



Cartilla
por los derechos
sexuales
de las y los
jóvenes

Campaña Nacional
Hagamos un Hecho Nuestros Derechos

La presente cartilla, que forma parte de la Campaña Nacional por los Derechos Sexuales de las y los jóvenes: “Hagamos un Hecho Nuestros Derechos”, es producto del esfuerzo conjunto de diversas organizaciones de la sociedad civil y de la Comisión Nacional de los Derechos Humanos y está basada en nuestra Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, así como en diversos instrumentos internacionales ratificados por el Estado mexicano.

Los seres humanos somos seres sexuales desde que nacemos, por lo que las manifestaciones de nuestra sexualidad son cotidianas. Ésta tiene diversos componentes como son: el deseo, los sentimientos y las actitudes, las identidades y la autoestima, el cuerpo y sus funciones, los conocimientos y las prácticas, los papeles de género y las relaciones interpersonales y afectivas, los valores y las creencias. Todos ellos son importantes en el ejercicio de la sexualidad y la construcción de una vida plena.

Todas las personas que habitamos este país tenemos la posibilidad de ejercer nuestros



derechos y debemos asumir la responsabilidad que este ejercicio conlleva. El ser cada una/o sujetas y sujetos de Derecho lleva implícito el respeto hacia las demás personas, es decir, podemos ejercer nuestras libertades y garantías individuales en tanto no violentemos el derecho de las y los demás. Ninguna persona debe atentar contra nuestros derechos.

Con esta campaña, dirigida a las y los jóvenes, personas de 12 a 29 años, resaltamos y ratificamos el derecho a ejercer su sexualidad de manera libre y responsable, y trabajamos por la eliminación de la discriminación y cualquiera de las formas en que ésta se manifieste atentando contra su dignidad, incluyendo aquellas relacionadas con la edad, el género, la preferencia y la orientación sexual.

Uno de los caminos hacia la construcción de una sociedad democrática parte del reconocimiento y la aceptación de que las personas tenemos diversas maneras de relacionarnos afectiva y sexualmente y, por lo tanto, del respeto a cada una de estas manifestaciones y la condena a la violencia, la intolerancia y al abuso con respecto a los derechos de las y los demás.

pregu

1. ¿Conoces tus derechos como joven?
2. ¿Sabes a quiénes se considera como jóvenes?
3. ¿Sabes que las y los jóvenes tenemos derechos sexuales y reproductivos, y que están protegidos por el orden jurídico mexicano?
4. ¿Sabes que tienes derecho a decidir sobre tu cuerpo y tu sexualidad?
5. ¿Sabes que nadie debe tocarte, lastimarte u obligarte a hacer algo con tu cuerpo en contra de tu voluntad?
6. ¿Sabes que tienes derecho a vivir tu sexualidad y a compartir tu vida con quien tú elijas?
7. ¿Sabes que nadie debe presionarte para tener relaciones sexuales o para tener o no hijas/os?
8. ¿Sabes que nadie debe obligarte a casarte por estar embarazada o por embarazar a alguien?
9. ¿Sabes que las y los jóvenes tenemos derecho a recibir información y educación sobre sexualidad, así como servicios de salud sexual y reproductiva?

untas

- 10.** ¿Te encontró la policía besándote y abrazándote con tu chava o chavo y te pidieron dinero, te amenazaron o lastimaron?
- 11.** ¿Has sido víctima de discriminación o violencia por manifestar tus afectos, preferencias, por tu manera de vestir o por tu edad?
- 12.** ¿Sabes que si vives con VIH/SIDA o si padeces alguna otra infección de transmisión sexual tienes derecho a atención y tratamiento médico en las instalaciones públicas de salud?
- 13.** ¿Sabes que no te pueden expulsar de tu escuela o despedir de tu trabajo por estar embarazada?
- 14.** ¿Alguna vez no te respondieron una pregunta sobre sexualidad en la escuela?
- 15.** ¿Sabes que ni en el trabajo ni en la escuela te pueden forzar a hacerte la prueba de VIH/SIDA o de embarazo?
- 16.** ¿Sabes que tienes derecho a participar en las acciones de gobierno que tienen que ver con la sexualidad y la salud sexual y reproductiva de las y los jóvenes?

1

Derecho a decidir de forma libre sobre mi cuerpo y mi sexualidad

Existen diversas formas de vivir la sexualidad.

Tengo derecho a que se respeten las decisiones que tomo sobre mi cuerpo y mi sexualidad. Soy responsable de mis decisiones y actos.

Nadie debe presionar, condicionar ni imponer sus valores particulares sobre la forma en que decido vivir mi sexualidad.

2

Derecho a ejercer y disfrutar plenamente mi vida sexual

El disfrute pleno de mi sexualidad es fundamental para mi salud y bienestar físico, mental y social.

Tengo derecho a vivir cualquier experiencia, expresión sexual o erótica que yo elija, siempre que sea lícita, como práctica de una vida emocional y sexual plena y saludable.

Nadie puede presionarme, discriminarme, inducirme al remordimiento o castigarme por ejercer o no actividades relacionadas con el disfrute de mi cuerpo y mi vida sexual.

3

Derecho a manifestar públicamente mis afectos

Las expresiones públicas de afecto promueven una cultura armónica afectiva y de respeto a la diversidad sexual.

Tengo derecho a ejercer mis libertades individuales de

expresión, manifestación, reunión e identidad sexual y cultural, independientemente de cualquier prejuicio. Puedo expresar mis ideas y afectos sin que por ello nadie me discrimine, coarte, cuestione, chantajee, lastime, amenace o agreda verbal o físicamente.

4

Derecho a decidir con quién compartir mi vida y mi sexualidad*

Existen varios tipos de familias, uniones y convivencia social.

Tengo derecho a decidir libremente con quién compartir mi vida, mi sexualidad, mis emociones y afectos.

Ninguna de mis garantías individuales debe ser limitada por esta decisión.

Nadie debe obligarme a contraer matrimonio o a compartir con quien yo no quiera mi vida y mi sexualidad.

5

Derecho al respeto de mi intimidad y mi vida privada

Mi cuerpo, mis espacios, mis pertenencias y la forma de relacionarme con las y los demás son parte de mi identidad y privacidad.

Tengo derecho al respeto de mis espacios privados y a la confidencialidad en todos los ámbitos de mi vida, incluyendo el sexual.

Sin mi consentimiento, ninguna persona debe difundir información sobre los aspectos sexuales de mi vida.



Derecho a vivir libre de violencia sexual

Cualquier forma de violencia hacia mi persona afecta el disfrute pleno de mi sexualidad.

Tengo derecho a la libertad, a la seguridad jurídica y a la integridad física y psicológica. Ninguna persona debe abusar, acosar, hostigar o explotarme sexualmente. El Estado debe garantizarme el no ser torturada/o, ni sometida/o a maltrato físico, psicológico, acoso o explotación sexual.



Derecho a la libertad reproductiva*

Las decisiones sobre mi vida reproductiva forman parte del ejercicio y goce de mi sexualidad.

Como mujer u hombre joven tengo derecho a decidir, de acuerdo con mis deseos y necesidades, tener o no hijos, cuántos, cuándo y con quién.

El Estado debe respetar y apoyar mis decisiones sobre mi vida reproductiva, brindándome la información y los servicios de salud que requiero, haciendo efectivo mi derecho a la confidencialidad.

***Si eres menor de edad, consulta el Código Civil de tu estado.**



Derecho a la igualdad de oportunidades y a la equidad

Las mujeres y los hombres jóvenes, aunque diferentes, somos iguales ante la ley.

Como joven, tengo derecho a un trato digno y equitativo y a gozar de las mismas oportunidades de desarrollo personal integral.

Nadie, bajo ninguna circunstancia, debe limitar, condicionar o restringir el pleno goce de todos mis derechos individuales, colectivos y sociales.



Derecho a vivir libre de toda discriminación

Las y los jóvenes somos diversos y, por tanto, tenemos diferentes formas de expresar nuestras identidades.

Tengo derecho a que no se me discrimine por mi edad, género, sexo, preferencia, estado de salud, religión, origen étnico, forma de vestir, apariencia física o por cualquier otra condición personal.

Cualquier acto discriminatorio atenta contra mi dignidad humana.

El Estado debe garantizarme la protección contra cualquier forma de discriminación.

10

Derecho a la información completa, científica y laica sobre la sexualidad

Para decidir libremente sobre mi vida sexual necesito información.

Tengo derecho a recibir información veraz, no manipulada o sesgada. Los temas relativos a la información sobre sexualidad deben incluir todos los componentes de ésta: el género, el erotismo, los vínculos afectivos, la reproducción y la diversidad.

El Estado debe brindar información laica y científica de manera continua de acuerdo con las necesidades particulares de las y los jóvenes.

