

EMBARAZO DURANTE LA ADOLESCENCIA

Lxs adolescentes tienen derecho a decidir sobre su cuerpo y su sexualidad.

Decide lo mejor para ti y tu futuro, ¡Infórmate y Protégete!

CONSEJOS PARA EVITAR UN EMBARAZO DURANTE LA ADOLESCENCIA:

- ✓ Ser madre o padre no es el único medio de realización personal o transición a una vida adulta. Explora tus sueños y planifica el momento adecuado para tener hijxs.
- ✓ Conoce, disfruta y cuida tu cuerpo y el de tu pareja.
- ✓ Comunica a tu pareja lo que te gusta y no te gusta durante la intimidad.
- ✓ Explora formas seguras de obtener placer. Las caricias, besos, abrazos masajes eróticos, baños en pareja y masturbación mutua son prácticas sexuales de bajo riesgo.
- ✓ Usa siempre condón. No importa si eres hombre o mujer, la prevención de un embarazo e infecciones de transmisión sexual es responsabilidad de los dos.
- ✓ Evita mantener relaciones sexuales con una persona alcoholizada o bajo los efectos de cualquier sustancia que pueda afectar su conciencia.
- ✓ Evita relacionarte con personas mayores. Relaciónate con personas que estén en un procesos de desarrollo similar al tuyo y puedas construir una relación igualitaria.
- ✓ Respetar los límites y decisiones de tu pareja #NoEsNo.
- ✓ Acércate a los servicios de salud para solicitar métodos preservativos y anticonceptivos adecuados para ti.

Métodos anticonceptivos y preservativos

De Barrera



Condón Masculino y Femenino

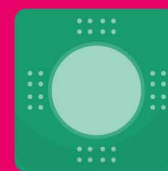
Dispositivo Intrauterino (DIU)



Hormonales



Pastillas Anticonceptivas (Uso diario)



Parches (Semanal)



Inyecciones (1, 2 y 3 meses)

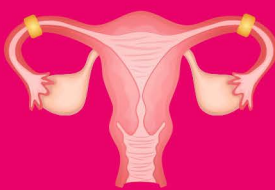


Implante Subdérmico (3 a 5 años)



Anillos (21 Días)

Permanentes o Quirúrgicos



Salpingoclasia o Ligaduras de Trompas (Mujeres)

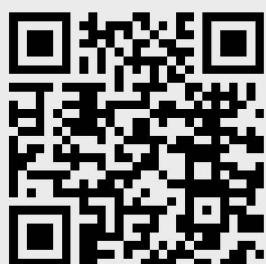


Vasectomía (Hombres)



#EDUCAR para Decidir

Jornadas Juveniles por una Vida Sexual Libre y Responsable



Escanea el código QR para más información y contenido descargable para compartir.

“Este producto es generado con recursos del Programa Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las(los) autoras(es) del presente trabajo.”

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:

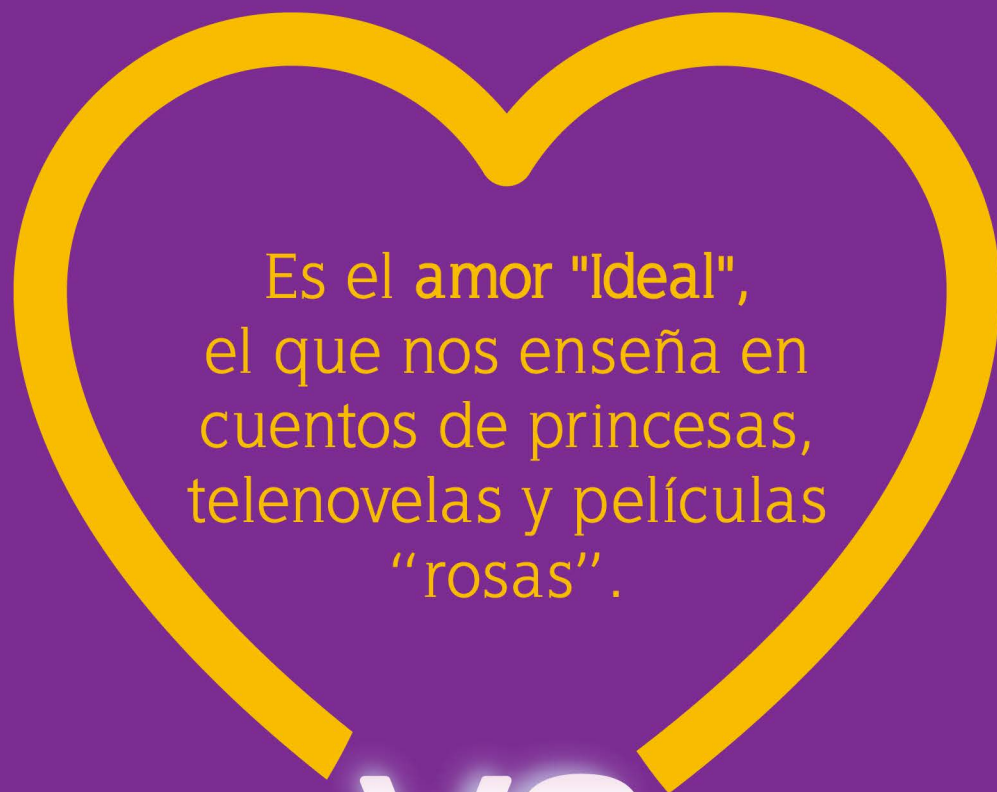


Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

AMOR ROMÁNTICO VS AMOR REAL

AMOR ROMÁNTICO

- ✗ El amor es ciego.
- ✗ El amor es eterno.
- ✗ El amor vence todas las adversidades.
- ✗ El amor implica sacrificios constantes.
- ✗ El amor es incondicional.
- ✗ Si me ama, me cela, porque "yo soy de él y él es mío".
- ✗ La pareja está antes que todo y todos.
- ✗ El matrimonio es la consumación más grande, importante y bonita del amor.



VS

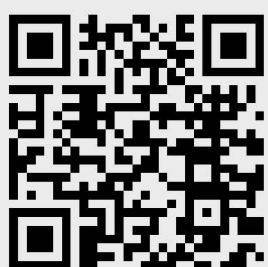


Vivir el "amor romántico" te puede involucrar en relaciones conflictivas, violentas y poco beneficiosas para tu libertad y realización personal.



AMOR DE LA VIDA REAL

- ✓ El amor te permite ver las cualidades y defectos de tu pareja.
- ✓ El amor y las formas de amar cambian, no es malo dejar de amar a alguien.
- ✓ El amor te da fuerza pero debes aceptar cuando algo es imposible.
- ✓ El amor nunca es un sacrificio personal.
- ✓ El amor debe tener límites, hay cosas que no debes permitir jamás.
- ✓ Tu pareja no es tu prioridad, aprende a amar sin poseer.
- ✓ El amor es libertad, si tu pareja obstaculiza tu desarrollo personal, no es la persona indicada.
- ✓ El matrimonio o la vida en pareja no es el único fin del amor.



Escanea el código QR para más información y contenido descargable para compartir.

"Este producto es generado con recursos del Programa Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las(los) autoras(es) del presente trabajo."

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:



Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

PROYECTO DE VIDA

Es un plan para hacer y ser lo que una persona quiere en la vida. A través de él se contemplan las diferentes opciones y limitaciones que tenemos para lograr uno o varios propósitos personales y, de este modo, darle sentido a nuestra existencia.

Un proyecto de vida contempla al menos 3 aspectos fundamentales:

5-10 años



Objetivos, aspiraciones o sueños a cumplir en un mediano o largo plazo.

1-3 años



Metas que vas cumpliendo para lograr tu objetivo final.

Menos de 1 año



Acciones que debes realizar para cumplir con tus metas.



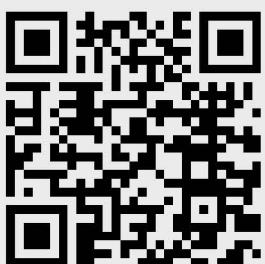
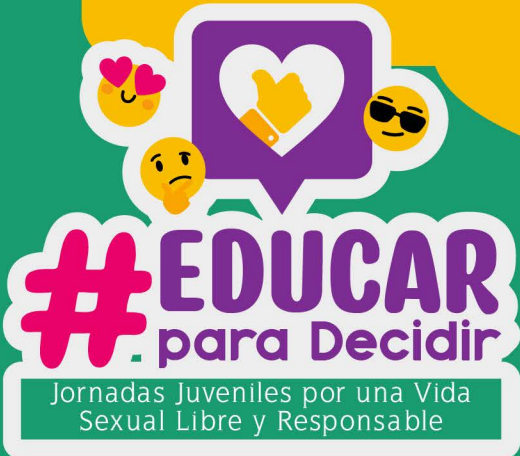
Para establecer tus acciones, metas y objetivos podrás guiarte respondiendo las siguientes preguntas:

Recuerda que...

La voluntad de autosuperación y la búsqueda de oportunidades son las mejores herramientas para ser y hacer lo que quieres en la vida.



- 1 ¿Cuál es tu más grande sueño en la vida?
- 2 ¿Cómo podrías realizarlo?
- 3 ¿Cuándo y dónde puedes o quieres realizarlo?
- 4 ¿Con qué recursos cuentas?
- 5 ¿Con qué recursos NO cuentas?
- 6 ¿Qué obstáculos podrían dificultar su logro?
- 7 ¿Qué cambios debes realizar para lograrlo?



Escanea el código QR para más información y contenido descargable para compartir.

“Este producto es generado con recursos del Programa Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las(los) autoras(es) del presente trabajo.”

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:



Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

¿QUÉ ES LA SEXUALIDAD HUMANA?



Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la sexualidad es un aspecto central del ser humano presente a lo largo de la vida.



Cada uno de estos elementos se viven y expresan a través de impulsos, pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales.



- ✓ Sexo
- ✓ Identidades
- ✓ Roles de Género
- ✓ Erotismo
- ✓ Placer
- ✓ Intimidad
- ✓ Reproducción
- ✓ Orientación Sexual

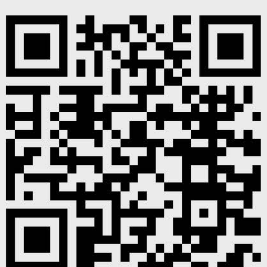
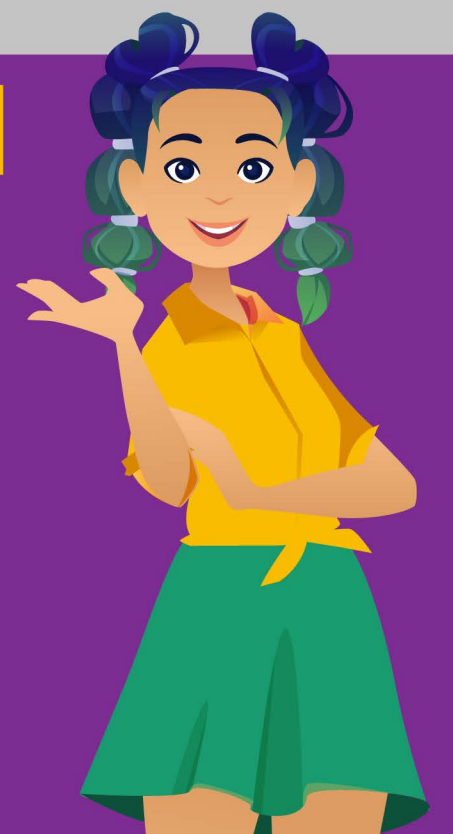
La sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales.

Cada persona asume y expresa su sexualidad de manera individual, por lo tanto, existen tantas sexualidades como personas en este mundo.



CONSEJOS PARA EJERCER UNA SEXUALIDAD RESPONSABLE

- ✓ El amor propio y el autocuidado son lo primero.
- ✓ Aprende a disfrutar de ella sin prejuicios, con mucha y adecuada información.
- ✓ Tus necesidades, gustos e intereses son tan importantes como las de las demás personas, respétalos y respétate.
- ✓ Recuerda que “la ignorancia es madre del miedo”, infórmate y comunica tus dudas o preocupaciones.



Escanea el código QR para más información y contenido descargable para compartir.

“Este producto es generado con recursos del Programa Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las(los) autoras(es) del presente trabajo.”

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:



Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

EMBARAZO INFANTIL Y EN ADOLESCENTES

¿Qué es?

El que se produce en mujeres de entre 10 y 19 años de edad.



¿Qué pasa en México?

México ocupa el 1er. lugar de embarazos en adolescentes entre los países de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE).



En Jalisco casi 2 de cada 10 adolescentes han sido madres.



En Poncitlán e Ixtlahuacán de los Membrillos 1 de cada 5 nacimientos fueron de madres adolescentes.

Fuente de información: Instituto de Información Estadística y Geográfica de Jalisco. Ficha informativa de 1 de febrero de 2022.

¡ADVERTENCIA!

Cuando una adolescente es menor de 15 años se denomina embarazo infantil y es considerado una forma de violencia sexual debido a que estos embarazos comúnmente se producen por violaciones o sin pleno consentimiento de la niña.

Muchas veces está relacionado con la venta de niñas por usos y costumbres, matrimonio forzado, relaciones con hombres mayores o trata.

Problemáticas relacionadas al embarazo durante la adolescencia:

- ✓ Ser madre y padre a una edad temprana limita su proyecto de vida.
- ✓ Las adolescentes tienen una mayor tasa de mortalidad por no estar preparadas físicamente para el embarazo.
- ✓ Pueden vivir distintos tipos de violencia, discriminación y exclusión.
- ✓ Incorporación a trabajos mal pagados, eventuales e informales.

VIVE Y DISFRUTA ESTA ETAPA DE TU VIDA DE MANERA LIBRE Y RESPONSABLE.



Escanea el código QR para más información y contenido descargable para compartir.

“Este producto es generado con recursos del Programa Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las(los) autoras(es) del presente trabajo.”

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:



Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

CONSENTIMIENTO

#NOESNO

¿QUÉ ES?

Es expresar mi aceptación para hacer o recibir algo. Debe ser siempre una decisión libre, voluntaria, consciente y mutua.

NO HAY CONSENTIMIENTO CUANDO...

- ✓ Estoy bajo el efecto del alcohol y/o drogas.
- ✓ Me siento intimidad@ y presionad@ por mi pareja u otra persona.
- ✓ Al principio he dicho que sí, pero después te digo que no o manifiesto incomodidad o disgusto.
- ✓ Estoy durmiendo.
- ✓ Te he dicho que NO, he manifestado incomodidad o te he evadido y has seguido insistiendo hasta que logras hacer que yo ceda. ¡Un sí forzado no es consentimiento!

