



CUADERNO

Créditos

Cuaderno Sexo y Sexualidad

Fundación GAMMA

Texto: Chiara Padovani, Sandra López, GAMMA

Revisión de texto: María Elena Panaherrero, Centro de Diagnóstico Psico pedagógico

Diseño: Chiara Padovani, Juan Carlos López, GAMMA - IV Asesoría

Producción: Fundación GAMMA

Publicación realizada en el marco del Convenio "Por el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos y una vida libre de violencia en Bolivia, Ecuador y Perú" con el apoyo de Solidaridad Internacional, financiado por la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AECID).

Noviembre, 2012

SEXO Y SEXUALIDAD

LO QUE NO TE HAN DICHO

En muchos países de América Latina, el sexo y la sexualidad, lejos de ser temas fáciles y naturales son por lo general temas complicados, secretos, con muchos tabúes y mitos.

Las preguntas más temidas de las personas adultas son las que provienen de niños y niñas o adolescentes y que se refieren a la sexualidad.

El sexo es una característica natural de las personas, nacemos mujeres u hombres; en cambio, la sexualidad es una construcción social, por lo tanto, cambia según la época y la cultura; por ejemplo, en la Grecia Antigua, la homosexualidad no solo era natural y aceptada, ser homosexual tenía un status social valorado y respetado; sin embargo en esta época, la misma homosexualidad es motivo de discriminación y violencia. Otro ejemplo; en algunos pueblos, actualmente existen prácticas como la extirpación del clítoris, por creer que las mujeres no deben sentir placer en la relación sexual; esta misma práctica en nuestro país, sería impensable y nos parecería una terrible agresión hacia las mujeres.

Los hábitos y comportamientos repetidos generación tras generación han hecho de la sexualidad un tema tabú, es necesario que comencemos a cambiar estos hábitos y conductas. Investigaciones recientes afirman que una de las características que comparten las sociedades violentas (es decir, casi todas), es el hecho de que no se habla abiertamente ni se da información suficiente a los y las adolescentes sobre la sexualidad.

Como adolescentes y jóvenes, es nuestro derecho exigir información adecuada, oportuna y clara sobre la sexualidad; así, podremos ser responsables para tener una sexualidad sana; por otra parte, es nuestra obligación no utilizar la sexualidad o el sexo como un mecanismo de opresión o de violencia.

Como humanidad tenemos un reto grande para hacer que en nuestros días y en el futuro, las sociedades sean más pacíficas y respetuosas de los derechos humanos, por lo tanto, tratar la sexualidad abiertamente y sin prejuicios ni tabúes es una obligación.

Hacer de la sexualidad un elemento de disfrute, respeto, fortalecimiento del afecto y la confianza está en nuestras manos.

SEXO VS. GÉNERO

A veces, cuando llenamos formularios nos dicen:

Sexo: Masculino o Femenino

Y otras veces:

Sexo: Hombre o Mujer

Entonces, ¿es lo mismo?

¡No! Existe una gran confusión en la utilización de los términos masculino y femenino para designar el sexo de las personas y veremos por qué.

El sexo es una característica biológica de las personas. Nacemos hombres o mujeres y estamos diferenciados/as por nuestros genitales. Cuando recién nace un niño, sabemos que es niño por sus genitales: tiene pene y testículos; y reconocemos que es una niña porque tiene vagina. Así de simple; ahora con las operaciones de cambio de sexo, podría cambiar, pero naturalmente nacemos mujeres y hombres, luego podemos decidir.

¿DECIDIR?

Lamentablemente en nuestra sociedad no podemos decidir libremente, pues nuestro entorno social nos "enseña" a ser "mujeres" y a ser "hombres" con características casi opuestas, a esto se le llama los estereotipos de género (lo que hacemos, cómo somos, dónde estamos mujeres y hombres). Pero además, nuestra sociedad da mayor valoración a todo lo relacionado con el mundo masculino y por el contrario, el mundo femenino es objeto de discriminación, burla y violencia.

Mundo femenino

Cariño, ternura, servicio, vanidad, fidelidad, coquetería, debilidad, la casa, el cuidado de hijos e hijas, a la espera de un príncipe azul. El mundo rosado

Mundo masculino

Fortaleza, valentía, firmeza, inteligencia, infidelidad, trabajo de empresa, mantenedor, competitivo, defiende su honor, la calle. El mundo azul

La sociedad nos enseña que las mujeres deben ser sumisas, dependientes de los hombres y que deben estar en la casa; los hombres en cambio deben ser fuertes e independientes, salen libremente a la calle y pueden decidir sobre la vida de las mujeres. Pero esas NO son características naturales, no son biológicas, sino aprendidas, y como todo lo que aprendemos, puede cambiar, está en nuestras manos decidir.

Cambiar nuestra forma de ver e interactuar con el mundo, vernos como iguales, como seres humanos es urgente. Ya sabemos que eso no nos hace menos hombres o menos mujeres; soy hombre por humano, no por golpear, ser mujeriego o por ingerir alcohol; soy mujer por humana, no por saber cocinar o por llorar y ser sensible.

Podemos elegir lo que queremos ser, cómo queremos actuar, en qué queremos trabajar o lo que queremos estudiar; la cuestión sería cómo lograr que todo lo que hacemos mujeres y hombres sea compartido, valorado y reconocido por igual; de otra manera siempre habrá discriminación.

DERECHO A UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA

Yo tengo derecho a sentirme segura/o y nadie tiene a derecho a tocarme si no lo quiero. De hecho, si alguien toca mi cuerpo contra mi voluntad, es un delito

¿Qué es la violencia sexual?

La violencia

sexual es cualquier comentario o acción no deseada que te hace sentir insegura, incómoda y/o violentada. Incluye comentarios, miradas o insinuaciones de naturaleza sexual no deseada (acoso sexual) hasta el contacto físico (abuso sexual). La violencia sexual puede suceder en cualquier lugar – en el colegio, en el bus, en la casa, en el trabajo, en la calle etc. – y la víctima puede ser cualquier persona, sin embargo mujeres y niñas son las que tienen mayor riesgo.

Acoso sexual

comentarios sexuales: piropos disfrazados, insinuaciones, bromas groseras o vulgares, etc.

bullying con naturaleza sexual: comentarios como: "tal persona es una p***", "llama a 400600 para pasarla bien", en redes sociales, grafitis en los baños, etc.

amenaza: ser obligada u obligado a salir con alguien
exhibicionismo de partes íntimas: cuando alguien muestra sus genitales, violenta el sano desarrollo de la sexualidad.

Abuso sexual

coerción: presión para realizar favores sexuales, chantaje, etc.

contacto físico: "mandar mano", apretujamientos, roces disfrazados, etc.

violación: sexo forzado, sexo en contra de la voluntad o con engaños. Si una persona adulta tiene relaciones sexuales con una persona menor de edad, esto también es violación, así exista consentimiento; excepto cuando el/la adolescente tenga entre 15 y 17 años, allí se considera estupro. Pero si es menor de 15 años, siempre será violación.



las chicas exageran frente a las bromas o comentarios sexuales y los piropos les gustan

MITOS SOBRE LA VIOLENCIA SEXUAL

No, una persona siempre tiene derecho a sentirse cómoda y segura, si algunos comentarios o bromas te hacen sentir incómoda o insegura, no son piropos, es acoso y es un delito. ¡Denúncialo!

las chicas tienen la culpa porque provocan la violencia sexual, usan minifalda, escotes, caminan solas en la noche y coquetean

No, nadie provoca, ni debe ser acosado/a. Pensemos en un robo, por ejemplo: quien te roba es culpable, tú eres la víctima. En el abuso sexual es igual, el culpable es siempre el acosador. ¡Denúncialo!

los agresores son desconocidos escondidos en la calle, por eso las mujeres tienen la culpa al exponerse

No, de hecho casi siempre el acosador es una persona conocida. Está en el colegio, en la casa, en la familia, en el círculo de amistad. El aprovecha esta cercanía para cometer el delito. ¡Denúncialo!

si una chica sufre violencia sexual, es su culpa por dejarlo continuar

No, muchas veces las personas tienen miedo de denunciar la violencia sexual porque sienten culpa y vergüenza o piensan que sus amigos/as y familia no les van a creer ni apoyar. Por eso es importante nunca culpar a las personas que sufren violencia sexual.

¿ QUÉ DEBO HACER SI SUFRO VIOLENCIA SEXUAL?

- 1 Confía en tus sentimientos.** En casos de violencia sexual es normal sentir:
 - **inseguridad o vergüenza:** recuerda que no es tu culpa y no estás sola.
 - **preocupación de ser la única persona a quien le pasa:** tristemente el abuso sexual es muy común, pero mucha gente no lo denuncia.
 - **nervios por pensar que estás exagerando:** confía en tus sentimientos, si no te sientes segura o tienes miedo, hay peligro, tu intuición funciona.

- 2 No lo ignores** porque generalmente empeora. Muchas veces el acoso empieza con bromas o comentarios sexuales, supuestas demostraciones de afecto, pero luego se convierte en toques, amenazas o agresión sexual. También la agresión puede ser provocada por una persona cercana afectivamente. Si esto sucede no tengas temor de denunciarla, pues otras/os adolescentes y jóvenes como tú están expuestas/os a un potencial peligro.

- 3 Si alguien te abusa o acosa, refiérate a este delito por su nombre:** violencia sexual (acoso sexual o abuso sexual para ser más específica), no des las vueltas buscando no ofender

- 4 Dile a alguien en quien confías** - como tu madre/padre, tu docente, un/a amigo/a, etc. Pero si todavía te sientes insegura, busca más apoyo. Existen instituciones obligadas a garantizar tu seguridad.

- 5 Si es posible, dile a la persona que te acosa que pare.** Dile que no te gusta lo que te dice o como actúa contigo y que debe parar ya. Puedes pedir a una amiga o amigo que te acompañe.

- 6 Escribe todo** lo que pasa incluyendo cuándo, dónde, qué pasa y por cuánto tiempo.

- 7 Mantén tu seguridad.** Si ya has dicho "no" pero el acoso continúa; si no puedes decir "no" por miedo de que sea peor, es importante conseguir ayuda.

¿ CÓMO PUEDO AYUDAR A ALGUIEN QUE SUFRE VIOLENCIA SEXUAL?

- 1 Escuchar** - escucha lo que te cuenta tu amiga o amigo sin juzgarle o culpar.

- 2 Apoyar en lo que puedas** - apoya y escucha a tu amigo/a, pero entiende tus límites. Si la violencia que sufre es peligrosa y ha llegado a la agresión o abuso sexual, debes apoyarle con los teléfonos de personas e instituciones especializadas en eso y acompañarle en todo el proceso.

- 3 Privacidad** - es importante respetar el derecho a la privacidad de tu amigo o amiga. Puedes buscar ayuda de docentes o personas adultas de confianza sin compartir su identidad; pero si el acoso es abuso sexual y tu amigo o amiga tienen menos de 18 años de edad, la ley dice que tienes que denunciar este hecho porque es un delito. Explica eso a tu amigo/a y acompáñale para hablar con alguien de confianza. Si tu amigo/a no quiere, tú tienes la responsabilidad de denunciar el delito. La denuncia puede ayudar a frenar más delitos de este tipo.

- 4 Cuídate** - apoyar a un/a amigo/a es difícil. Quizás tu también necesites ayuda y apoyo. Tal vez quieras hablar con una persona adulta de confianza como tu madre, padre o docente.



LA PLENA

SOBRE SEXO Y SEXUALIDAD

Si una chica no es virgen, es fácil



En nuestra sociedad existe algo que se llama una doble moral. Por ejemplo, a los chicos que tienen sexo se les dice: "macho", "campeón", "varón"; en cambio a las chicas que tienen sexo se les dice: "zorra", "cualquiera", "fácil". Es decir, se califica el mismo hecho de manera diferente según sean hombres o mujeres. Existe también una doble moral para defender la virginidad, así, en un hombre no importa demasiado, pero si una mujer la pierde, es grave, entonces se piensa que una mujer cuando ha perdido la virginidad ya no tiene nada que cuidar y por lo tanto va a aceptar tener sexo fácilmente. Una persona, sea hombre o mujer, sea virgen o no virgen, debe decidir cuándo y con quién quiere tener relaciones.

Si un chico dice "no" a una chica que quiere tener sexo con él, es porque el chico es gay



La decisión de tener o no tener sexo no tiene nada que ver con la orientación sexual. Los chicos tanto como las chicas deben tener relaciones solo cuando quieran y cuando se sientan listos. Si un chico no está listo para tener relaciones o simplemente no quiere está en su derecho de decir que no sin tener que justificarlo.

Está bien si el novio presiona u obliga a la novia a tener relaciones, así son los chicos



Obligar o presionar a alguien a tener relaciones sexuales nunca es aceptable; esto es un delito, sea entre novios o desconocidos. Tener relaciones en una pareja siempre debe ser una decisión mutua, donde cada persona quiere (sin ninguna presión) y da su consentimiento (dicen que sí). Si en el proceso alguien cambia de parecer tiene todo el derecho a decir que no y el acto tiene que parar ya.

Si una chica dice que "no", en realidad quiere decir que "sí"



No es no. No importa la actitud, una chica puede estar alegre, coqueteando, bailando sensualmente; nada de esto implica que con seguridad va a querer tener sexo. Cuando una chica dice que no es no y hay que respetar su decisión, no forzarla por una "suposición" sustentada en su actitud. Si no existe consentimiento (decir que sí sin ninguna presión), esto es una violación y es un delito.

No hay riesgo de embarazo la primera vez que tienes relaciones



Siempre hay riesgo de embarazo cuando hay penetración, no importa si es la primera vez o no. Cuando una chica empieza a menstruar, puede embarazarse. Para reducir el riesgo del embarazo se debe usar algún método anticonceptivo para hombres o para mujeres.

No hay riesgo de embarazo si el chico eyacula afuera o penetra "solo la puntita"



Tener relaciones sin el uso de un método anticonceptivo siempre tiene un alto riesgo de embarazo. Antes de la eyulación, el pene produce un poco de semen que puede resultar en un embarazo aunque termine afuera.

Las relaciones sexuales son la prueba de amor verdadero



Las relaciones sexuales no son necesarias en una relación romántica, aunque pueden formar parte de una. Si tu novia o novio no quiere tener relaciones contigo, no significa que no te ama, simplemente no desea tener relaciones. Como su pareja debes respetar su decisión y solo tener relaciones cuando ambas personas en la relación quieren. En la práctica, la famosa "prueba de amor" es una forma de presionar a las chicas para tener relaciones cuando no quieren. Esto es violencia sexual, el extremo opuesto del amor verdadero.

LA TIENA

SOBRE SEXO Y SEXUALIDAD

MITO

Tomar un anticonceptivo de emergencia protege durante todo el mes

La píldora de anticoncepción de emergencia no es un método de control de la natalidad; no es para uso rutinario sino solo para casos de emergencia; sus efectos secundarios son muy fuertes y su función en el organismo es diferente a la de las píldoras anticonceptivas regulares; por lo tanto, su uso regular puede causar serios daños.

MITO

Tener relaciones sexuales de pie o lavarse inmediatamente después de una relación sexual impide el embarazo

Ninguna de estas acciones modifica las posibilidades de embarazo; con la eyaculación, el semen va directo al útero y si la mujer se encuentra en su período fértil siempre habrá la posibilidad de embarazo.

MITO

La masturbación es mala y sucia

La masturbación es un acto normal en adolescentes, jóvenes y en las personas adultas; ayuda a la autoexploración de las zonas erógenas, al disfrute y placer sexual. Sin embargo, el exceso está relacionado con problemas de autoestima o de personalidad retraída, además, de provocar eyaculación precoz en los hombres.

MITO

Chupar limón después del coito mata los espermatozoides

Ningún alimento puede causar este tipo de efecto.

La iniciación sexual debe ser con una persona experimentada

Toda relación afectiva se construye entre dos, mejor si pueden ir descubriendo y explorando en conjunto todo lo que la sexualidad tiene para brindar. Un inicio sexual forzado por este mito trae consecuencias negativas para una futura vida sexual con la pareja que elijamos.

MITO

MITO

Es imposible fingir un orgasmo

Pregunten a cualquier mujer cuántas veces le ha tocado fingir, a través de sonidos o movimientos, haber alcanzado un orgasmo solo para complacer al hombre.

A las mujeres que han tenido relaciones sexuales se les arquean las piernas

Haber tenido relaciones sexuales no provoca ningún cambio físico en la mujer, ni en el hombre. No es posible "saber" si una mujer ha tenido o no relaciones sexuales a través de su estructura física. Decir o pensar esto es un prejuicio originado en el sistema machista y por lo tanto es una forma de discriminación y violencia.

MITO

MITO

Con condón no es igual

El placer que brinda la relación sexual involucra muchos aspectos que van desde las caricias hasta la penetración, y ni siquiera es necesaria la penetración para alcanzar el orgasmo. Con o sin condón, se disfruta una relación aceptada, deseada y placentera; el uso del preservativo proporciona una enorme tranquilidad. Este mito es una forma de abuso de poder y manipulación por parte de los hombres.

