas para realizar estrategias de educación participativa, que exigen partir de los intereses e inquietudes de la población a quien brindas el taller.

¿QUÉ RECURSOS TE DA ESTA GUÍA?


La guía está dividida en tres partes. En la primera se aborda el papel del facilitador o facilitadora del proceso educativo. La segunda parte está


dedicada a revisar aspectos metodológicos para la organización de las estrategias de educación participativa, los talleres, charlas y círculos de conversación. En la última par-

te encontrarás una propuesta estratégica de educación participativa que permite facilitar una sesión de enseñanza-aprendizaje usando el laminógrafo, como apoyo didáctico

¿QUÉ PAPEL JUEGA UN FACILITADOR/A?



Es la persona capacitada en el área de la salud sexual y reproductiva que facilita el proceso de enseñanza-aprendizaje, resuelve dudas y promueve el diálogo entre participantes. Su papel consiste en:


 **Informar y orientar** a las mujeres y a los hombres en la búsqueda de alternativas que les permitan mejorar su salud sexual y reproductiva.

 **Favorecer, promover y contribuir** para que la población **participe** de manera organizada, activa y consciente en actividades que les permitan adquirir conocimientos y desarrollar habilidades y actitudes que se transformen en una mejor calidad de vida.



AL COMENZAR LAS ACTIVIDADES ES NECESARIO

-  Conocer las características de los miembros del grupo, qué piensan, qué sienten y cómo actúan, a fin de proponer acciones que tomen en cuenta ese perfil de sus realidades.
-  Preparar exhaustivamente los temas que se trabajarán con el grupo. El facilitador debe sentirse seguro(a) en el momento que se propician las reflexiones, para dar respuesta a las preguntas generadas y llegar a las conclusiones con el grupo sobre el tema tratado.

 Crear un ambiente de confianza, animando a todas y todos para que compartan sus ideas, información, habilidades, conocimientos, experiencias y dudas.

¿QUÉ ES LA EDUCACIÓN PARTICIPATIVA?

Es aquella que parte de la realidad y los saberes de los participantes, y que busca producir un cambio efectivo en las personas, en su propia comprensión como seres humanos que interactúan con su entorno.

¿CÓMO SE PUEDE TRABAJAR EN DISTINTOS ESPACIOS?

A partir de los conocimientos y experiencias que tienen las personas sobre el tema; la expresión y participación de manera libre y propositiva; el reconocimiento de la diversidad de situaciones económicas, culturales, geográficas o políticas en que vive la gente; el conocer sus saberes, conocimientos, habilidades, ideas, experiencias, costumbres, hábitos y particulares formas de pensar y sentir.

A diferencia de la educación tradicional, que se centra en memorizar información, la educación participativa se enfoca en escuchar opiniones y tomarlas en cuenta como base para la construcción del conocimiento común en el área de la salud sexual y reproductiva.

Está demostrado que las personas comprenden más cuando se identifican con conceptos que tienen que ver con su forma de vivir, y que pueden aplicar en su realidad diaria. Los ejemplos o experiencias cercanas a los participantes permiten reconocerse, dar veracidad y validez al aprendizaje.

El objetivo es conducirlos a la reflexión individual, al análisis grupal y al diálogo. Con base en lo expuesto, el facilitador/a tiene que motivar al grupo, mantener y acrecentar el interés y la motivación de la población para que contribuya a conservar y mejorar su salud sexual y reproductiva, tanto la personal como la de la comunidad.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE UTILIZAR LAS ESTRATEGIAS DE EDUCACIÓN PARTICIPATIVA?

Porque permiten construir el conocimiento a partir de las necesidades sentidas y reconocidas

por la población, lo cual puede ser una vía más directa para transformar o cambiar actitudes, conocimientos y prácticas que contribuyan al mejoramiento de la salud sexual y reproductiva.

Como cualquier actividad educativa, antes de realizar la planeación de una actividad con metodología o técnica participativa es importante revisar algunos aspectos.

¿QUÉ ES UNA ESTRATEGIA DE EDUCACIÓN PARTICIPATIVA?

La estrategia **es la oportunidad que se da a las personas de participar, dialogar, reflexionar y expresar la creatividad para logra un aprendizaje grupal**. Se utilizan técnicas didácticas: círculos de conversación, metodologías de enseñanza, talleres, actividades donde todo el grupo participa; de esta manera, el aprendizaje deja de ser algo externo a la persona para

convertirse en parte de lo que piensa y siente.

Recurrir a estas metodologías y técnicas es **asumir que el conocimiento y las ideas no son temas acabados, su construcción es responsabilidad de todas y todos**. En esta labor no hay aciertos ni errores, hay posibilidades para hacer nuevas construcciones o producir nuevas ideas, para encontrar nuevas alternativas de solución.



RECUERDA...

Los participantes poseen conocimientos previos

No existen verdades absolutas

El conocimiento se va construyendo

¿QUÉ ES UN TALLER?

Es la reunión de un grupo de personas que trabajan sobre un tema propuesto, realizando actividades preparadas previamente por el facilitador, con el objetivo de construir un conocimiento a partir de la reflexión del asunto en cuestión, y de modificar o propiciar cambios de actitudes, conocimientos y, en lo posible, prácticas que contribuyan al bienestar de los participantes.

El taller se crea a partir de metodologías participativas en las que se involucran activamente las personas para la generación de un conocimiento que harán suyo.

Partiendo de la realidad del grupo, se utilizan técnicas asociadas al juego y dinámicas que posibilitan **la reflexión sobre el tema, para construir, transformar y renovar el tema en un ambiente de amplia participación.**

¿QUÉ SON LOS CÍRCULOS DE CONVERSACIÓN?

Son “espacios” donde las personas pueden expresar con libertad sus opiniones, dudas, sentimientos, vivencias y conocimiento sobre el tema

de interés. **Se considera una técnica participativa fundamentada en la teoría construccionista.**

Los círculos de conversación se organizan en grupos de 15 a 30 personas como máximo, que preferentemente tengan algunas afinidades o situaciones comunes, como: sexo, edad, escolaridad, estado civil, lugar de residencia o calidad de salud.

Para trabajar el tema de derechos sexuales y reproductivos se pueden hacer círculos de conversación con personas adolescentes, jóvenes y adultos, con el personal de salud que trabaja en programas relacionados con la salud sexual y reproductiva. Dependiendo del objetivo de la sesión, es el grupo de personas que se convoca al círculo.

Se sugiere que los espacios físicos donde se organicen los círculos de conversación sean cerrados, a fin de garantizar privacidad y confianza a los participantes. Sin embargo, esto no debe ser una limitante ya que se pueden hacer en lugares abiertos, como el patio de una casa o los patios de las unidades de salud, siempre y cuando haya condiciones que les permitan a los participantes escucharse entre sí, y que no haya interrupciones ni distractores, cuidando siempre que impere un ambiente de privacidad y confianza.

En estos círculos hay dos personas clave: los animadores y los agentes educativos. Los animadores pueden ser las promotoras de salud, el maestro o algún líder, o bien una persona externa que logre integrarse al grupo y sea identificada para facilitar la conversación. Las y los animadores por lo general no son personas expertas en el tema; son personas afines a una problemática en especial o forman parte del grupo: (adolescentes, jóvenes, madres y/o padres de familias: Su papel es ayudar a generar el diálogo sobre determinado tema, creando un ambiente de confianza. El agente

educativo puede ser personal del área de la salud o educación, como: medicina, enfermería, trabajo social, psicología, magisterio, u otra persona que por su formación y/o experiencia sea experta en el tema a tratar. De acuerdo con la metodología, existen tres momentos de los círculos de conversación:

 **Identificación del problema.**

 **Información sobre el problema.**

 **El discernimiento o la parte creativa.**



DURANTE LA SESIÓN

En el primer momento, “la identificación del problema”, el grupo acomodará sus sillas en forma de círculo y la o el animador (quien es la persona clave en este primer momento, y a quien se ha capacitado para desempeñar este papel) realizará preguntas previamente elaboradas que generen discusión, con el objetivo de que las y los participantes compartan dudas, vivencias y conocimientos. Asimismo, se le explica al grupo sobre la existencia de un buzón de preguntas para que las y los participantes que no desean hablar algunos temas en el grupo, puedan compartir sus dudas y comentarios cuidando su anonimato.

El agente educativo, -previamente capacitado en la estrategia- se presenta y se le informa al grupo del papel que desempeñará, se integra sentándose dentro del círculo y registra todas las dudas y comentarios que se generen en la conversación.



ES RECOMENDABLE

Es recomendable que al inicio de la conversación, las y los participantes se presenten y además se presente al agente educativo informando al grupo sobre el papel que va a desempeñar en cada uno de los momentos. Posteriormente se recomienda utilizar técnicas “rompe hielo” para construir un ambiente grupal de confianza y participación.

En un segundo momento, la o el agente educativo organiza la información que escuchó y resuelve dudas concretas brindando información adicional con respecto al tema, apoyándose en materiales educativos como laminógrafos, películas, diapositivas, carteles, folletos, y otros. El tiempo de duración de este segundo momento dependerá de la participación del grupo extendiéndose o acortándose, siempre pensando en que esta sesión sea amena y productiva.

En un tercer momento, las y los participantes que tienen mayor claridad y comprensión del tema, hablarán sobre posibles alternativas y opciones para superar los problemas identificados en su casa y/o comunidad. Se les solicitará que elaboren propuestas sobre cómo transmitir la información a otras personas, a través de la elaboración de materiales, como carteles, folletos, mensajes de radio y televisión, canciones, periódicos murales, rotafolios, sociodramas, entre otros, ya que no hay **límite para la iniciativa y creatividad de las y los participantes**.

En este diálogo jamás debe descalificarse ningún juicio o comentario, es fundamental aclarar al grupo, que se deben respetar todas las participaciones, aún cuando no se esté de acuerdo. El papel del educador es retomar los comentarios y aclarar las dudas que aun surjan sobre el tema.

En este momento también se puede evaluar los resultados de todo el proceso de enseñanza aprendizaje participativo.

¿QUÉ SIGNIFICA APRENDER CON ESTRATEGIAS DE EDUCACIÓN PARTICIPATIVA?

Significa saber formular preguntas, plantear problemas y encontrar respuestas ante nuevas situaciones. Este aprendizaje no solo significa recibir, memorizar y repetir información de manera mecánica.

¿QUÉ ES EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO?





Es el que ocurre cuando un nuevo conocimiento llega a nuestra mente y modifica las conductas ya aprendidas.





¿CÓMO REALIZAR UNA ESTRATEGIA DE EDUCACIÓN PARTICIPATIVA?

Para realizar una estrategia de educación **participativa** mediante talleres o círculos de conversación se tienen que **preparar las acciones antes**, durante y después de la actividad educativa.



PARA QUE LA ESTRATEGIA SALGA LO MEJOR POSIBLE, ES NECESARIO:

-  **Conocer al grupo;** es importante saber con anticipación cuáles son sus intereses, preocupaciones, creencias, inquietudes, dudas, y calcular cuántos participantes asistirán.
-  **Promover la estrategia de educación participativa;** sea taller o círculo de conversación. La promoción se puede hacer identificando a: adolescentes, jóvenes mujeres, hombres, profesionales del área de la salud y/o educación; que estén viviendo o relacionados de alguna manera con el tema a tratar, e invitándolos personalmente o elaborando carteles o folletos en donde se especifique el lugar, la fecha y el horario del evento.
-  **Definir el objetivo de la estrategia participativa;** para guiar a los participantes adecuadamente en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Determinar la profundidad y extensión del tema que se va a discutir, analizar y reflexionar con la población. **“Mucha información en una sola sesión sólo satura y confunde a las personas por lo que no podrán recordar todo en su vida diaria”**
-  **Practicar.** Es necesario familiarizarse con la forma en que se va a desarrollar el tema, es decir, conocer la **técnica didáctica** a utilizar. También deben conocerse y practicar las dinámicas de integración seleccionadas.

- 
Evaluar. Seleccionar alguna forma de **evaluar** la sesión, ya sea elaborando un cuestionario para aplicar antes y después del evento (pre-post), hacer reflexión, pedir retroalimentación grupal, u otros.
- 
Verificar que el **lugar** en donde se llevará a cabo el evento esté disponible para la fecha, que cuente con sillas y otro equipo que se para el evento, que sea cómodo, tenga suficiente ventilación, que esté iluminado y se pueda obscurecer en caso de que se vaya a efectuar alguna proyección.
- 
Conocer el material. Familiarizarse con él, en este caso sería el laminógrafo. Deben conocerse, las láminas, trabajar con ellas, ordenarlas y tenerlas preparadas con anticipación.
- 
Preparar el material que se necesitará, por ejemplo, hojas blancas, hojas de rotafolios, cinta adhesiva, lápices, marcadores y cartulinas.




DURANTE LA ESTRATEGIA DE EDUCACIÓN PARTICIPATIVA ES IMPORTANTE:


Agradecer antes que nada a los participantes por su asistencia.


Presentarse al grupo, dando tu nombre, y el de la institución de la que se proviene, así como explicar el trabajo que se realizará y el objetivo de la sesión.

Invitar al grupo a presentarse. Solicita a cada uno de los participantes que se presenten brevemente, diciendo su nombre y, si lo desean, pueden agregar algo sobre su persona o entorno. En este momento se puede utilizar alguna técnica de integración, conocimiento grupal o de rompehielos, con la finalidad de crear, desde un inicio, un ambiente agradable, de respeto y confianza.


 **Invitar a los participantes a que propongan las reglas de la o las sesiones de trabajo,** que pueden girar en torno a limitaciones de tiempo, o que nadie puede abandonar la sesión, ser puntuales en sus llegadas, desconectar celulares. Es importante que la o el facilitador incluya los siguientes puntos, en caso de que el grupo no los proponga:


- Hablar en primera persona.
- Respetar siempre las diferentes opiniones, comportamientos y sentimientos.
- Establecer el principio de confidencialidad.
- Promover la participación voluntaria, es decir no presionar a las personas. Hay personas que su participación consiste más en escuchar y requieren más tiempo para animarse a hablar.
- Mantener una actitud abierta, cálida, amigable y de buen humor.

 **Introducir el tema** haciendo una breve presentación de los aspectos que se van a discutir.

 **Explicar el objetivo de la sesión,** que tiene que quedar claro para no despertar falsas expectativas.

 **Realizar las actividades planeadas** para abordar apropiadamente el contenido del o los temas.

 **Resumir** y hacer que recuerden los aspectos principales de la sesión.

 **Asignar un tiempo al final de la sesión o sesiones para la evaluación,** para que los participantes comenten acerca de su experiencia y del desarrollo de la misma. De ser posible pedirles su opinión por medio de un cuestionario previamente preparado:

 **¿Qué les pareció la sesión?**

¿Qué opinan sobre la discusión?

¿Cómo sintieron el ambiente en el grupo?

¿Aprendieron algo nuevo sobre el tema tratado?

¿Creen que pueden poner en práctica lo aprendido?



ES IMPORTANTE

Es importante tomar en cuenta todas las reflexiones y experiencias vividas para adecuar los aciertos y las fallas en la aplicación de futuras estrategias de educación participativa para que resulten cada vez mejores. Cualquier persona puede tener dudas o desconocimiento de algún tema, en el caso del o la facilitadora puede también suceder, así que hay que ser honestos en el momento de hacer estas evaluaciones.


¿QUÉ ES UN COORDINADOR O FACILITADOR DE UN TALLER?

Es la persona que facilita y coordina el aprendizaje, y revisa el conocimiento previo de los participantes. Su labor no es la de transmitir una

enseñanza, sino la de proponer la discusión con los participantes tomando en cuenta sus percepciones, conocimientos y actitudes. En estos procesos todos son responsables de los resultados de la estrategia de educación participativa en términos de fracasos y éxitos.

¿CUÁLES SON LAS FUNCIONES DEL FACILITADOR/A?

La función más importante del facilitador/a consiste en promover el aprendizaje; para ello, propone el tema a tratar, da alguna información básica y coordina posteriormente la sesión en donde el grupo va a reconocer sus saberes y retroalimentarse. Asimismo, propicia un ambiente agradable de trabajo, procura la comunicación y la independencia del grupo, y asesora y evalúa las actividades de aprendizaje. Específicamente, como facilitador/a se deben cumplir cinco funciones básicas, que siempre estarán en relación con el cumplimiento de los objetivos:

 **Facilitar el aprendizaje.** Es importante promover las condiciones adecuadas para que el aprendizaje se produzca y se identifiquen los obstáculos que estarían bloqueándolo. Si se presentan **obstáculos** es importante que se reconozcan, se acepten y se resuelvan, negarlos resultaría nocivo para el proceso de aprendizaje.



Observar al grupo. Desarrollar la capacidad de observación es indispensable para la conducción. Ello permite conocer más al grupo, sus posibles problemas de integración y sus avances en el aprendizaje.



Propiciar la comunicación. La función del facilitador/a consiste en **animar y favorecer la expresión, la indagación, la retroalimentación y la modificación de los esquemas referenciales**, por medio de una comunicación permanente, profunda y comprometida. Debe Evitar romper o deteriorar la comunicación, así como procurar una participación más activa en el grupo.



Informar. Consiste en transmitir un saber, pero el éxito de esta transmisión supone un **acto de apropiación por parte del alumno**. Enseñar sólo tiene sentido si el alumno está en situación de aprender. No hay que olvidar que todos aprendemos de todos cuando se dan las condiciones y estamos dispuestos a participar en el proceso educativo.



Asesorar al grupo. Es importante fungir como asesor/a del grupo, siempre y cuando no se fomente la dependencia, para avanzar en su aprendizaje. Es recomendable intervenir cuando el grupo lo necesite o lo solicite, o para cerrar y resaltar las ideas centrales.

Para contribuir al logro de los objetivos de la estrategia educativa de participación es importante **confiar en el grupo**, en sus capacidades, en su potencial para organizarse y conducirse hacia los objetivos fijados, ayudando a su autonomía.

¿CUÁLES SON LAS CARACTERÍSTICAS DEL APRENDIZAJE GRUPAL EN UNA ESTRATEGIA DE EDUCACIÓN PARTICIPATIVA?

Los integrantes de la estrategia de educación participativa no son parte de un auditorio, sino de un **grupo**. Entonces, al hablar de una estrategia de educación participativa, forzosamente se está hablando de **grupos de aprendizaje**.

Un grupo no es un ser pasivo. **Un grupo es dinámico, vivo y está en constante transformación,**

es decir, no existe previamente, **se construye**, lo que implica pasar por varias etapas para formarse como tal. En un grupo todas las personas se comunican e interactúan durante el proceso de aprendizaje.

El pensar en un grupo en estos términos nos lleva a considerar que los participantes dejan de ser **objetos de la enseñanza** para convertirse en **sujetos del aprendizaje**. Esta perspectiva nos permite afirmar que la interacción y la comunicación influyen de manera significativa en la forma de percibir, pensar y actuar, ya que se rescata la información necesaria que permite decidir de acuerdo a los proyectos personales de vida.

El auditorio logrará integrarse como grupo en la medida en que se establezca un **ambiente de confianza** para pensar, expresarse, intercambiar experiencias, hacer propuestas, señalar coincidencias, ejercer el análisis y la crítica.

La integración no significa que todas y todos pensemos y opinemos igual; al contrario, se basa en la aceptación de las diferencias. Este conjunto de diferencias es lo que permite que se enriquezca el trabajo del grupo, ya que posibilita el intercambio de ideas, conocimiento, información y experiencia, obteniéndose como resultado una visión más amplia de los problemas y de sus soluciones.

Para los seres humanos es muy importante saber y sentirse parte de un grupo. El sentido de pertenencia debe aprovecharse no sólo para los talleres, sino para todas las actividades que se realicen en la vida.



ES IMPORTANTE NO OLVIDAR QUE EN UN GRUPO...

- ➡ El aprendizaje es responsabilidad de todos.
- ➡ El coordinador propicia el aprendizaje, no solamente enseña.
- ➡ Todos aprenden y enseñan al mismo tiempo.
- ➡ El liderazgo lo constituye la tarea y los objetivos de aprendizaje.
- ➡ El éxito o fracaso de la estrategia de educación participativa es responsabilidad tanto del facilitador/a como de los y las participantes.















¿CÓMO UTILIZAR EL LAMINÓGRAFO DE DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS EN LA ESTRATEGIA DE EDUCACIÓN PARTICIPATIVA EN COMUNIDADES RURALES Y URBANAS?

Un aspecto importante en la realización de la estrategia de educación participativa **es la utilización de recursos educativos**. Los materiales gráficos o imágenes permiten remitir a la mente –a través de la imaginación– a situaciones

de la realidad que el individuo puede analizar y que sirven como fuente de aprendizaje.

El principal material con el que se cuenta para trabajar el tema de derechos sexuales y reproductivos es este **laminógrafo**.

Dicho material fue elaborado para alcanzar los siguientes objetivos:

-  Ilustrar las explicaciones de una manera más didáctica.
-  Acompañar a las palabras con imágenes, tienen más posibilidades de ser recordadas, aprendidas y analizadas.
-  Explicar un concepto y facilitar la comprensión de un hecho
-  Reforzar, y favorecer la retención del aprendizaje en la población.
-  Enfatizar lo esencial del tema.
-  Establecer un nexo entre tus palabras y la realidad.
-  Conectar o interrelacionar los contenidos del tema.
-  Ilustrar o representar una realidad lo más objetivamente posible.
-  Motivar al grupo para que converse, discuta, analice y reflexione.
-  Hacer más dinámica la sesión.
-  Dar la oportunidad de que los participantes expresen sus ideas, manifiesten sus actitudes y desarrollen sus habilidades.
-  Atraer la atención de las y los participantes.
-  Ayudar a la formación de imágenes concretas, dado que cada persona puede percibir la información oral o escrita de acuerdo a su capacidad de discriminación, su discernimiento y sus experiencias anteriores.
-  Favorecer la formación de conceptos exactos, principalmente con respecto a temas de difícil observación directa.

¿QUÉ SE TIENE QUE TOMAR EN CUENTA PARA UTILIZAR LOS LAMINÓGRAFOS Y /O CUALQUIER OTRO MATERIAL DIDÁCTICO?

Considerar a los laminógrafos como un apoyo para los contenidos de la sesión, y no como un entretenimiento visual.

Seleccionar las láminas convenientes, de acuerdo a los objetivos de la sesión. **No necesariamente se deben utilizar todas las láminas en una sesión.**

Una lámina puede servir como **motor** para desarrollar una idea central.




¿CÓMO REALIZAR UNA ESTRATEGIA DE EDUCACIÓN PARTICIPATIVA DE DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS CON APOYO DE LAS LÁMINAS?

En este apartado se ofrecen **propuestas** para realizar las sesiones para mujeres y para hombres en las comunidades, siempre teniendo en mente que las **láminas** son el principal material didáctico con el que se cuenta.

Se recomienda que los grupos no sean mayores de 30 participantes, para que todos puedan trabajar efectivamente con la estrategia de educación participativa.

Para iniciar la estrategia de educación participativa hay que tomar en cuenta las recomendaciones que se dieron al principio de cómo iniciar una **sesión de trabajo**. **Como primer paso es muy importante** presentarse como coordinador facilitador.

La sesión deberá trabajarse en tres momentos:

-  El primero está destinado a romper el hielo, crear un ambiente de confianza y que las y los participantes se conozcan entre sí. En este manual se presentan dos **técnicas rompehielo**, elige la que te haga sentir más cómoda/o y que creas que se ajusta a las características de tu grupo.
-  En el segundo se trabaja sobre los derechos sexuales y reproductivos, también se puede elegir entre dos técnicas, de acuerdo a las necesidades grupales.
-  El tercer momento es para hacer las conclusiones, cerrar el tema y despedirnos.

TÉCNICAS PARA EL PRIMER MOMENTO: LA PRESENTACIÓN

OPCIÓN 1: LOS PAPELITOS

¿Qué quiero lograr?

Que las y los participantes se conozcan entre sí y se genere un clima de confianza que facilite el aprendizaje.










¿Cuánto tiempo dura este ejercicio?

15 minutos

¿Qué necesito?

Hojas de papel, tijeras, una pluma y/o lápiz por participante y una bolsa de plástico o un bote.

¿Cómo lo realizo?

-  Divide las hojas en 6 partes y a cada participante dale un papelito y una pluma o lápiz.
-  Pide que anoten su comida favorita, su programa favorito y alguna actividad que les guste practicar. Es importante que **no** anoten su nombre en el papel.
-  Indícales que deben doblar el papel, y que lo depositarán en la bolsa o bote que tú pasarás, como si fueran a hacer una rifa.
-  Revuelve bien y pídeles que saquen un papel, es muy importante que se fijen en que no les toque el suyo, debe ser el de alguien más.
-  Deben buscar a la dueña o dueño del papel y pedirle que les explique más sobre sus gustos.
-  Cuando todas y todos hayan encontrado a las dueñas o dueños del papel, solicita que formen un círculo.
-  Cada persona deberá presentar a la compañera o compañero que “entrevistó”.
-  Cuando todas y todos hayan terminado de presentarse explica que una vez que se conocen pueden trabajar sobre el objetivo de la sesión: que en este caso consiste en que todas y todos conozcan, exijan y respeten los derechos sexuales y reproductivos.
-  Al finalizar agradece al grupo y pasa al siguiente momento.

OPCIÓN 2: SALUDO DOMINICAL

(PARA GRUPOS EN LOS QUE LOS PARTICIPANTES YA SE CONOCEN).


¿Qué quiero lograr?


Que las y los participantes se conozcan entre sí y se genere un clima de confianza que facilite el aprendizaje.


¿Cuánto tiempo dura este ejercicio?


15 minutos


¿Cómo lo realizo?

 Pídele al grupo que se ponga de pie al centro del salón.


 Solicita que se imaginen que se encuentran en el mercado, o bien en la plaza de la comunidad y que por ser un día festivo todos los vecinos han salido a convivir en un ambiente relajado.

 Pídeles que caminen tranquilamente entre las demás personas, y que cada vez que se encuentren con alguien, le den la mano, le saluden por su nombre y le pregunten cómo se encuentra ese día.

 Indícales que cuando hayan saludado a todas y todos los participantes, podrán sentarse.




Cuando todo el grupo se encuentre sentado, pregúnteles cómo se sienten.



Cuando todas y todos hayan terminado de presentarse explica que una vez que se conocen pueden trabajar sobre el objetivo de la sesión: que en este

caso consiste en que es todas y todos conozcan, exijan y respeten los derechos sexuales y reproductivos



Agradece al grupo e indique que pasarán al siguiente momento.

TÉCNICAS PARA EL SEGUNDO MOMENTO: **MIS DERECHOS**

OPCIÓN 1: CONOCIENDO MIS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS (PARA GRUPOS DE MÁS DE DIEZ PARTICIPANTES).

¿Qué quiero lograr?

Que las personas identifiquen la importancia de conocer, ejercer y defender sus derechos sexuales y reproductivos

¿Cuánto tiempo dura este ejercicio?

60 minutos.

¿Qué necesito?

Juego de 20 láminas con ilustraciones que muestran el ejercicio y la violación de cada uno de los 10 derechos


Juego de 10 tarjetas con el nombre y explicación de cada uno de los derechos.

¿Cómo inicio la sesión?

- ☞ Pide al grupo que formen equipos (el número de equipos depende del tiempo y del número de integrantes)
- ☞ A cada equipo se le distribuye uno o dos tarjetas con el nombre y descripción de un derecho.
- ☞ En el piso o en una mesa, extiende las láminas, para que queden a la vista de todo el grupo.
- ☞ Explica que hay láminas que ejemplifican el ejercicio del derecho, mientras que otra ejemplifica la violación al mismo derecho.
- ☞ Pídeles que observen detenidamente todas las láminas, y que identifiquen la imagen que corresponde a la tarjeta con el nombre o descripción del derecho asignada a su equipo, así como la lámina que muestra la violación al mismo. A cada tarjeta descriptiva le corresponden dos láminas. Por ejemplo,


puedes indicarles: ...ustedes tienen una tarjeta que describe un derecho, busquen el dibujo que ejemplifica ese derecho, y posteriormente, busquen el dibujo que ejemplifica la violación a ese mismo derecho. Al final cada quien tendrá una tarjeta con la descripción y las dos láminas”. Es importante que esta parte del ejercicio se haga de manera dinámica y rápida.


- ☞ Pídeles que conversen sobre las situaciones que se presentan en las dos láminas que hablan sobre el mismo derecho. Es importante que comenten sobre los beneficios de ejercer ese derecho y sobre las consecuencias de no ejercerlo. Indica que cuentan con 15 minutos para platicar y llegar a hacer conclusiones.
- ☞ Cuando todos los equipos hayan concluido la conversación, pídeles que cada equipo explique a todo el grupo el derecho que les tocó analizar.


 Cuando los equipos terminen, pregúntale al grupo ¿Por qué creen que los de-


rechos sexuales y reproductivos son importantes para la vida de las personas?

Termina señalando que:

 Los derechos son para todas las personas, sin importar género, edad o nivel socioeconómico.

 Los derechos sexuales y reproductivos pueden ayudar a que las personas mejoren su calidad de vida.

 Ejercer los derechos sexuales y reproductivos nos ayuda a cuidar mejor nuestra salud.

 Hay instancias que nos protegen cuando nuestros derechos no son respetados.

OPCIÓN 2: MEMORAMA DE LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS: PARA GRUPOS DE DIEZ O MENOS PARTICIPANTES

¿Qué quiero lograr?

Que las personas identifiquen la importancia de conocer, ejercer y defender sus derechos sexuales y reproductivos.


¿Cuánto tiempo dura este ejercicio?


60 minutos

¿Qué necesito?


Juego de 20 laminas con ilustraciones que muestran el ejercicio y la violación de los cada uno de los 10 derechos


¿Cómo la realizo?


 Pega las tarjetas con la descripción de cada uno de los 10 derechos en el rotafolio o en una pared, de manera que queden a la vista de todo el grupo.

 Extiende las láminas en una mesa o en el piso para que todo el grupo pueda ver las ilustraciones. Explica que para cada una de las tarjetas con la descripción del de-


recho, corresponden dos láminas: una en la que se ilustra el ejercicio del derecho y otra en la que se ilustra su violación.


 Explica que harán un juego parecido al memorama, y que cada persona deberá ubicar las láminas que ilustran el ejercicio y la violación del derecho. Explica que todas y todos participarán y pasarán por turnos. Señala que no es una competencia ni mucho menos un examen de conocimientos, por lo que si alguien tiene dudas o no logra identificar los derechos, recibirá apoyo por parte de la o el facilitador y del grupo.


 Solicita que formen parejas. Asegúrate de revolver las láminas y colócalas sobre el suelo de forma desordenada, volteadas hacia abajo, de manera que el grupo no pueda ver las ilustraciones de las láminas.


 Pide a la primera pareja que pase y que levante dos láminas, deben encontrar la lámina que ilustra el ejercicio de un derecho junto con la ilustración que representa una violación a ese mismo derecho.


Si encuentra el par, deberá explicar de qué derecho se trata y por qué las láminas lo ilustran, y colocar el par de láminas bajo la tarjeta con el nombre del derecho.

 En caso de que no encuentren un par, deberán voltear nuevamente las láminas y dejarlas en su lugar.

 Así pasarán todas las parejas y se harán tantas vueltas como sea necesario hasta que se hayan formado todos los pares.

 En caso de que la pareja no logre identificar si las láminas que han levantado forman un par, o, no sabe a qué derecho se refiere, pide la cooperación del grupo y apoya la discusión.

 Cuando se hayan encontrado todos los pares de tarjetas, solicita que se sienten en círculo.

 Termina preguntando, ¿por qué es importante conocer los derechos sexuales y reproductivos?.

Señala que:

👉 Los derechos son para todas las personas, sin importar género, edad o nivel socioeconómico.

👉 Ejercer los derechos sexuales y reproductivos nos ayuda a cuidar mejor nuestra salud.

👉 Los derechos sexuales y reproductivos pueden ayudar a que las personas mejoren su calidad de vida.

👉 Hay instancias que nos protegen cuando nuestros derechos no son respetados.



INFORMACIÓN DE APOYO PARA EL EJERCICIO DE NUESTROS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

INSTITUCIÓN	CONTACTOS
Comisión Nacional de los Derechos Humanos	Lada sin costo 01800 715 2000 http://www.cndh.org.mx/
Comisión Nacional de Arbitraje Médico	Lada sin costo 01800-711-0658
Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación	(0155) 52 62-14 90 http://www.conapred.org.mx/
EN ESTE ESPACIO AGREGUE LOS DATOS DE LAS INSTANCIAS LOCALES ESPECIALIZADAS EN LA DEFENSA DE LOS DERECHOS HUMANOS. RECUERDA QUE DE ACUERDO AL ESTADO EN EL QUE VIVES PUEDE LLAMARSE COMISIÓN O PROCURADURÍA.:	

TÉCNICA PARA EL TERCER MOMENTO: LA DESPEDIDA




¿Qué quiero lograr?

Que las y los participantes compartan con el grupo sus sentimientos e impresiones sobre la sesión.

¿Cuánto tiempo dura este ejercicio?

15 minutos

¿Cómo cierro mi sesión?

-  Pide a los participantes que formen un círculo.
-  Solicítales que compartan con el grupo lo que aprendieron y que sentimientos les generó la sesión así como lo que les pareció más importante.
-  Agradece la participación.



BIBLIOGRAFÍA

Abatte, Paola (1997). **Jornadas de Conversación sobre Afectividad y Sexualidad**. Revisada en 1999, Ministerio de Educación, Programa de la Mujer.

Aguilar, J., Mayén, B (2001) **La salud sexual y reproductiva en la adolescencia: un derecho a conquistar. Manual educativo para prestadores de servicios de salud**. México: CELSAM Latinoamérica, CELSAM México, EXPLORA, ISSSTE, UNFPA.