RECUERDA QUE...

Cualquier actividad erótica o sexual con tu pareja u otra persona SIN consentimiento, es violencia sexual.

Los llamados “piropos callejeros”, las miradas o expresiones de connotación erótica, romántica o sexual SIN consentimiento son violencia sexual y puede ser penalizada con una sanción administrativa o penal, dependiendo la gravedad del caso.

No importa si eres hombre o mujer, tienes derecho a decir NO.

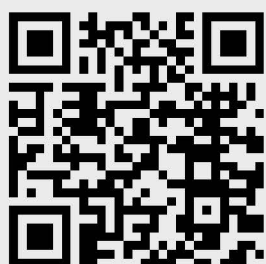
SOLO EL SÍ ES SÍ...

Es importante que sepas que siempre puedes decir:

- ✓ NO
- ✓ Detente
- ✓ No quiero
- ✓ No estoy segur@
- ✓ No sé, ¿podemos dejarlo para cuando me sienta preparad@?
- ✓ ¿Podemos ir más lento?
- ✓ Cambié de opinión
- ✓ No estoy disfrutando esto
- ✓ No me gusta

#EDUCAR para Decidir

Jornadas Juveniles por una Vida Sexual Libre y Responsable



Escanea el código QR para más información y contenido descargable para compartir.

“Este producto es generado con recursos del Programa Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las(los) autoras(es) del presente trabajo.”

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:



Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres



Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

LAS 3 "A" DE LA RELACIÓN CON UNX MISMx

AMOR PROPIO



- ✓ Procurar tu autoconocimiento emocional, corporal y espiritual.
- ✓ Creer en ti y en tus capacidades.
- ✓ Valorar lo que haces.
- ✓ Aceptar tus límites.
- ✓ Expresar tus sentimientos.
- ✓ Respetarte y valorarte.
- ✓ Amarte a ti mismx, cuidarte y hacer de tu bienestar y seguridad una prioridad.

Recuerda...

El amor propio es un proceso y es único para cada quien, no te presiones y no te compares.

AUTOUIDADO



- ✓ Cuidar de tus emociones, de tu cuerpo y de tu mente.
- ✓ Establecer relaciones sanas y de respeto con las y los otros.
- ✓ Romper lazos y/o relaciones que te dañan.
- ✓ Pedir y recibir ayuda cuando lo necesites.
- ✓ Anteponer tus necesidades a los deseos de los demás.
- ✓ Reconocer que tus éxitos son igual de valiosos que los de lxs demás.

Recuerda...

No es egoísta priorizarte y decidir alejarte de algo o alguien que te hace daño.

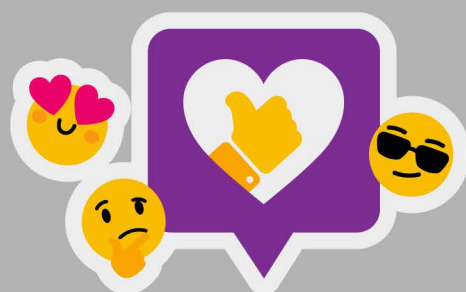
AUTOEROTISMO



- ✓ Tocar, conocer tu cuerpo y comprender tus fantasías y deseos.
- ✓ No es solo tocar tus genitales, es descubrir diversas sensaciones de placer.
- ✓ Reconnectarte contigo mismx, brindarte un espacio seguro de placer y amor propio.
- ✓ Tener cuidado con el consumo de pornografía, la mayoría de las escenas son irreales y solo te dará una visión equivocada sobre tu sexualidad.

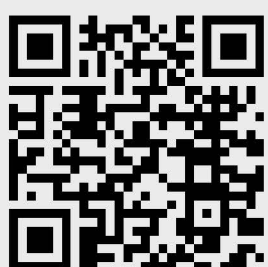
Recuerda...

Tocarte a ti mismx no es algo malo, es completamente natural y nos ayuda a conocer nuestro cuerpo y saber lo que nos gusta y cómo nos gusta.



#EDUCAR para Decidir

Jornadas Juveniles por una Vida Sexual Libre y Responsable



Escanea el código QR para más información y contenido descargable para compartir.

"Este producto es generado con recursos del Programa Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las(los) autoras(es) del presente trabajo."

