

Derecho a la libertad sexual

en lectura fácil



Este pictograma informa que el texto está en lectura fácil.

La lectura fácil es un método de redacción para hacer textos más comprensibles.

En el proceso de adaptación a lectura fácil participan personas con discapacidad intelectual.





Índice

1. ¿Qué son los derechos sexuales?
2. ¿Qué es la libertad sexual?
3. ¿Qué es el ataque a la libertad sexual?
4. ¿Qué es la agresión sexual?
5. ¿Qué es el abuso sexual?
6. ¿Qué es el acoso sexual?
7. ¿Qué es la explotación sexual?
8. Denuncia
9. ¿Dónde denuncio?



1. ¿Qué son los derechos sexuales?

Los derechos sexuales son **derechos humanos universales**.

Están basados en la libertad, dignidad e igualdad de todos los seres humanos.

Las personas tenemos 11 derechos sexuales:

- 1. Derecho a la libertad sexual.** Disfruta de tu sexualidad como quieras, como te haga sentir mejor, sin que nadie se aproveche, te explote o abuse de ti.
- 2. Derecho a la autonomía sexual.** Es la posibilidad de tomar tus propias decisiones sobre tu vida sexual. Incluye el control y el placer de nuestros cuerpos libres de tortura, mutilación o violencia.
- 3. Derecho a la privacidad sexual.** Es el derecho a tomar decisiones individuales sobre tus comportamientos sexuales, disfrutando de lo que te haga sentir bien, respetando siempre la libertad de la otra persona.
- 4. Derecho a la igualdad sexual.** Es que todos somos iguales. Da igual el sexo, la orientación sexual y la identidad de género.
- 5. Derecho al placer sexual.** Es el derecho a disfrutar de practicar tu sexualidad, incluyendo la **masturbación**.

Derechos humanos universales: son normas básicas necesarias para vivir como un ser humano sin distinguir nacionalidad, lugar de residencia, sexo, raza, color, religión, lengua...

Autonomía: es la capacidad de la persona para obrar según su criterio.



Masturbación: estimular nuestros órganos sexuales mediante caricias para obtener placer sexual.



6. El derecho a la expresión sexual emocional.

Cada persona tiene el derecho a expresar su sexualidad mediante la comunicación, el contacto, el amor o las emociones.

7. El derecho a la libre asociación sexual. Cada persona tiene el derecho a casarse, divorciarse o **vivir sin ningún lazo administrativo.**

Vivir sin ningún lazo administrativo: es vivir juntos en el mismo hogar sin estar casados.

8. Derecho a la toma de decisiones reproductivas, libres y responsables. Tener hijas e hijos o no tenerlos, cuántos, dónde, con quién. También tienen derecho a decidir libremente sobre su cuerpo: tomando **métodos anticonceptivos** o practicando el aborto si así lo desea la mujer.

Métodos anticonceptivos: son medidas para no quedarte embarazada. Como: usar preservativo, tomar la píldora, etc.

9. Derecho a la información sexual. Todas las personas tienen el derecho a acceder a una información sexual “científica, libre y ética”.

10. El derecho a la educación sexual.

11. El derecho a la atención de la salud sexual.

Se deben ofrecer todas las posibilidades para prevenir y curar cualquier tipo de enfermedad sexual.

Los derechos sexuales deben ser reconocidos, promovidos, respetados y defendidos por todas las sociedades.





2. ¿Qué es la libertad sexual?

La libertad sexual es el derecho que tienen las personas para decidir sobre su sexualidad, es decir:

- Utilizar su cuerpo como desee.
- Seguir una u otra **orientación sexual**.
- Hacer y aceptar las propuestas que se prefieran.
- Rechazar las propuestas no deseadas.
- Respetando siempre la libertad sexual de la otra persona.

Orientación sexual:
es si te gustan
las mujeres o los
hombres.





3. ¿Qué es el ataque a la libertad sexual?



Es un delito que se produce cuando no se respeta la libertad sexual de la otra persona.