11

Derecho a la educación sexual

La educación sexual es necesaria para el bienestar físico, mental y social, y para el desarrollo humano, de ahí su importancia para las y los jóvenes.

Tengo derecho a una educación sexual sin prejuicios que fomente la toma de decisiones libre e informada, la cultura de respeto a la dignidad humana, la igualdad de oportunidades y la equidad.

Los contenidos sobre sexualidad en los programas educativos del Estado deben ser laicos y científicos, estar adecuados a las diferentes etapas de la juventud y contribuir a fomentar el respeto a la dignidad de las y los jóvenes.

12

Derecho a los servicios de salud sexual y a la salud reproductiva*

La salud es el estado de bienestar físico, mental y social de las personas.

Tengo derecho a recibir los servicios de salud sexual gratuitos, oportunos, confidenciales y de calidad.

El personal de los servicios de salud pública no debe negarme información o atención bajo ninguna condición y éstas no deben ser sometidas a ningún prejuicio.

13

Derecho a la participación en las políticas públicas sobre sexualidad

Como joven puedo tener acceso a cualquier iniciativa, plan o programa público que involucre mis derechos sexuales y a emitir mi opinión sobre los mismos.

Tengo derecho a participar en el diseño, implementación y evaluación de políticas públicas sobre sexualidad, salud sexual y reproductiva; a solicitar a las autoridades gubernamentales y a las instituciones públicas que construyan y promuevan los espacios y canales necesarios para mi participación; así como a asociarme con otras/os jóvenes para dialogar, crear y promover acciones propositivas para el diseño e implementación de políticas públicas que contribuyan a mi salud y bienestar.

Ninguna autoridad o servidor público debe negar o limitarme, de manera injustificada, la información o participación referente a las políticas públicas sobre sexualidad.

***Si eres menor de edad, consulta el Código Civil de tu estado.**

Confidencialidad. Derecho de las personas de mantener en el anonimato o secreto actividades de su vida privada.

Derechos Humanos. El conjunto de prerrogativas (derechos y libertades) universales, inalienables (a los que no se puede renunciar) e inherentes (propios) a la naturaleza de la persona, cuya realización efectiva resulta indispensable para el desarrollo integral del individuo.

Discriminación. Trato desigual, injusto, arbitrario o excluyente que se da a una persona con base en algún atributo o condición como edad, sexo, origen étnico, nacionalidad, género, ocupación, religión, preferencia u orientación sexual, etcétera.

Diversidad sexual. El conjunto de las diferentes formas de vivir la sexualidad.

Equidad. Condición que busca el respeto de los derechos de todas las personas tomando en cuenta sus diferencias.

Expresiones eróticas. Manifestación del deseo y placer sexual.

Género. Conjunto de valores, actitudes y expectativas sociales que definen lo femenino y lo masculino, que se asignan al individuo desde el momento del nacimiento según su sexo.

Identidad. Aquello que una persona piensa, siente y expresa acerca de lo que es.

Identidad sexual. Aquello que una persona piensa, siente y expresa acerca de su sexualidad.

Igualdad. Es la condición humana por la que todas las personas tienen los mismos derechos fundamentales.

Intimidad. Todo aquello relacionado con el cuerpo, el espacio personal, los sentimientos y los pensamientos. Los espacios físicos de la intimidad pueden ser: baño, cama, recámara, cajones, cartas y escritos sobre sentimientos y pensamientos personales.

Laicidad. Cualidad de todo Estado democrático que para garantizar el respeto, la tolerancia, la libertad de conciencia y la igualdad jurídica ante la ley se mantiene ajeno a cualquier doctrina religiosa.

Licitud. Conductas individuales o colectivas que se realizan dentro de los límites establecidos por las normas jurídicas. Actuar con licitud es no infringir las leyes.

Orientación sexual. Concepto científico que señala que la elección de las/los compañeras/os afectivo-sexuales no es producto de una elección consciente. Entre las elecciones sexuales que se reconocen están:

- **Heterosexual.** Quien experimenta atracción predominante por personas del sexo opuesto.
- **Homosexual.** Quien experimenta atracción predominante por personas del mismo sexo.

- **Bisexual.** Quien experimenta atracción por personas de ambos sexos.

Políticas públicas. Son líneas de acción del Estado orientadas a satisfacer el interés público y el bien común sobre determinada materia.

Preferencia sexual. Elección de una persona para tener relaciones afectivo-sexuales con base en sus características sexuales (femenino, masculino, ambos)

Prejuicio. Concepción acerca de algo o de alguien, elaborada antes de conocerle o sin tener elementos para emitir una opinión.