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:



Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres



Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

Ideas tradicionales sobre la masculinidad

- ✓ Son agresivos y dominantes por naturaleza.
- ✓ Son más hombres si poseen dinero, coches y mujeres.
- ✓ Demuestran su valentía y virilidad si se ponen en situaciones de riesgo y consumen drogas o alcohol.
- ✓ Son dueños de sus mujeres y sus familias, por lo tanto pueden decidir, ejercer poder y violencia sobre su esposa y sus hijos.
- ✓ Son mandilones si colaboran en las tareas del hogar.
- ✓ Son maricas o cobardes si expresan su debilidad o afectos.
- ✓ Son más hombres si tienen múltiples parejas.
- ✓ Solo son hombres si son heterosexuales.
- ✓ No necesitan cuidar su salud ni la de otras personas.
- ✓ Deben estudiar y trabajar en actividades reconocidas para los hombres (ciencias, ingenierías, deportes, etc.)
- ✓ Solo los hombres son capaces de ocupar puestos de mando porque las mujeres son muy débiles y sentimentales para hacerlo.

HOMBRES POR LA IGUALDAD

La masculinidad es el conjunto de atributos, valores, comportamientos y conductas que se esperan de los hombres en la sociedad.



Masculinidades por la Igualdad

- ✓ Gestionan sus emociones y evitan resolver sus conflictos a través de la violencia.
- ✓ Cuestionan y confrontan las ideas tradicionales de la masculinidad.
- ✓ No necesitan probar su valentía y virilidad frente a otras personas.
- ✓ No se sienten dueños de nadie y procuran relaciones de igualdad con su pareja y familia.
- ✓ Reconocen y respetan la dignidad de las mujeres.
- ✓ Asumen tareas del hogar como su responsabilidad familiar y no como una ayuda o apoyo a su pareja.
- ✓ Ejercen una paternidad afectiva y colaborativa.
- ✓ Expresan sus afectos y asumen sus debilidades como parte de su masculinidad.
- ✓ Dialogan con sus parejas para establecer el tipo de relación que quieren tener.
- ✓ Reconocen y respetan la diversidad sexual.
- ✓ Cuidan de su salud y la de las personas que le rodean.
- ✓ Estudian y trabajan en todos los ámbitos de la sociedad.
- ✓ Reconocen y respetan la capacidad de las mujeres para ejercer un liderazgo.
- ✓ Evitan, confrontan y denuncian a los hombres que ejercen violencia hacia las mujeres, lxs niños, las personas LGTTIQ+, las personas mayores o cualquier otra persona.

TRANSFORMAR LAS IDEAS TRADICIONALES DE LA MASCULINIDAD Y CONSTRUIR RELACIONES DE IGUALDAD ES TAREA DE HOMBRES Y MUJERES.



Jornadas Juveniles por una Vida Sexual Libre y Responsable



Escanea el código QR para más información y contenido descargable para compartir.

“Este producto es generado con recursos del Programa Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las(los) autoras(es) del presente trabajo.”

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:



Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO



Muchas veces creemos que el amor significa sacrificio y pasamos por “normales” o esperables las conductas y actitudes que nos lastiman, no te equivoques.

¡ EL MIEDO ES CONTRARIO AL AMOR!



3 de cada 10 Adolescentes

Sufren algún tipo de violencia en su relación.

49%
Hombres

51%
Mujeres

Conocen la violencia en el noviazgo.

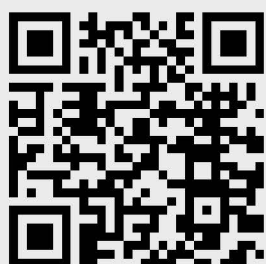
Confundida con “muestras de amor” se ve como algo “normal” y esperable en una relación.

FORMAS DE VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO

- ✓ **Psicológica o emocional:** No son solo gritos e insultos, también es que te ignore, controle y provoque inseguridades.
 - Mi novio me ama tanto que todo el tiempo me pregunta dónde y con quién estoy.
 - Vigila lo que publico en mi Facebook e Instagram y revisa mis mensajes de WhatsApp.
- ✓ **Verbal:** Que te grite, humille, critique, insulte y amenaza, a través de groserías y palabras degradantes.
 - Te ves bien gorda con esa ropa.
 - No tienes dinero para invitarme al cine, eres pobre .
- ✓ **Física:** Usa su fuerza para dañarte físicamente, a través de empujones, jalones, pellizcos, rasguños, mordidas, golpes, patadas y aislamiento. La agresión puede ser con su propio cuerpo o con algún objeto.
 - Al principio mi novi@ me jalaba como juego, pero ya van dos veces que me cachetea.
 - Mi novi@ me hace chupetones para que todos vean que soy de ella/él.
- ✓ **Sexual:** Te toca, insinúa o acerca sin tu consentimiento o deseo. Obligándote a tener relaciones sexuales, introduciendo de manera forzada el pene, dedos o algún otro objeto, y negándose a usar métodos de protección y anticoncepción.
 - Me dijo que si yo era una mujer decente y fiel me dijo que no teníamos que usar condón y accedí.
 - Mi novia no quiere tener relaciones conmigo, si sigue así voy a buscarme otra.

¿CÓMO PREVENIRLA?

- Procurar que en tu relación haya respeto, confianza e igualdad.
- Establece límites y buena comunicación para lograr acuerdos.
- Dialoga y acuerda la manera en que quieren mantener relaciones sexuales.
- Pon un alto a tiempo, trata de no justificar las conductas violentas de tu pareja.



