

¿Qué es la SEXUALIDAD?

*Una historieta que promueve la educación
integral en sexualidad para jóvenes*





Este material fue elaborado en el marco de la Estrategia de Educación Integral en Sexualidad y Prevención de la Violencia en el Ministerio de Educación MINEDUC. Este cómic forma parte de la serie “Educación Integral en Sexualidad y Prevención de la Violencia para el diálogo con jóvenes sobre sus planes de vida”.

Guatemala 2015. La presente publicación se realiza en el marco del Programa de País de UNFPA 2015-2019, en apoyo al Ministerio de Desarrollo Social (MIDES) para la implementación de la Educación Integral en Sexualidad en ámbitos no formales, como respuesta a las prioridades del Gabinete Específico de la Juventud.

Cooperación y asistencia técnica:

Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA)
Organización de las Naciones Unidas para la Educación, las Ciencias y la Cultura (UNESCO)

Texto base: Mgtr. Carolina Naranjo Hernández

Coordinación editorial

Licda. Cecilia Alfaro Quesada
Mgtr. José Roberto Luna
Mgtr. Lucía Verdugo Urréjola
Mgtr. Nelly Castillo Estrada

Corrección de texto:

Lic. Pablo de la Vega

Diseño gráfico e ilustración:

Mgtr. Pedro Méndez
Licda. Diana Perén

Los textos incluidos en esta publicación no reflejan necesariamente las opiniones de UNFPA y UNESCO. Este documento es para distribución general. Se reservan los derechos de autoría y se autorizan las reproducciones y traducciones siempre que se cite la fuente. Queda prohibido todo uso de esta obra, de sus reproducciones y traducciones con usos comerciales.

Presentación

Como jóvenes tenemos muchas preguntas, curiosidades e intereses por saber y conocer más sobre qué es la sexualidad. Algunas de esas preguntas tienen que ver con nuestro propio cuerpo: ***¿cómo son mis órganos sexuales y cómo funcionan? ¿qué cambios experimenta mi cuerpo?***

Otras, sobre cómo nos relacionamos con los demás a través de lo que somos: ***¿quiero tener novio o novia? ¿cuándo quiero tenerlo? ¿cómo quiero que sea esa relación? ¿qué espero de mi pareja? ¿puedo hablar de sexualidad con mis papás? ¿qué aprendo en mi comunidad sobre educación en sexualidad? ¿y en la escuela? ¿puedo preguntarle a mi maestro o a mi maestra mis dudas?***

Conocer nuestra sexualidad nos toca profundamente desde lo que somos hasta la forma en que nos relacionamos con los demás y con el mundo que nos rodea; la forma en que somos, sentimos, pensamos, hacemos y nos relacionamos.

Todas las respuestas que buscamos nos dan claves importantes para decidir qué queremos de nuestro futuro y cómo imaginamos que será nuestra vida, ayudándonos a tomar importantes decisiones que vayan dando forma a nuestro propio *plan de vida*.

¿Qué me gustaría estudiar?

¿En qué quisiera trabajar?

¿Qué lugares deseo conocer?

¿Me gustaría formar una familia?

¿Cuándo quisiera hacerlo?

¿Quiero tener hijos e hijas?

¿Cuándo quiero tenerlos?

¿Cuántos me gustaría tener?

Preguntarnos acerca de nuestro pasado, presente y futuro, ayuda a conocernos, a cuestionar lo que somos y a reflexionar sobre lo que queremos ser. En este viaje de descubrimiento, acompañaremos a Ixmucané, Ixchel, Carlos, José, Luisa, Mateo y Atli'n, reflexionando sobre la educación integral en sexualidad.

¡Únete a ellos y a ellas en la búsqueda de las respuestas para construir tu propio plan de vida!



Competencias del CNB

Antes de comenzar nuestra lectura, *¿qué competencias del Curriculum Nacional Base trabajaremos?*
Veamos un poco qué habremos puesto en práctica al finalizar el cómic:

- **Área de Comunicación y Lenguaje:**

Seremos capaces de argumentar y exponer nuestro punto de vista a cerca de distintos temas y de relacionarlos con nuestras propias experiencias. También podremos mostrar nuestras ideas dialogando con los demás.

- **Área de Ciencias Naturales:**

Nos conoceremos mejor al conocer con mayor profundidad nuestro cuerpo y su funcionamiento.

- **Área de Ciencias Sociales:**

Podremos adentrarnos en nuestra historia y en nuestro contexto para convertirnos en ciudadanos activos y motores de cambio en el desarrollo de nuestro país y de nuestra comunidad.

- **Área de Expresión Artística:**

Seremos capaces de expresar y comunicar nuestras ideas, emociones y sentimientos a través de diferentes manifestaciones artísticas como el teatro, la danza, la música y las artes plásticas.

- **Área de Productividad y Desarrollo:**

Exploraremos y generaremos creativamente soluciones para resolver problemas y necesidades de nuestra comunidad a partir de la información y de los recursos de nuestro entorno.

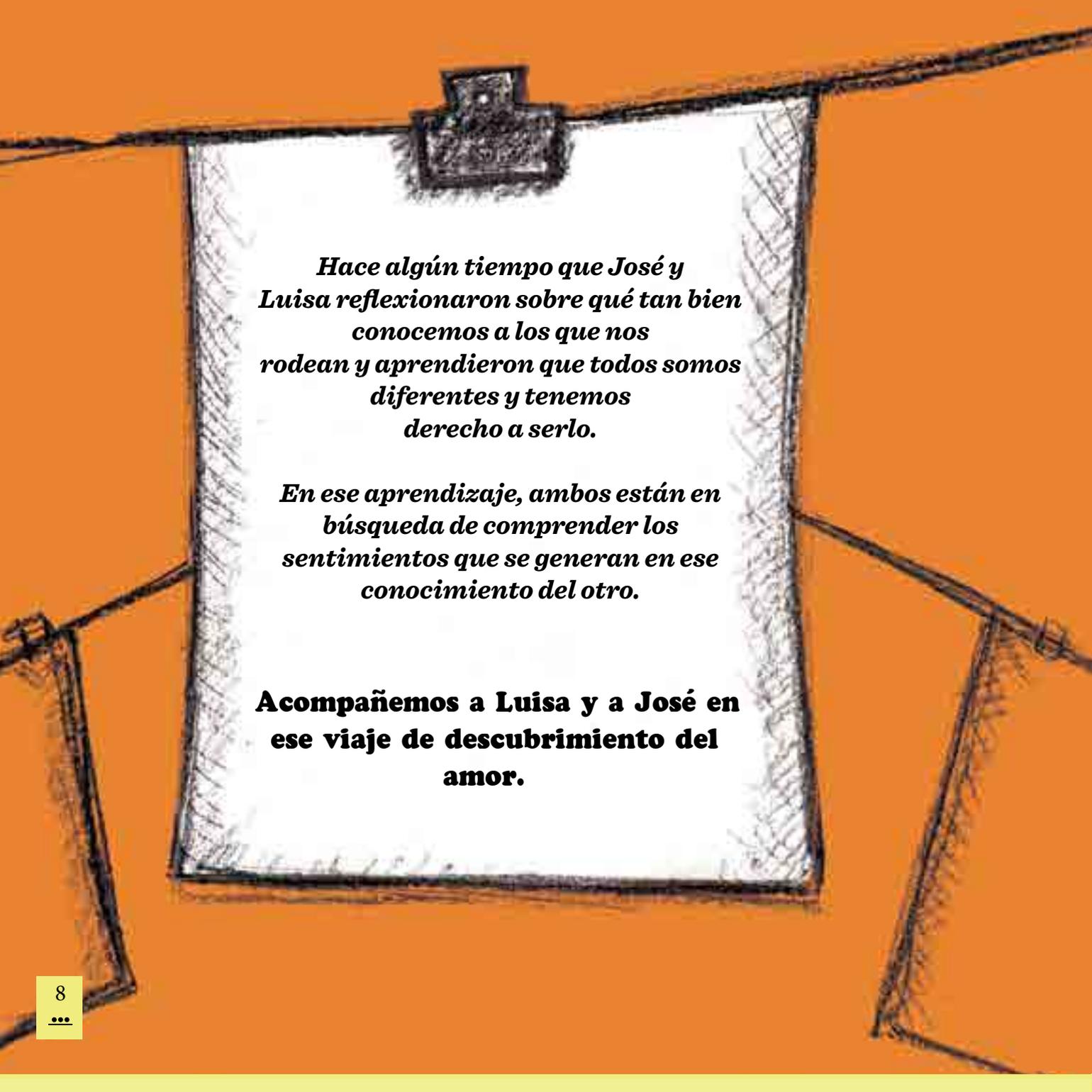
- **Área de Educación Física:**

Impulsaremos el cuidado de nuestra salud y de nuestro cuerpo para llevar un estilo de vida saludable y sostenible con el medio ambiente.



1

**AMOR Y
RELACIONES**
de pareja



Hace algún tiempo que José y Luisa reflexionaron sobre qué tan bien conocemos a los que nos rodean y aprendieron que todos somos diferentes y tenemos derecho a serlo.

En ese aprendizaje, ambos están en búsqueda de comprender los sentimientos que se generan en ese conocimiento del otro.

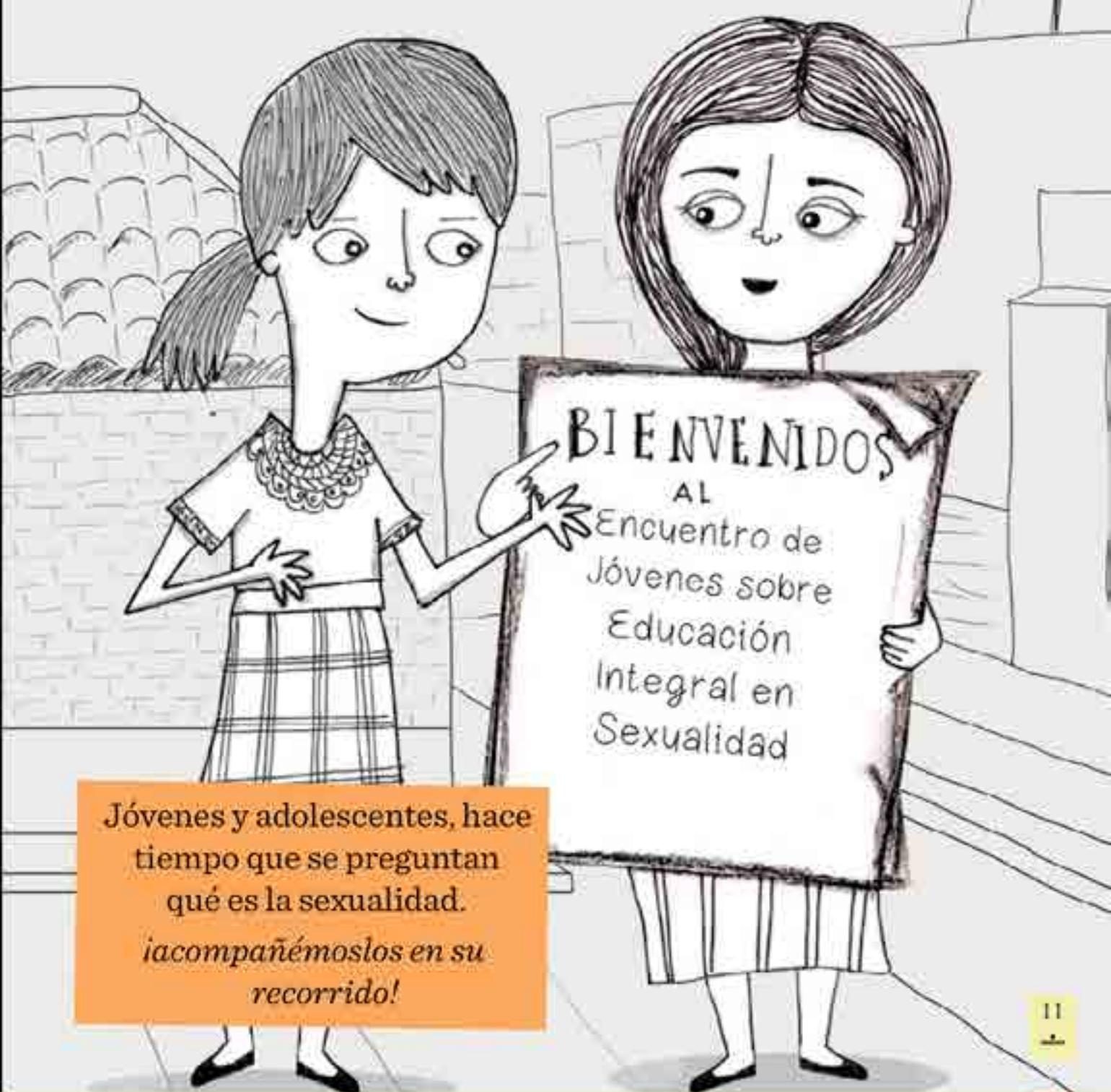
Acompañemos a Luisa y a José en ese viaje de descubrimiento del amor.



En esta ocasión, nuestros amigos viajarán desde la capital para visitar a su amiga Ixmucané, y asistir juntos al “Encuentro de Jóvenes sobre Educación Integral en Sexualidad”



En este nuevo viaje al conocimiento les acompañarán Atli'n y Mateo, los hermanos pequeños de Ixmucané y de Carlos.



Jóvenes y adolescentes, hace tiempo que se preguntan qué es la sexualidad. ¡acompañémoslos en su recorrido!

Hace algún tiempo que Luisa y José se preguntan ¿qué es esa nueva emoción que sienten cuando se miran y que les hace sentir mariposas en el estómago?

¿qué puede significar lo que están sintiendo?



¿Alguna vez te has preguntado cómo te ven los demás?

Las personas tenemos cualidades y defectos, y aunque a veces nos esforzamos por agradar, la mejor forma de que nos valoren es valorarnos.

Nuestros amigos y amigas conocen y aprecian nuestras cualidades, a veces, son características que tenemos en común y que nos unen, y otras, que nos diferencian, pero que nos complementan.



¿POR QUÉ ME
GUSTA JOSÉ?

¡Es que es bien
pilas!

¡Es alto y fuerte!

Está siempre
leyendo...

Qué chilero su
peinado...

¡Usa patinetas!

¡Le gustan los
perros!

¿Qué será esta emoción nueva que José y Luisa están experimentando?

El amor, la amistad y las relaciones sexuales implican distintas emociones que contribuyen a que una persona se sienta bien consigo misma... pero,

¿Se atreverán a decirse que se gustan?



Luisa y José conocen relaciones que no les gustan, en las que no hay respeto y hay violencia...

¿Cómo crees que debería ser un noviazgo saludable?

¿Qué características debería tener?

La igualdad entre hombres y mujeres forma parte de un noviazgo saludable, también el respeto y una buena comunicación.

QUIERO
QUE SEA
HONESTO

NO QUIERO
VIOLENCIA

QUIERO
RESPECTO

QUIERO
LIBERTAD

Si nos encontramos en una relación abusiva en la que una de las partes no trata bien a la otra,

¿qué podemos hacer?

Contar lo que sucede a alguien cercano y de nuestra confianza que nos pueda apoyar para salir de ese noviazgo en el que se nos está haciendo daño, sin ponernos en riesgo.



Creando ^{mi} plan de vida

Conocer, nuestras cualidades y defectos, es muy importante.

¿Conoces cuáles son tus cualidades?

¿Y tus defectos?

¿Qué crees que podrías hacer para corregir esos defectos?

Aceptarnos como somos nos ayuda a valorarnos, y así tener una autoestima saludable.

¿Qué puedes hacer para mejorar tu autoestima?

Ya hemos visto que Luisa y José querrían ser novios.

¿Y tú?

¿Has pensado tener una relación de noviazgo?

¿Cuándo te gustaría tenerla?

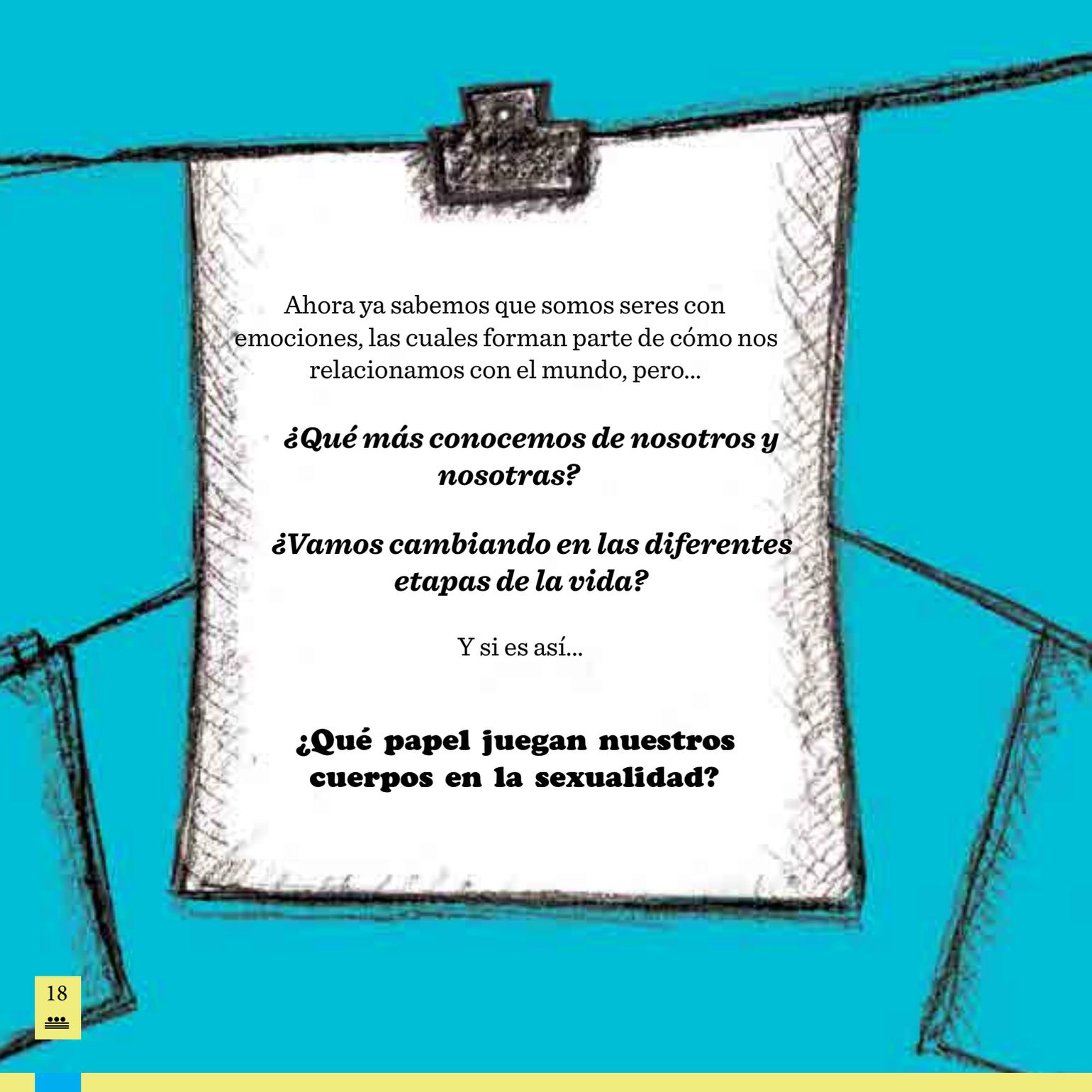
¿Cómo te gustaría que fuera la otra persona?

¿Qué características te parece que serían importantes y te gustaría que tuviera esta relación?



2

LAS
ETAPAS
de la vida



Ahora ya sabemos que somos seres con emociones, las cuales forman parte de cómo nos relacionamos con el mundo, pero...

¿Qué más conocemos de nosotros y nosotras?

¿Vamos cambiando en las diferentes etapas de la vida?

Y si es así...

¿Qué papel juegan nuestros cuerpos en la sexualidad?



En el primer día del Encuentro, el grupo de amigos y amigas van a escuchar una plática sobre los órganos sexuales masculinos y femeninos.

Mateo y Atli'n escuchan a la joven educadora y miran los posters que muestran los órganos sexuales sin entender nada.

¿Conoces cómo son nuestros órganos sexuales por dentro y por fuera?

¿
ENDOMETRIO
CLÍTORIS
VAGINA
MATRIZ
CÉRVIX
OVARIOS ÚTERO



¿QUÉ TE GUSTARÍA SABER? NO DEBÉS TENER PENA, TE EXPLICARÉ TODO LO QUE NECESITÉS

Para entender todos los cambios que vivirás muy pronto, es importante que conozcas cómo son tus órganos sexuales y cómo funcionan. También es natural sentir curiosidad por conocer cómo son los órganos sexuales del sexo opuesto.

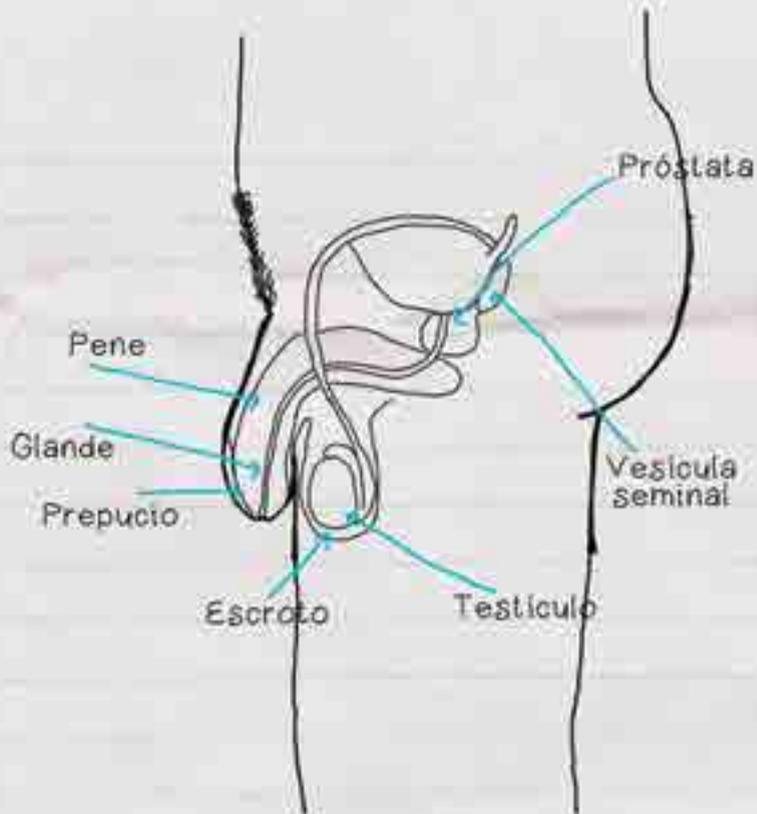


PENE GLANDE
PREPUCIO
VESÍCULA SEMINAL
PRÓSTATA
TESTÍCULOS

PREGUNTÁ TODO LO
QUE QUERRÁS, YO
TE EXPLICO.

Sabías que en los hombres desde la pubertad los testículos producen continuamente espermatozoides, que son los responsables de la fecundación.

Órganos sexuales del hombre



Órganos Sexuales de la mujer

**¿Cómo cambia
mi cuerpo?**

**¿Que más me
puede pasar?**



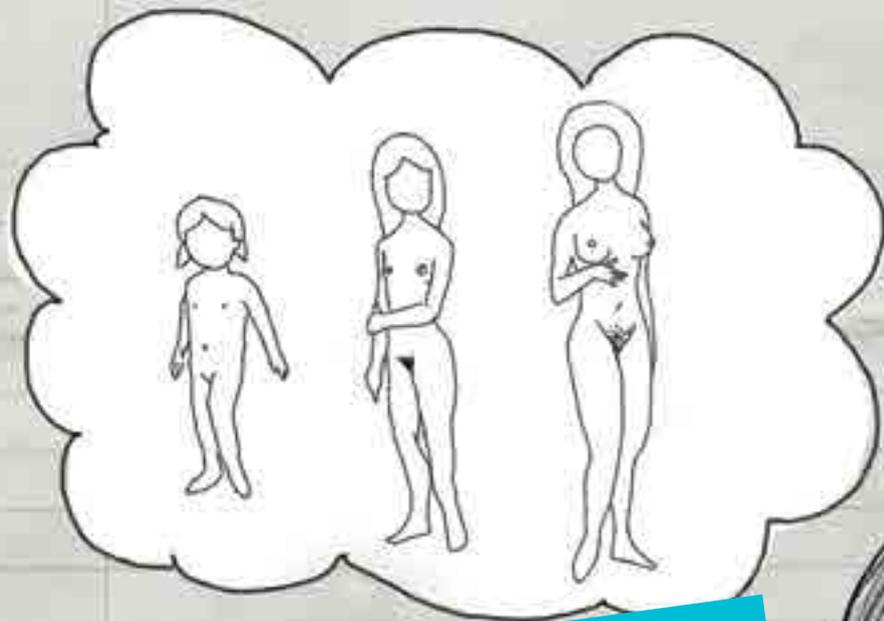
**Y cuando mi cuerpo
cambie...
¿podré tener bebés?**



ES IMPORTANTE QUE
CONOZCAS LOS CAMBIOS
QUE EXPERIMENTARÁS,
PORQUE DE ESTA
MANERA, CONOCERÁS
MEJOR TU CUERPO Y TE
SENTIRÁS BIEN CON ÉL.

Cuando te miras en el espejo, puedes ver cómo tu cuerpo va cambiando. Dejará de ser el de una niña y pasará a ser el de una mujer. Igualmente, los cuerpos de los niños experimentarán cambios que los transformarán en cuerpos de hombres. Todos esos cambios se producen en nuestros cuerpos al principio de la adolescencia en la etapa llamada **pubertad**.

Aparece vello en las axilas



Crecen los senos

Aparece la menstruación

Se afina la cintura y se ensanchan las caderas

Cambia la voz

Podría tener bebés

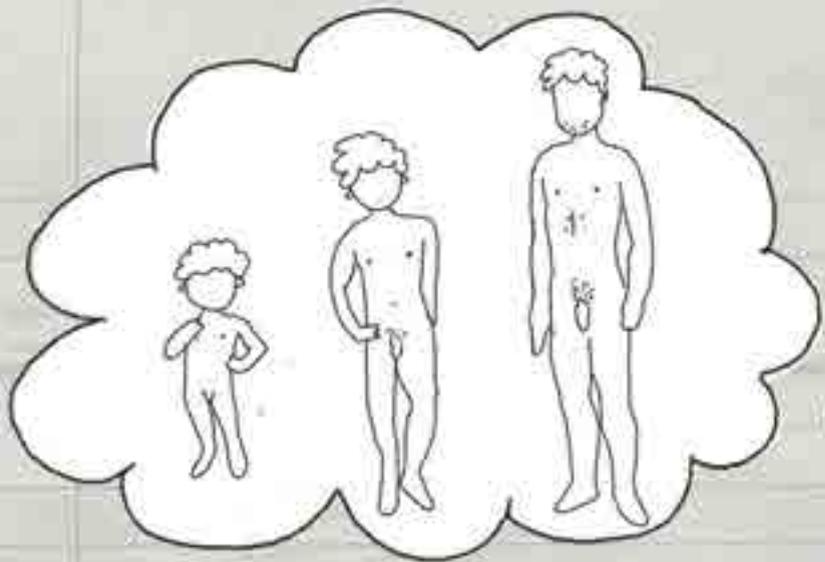




En la adolescencia no sólo nuestro cuerpo cambia, también descubrimos y reflexionamos sobre emociones que experimentamos. Nuestra manera de pensar y comprender el mundo cambia, te sientes más adulto que niño. También la forma de relacionarnos con los demás es diferente, buscamos más la compañía de los amigos y de las amigas que de los padres y madres.

¡Somos seres bio-psico-socio-afectivos!

SI VES QUE ESTOS CAMBIOS SE PRODUCEN EN OTROS NIÑOS Y NIÑAS QUE CONOCES ANTES QUE EN TI, NO DEBÉS PREOCUPARTE, PUES CADA PERSONA ES DIFERENTE Y TIENE SU PROPIO RITMO DE CRECIMIENTO...



Me cambia la voz

Crece barba y bigote

Crece pelo en el pecho y en las axilas

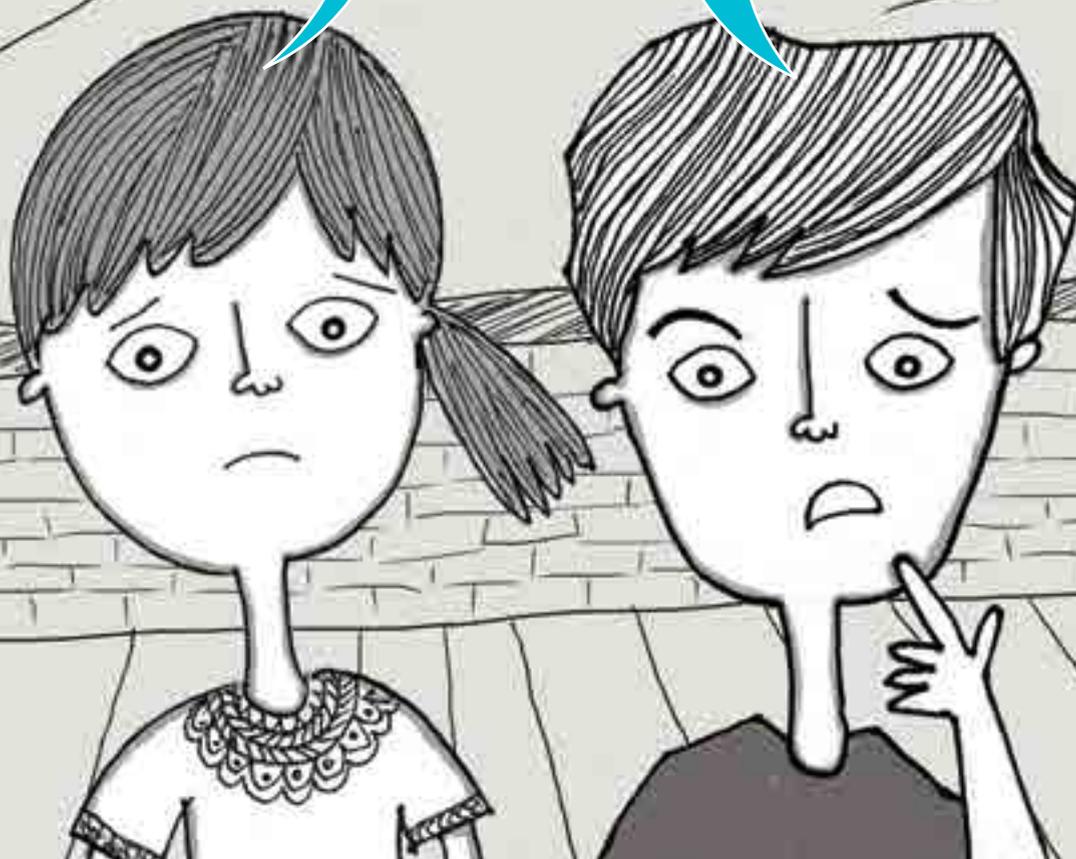
Crece el vello púbico

Crecen los testículos y el pene

Podría tener bebés



¿Y SI NUESTROS
CUERPOS NO SON TAN
BELLOS COMO LOS DE
LOS POSTERS?



Nuestro cuerpo es sólo nuestro y de nadie más, es el único que tenemos y por eso debemos amarlo y cuidarlo.

Todos los cuerpos son diferentes y hermosos, aceptarnos tal y como somos nos hace más bellos que nadie.



Creando ^{mi} plan de vida

Conocer nuestro cuerpo nos ayuda a tomar decisiones sobre nuestra sexualidad y sobre nuestra reproducción.

***¿Quiero tener un bebé?
¿Cuándo me gustaría tenerlo?***

Hasta que lo tenga...

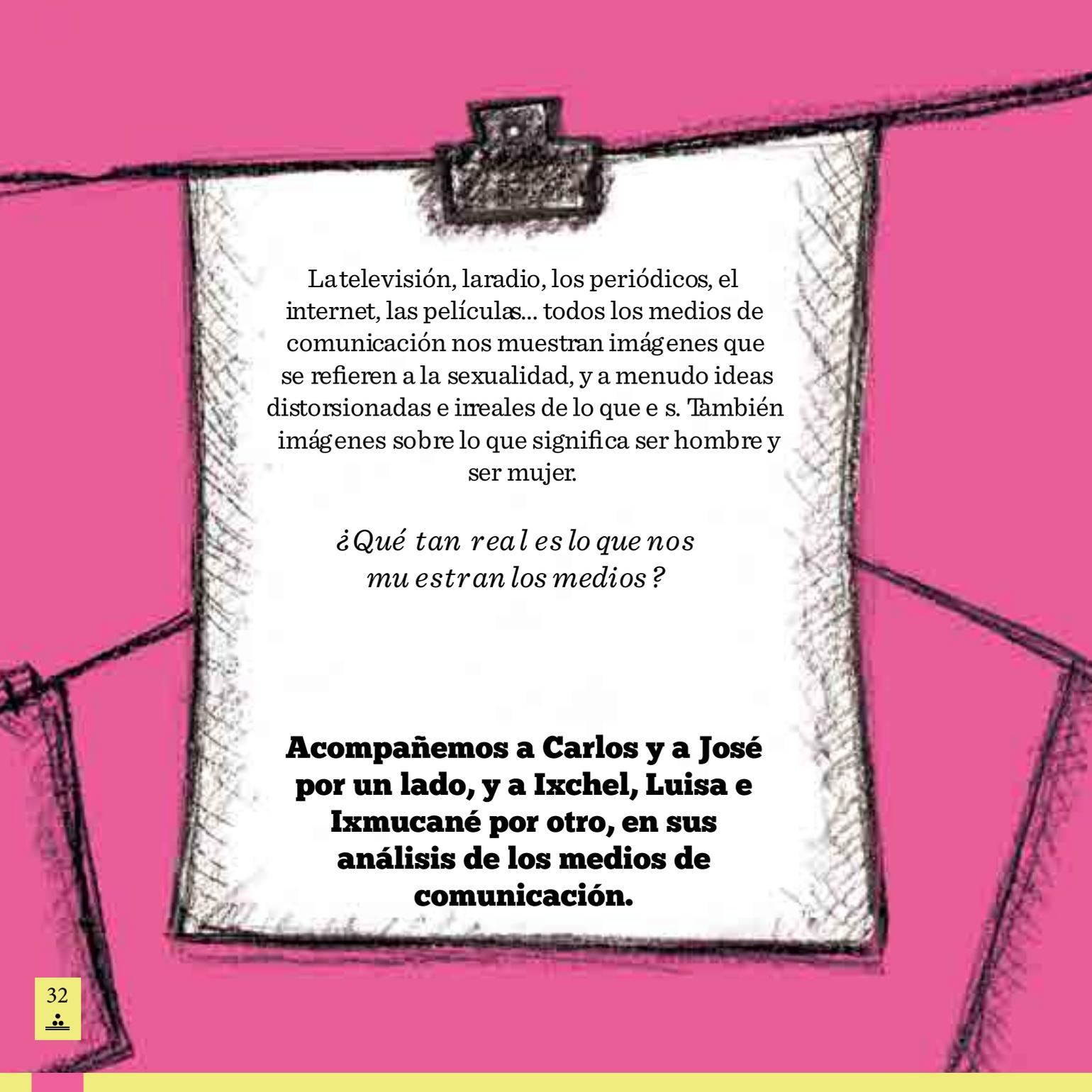
***¿Qué me gustaría estudiar?
¿En qué quisiera trabajar?
¿A dónde me entusiasmaría viajar?
¿Qué lugares desearía conocer?
¿En qué me gustaría utilizar mi tiempo libre?***

Te proponemos que realices un pequeño esquema de aquellas cosas que desearías hacer antes de plantearte formar una familia.



3

ROLES DE
GÉNERO,
CULTURA Y
sexualidad



La televisión, la radio, los periódicos, el internet, las películas... todos los medios de comunicación nos muestran imágenes que se refieren a la sexualidad, y a menudo ideas distorsionadas e irreales de lo que es. También imágenes sobre lo que significa ser hombre y ser mujer.

¿Qué tan real es lo que nos muestran los medios?

Acompañemos a Carlos y a José por un lado, y a Ixchel, Luisa e Ixmucané por otro, en sus análisis de los medios de comunicación.



¡GUAUUUUU!
¿VISTE QUÉ CHAVA?

Ya en la casa tras el segundo día del Encuentro, Carlos y José descansan en el sofá viendo una película. De repente, en un anuncio en la televisión aparece una mujer casi desnuda y posando de manera sensual.

**LAS MUJERES NO SON
OBJETOS COMO MUESTRA
LA TELEVISIÓN,
SON PERSONAS DIGNAS DE
RESPECTO**

A veces en los medios de comunicación vemos a las mujeres representadas como objetos y mercancías en venta. Las representan como seductoras, dependientes, frágiles, incluso poco inteligentes.

Los hombres son representados como fuertes, valientes, poderosos, que tienen que ganar siempre... pero...

¿qué tan reales son estas representaciones? ¿somos las mujeres y los hombres realmente así?



**¿Y LOS HOMBRES?
TAMPOCO SOMOS
TODOS FUERTES,
VIOLENTOS,
COMPETITIVOS...**



Muchos dicen que
¡Hay que tener
muchas novias
y ser fuerte!

La feminidad y la masculinidad son un conjunto de normas sociales en forma de deberes, expectativas y prohibiciones acerca del comportamiento que hombres y mujeres deben tener dentro de una determinada sociedad y en una cultura concreta.

¿Crees que estos roles se pueden cambiar y ser hombre y mujer de forma diferente?

PERO ESO ERA ANTES, AHORA
LOS JÓVENES PODEMOS SER
HOMBRES DE UNA MANERA
DIFERENTE

Expresar nuestras emociones

**Saber cocinar y cuidar
la casa para ser
independientes y
autónomos**

**Cuándo tengamos hijos
e hijas, disfrutar con
ellos siendo papás
cuidándolos y amándolos**



Al día siguiente, reunidos comentan...

¿QUÉ ES LA
SEXUALIDAD?

Cuando hablamos de sexualidad nos referimos tanto al sexo propiamente dicho, como al género y a nuestra identidad, a los afectos y amores, al erotismo y también a la reproducción; todo lo cual se expresa en creencias, actitudes, actividades, prácticas, pensamientos, fantasías y deseos.



Mientras tanto...

¡MIRÁ QUÉ CHAVA
TAN BONITA!

QUÉ PELO TAN
LARGO Y BRILLANTE



¡Y QUÉ
PIERNAS TAN LARGAS
Y QUÉ DELGADA!

La sociedad y los medios de comunicación imponen modelos de belleza que resultan casi imposibles de alcanzar. Si nos comparamos con esos patrones veremos afectada nuestra autoestima haciendo que no valoremos cómo somos, y sobre todo, que pensemos que nuestros cuerpos no son atractivos.

¡YO NO SOY ASÍ!
MI CUERPO ES FEO

Tenemos que querernos,
cuidarnos y aceptarnos tal
como somos.





¡NADA DE ESO!

**TODAS Y TODOS SOMOS PERSONAS
ÚNICAS, IRREPETIBLES, ESPECIALES Y
DEBEMOS VALORARNOS COMO SOMOS**

Creando mi plan de vida

Tras analizar los mensajes que nos da la sociedad y la publicidad sobre las representaciones de los hombres y de las mujeres, expresemos nuestras propias opiniones:

¿Cómo me reconozco y me valoro?

¿Qué mensajes he recibido que me hacen valorarme positiva o negativamente?

¿Cómo influye estas ideas en quien quiero ser en el futuro?

¿Cómo valoro a los demás?

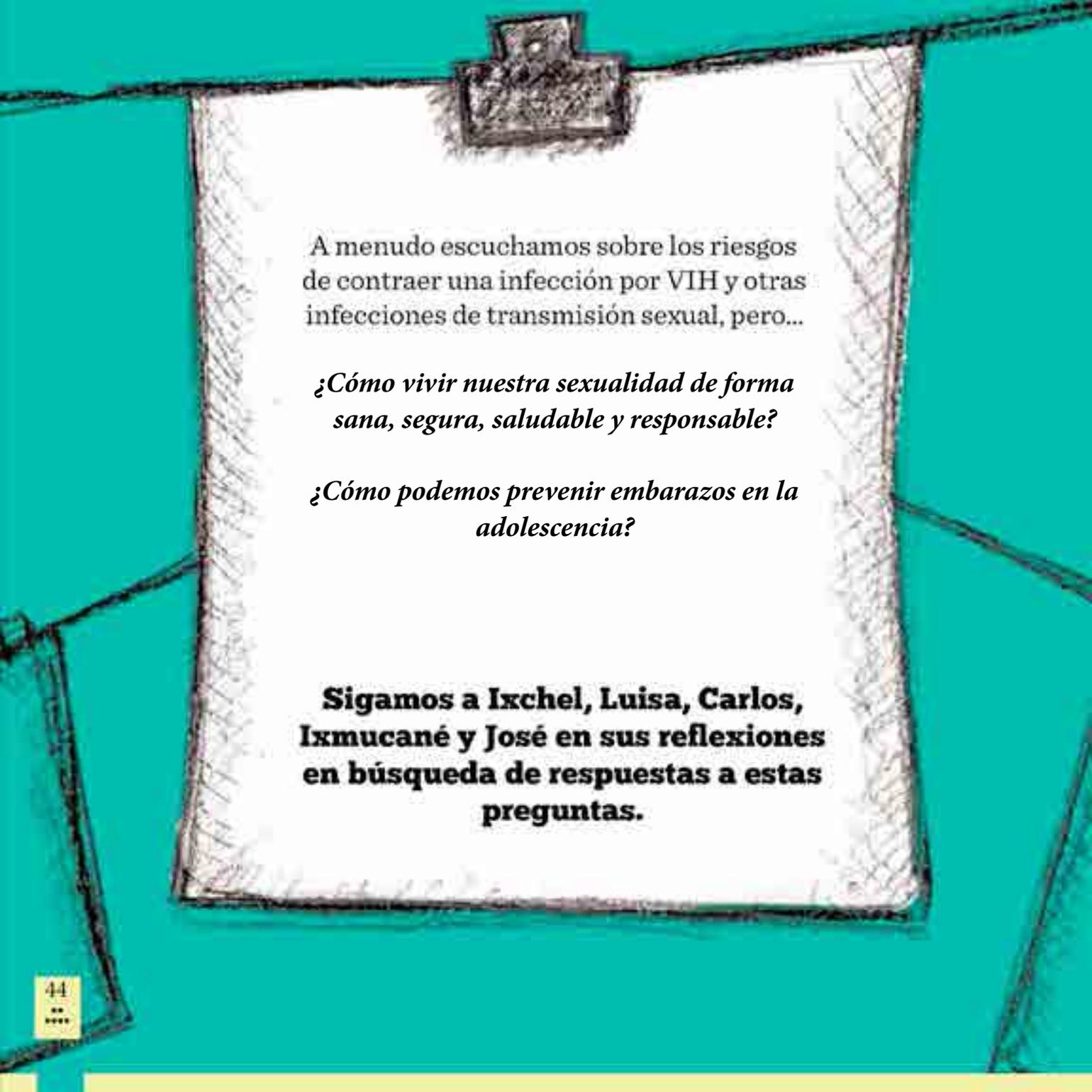
¿Qué buscamos en un muchacho o en una muchacha?

Te proponemos que realices un pequeño esquema de aquellas características que consideras importantes en ti mismo y en otras personas.



4

VIH E ITS,
PREVENCIÓN,
DEL EMBARAZO EN
adolescentes



A menudo escuchamos sobre los riesgos de contraer una infección por VIH y otras infecciones de transmisión sexual, pero...

¿Cómo vivir nuestra sexualidad de forma sana, segura, saludable y responsable?

¿Cómo podemos prevenir embarazos en la adolescencia?

Sigamos a Ixchel, Luisa, Carlos, Ixmucané y José en sus reflexiones en búsqueda de respuestas a estas preguntas.

A black and white line drawing of a woman with shoulder-length hair, wearing a white t-shirt, a dark jacket, and grey pants. She is pointing her right hand towards a poster on a wall. A large teal speech bubble is positioned above her, containing text. The poster she is pointing to has the text 'Solo tú decides tu futuro'. Below it, another poster says 'Cero estigma y discriminación'.

EL CONOCIMIENTO ES LA
PRIMERA MEDIDA PREVENTIVA.
CUANTO MÁS SEPAMOS, MÁS
POSIBILIDADES TENEMOS DE DECIDIR
SOBRE CÓMO VIVIR NUESTRA
SEXUALIDAD DE FORMA SEGURA.

Solo
tú decides
tu futuro

Cero estigma y
discriminación

En el tercer día del Encuentro, las amigas y los amigos asisten a una conferencia sobre qué es el VIH/Sida y otras Infecciones de Transmisión Sexual (ITS).

EL VIH SE PUEDE TRANSMITIR POR TENER RELACIONES SEXUALES SIN PROTECCIÓN

PERO NO SÓLO ASÍ, TAMBIÉN POR COMPARTIR OBJETOS PUNZANTES O CORTANTES QUE HAYAN ESTADO EN CONTACTO CON SANGRE INFECTADA COMO JERINGUAS, AGUJAS DE TATUAR...



ES IMPORTANTE DECIDIR QUÉ TIPO DE PRÁCTICAS SEXUALES QUEREMOS REALIZAR Y CUÁLES NO, Y SOBRE TODO CUIDARNOS Y PROTEGERNOS

A VECES, SE
DISCRIMINA A LAS PERSONAS
QUE VIVEN CON VIH.



El VIH no se adquiere por compartir cubiertos, beber del mismo vaso, abrazarse, tocarse, besarse, toser, estornudar, compartir un lugar de trabajo o utilizar el mismo baño.

HAGAMOS UNA SOCIEDAD MÁS
INCLUYENTE DONDE HAYA LUGAR PARA TODOS
Y PARA TODAS CON RESPETO Y DIGNIDAD.
¡ESO ES LO QUE QUEREMOS!



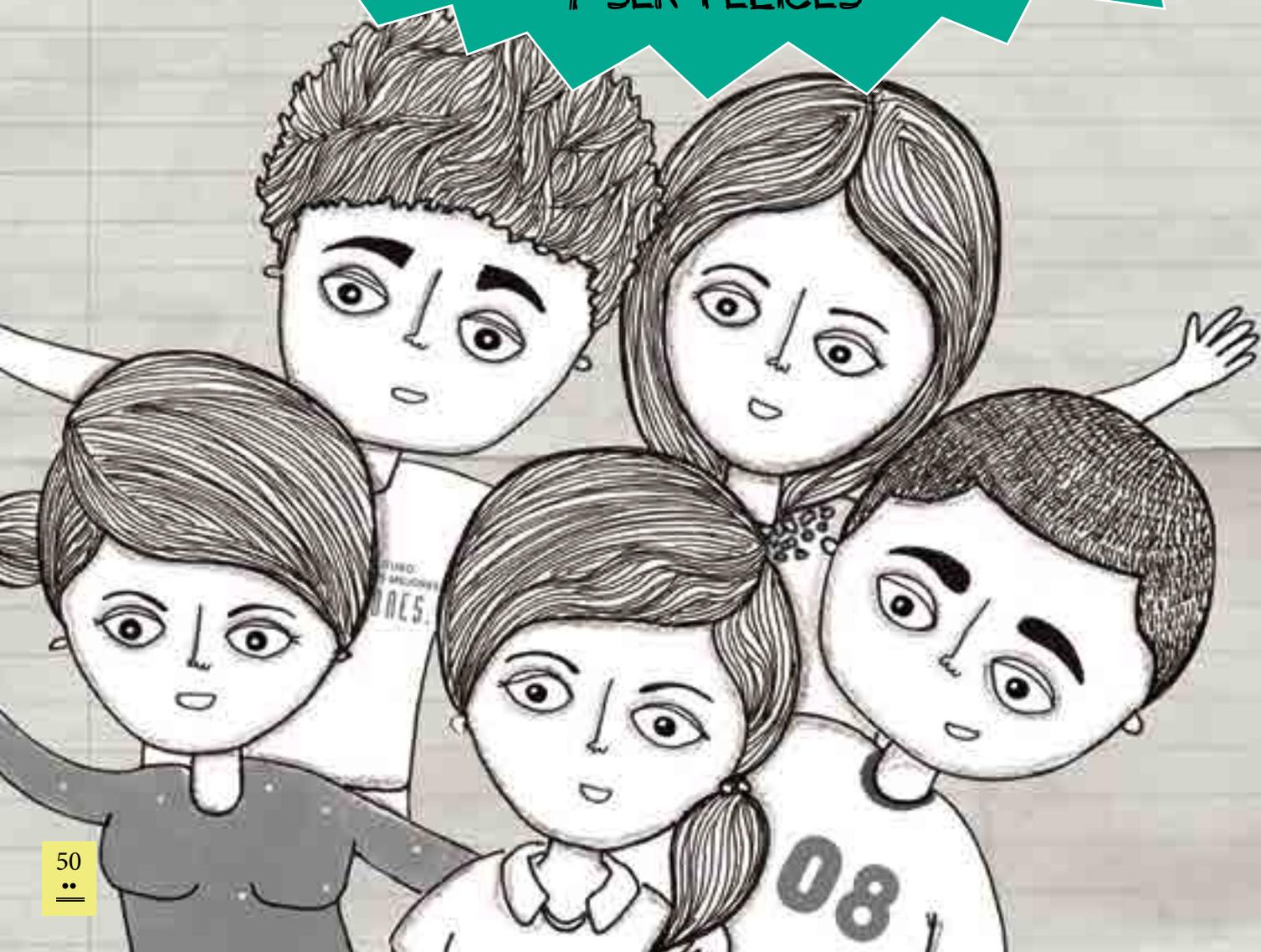
¡ESPEREN UN MOMENTO!
ENTONCES...
¿EL CONDÓN SÓLO
SIRVE PARA
PREVENIR EL VIH Y
OTRAS ITS?



El uso correcto de condones te protege frente a la infección por VIH, otras ITS y embarazos no deseados.

Cuando decidas, como parte de tu plan de vida, iniciar el ejercicio de tu sexualidad, usar condones u otros métodos anticonceptivos puede protegerte a ti, a tu pareja y a tu familia.

VIVIR UNA SEXUALIDAD SANA,
RESPONSABLE Y LIBRE DE VIOLENCIA
DEBE FORMAR PARTE DE NUESTRO
PLA DE VIDA PARA DESARROLLARNOS
Y SER FELICES



Creando mi plan de vida

Es importante aprender a elegir libremente y decir que no. Existen algunas ideas que pueden poner en riesgo nuestro bienestar y seguridad. Analicemos las siguientes ideas y discutamos por qué sí o por qué no son adecuadas para tomar decisiones que garanticen nuestra salud, libertad y bienestar:

A veces pensamos que si de verdad nos aman y amamos a la otra persona no es necesaria la protección.

Pensamos que si le decimos a nuestra pareja “no quiero” o “no haré nada sin protección”, provocaremos un conflicto y ya no nos querrá más.

El amor no está reñido con la protección.

El cuidado mutuo es un verdadero gesto de amor.

El respeto, la escucha activa y una buena comunicación en nuestras relaciones puede ayudarnos a decir con voz clara lo que deseamos y lo que no.

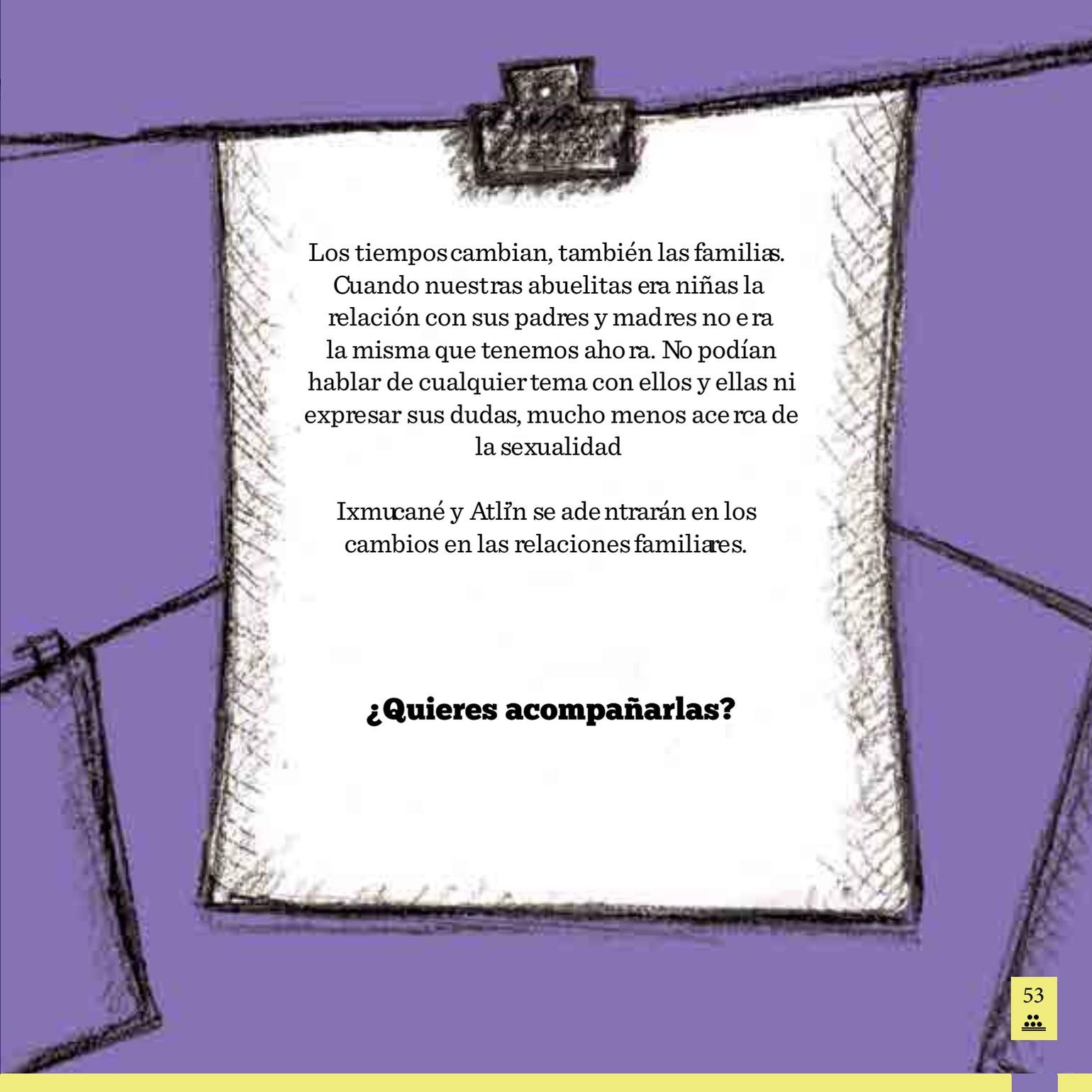
Reconocer mis límites y tomar decisiones cuando realmente me sienta preparado o preparada y no antes, aunque haya presiones, me ayudará a sentirme mejor conmigo mismo o conmigo misma.



5

FAMILIA

amigos y amigas



Los tiempos cambian, también las familias.
Cuando nuestras abuelitas era niñas la
relación con sus padres y madres no era
la misma que tenemos ahora. No podían
hablar de cualquier tema con ellos y ellas ni
expresar sus dudas, mucho menos acerca de
la sexualidad

Ixmucané y Atlñ se adaptarán en los
cambios en las relaciones familiares.

¿Quieres acompañarlas?