Privacidad. El derecho de todo ser humano a que no sean conocidos y dados a conocer, por terceros, hechos, circunstancias o cualquier otra información personal sin su consentimiento.

Salud. Es el estado de bienestar de las personas en todos los aspectos psicológicos, sociales, biológicos, sexuales y ambientales, y no es sólo la ausencia de la enfermedad.

Salud reproductiva. Es el estado de bienestar físico, mental y social en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo, sus funciones y procesos, y no sólo la ausencia del dolor, enfermedades e infecciones de transmisión sexual.

Salud sexual. Es el estado de bienestar físico, mental y social en todos los aspectos relacionados con la vida erótico-sexual y erótico-afectiva en todas sus dimensiones. Es la capacidad de disfrutar de una vida sexual satisfactoria y sin riesgos.

Seguridad jurídica. Es la garantía que el Estado brinda a todos los individuos de que su persona, sus bienes y sus derechos no serán violentados por las autoridades o por algún particular.

Sexualidad. Conjunto de condiciones físicas, biológicas, psicológicas, emocionales, sociales y culturales relacionadas con la vida sexual de una persona.

Sexo. Conjunto de características anatómico-fisiológicas que diferencian a hembras y machos de una especie.

Vida privada. Espacio geográfico y simbólico constituido por la familia, el hogar y las actividades de la persona como particular.

Violencia sexual. Todo acto, con connotaciones sexuales, que tienda a invadir, agredir y dañar el cuerpo y la vida emocional de una persona sin su consentimiento y/o en desventaja emocional, física o laboral. Las formas de violencia sexual se manifiestan en actos que incluyen desde conductas que no implican sometimiento físico, como el acoso y el hostigamiento verbal, hasta diversas prácticas sexuales no consentidas, tales como caricias, besos y otras formas de contacto genital y corporal, incluidas las relaciones sexuales.



CNDH
Comisión Nacional
de Derechos Humanos
www.cndh.org.mx
Tel. 58 81 81 25 y 54 90 74 00
01 800 715 2000



CDH-DF
Comisión de Derechos
Humanos del Distrito Federal
www.cdhdh.org.mx
cdhdh@cdhdh.org.mx
Tel. 52 29 56 00



Diversitel
Diversitel la Línea
de la Diversidad Sexual
diversitel@avedemexico.org.mx
Tel. 55 74 30 12



TelSida
telsida@prodigy.net.mx
Tels. 56 66 74 32
01 800 712 08 86
01 800 712 08 89



Acciones
Acción Educativa por la
Salud Sexual, A. C.
acciones@laneta.apc.org.mx
Tel. / fax 56 07 93 30



**Católicas por el Derechos
a Decidir, A. C.**
cddmx@cddmx.org
Tel. 55 54 57 48
y 55 54 29 02,
fax 56 59 28 43



**Instituto de Liderazgo
Simone de Beauvoir, A. C.**
jovenes@ilsb.org.mx
Tel. 53 36 15 39 / 40,
fax 55 49 79 08



Apis
Fundación para la Equidad, A. C.
apis@laneta.apc.org
Tel. 56 59 05 48
y 55 54 47 69



DemySex
Red Democracia
y Sexualidad, A. C.
demysex.org.mx
Tel./ fax 55 24 94 96
y 55 34 26 00



Mexfam
Fundación Mexicana para la
Planeación Familiar, A. C.
www.mexfam.org.mx
Tel. 54 87 00 30,
fax 54 87 00 42



AVE de México, A. C.
avedemexico@prodigy.net.mx
Tel. 55 74 53 09 y 19



Elige
Red de Jóvenes por los
Derechos Sexuales
y Reproductivos, A. C.
elige@prodigy.net.mx
Tel. 26 14 68 21,



Sipam
Salud Integral para la Mujer, A. C.
sipam@laneta.apc.org
Tel. 55 39 87 03
y 55 32 57 63



Balance
Promoción para el Desarrollo
y Juventud, A. C.
balance_red@yahoo.com
Tel. 52 64 33 31,
fax 55 36 57 08



Equidad de Género
Ciudadanía, Trabajo
y Familia, A. C.
equidad@equidad.org.mx
Tel. 56 58 71 14
y 56 58 71 29



Sisex
Sistema Nacional
de Promoción y Capacitación
en Salud Sexual, A. C.
sisex@laneta.apc.org
Tel. 56 74 30 98,