Existen diferentes formas de atacar a la libertad sexual:

- Agresión Sexual.
- Abuso sexual.
- Acoso sexual.
- Explotación sexual.

En los puntos siguientes explicaremos las características de estos ataques a la libertad sexual.



4. ¿Qué es la agresión sexual?

Es cualquier comportamiento sexual impuesto por medio de **violencia física, intimidación, coacción** o amenaza.

Podemos distinguir:

- Agresión sexual **sin contacto corporal**. Por ejemplo: **exhibicionismo**, forzar a la mujer a ver **pornografía**, mensajes por correo o por teléfono, gestos y palabras feas, insultos sexistas, proposiciones sexuales indeseadas, obligarla a presenciar relaciones sexuales de terceras personas...
- Agresión sexual con **contacto corporal**. Por ejemplo: tocamientos, caricias, forzarla a determinadas prácticas sexuales contra su voluntad...
- Agresión sexual **con violación**. Es la penetración sexual con partes del cuerpo o con objetos.

Violencia física: es el uso de acciones para impedir los movimientos de la otra persona o provocar dolor y heridas.

Intimidación: es hacer lo que otras personas quieren por miedo a que te hagan daño.

Coacción: es una acción violenta hacia una persona para obligarla a hacer algo.

Exhibicionismo: es mostrar los órganos genitales en público.

Pornografía: es un material que muestra actos sexuales.





La violación es la mayor forma de agresividad sexual.

Hay distintas formas de agresión sexual con violación:

- **Fulgurante.** Es cuando el agresor y la víctima no se conocen ni han tenido relación. Por ejemplo: te cogen en la calle y te violan.
- **Por abuso de confianza.** Es cuando el agresor se acerca a su víctima, se relaciona con ella y después la viola. Por ejemplo: conoces a alguien en un bar, se ofrece a acompañarte a la parada del autobús y te viola.
- **Por influencia.** Son agresiones sexuales cometidas en las relaciones de pareja. Se produce cuando alguien fuerza a su pareja a mantener una relación sexual.
- **Por incesto.** Es cuando la agresión sexual se produce por personas de la familia.
- **Por persona con autoridad sobre la víctima.** Es cuando la agresión sexual se produce por personas que ejercen funciones educativas o terapéuticas con la víctima. Por ejemplo profesorado, cuidadores o cuidadoras, entrenadoras o entrenadores, etc.
- **En grupo.** Cuando hay varias personas que agreden.





5. ¿Qué es el abuso sexual?

Es cualquier comportamiento sexual realizado:

- Sin consentimiento de la víctima.
- Con consentimiento de la víctima pero este se ha obtenido engañando a la víctima.

Algunos ejemplos de actos que suponen un abuso sexual son: toqueteos, **masturbaciones**, acoso, obligar a alguien a observar actividades sexuales o forzar a la víctima a mostrar su cuerpo.

Se considera abuso sexual no consentido el que se ejerce sobre personas menores de 13 años.

La principal diferencia entre la agresión sexual y el abuso sexual es que en la agresión existe **violencia física** y en el abuso no.

Masturbación: estimular nuestros órganos sexuales mediante caricias para obtener placer sexual.

Violencia física: es el uso de acciones para impedir los movimientos de la otra persona o provocar dolor y heridas.



6. ¿Qué es el acoso sexual?

El acoso sexual son contactos verbales o físicos de naturaleza sexual no pedidos ni deseados.

Un ejemplo de acoso sexual es cuando a una persona se le piden favores sexuales a cambio de un trabajo o un aumento de sueldo.

El acoso sexual no es lo mismo que ligar o una relación mutuamente querida.

El acoso sexual es una acción que no es deseada, que ofende y angustia.

La víctima se siente incómoda, avergonzada o amenazada.