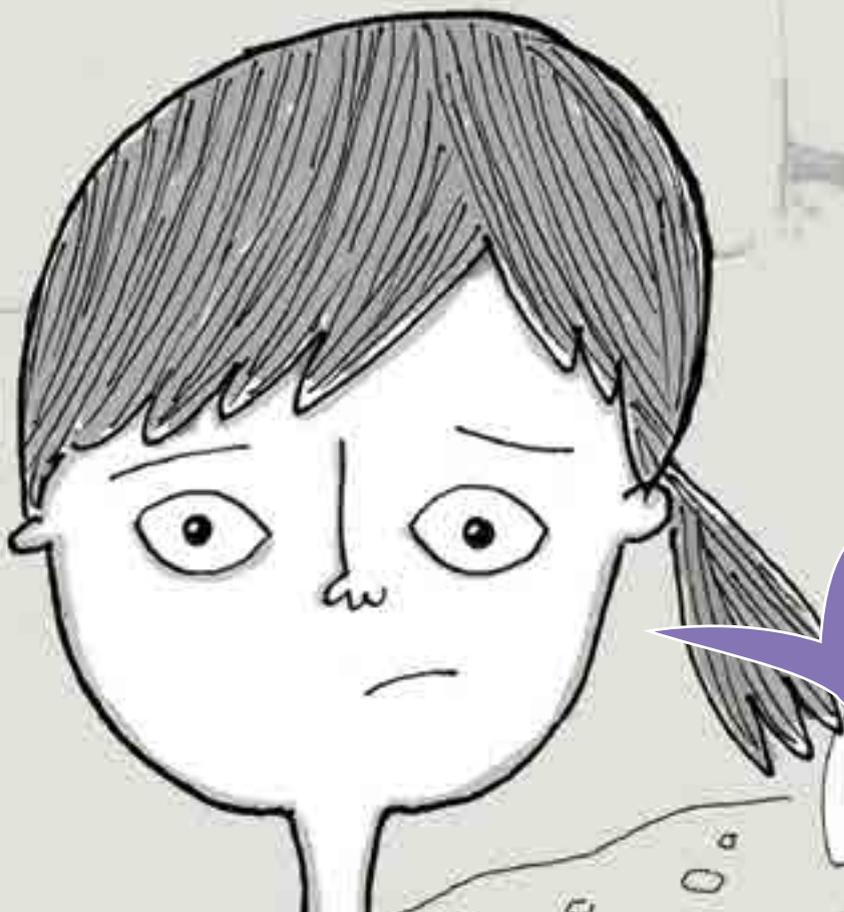


¿CÓMO ERAN LAS FAMILIAS EN TIEMPOS DE MI ABUELITA? ¿ELLA PODÍA COMPARTIR SUS DUDAS SOBRE LA SEXUALIDAD CON SUS PAPÁS?

El tercer día del Encuentro, el grupo de amigas y amigos visitaron una exposición sobre “Relaciones sociales, familia y comunidad”.

DESDE QUE MI ABUELITA ERA NIÑA LAS MUJERES SE UNÍAN MUY JÓVENES Y SE DEDICABAN AL CUIDADO DE LA CASA Y DE LOS BEBÉS. NO LES PERMITÍAN IR A LA ESCUELA A ESTUDIAR, NI TRABAJAR FUERA DE LA CASA.

¡MUCHO MENOS HABLAR ABIERTAMENTE DE SEXUALIDAD, QUE ESTABA MUY MAL VISTO!



¡HÍJUELA!





¡NUNCA PUDE
HABLAR!

Hablar abiertamente y en confianza con nuestras madres y con nuestros padres sobre educación en sexualidad es muy importante, pues todo se puede hablar y discutir, y nadie mejor que ellos que nos quieren y velan por nuestro bienestar.



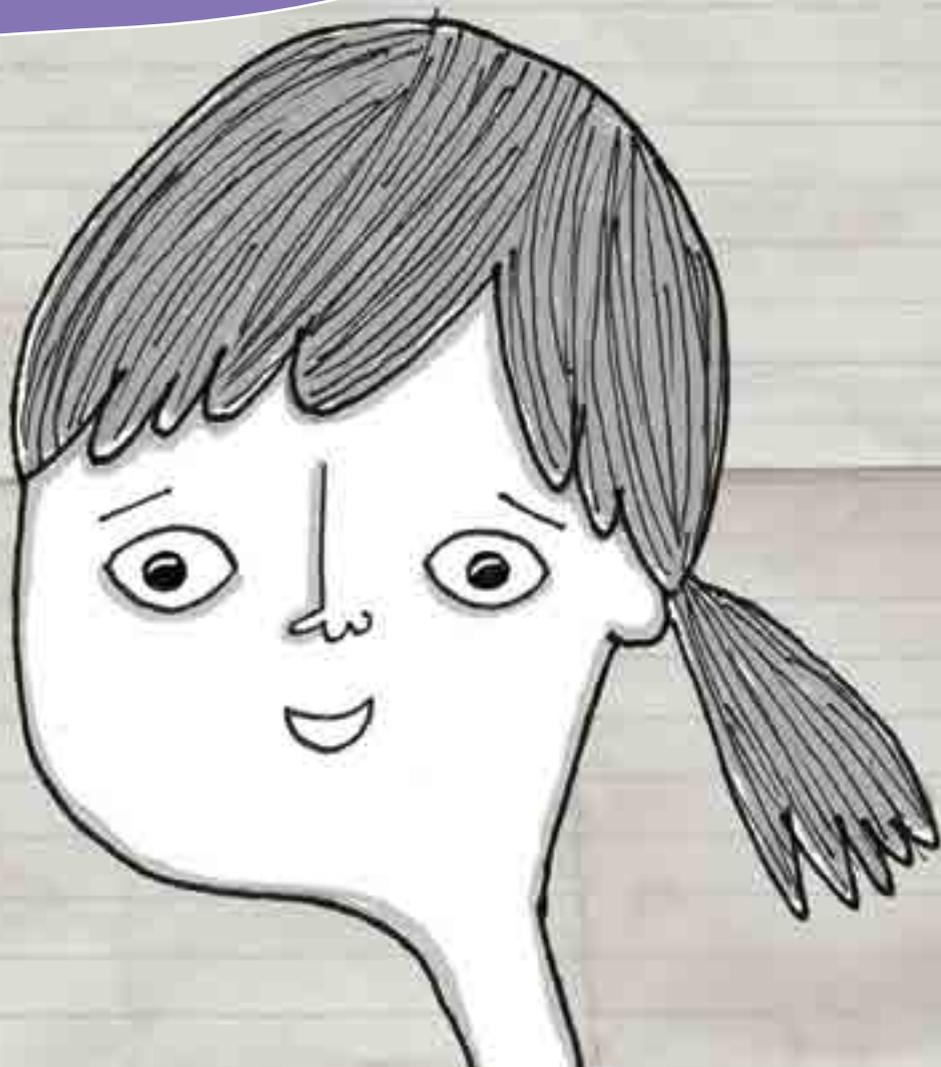


PODEMOS HABLAR DE SEXUALIDAD
CON LA FAMILIA, MAESTROS, AMIGOS Y
OTRAS PERSONAS DE CONFIANZA CON
QUIENES PODREMOS REFLEXIONAR Y
DISCUTIR.

¡POR ESO HEAMOS IDO JUNTOS AL
ENCUENTRO DE JÓVENES EN EDUCACIÓN
INTEGRAL EN SEXUALIDAD!

YO QUIERO CASARME, FORMAR UNA FAMILIA
Y TENER BEBÉS,
¡PERO NO AHORA!

TENGO COMO META DE MI PROYECTO DE
VIDA ESTUDIAR, MEJORAR MI CALIDAD DE
VIDA Y SERVIR A MI COMUNIDAD



Creando mi plan de vida

Aunque nos da vergüenza hablar de sexualidad con nuestras madres o padres, es necesario abrir ese canal de comunicación, pues esperamos sus consejos y recomendaciones.

Analicemos,

¿Cómo pueden ayudar papás y mamás a sus hijos e hijas para llevar a cabo su proyecto de vida?

¿Qué esperamos de su apoyo?

Identifiquemos las principales limitaciones y las fortalezas que tienen padres y madres para apoyarnos en los temas de educación sexual y, sobre todo, en plantearnos un proyecto de vida.

¿Qué propuestas podemos hacer para mejorar la comunicación familiar en la que se consideren nuestras ideas y sentimientos?

La educación integral en sexualidad -EIS-, es un derecho humano, que provee a las personas jóvenes la capacidad de adquirir información precisa sobre sexualidad, explorar y nutrir valores positivos sobre su salud sexual y desarrollar habilidades para la vida. Cuando la EIS inicia a edades tempranas las juventudes están más empoderadas para tomar decisiones, cuidar su salud sexual y reproductiva y pueden desarrollar las habilidades de protegerse a sí mismas y respetar los derechos de las demás personas. (Guía operacional para la educación integral en sexualidad: un enfoque sobre derechos humanos y género, UNFPA 2014)