APRENDERH A.C. (2000) **Material de apoyo para la educación en derechos humanos. Reglitas. Género y Derechos Humanos. Reflexiones y Dinámicas sobre la igualdad de género**. Querétaro.

CIMAC Noticias (2002) **Beneficios de la Ley General de Población 20 años después**. Consultado el 10 de febrero de 2009 en <http://www.cimacnoticias.com/noticias/02oct/s02100806.html>

CIMAC Noticias, (2004) **Actualizan planificación familiar contra embarazos no deseados**. Consultado el 10 de febrero de 2009 en <http://www.cimacnoticias.com/noticias/04ene/04012210.html>

Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal, Afluentes S.C. Organización de las Naciones Unidas(1995) Conferencia Mundial sobre Población y Desarrollo. **Resumen del Programa de Acción**. Consultado el 1 de abril de 2009 en <http://www.un.org/spanish/conferences/accion2.htm#cap1>

Comité promotor por una maternidad sin riesgos en México (2006) **Hacia la prevención de la mortalidad materna, guía para una estrategia comunitaria**, México, DF.

Fundación Mexicana para la Planeación Familiar, A. C., (2004) **Manual de apoyo para la utilización del laminógrafo para el tema de pubertad y el proceso reproductivo**. México, DF, Mexfam.

Fundación Mexicana para la Planeación Familiar A.C. (1995) **Perspectiva hacia el siglo XXI. La nueva cultura de la salud sexual.** México: Mexfam

Grupo de Información en Reproducción Elegida A.C. (2005) **¿Qué son los derechos reproductivos?** Consultado en www.gire.org.mx/contenido.php?informacion=103 el 19 de enero de 2009.

Instituto de Liderazgo Simone de Beauvoir A.C. (2004) **Jóvenes Sexualidad y Derechos Cartas de Navegación.** México: ILSB A.C.

Isis Internacional (2009) **Conferencias Internacionales.** Consultado el 15 de enero de 2009 en <http://www.isis.cl/temas/conf/index.htm>

Mayén Hernández, Beatriz Ledesma Juan Carlos, Zúñiga Juan, Martínez Lizbeth y Zárate Juan Mario, (sin año) **Una mirada rápida a los derechos sexuales de los jóvenes.** México: Afluentes, S. C. e IMSS Oportunidades. Consultado el 19 de noviembre de 2008 en www.explora.org.mx/documentos/cuadroscontenidosrotafoliosdef.doc

Mesa, Alicia, Suárez, Claudia, Brenes, Víctor, Rodríguez Gabriela, Mayén Beatriz y Santos Elsa (2006) **Marco Internacional y Nacional de los Derechos Sexuales de Adolescentes.** México: Comisión de Derechos Humanos de Distrito Federal, Afluentes S.C.

Red Democracia y Sexualidad. **Los derechos sexuales son derechos humanos: Carpeta informativa sobre el marco legal de los derechos sexuales de las y los jóvenes en México.**

Red por los Derechos Sexuales y Reproductivos en México (2008) **Derechos sexuales.** Consultado en www.ddser.org el 19 de enero de 2009.

World Health Organization (2006) **Sexual Health.** Consultado el 13 de enero de 2009 en <http://www.who.int/reproductive-health/gender/sexualhealth.html#2>

GLOSARIO

Conferencia internacional: Tratado internacional en el que participan representantes de diferentes países y que diferentes gobiernos del mundo se comprometen a respetar.

Constitución política: Documento que indica cuáles son los derechos y las obligaciones de las diferentes instancias de gobierno, cómo deben relacionarse entre ellas y con las y los ciudadanos. En este documento se garantiza al pueblo derechos y libertades.

Derechos: Libertades e instituciones a los que todas las personas debemos tener acceso, sin distinción. Estas libertades e instituciones deben garantizar el acceso a servicios y bienes que nos ayuden a tener una vida digna.

Derecho internacional: Principios y normas que indican como deben relacionarse los países entre sí.

Discriminación: Situación en la que una persona o un grupo de personas reciben un trato desfavorable, con lo que se pierde la igualdad de oportunidades y por lo tanto, hay una desventaja para desarrollarse de manera adecuada.

Espaciamiento entre embarazos: Se refiere al tiempo que se deja pasar entre un embarazo y otro.

Estado: Forma de organización social, soberana y que tiene el poder administrativo y de regulación sobre un determinado territorio. Para que un Estado sea reconocido debe tener organismos para institucionalizar su autoridad.

Equidad: Medida dirigida a cubrir las desigualdades de género.

Grupos en situación de discriminación: Todos aquellos que sufran de cualquier distinción, exclusión o restricción que, basada en el origen étnico o nacional, sexo, edad, discapacidad, condición social o económica, condiciones de salud, embarazo, lengua, religión, opiniones, preferencias sexuales, estado civil o cualquier otra, tenga por efecto impedir o anular el reconocimiento o el ejercicio de los derechos y la igualdad real de oportunidades de las personas

Gobierno: Órgano al cual la Constitución le ha atribuido el poder ejecutivo sobre una sociedad y que generalmente está a cargo de un Presidente.

Igualdad: Parte de que todas las personas tienen los mismos derechos y libertades para desarrollar sus habilidades y hacer elecciones sin estar limitadas por estereotipos de género o prejuicios.

Jóvenes: Todas las personas entre los 10 y los 24 años de edad.

Laico: Se refiere a que la organización del Estado (formas de gobierno, leyes, educación) debe formarse y trabajar sin influencia de ninguna creencia religiosa.

País: Hace referencia a una nación o a un territorio.

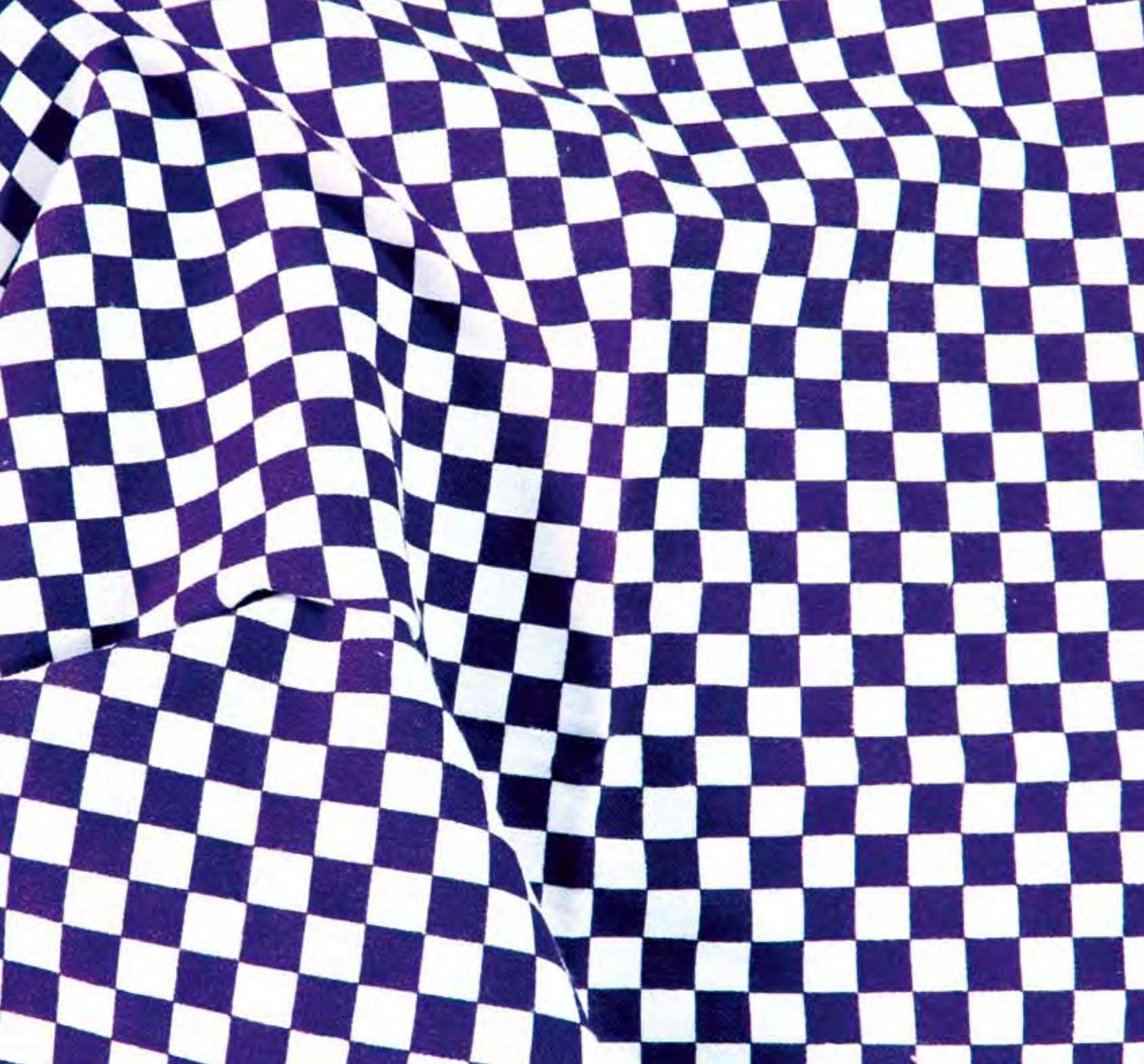
Salud sexual: Estado de bienestar físico, emocional, mental y social relacionado con la sexualidad. No se refiere sólo a que no existan enfermedades, sino a que las personas se sientan bien emocionalmente y con las relaciones sexo-afectivas que establecen con las personas.

Salud reproductiva: Estado de bienestar físico, mental y social, en todos los aspectos relacionados con la reproducción y la capacidad de decidir de manera libre e informada el número y espaciamiento de los hijos –o incluso el no tenerlos–, sus funciones y sus procesos. Es decir, es la capacidad de los individuos y de las parejas de disfrutar de una vida sexual y reproductiva satisfactoria, saludable y sin riesgos, con la absoluta libertad de decidir.

Tratado internacional: Acuerdo entre dos o más países, organizaciones y/o instituciones a nivel internacional. Estos acuerdos pueden recibir el nombre de carta, protocolo o convención, entre otros y se redactan tomando en cuenta las leyes que rigen la convivencia entre los países del mundo.

Población vulnerable: todos aquellos grupos de la población que históricamente han sido relegados por su raza, idioma, edad, género, orientación sexual o por tener alguna discapacidad.

Violencia contra las mujeres: es toda acción u omisión que basada en el género y derivada del uso y abuso del poder, tiene por objeto causarnos un daño o sufrimiento físico, psicológico, emocional, patrimonial, económico, sexual o la muerte, tanto en los espacios públicos (como la colonia, el metro, un parque, etcétera) como privados (la casa, la escuela y el trabajo).





Manual para trabajar el laminógrafo de derechos sexuales y reproductivos en comunidades rurales y urbanas.

se terminó de imprimir en enero de 2011 en los talleres de Becker and Marcus, S. A. de C. V. en la ciudad de México.

Su tiraje fue de 1000 ejemplares.



Fundación Mexicana para la Planeación Familiar, A. C.
Juárez #208, col. Tlalpan, del. Tlalpan, C. P. 14000, México, D. F.
Tel.: 01 (55) 5487-0030 y Fax: 5487-0042
www.mexfam.org.mx