Las formas más comunes de acoso sexual son:

- Cartas, notas, correos electrónicos o llamadas telefónicas de naturaleza sexual.
- Sonidos o gestos sexuales como ruidos, guiños, o movimientos pélvicos.
- Amenazas y **sobornos** para tener una actividad sexual no deseada.
- Pidiendo repetidamente a una persona una cita, o tener relaciones sexuales.
- Insultos. Como: perra, puta o chapero.
- Preguntas no deseadas sobre la vida sexual personal.
- Tocamientos, abrazos, besos, caricias o roces no deseados.
- Tocarse a sí mismo sexualmente para que otros lo vean.

Soborno: es ofrecer dinero u objetos valiosos a una persona para conseguir un favor o beneficio.

El acoso sexual puede tener lugar en cualquier lugar: en el trabajo, en la universidad, en la calle, en una tienda, en un club, en el autobús etc.



7. ¿Qué es la explotación sexual?

Consiste en:

- Obligar a otra persona a mantener una relación sexual a cambio de dinero.
- Obligar a una persona a seguir en la **prostitución**.

Prostitución: es tener relaciones sexuales a cambio de dinero





8. Denuncia

Denunciar la agresión, el abuso, el acoso o la explotación sexual es el primer paso para acabar con la violencia sexual.

La denuncia es:

- Un derecho.
- Un deber.
- Un acto solidario con otras víctimas.

Cuando denuncias:

- Te proteges.
- Avanzas en la superación de la experiencia sufrida.
- Evitas que el agresor cometa otros delitos.
- Ayudas a otras víctimas.
- Colaboras a crear una sociedad más justa.

Si has sufrido alguna violencia sexual, no importa el tiempo que haya pasado: **INFÓRMATE, PIDE AYUDA Y DENUNCIA.**



TELÉFONO 900 200 999
DE INFORMACIÓN A LA MUJER
GRATUITO 24 hrs/365 días



9. ¿Dónde denuncio?

Puede poner la denuncia en:

- La Guardia Civil.
- La Policía Local.
- La Policía Nacional.
- El Juzgado de Guardia.
- El Juzgado de Violencia sobre la Mujer.

Las Comisarías de policía tienen un Servicio de Atención a la Mujer (SAF).

En la Guardia Civil hay Equipos de Mujeres y Menores (EMUME).

En los juzgados está el Servicio de Asistencia a Víctimas en Andalucía (SAVA).

Estos servicios tienen personal especializado para atender este tipo de denuncias.

Puedes pedir que te atienda una persona de estos Servicios.



Edición:

D.G. de Personas con Discapacidad e Inclusión
Consejería de Igualdad, Políticas Sociales y Conciliación.
1ª edición. Diciembre 2019

Dirección:

Ana Isabel Carpio Ponce.
Jefa del Departamento de Accesibilidad

Adaptación:

Comprendes S. Coop. And.

Validación Cognitiva:

ANIDI: Asociación Nazarena para la Integración de las Personas con
Discapacidad Intelectual.
Fernando Celestino Regalado
Encarna González de la Higuera Muñoz
Yolanda Rodríguez García

Técnica Dinamizadora: Consolación Rubio Romero.

Maquetación e Impresión:

Imprenta y Agencia de Publicidad Acosta, S.L.

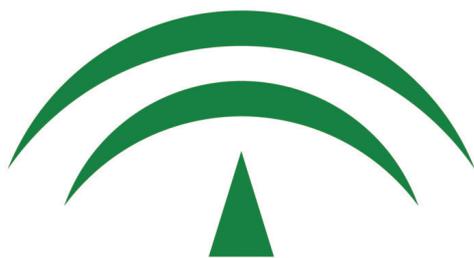
Depósito legal: SE 2395-2019

016

ATENCIÓN A VÍCTIMAS DE
MALOS TRATOS POR VIOLENCIA DE GÉNERO



TELÉFONO 900 200 999
DE INFORMACIÓN A LA MUJER
GRATUITO 24 hrs/365 días



JUNTA DE ANDALUCÍA
CONSEJERÍA DE IGUALDAD, POLÍTICAS SOCIALES
Y CONCILIACIÓN

Financiado por:

