

# POR TUS DERECHOS



# S

COMISIÓN DE DERECHOS HUMANOS DEL DISTRITO FEDERAL



## Derecho a la salud sexual y reproductiva

- ✘ Conoce tus derechos sexuales y reproductivos
- ✘ Salud sexual
- ✘ Las instituciones que te apoyan



## Derechos sexuales y derechos reproductivos

Antes que nada, es importante que sepas que los derechos sexuales y los derechos reproductivos buscan *la igualdad y la equidad sexual*, es decir:

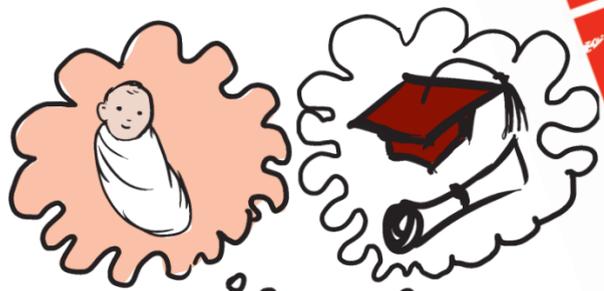
- o Estar libre de toda forma de discriminación.
- o El respeto a la diversidad.
- o El derecho de toda mujer a decidir sobre su maternidad.
- o El acceso a información objetiva, veraz y oportuna, basada en argumentos científicos.
- o La libertad de expresar la preferencia sexual y de tener relaciones de común acuerdo.
- o El respeto a la intimidad y la vida privada, incluyendo el respeto a la confidencialidad; el acceso a métodos anticonceptivos seguros, eficaces, accesibles y adecuados, y a servicios de salud integrales y de calidad; y la educación sexual integral, laica y científica.
- o El respeto a ejercer la sexualidad libre de torturas, tratos crueles o degradantes, amenazas, explotación, abusos sexuales y cualquier otro tipo de violencia.

Para tomar decisiones acertadas de manera libre e informada sobre los aspectos de tu salud sexual y reproductiva, es importante hablar de sexualidad y de autocuidado. Para ello es necesario que conozcas las conductas de riesgo, los métodos anticonceptivos, la ILE, las relaciones de pareja, tus derechos, que sepas decidir en qué momento y con quién tener relaciones sexuales, y que conozcas tus derechos a manifestar tu opinión, a estar bien informado(a) y a recibir atención profesional en áreas que afecten tu salud sexual y reproductiva. Además, la información adecuada evita la incidencia de problemas como infecciones de transmisión sexual (ITS), VIH y sida.



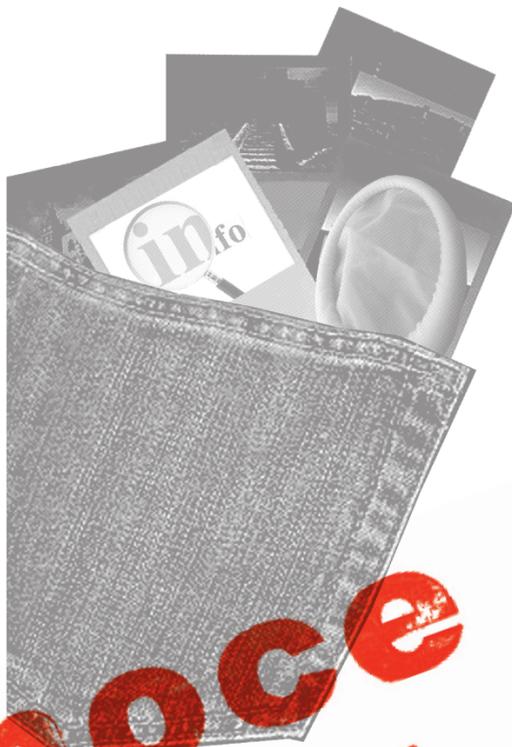
La salud sexual es un estado de bienestar físico, emocional, mental y social relacionado con el ejercicio de la sexualidad. Para alcanzar y mantener la salud sexual, tus derechos sexuales y los de todas las personas deben ser respetados, protegidos y ejercidos a plenitud, siendo necesarios el respeto de la sexualidad y las relaciones sexuales libres, seguras y placenteras, libres de amenazas, discriminación y violencia.

# ¡Conoce tus derechos!



### Los derechos sexuales nos permiten:

- o Disfrutar de la sexualidad sin el objetivo de tener hijos.
- o Elegir prácticas sexuales de manera libre y responsable.
- o Formar o no una familia y decidir la estructura y organización de ésta.
- o Vivir sin violencia sexual.
- o Decidir cuándo y con quién tener relaciones sexuales.
- o Gozar de respeto a la intimidad.
- o Expresar la orientación sexual y regular las situaciones que se desprendan de su ejercicio cotidiano.
- o Recibir información y educación sobre sexualidad.



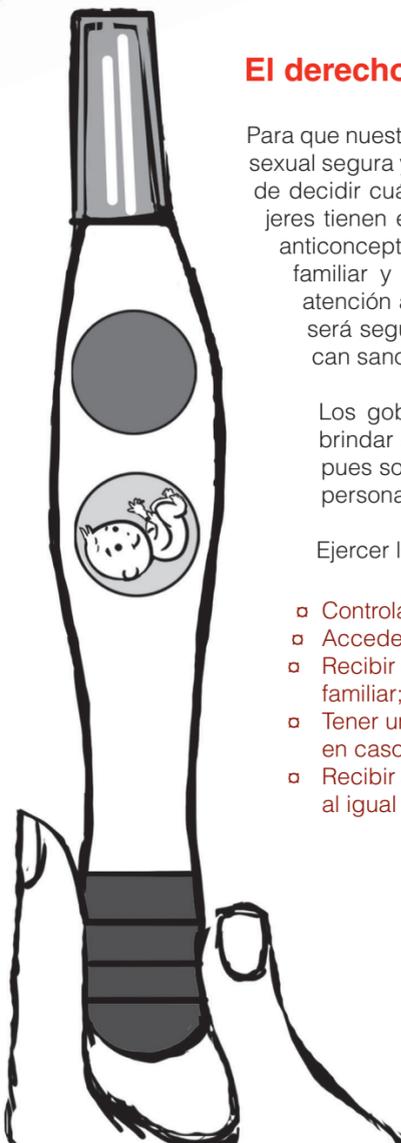
### El derecho a la salud reproductiva

Para que nuestra salud reproductiva signifique el disfrute de una vida sexual segura y satisfactoria, la capacidad de tener hijos y la libertad de decidir cuándo y con qué frecuencia, tanto hombres como mujeres tienen el derecho a estar informados; a acceder a métodos anticonceptivos seguros y eficaces, y a servicios de planificación familiar y de salud pública que proporcionen una adecuada atención a la mujer embarazada y que garanticen que el parto será seguro, con el objetivo de que nuestros hijos e hijas nazcan sanos.

Los gobiernos de todos los países tienen la obligación de brindar servicios de salud reproductiva a hombres y mujeres, pues son responsables de proteger la vida y la salud de toda persona, sin discriminación.

Ejercer los derechos reproductivos nos permite:

- o Controlar y decidir sobre nuestro cuerpo.
- o Acceder a servicios de salud de calidad.
- o Recibir información sobre los métodos de planificación familiar; tener acceso a ellos y libertad para elegirlos.
- o Tener un tratamiento alternativo, adecuado e informado en caso de infertilidad.
- o Recibir atención médica durante el embarazo y el parto, al igual que en caso de decidir la ILE.

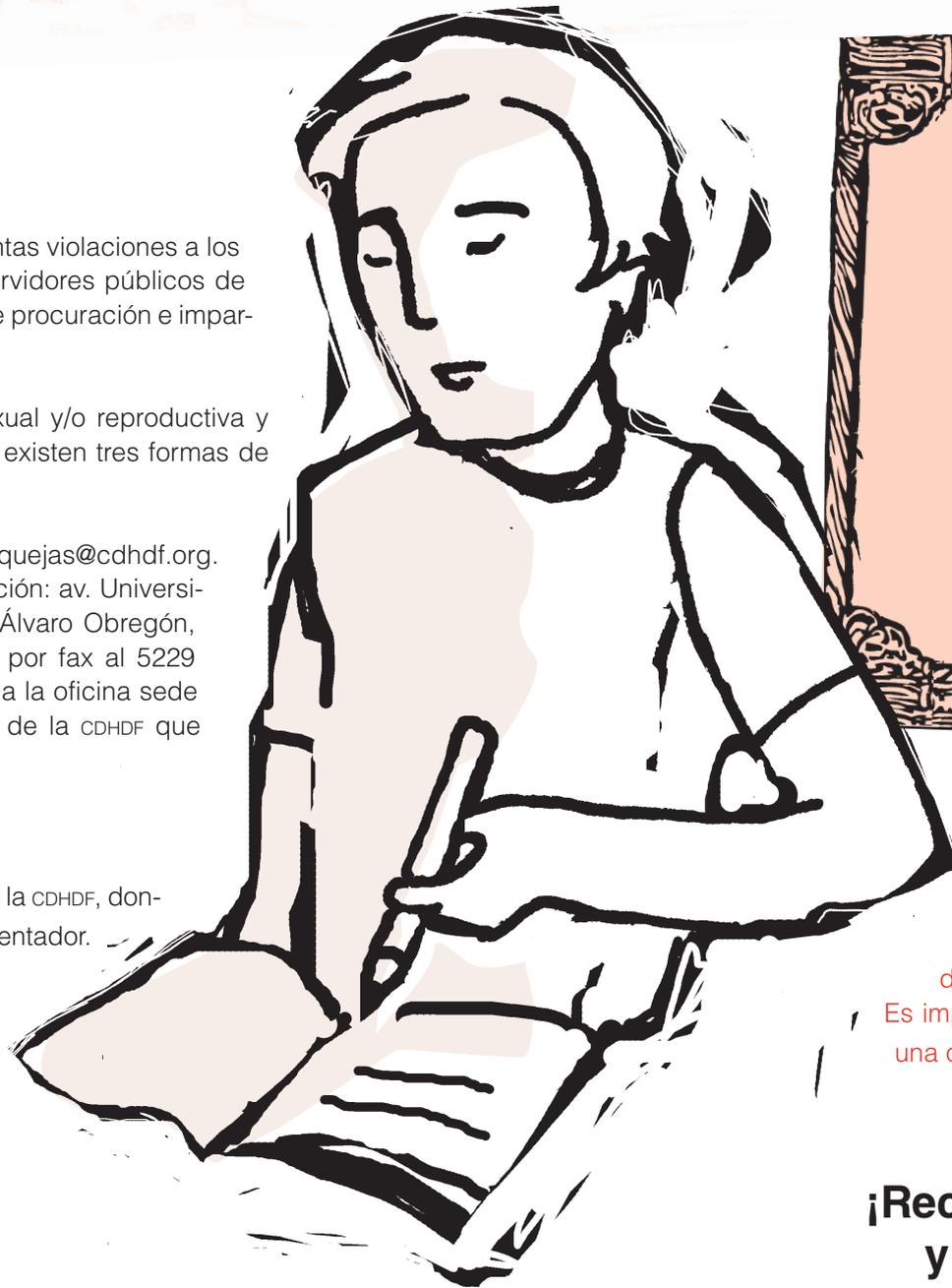


# ¿Cómo presentar una queja?

La CDHDF atiende las quejas y denuncias por presuntas violaciones a los derechos humanos cometidas por servidoras y servidores públicos de cualquier instancia de gobierno y de los órganos de procuración e impartición de justicia en la ciudad de México.

Si consideras afectado tu derecho a la salud sexual y/o reproductiva y deseas presentar una queja ante este organismo, existen tres formas de hacerlo:

- **Por escrito**, enviándola al correo electrónico <quejas@cdhdf.org.mx>, o por correo ordinario a la siguiente dirección: av. Universidad 1449, col. Florida, pueblo de Axotla, del. Álvaro Obregón, 01030 México, D. F. También puedes enviarla por fax al 5229 5600, o si lo prefieres, acude a dejar tu escrito a la oficina sede o a alguna de las unidades desconcentradas de la CDHDF que encontrarás en la parte final de este material.
- **Por vía telefónica**, al 5229 5600.
- **Personalmente**, en cualquiera de las oficinas de la CDHDF, donde recibirás la atención de una o un visitador orientador.



Es importante que la queja contenga los siguientes datos:

- Tu **nombre completo** y el de las personas cuyos derechos humanos fueron presuntamente violados.
- Tu **domicilio y teléfono**.
- Una **breve descripción** de cómo sucedieron los hechos, incluyendo la fecha y el lugar en que ocurrieron.
- En caso de que los sepas, mencionar el **nombre de la autoridad** y el **cargo** de la o el servidor público responsable.

Recuerda que, de acuerdo con la ley, la CDHDF **no podrá intervenir** en asuntos que se refieran a conflictos entre particulares, asuntos electorales y decisiones que tomen las y los jueces, magistrados u otras autoridades en donde se defina algún asunto de carácter jurisdiccional.

Es importante mencionar que no es necesario que cuentes con una o un abogado para solicitar la intervención de la Comisión.

**¡Recuerda que todos nuestros trámites y servicios son gratuitos!**

# ¿Sabías que...?



- A la Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal (CDHDF) puede acudir cualquier persona que considere que a ella o a algún conocido le ha sido violado alguno de sus derechos humanos, independientemente de su condición social, nacionalidad, raza, religión, sexo o edad.
- Existe un método para reducir el riesgo de infección por virus de inmunodeficiencia humana (VIH) que se aplica dentro de las 72 horas después de haber tenido una relación sexual sin protección, haber usado materiales infectados o haber sido víctima de violencia sexual. Se llama *profilaxis postexposición* y la manera en que funciona es tomando durante 48 días medicamentos antirretrovirales para disminuir los riesgos de infección por VIH, los cuales ayudan a que no se multiplique el virus en el cuerpo.
- Existe la píldora del día siguiente o anticoncepción de emergencia, con la cual se puede evitar un embarazo no deseado. Ésta debe ser tomada en las primeras 72 horas después de haber tenido una relación sexual sin protección.
- El Distrito Federal es la única entidad en México que permite la interrupción legal del embarazo (ILE) antes de las 12 semanas de gestación. Sólo aquí se admite el aborto por voluntad de la mujer; en otros estados existen causales que lo permiten, como la violación.

## Es importante que sepas que:

- De enero de 2010 a junio de 2011, en la CDHDF se documentaron 27 quejas por la violación a estos derechos, principalmente relacionada a la orientación sexual y a la violencia de tipo sexual, en las que diversas autoridades, por acción u omisión, vulneraron los derechos de las personas. Además, se han emitido dos recomendaciones: la 15/2008<sup>1</sup> y la 2/2009,<sup>2</sup> las cuales aún están en seguimiento para ser cumplidas por la Secretaría de Salud del Distrito Federal.<sup>3</sup>
- La Dirección General de Educación por los Derechos Humanos de la CDHDF ofrece talleres para adolescentes a las escuelas e instituciones que lo solicitan, en los que se incluye el tema de los derechos sexuales y reproductivos.
- La CDHDF pone a tu disposición publicaciones como la Cartilla de derechos humanos para evitar la discriminación por orientación sexual y la *Cartilla de derechos sexuales y reproductivos de las y los jóvenes*, las cuales puedes encontrar en el sitio web <[www.cd hdf.org.mx](http://www.cd hdf.org.mx)> o en el Centro de Consulta y Documentación de la Comisión, ubicado en av. Universidad 1449, edificio B, planta baja, col. Florida, pueblo de Axotla, del. Álvaro Obregón, 01030 México, D. F., tel.: 5229 5600, ext.: 1818.

1 Por negligencia médica y deficiencias en la disponibilidad de personal.

2 Por negligencia médica y deficiencias en la disponibilidad de personal y de recursos materiales en la atención a la salud materno-infantil.

3 Fuente: Sistema Integral de Gestión de Información (Siigesi) de la CDHDF.



# En tu apoyo

## ¿Quién garantiza tus derechos sexuales y reproductivos?

En nuestro país el beneficio de la seguridad social que ofrece servicios médicos a trabajadoras y trabajadores está a cargo del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE) y el Instituto de Seguridad Social para las Fuerzas Armadas Mexicanas (Issfam). A éstos puedes acudir en caso de ser beneficiaria o beneficiario, con la seguridad de que recibirás orientación y asistencia en materia de salud sexual y reproductiva.

Además, el sector de salud pública está integrado por hospitales, institutos, clínicas y centros de salud que dirige la federación o las administraciones de los estados, los cuales deben brindar servicios de forma gratuita mediante el Seguro Popular a nivel federal; en la ciudad de México el beneficio de gratuidad se otorgará por parte del Gobierno del Distrito Federal.

## ¿Cuáles son las instituciones que te atienden?

En la capital del país existen diversas instancias que ofrecen servicios médicos en el ámbito de prevención y atención en beneficio de la salud sexual y reproductiva, a las cuales puedes acercarte para aclarar tus dudas y recibir atención médica. Entre éstas se encuentran las siguientes:

### **Comisión Nacional de Protección Social en Salud**

Gustavo E. Campa 54, col. Guadalupe Inn,  
del. Álvaro Obregón,  
01020 México, D. F.  
Tel.: 5090 3600  
<[www.seguro-popular.salud.gob.mx](http://www.seguro-popular.salud.gob.mx)>

### **Centro Nacional de Equidad de Género y Salud Reproductiva**

Homero 213, col. Chapultepec Morales,  
del. Miguel Hidalgo,  
11570 México, D. F.  
Tel.: 5263 9100  
<[www.generosaludreproductiva.salud.gob.mx](http://www.generosaludreproductiva.salud.gob.mx)>

### **Centro Nacional para la Prevención y el Control del VIH/sida**

Herschel 119, col. Anzures,  
del. Miguel Hidalgo,  
11590 México, D. F.  
Telsida: 5207 4077 y 01 800 712 08 86  
<[www.censida.salud.gob.mx](http://www.censida.salud.gob.mx)> y <[www.censida.salud.gob.mx/interior/telsida.html](http://www.censida.salud.gob.mx/interior/telsida.html)>

### **Clínica de Especialidades Condesa<sup>1</sup>**

Benjamín Hill 24, col. Condesa,  
del. Cuauhtémoc,  
11800 México, D. F.  
Tels.: 5271 6439 y 5515 8311

### **Servicios de Salud Pública del Distrito Federal**

Medicina a Distancia de la Secretaría de Salud del Distrito Federal  
Xocongo 225, col. Tránsito,  
del. Cuauhtémoc,  
06820 México, D. F.  
Tels.: 5132 0909 y 01 800 00 44 800 (en todo el país)  
<[www.salud.df.gob.mx/ssdf/medicina\\_a\\_distancia](http://www.salud.df.gob.mx/ssdf/medicina_a_distancia)>

## Tú eres responsable de tu salud sexual y reproductiva, por ello es importante:

- Informarte sobre sexualidad, salud sexual, y derechos sexuales y reproductivos.
- Propiciar la confianza necesaria para facilitar la comunicación sobre estos temas con las y los integrantes de tu familia.
- Apoyar a tus hijas e hijos con información u otros servicios relacionados con la salud sexual y reproductiva.
- Informarte sobre enfermedades de transmisión sexual y métodos anticonceptivos.
- Acudir a los servicios de salud para recibir información y atención adecuada, confidencial y oportuna.
- Participar en programas y actividades educativas sobre sexualidad y salud sexual y reproductiva.
- Exigir el respeto de tus derechos sexuales y reproductivos.

<sup>1</sup> Esta clínica ofrece servicios de asistencia y tratamiento a personas residentes y no residentes del Distrito Federal que viven con VIH/sida, así como atención a quienes tienen alguna infección de transmisión sexual (ITS).

# Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal



## Oficina sede

Av. Universidad 1449,  
col. Florida, pueblo de Axotla,  
del. Álvaro Obregón,  
01030 México, D. F.  
Tel.: 5229 5600

## Unidades desconcentradas

### Norte

Payta 632,  
col. Lindavista,  
del. Gustavo A. Madero,  
07300 México, D. F.  
Tel.: 5229 5600, ext.: 1756

### Sur

Av. Prol. Div. del Norte 5662,  
Local B, Barrio San Marcos,  
del. Xochimilco,  
16090 México, D. F.  
Tels.: 1509 0267 y 5229 5600, ext.: 1755

### Oriente

Cuauhtémoc 6, 3<sup>er</sup> piso,  
esquina con Ermita,  
Barrio San Pablo,  
del. Iztapalapa,  
09000 México, D. F.  
Tel.: 5686 1230, 5686 1540 y 5686 2087

### Centro de Consulta y Documentación

Av. Universidad 1449,  
edificio B, planta baja,  
col. Florida, pueblo de Axotla,  
del. Álvaro Obregón,  
01030 México, D. F.  
Tel.: 5229 5600, ext.: 1818

[www.cdhdhf.org.mx](http://www.cdhdhf.org.mx)