Escanea el código QR para más información y contenido descargable para compartir.

“Este producto es generado con recursos del Programa Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las(los) autoras(es) del presente trabajo.”

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:



Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

VIOLENCIA SEXUAL

¿Qué es?

Cualquier acto que degrade o dañe el cuerpo y/o sexualidad de las personas. Se ejerce a través de la fuerza física, intimidación, chantaje, humillación, manipulación, acoso o cualquier otra acción cuyo fin sea obtener un beneficio sexual.



8 de cada 10
Víctimas
de delitos sexuales son niñas y mujeres.

26.9% Estudiantes
2.8% Empleadas
12.2% Amas de Casa

2 de cada 10
Víctimas
de delitos sexuales son niños y hombres.

21% Estudiantes
13.9% Empleados
6.8% Profesionistas

Espacios donde se presentan actos de violencia sexual.

- ✓ En casa por familiares, personas conocidas o personas que proporcionan un servicio.
- ✓ En la escuela por compañerxs, docentes, directivos, prefectxs, personas de servicio o que realizan actividades de comercio.
- ✓ En redes sociales por personas conocidas o desconocidas.
- ✓ En las calles, plazas, parques, lugares de tránsito.
- ✓ En el transporte público.

FORMAS DE VIOLENCIA SEXUAL

- ✓ Violación o agresión sexual
- ✓ Agresión sexual de niñxs e incesto.
- ✓ Contacto sexual o tocamientos no deseados.
- ✓ Acoso sexual.
- ✓ Acoso callejero mediante "piropos".
- ✓ Explotación sexual y trata de personas.
- ✓ Exposición de genitales o cuerpo desnudo a otra persona sin su consentimiento.
- ✓ Masturbación en público.
- ✓ Observación de una persona en actos sexuales sin su conocimiento o permiso.
- ✓ Grabación, reproducción o distribución de videos o fotos sexuales sin el consentimiento de la pareja.

ENDIREH, 2016

¿Donde puedo acudir en caso de ser víctima de Violencia Sexual?

- Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres
Francisco de Quevedo 169, Col. Americana. Guadalajara, Jalisco. Tel. 36583170
- Dirección de Atención a Mujeres Víctimas de Violencias de SISEMH
Miguel Blanco 883, zona centro. Guadalajara, Jalisco. Tel.36583170 Línea mujer: 33456166 ó 018000068537
- Centro de Justicia para las Mujeres
Álvaro Alcázar 5869, Col. Jardines Alcalde Tel: 30305450
- Ciudad Niñez
Avenida de las Américas 599, Col. Ladrón de Guevara. Tel: 30308200

Los "piropos callejeros", las miradas o expresiones eróticas o sexuales SIN consentimiento son violencia sexual y pueden ser sancionadas por las autoridades correspondientes.



Escanea el código QR para más información y contenido descargable para compartir.

"Este producto es generado con recursos del Programa Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las(los) autoras(es) del presente trabajo."

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:



Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

Es muy común pensar que las personas adolescentes no deben preocuparse por su salud sexual y reproductiva debido a que son menores e inocentes, que tienen menos riesgo de contraer infecciones de transmisión sexual o que el autocuidado sexual es una obligación solo de personas mayores, pero no es así.

La salud sexual y reproductiva es un aspecto fundamental del ejercicio libre, placentero, saludable y responsable de tu sexualidad a lo largo de toda la vida.

No importa tu edad, ni qué tan frecuente sea tu actividad sexual, qué orientación sexual tengas o cuál sea tu identidad de género, el autocuidado sexual debe ser una práctica cotidiana a lo largo de toda tu vida.

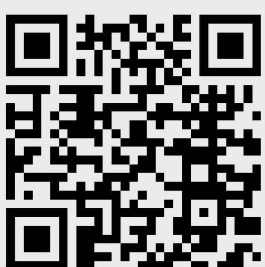
SALUD SEXUAL

- ✔ Es un estado de bienestar físico, mental y social respecto de nuestra sexualidad.
- ✔ Se practica a través de una percepción positiva y respetuosa de la sexualidad y de las relaciones sexuales.
- ✔ Implica la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia.

SALUD REPRODUCTIVA

Se refiere a la libertad de decidir si tener o no hijos, la cantidad y el espaciamiento entre ellos, el tipo de familia que se quiere formar, acceder a información y planificación para hacerlo, a métodos preservativos y anticonceptivos, al aborto legal y seguro, así como a los servicios adecuados sobre fertilización asistida y servicios de salud pre y post embarazo.

**CONÓCETE, CUÍDATE Y VIVE
UNA VIDA SEXUAL, LIBRE
Y RESPONSABLE**



Escanea el código QR para más información y contenido descargable para compartir.

“Este producto es generado con recursos del Programa Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las(los) autoras(es) del presente trabajo.”

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:



Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

DERECHOS SEXUALES Y DERECHOS REPRODUCTIVOS

Son las libertades que tenemos todas las personas para decidir sobre nuestra vida sexual y reproductiva.

DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS DE ADOLESCENTES Y JÓVENES EN MÉXICO



Derecho a decidir de forma libre, autónoma e informada sobre mi cuerpo y mi sexualidad.



Derecho a ejercer y disfrutar plenamente mi vida sexual.



Derecho a manifestar públicamente mis afectos.



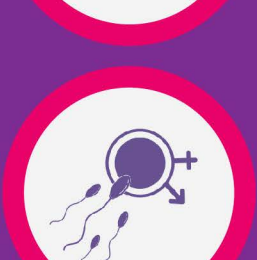
Derecho a decidir con quién o quiénes relacionarme afectiva, erótica y sexualmente.



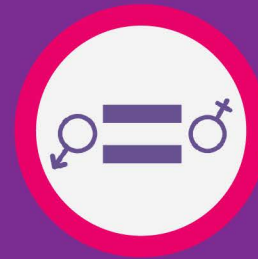
Derecho a que se respete mi privacidad y a que se resguarde mi información personal.



Derecho a la vida, a la integridad física, psicológica y sexual.



Derecho a decidir de manera libre e informada sobre mi vida reproductiva.



Derecho a la igualdad.



Derecho a vivir libre de discriminación.



Derecho a la información actualizada, veraz, completa, científica y laica sobre sexualidad.



Derecho a la educación integral en sexualidad.



Derecho a los servicios de salud sexual y reproductiva.



Derecho a la identidad sexual.



Derecho a la participación en las políticas públicas sobre sexualidad y reproducción.



Escanea el código QR para más información y contenido descargable para compartir.

“Este producto es generado con recursos del Programa Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las(los) autoras(es) del presente trabajo.”

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:

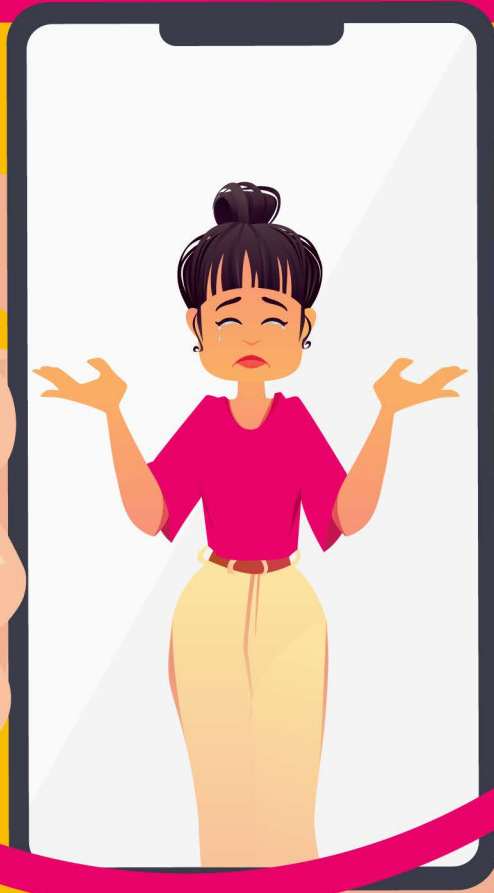


Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

VIOLENCIA DIGITAL

Es toda acción dolosa realizada mediante el uso de tecnologías de la información y la comunicación por la que se vulnera la intimidad sexual de una persona sin su consentimiento causándole un daño psicológico, emocional o en cualquier otro ámbito de su vida pública o privada.

Si realizas cualquiera de las siguientes acciones sin consentimiento, autorización o aprobación estás atentando contra la intimidad sexual de las personas:



- ✓ Grabar audios o videos reales o simulados.
- ✓ Fotografiar.
- ✓ Distribuir, difundir o exhibir.
- ✓ Reproducir o transmitir.
- ✓ Compartir, comercializar, ofertar o intercambiar.

SI ERES VÍCTIMA DE VIOLENCIA DIGITAL

¡DENUNCIA!

Policía Cibernética
del Estado de Jalisco

policia.cibernetica@jalisco.gob.mx

Teléfono: 33 3837 6000

Prevención del Delito: Ext. 15878

Policía Cibernética: Ext. 15832

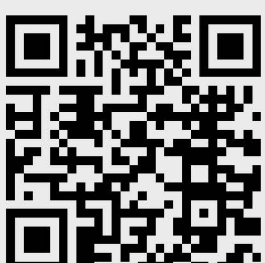
Policía Cibernética
de la Comisión Nacional
de Seguridad

Teléfono: 088

Estas y cualquier otra acción que atente contra la integridad, la dignidad y la vida privada mediante materiales impresos, correo electrónico, mensajes telefónicos, redes sociales o cualquier medio tecnológico es considerado violencia digital.

MEDIDAS DE SEGURIDAD CONTRA LA VIOLENCIA DIGITAL

- 1 Asegúrate de conocer los riesgos de compartir contenido de tipo sexual, que tu decisión sea tomada sin presiones o amenazas y que lo hagas de forma segura y sin precipitación.
- 2 Si compartes imágenes o videos de índole sexual cubre siempre tu rostro, tatuajes o cualquier marca que permita conocer tu identidad.
- 3 Valora hasta qué punto la persona a la que le compartirás tu intimidad merece tu confianza y protegerá tu privacidad e intimidad.
- 4 Evita enviar contenido de índole sexual sin el consentimiento o aprobación de las personas.
- 5 Evita tener contacto y compartir contenido con personas desconocidas.
- 6 No permitas que nadie tenga acceso a tus dispositivos.



Escanea el código QR para más información y contenido descargable para compartir.

“Este producto es generado con recursos del Programa Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las(los) autoras(es) del presente trabajo.”

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:



Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

DIVERSIDAD SEXUAL

Hace referencia a todas las posibilidades que tienen las personas de asumir, expresar y vivir su sexualidad.

Parte del reconocimiento de que todos los cuerpos, todas las sensaciones y todos los deseos tienen derecho a existir y manifestarse sin más límites que el respeto a los derechos de las otras personas.

Identidad de Género

La manera en que cada persona se reconoce a sí misma respecto a los géneros socialmente establecidos.

- ✓ Cisgénero
- ✓ Transgénero
- ✓ Agénero
- ✓ No binarix
- ✓ Queer
- ✓ Muxe

Orientación Sexual

Es la atracción sexual, erótica y afectiva que una persona siente hacia otras.

- ✓ Heterosexual
- ✓ Homosexual
- ✓ Bisexual
- ✓ Pansexual
- ✓ Asexual

Sexo

Características genitales, genéticas, gonadales y hormonales.

- ✓ Mujer
- ✓ Hombre
- ✓ Intersexual

Expresión de Género

Forma en que cada persona expresa su identidad de género.

- ✓ Femenina
- ✓ Masculina
- ✓ Andrógina
- ✓ Género fluido



#NOTENGO MIEDO



Escanea el código QR para más información y contenido descargable para compartir.

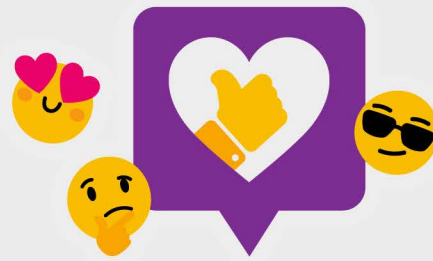
"Este producto es generado con recursos del Programa Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las(los) autoras(es) del presente trabajo."

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:



Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.

DIVERSIDAD SEXUAL



#EDUCAR para Decidir

Jornadas Juveniles por una Vida Sexual Libre y Responsable



LESBIANA

Orientación Sexual

Mujer que se siente atraída erótica, sexual y afectivamente por otras mujeres.



GAY

Orientación Sexual

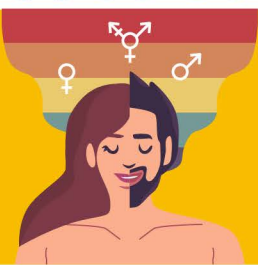
Hombre que se siente atraído erótica, sexual y afectivamente por otros hombres.



BISEXUAL

Orientación Sexual

Persona que se siente atraída erótica, sexual y afectivamente por mujeres y hombres.



TRANSGÉNERO

Identidad de Género

Persona que se identifica con un género distinto al que le fue asignado al nacer y no hace una transición sexual a través de procedimientos quirúrgicos y hormonales, en muchos casos su transición es legal (cambio de sexo o género en documentos oficiales) y social (expresión de género).



TRANSEXUAL

Identidad de Género

Persona que se identifica con un género distinto al que le fue asignado al nacer y hace una transición sexual a través de procedimientos quirúrgicos, hormonales y legales.



TRAVESTI

Expresión de Género

Persona que se viste, expresa y comporta como una persona del género opuesto al que se identifica sin que ello implique que es una persona homosexual o se identifique como una persona transgénero.



INTERSEXUAL

Condición Sexual

Personas que nacen con características sexuales de ambos sexos.



QUEER

Identidad de Género

Personas que no rechazan su sexo de nacimiento, pero no se identifican como hombre o mujer.



ASEXUAL

Orientación Sexual

Persona que no siente atracción o deseo para relacionarse sexualmente con otras personas.

¡CONOZCAMOS, RESPETEMOS Y ACEPTEMOS!



Escanea el código QR para más información y contenido descargable para compartir.

“Este producto es generado con recursos del Programa Asociaciones por la Igualdad. Empero la Secretaría de Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres no necesariamente comparte los puntos de vista expresados por las(los) autoras(es) del presente trabajo.”

Este programa se realiza con recurso público de los programas de:



Igualdad Sustantiva entre Mujeres y Hombres



Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos al desarrollo social.