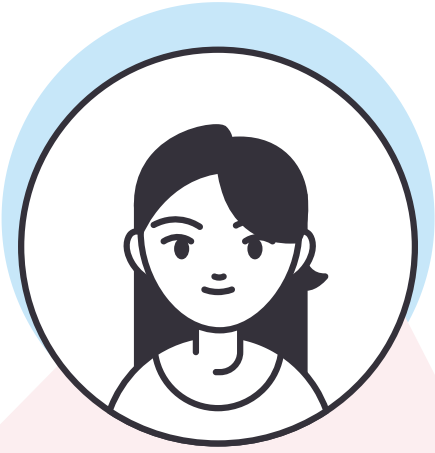


# DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

## 5 Conceptos para ejercer tu sexualidad de manera plena:



### Información

Si desconoces algún tema o no estás seguro/a, tienes derecho a tomar decisiones de manera informada. Busca ayuda en personas confiables (familia, personal de salud) o en sitios web especializados.



### Acceso

Diversas condiciones, pueden limitar el ejercicio de tu sexualidad de manera segura. Los servicios médicos para estos temas son gratuitos. También existen programas de acompañamiento y prevención, en colegios y universidades; pregunta por ellos.



### Reconocimiento

La sexualidad abarca procesos biológicos y psicológicos, por los que pasamos hasta llegar a la madurez. Esos cambios pueden ser desafiantes, pero hace parte de crecer. Es importante amar quiénes somos e identificar nuestros gustos, ideas y expresiones.



### Cuidado

Por tu salud y la de los demás, debes ejercer tu sexualidad de manera responsable. Eso implica: autocuidado (chequeos médicos y tratamientos) o el cuidado en pareja (métodos de protección y planificación).



### Consentimiento

Cualquier decisión en el ámbito de la sexualidad debe ser tomada de manera autónoma y libre. No tienes ningún tipo de obligación con nadie, ni debes forzar a otros. Ante una negativa, la respuesta es el respeto y si eres violentada/o, no dudes en pedir ayuda y denunciar esos hechos.

Me cuido y te cuido, porque te quiero!