¿ VERDADERO o FALSO ?

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son muy comunes; para vivir una sexualidad sana es importante conocer sobre ellas. Haz esta prueba y señala si es verdadero o falso y utiliza un espejo para ver los resultados.

1. Una persona puede tener una ETS sin saberlo **V F**

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son muy comunes; para vivir una sexualidad sana es importante conocer sobre ellas. Haz esta prueba y señala si es verdadero o falso y utiliza un espejo para ver los resultados.

2. Tener un poco de secreción vaginal es normal para las mujeres **V F**

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son muy comunes; para vivir una sexualidad sana es importante conocer sobre ellas. Haz esta prueba y señala si es verdadero o falso y utiliza un espejo para ver los resultados.

3. La mayoría de las ETS se curan sin tratamiento, solo es asunto de esperar **V F**

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son muy comunes; para vivir una sexualidad sana es importante conocer sobre ellas. Haz esta prueba y señala si es verdadero o falso y utiliza un espejo para ver los resultados.

4. Si una vez ya recibiste el tratamiento de una ETS, no puedes volver a contagiarte otra vez con la misma enfermedad **V F**

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son muy comunes; para vivir una sexualidad sana es importante conocer sobre ellas. Haz esta prueba y señala si es verdadero o falso y utiliza un espejo para ver los resultados.

5. Las pastillas anticonceptivas también protegen de las ETS **V F**

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son muy comunes; para vivir una sexualidad sana es importante conocer sobre ellas. Haz esta prueba y señala si es verdadero o falso y utiliza un espejo para ver los resultados.

6. El uso de preservativos puede ayudar prevenir las ETS **V F**

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son muy comunes; para vivir una sexualidad sana es importante conocer sobre ellas. Haz esta prueba y señala si es verdadero o falso y utiliza un espejo para ver los resultados.

7. No hay riesgo de un ETS con sexo oral **V F**

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son muy comunes; para vivir una sexualidad sana es importante conocer sobre ellas. Haz esta prueba y señala si es verdadero o falso y utiliza un espejo para ver los resultados.

8. Un preservativo solo se puede usar una vez **V F**

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son muy comunes; para vivir una sexualidad sana es importante conocer sobre ellas. Haz esta prueba y señala si es verdadero o falso y utiliza un espejo para ver los resultados.

9. El uso de dos preservativos (dos preservativos masculinos o un preservativo masculino y uno femenino) es más seguro que el uso de solo uno. **V F**

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son muy comunes; para vivir una sexualidad sana es importante conocer sobre ellas. Haz esta prueba y señala si es verdadero o falso y utiliza un espejo para ver los resultados.

10. Tienes que tener 18 años de edad para comprar preservativos **V F**

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son muy comunes; para vivir una sexualidad sana es importante conocer sobre ellas. Haz esta prueba y señala si es verdadero o falso y utiliza un espejo para ver los resultados.

¿TIENES UNA RELACION SANA?

Tener una pareja puede ser una experiencia chévere: tienes alguien con quien compartir el tiempo, alguien con quien conversar, alguien con quien salir; sin embargo, a veces esas relaciones románticas se convierten en relaciones no sanas, sean entre una chica y un chico, entre dos chicas o entre dos chicos. ¿Cómo sabes si tienes una relación sana? Haz esta prueba...

1 Si quiero salir con mis amigos y amigas, mi pareja

- a) me dice que disfrute
- b) me prohíbe ir
- c) me pide que no me vaya porque quiere estar conmigo

2 Si tengo algún desacuerdo con mi pareja...

- a) conversamos sobre ello
- b) me dice que mi opinión es tonta
- c) se molesta y no me habla

3 Cuando salimos en grupo, mi pareja...

- a) habla con todos y todas normalmente
- b) habla mal de mí frente a mis amigos y amigas
- c) me ridiculiza y se burla de mí, pero dice que son bromas no más

4 Tengo miedo de mi pareja

- a) Nunca
- b) A veces, pero solo cuando se enoja
- c) No sé

5 Mi pareja me presiona para hacer cosas que no quiero hacer

- a) nunca
- b) sí
- c) sí, pero no lo hago

6 Cuando se trata de la ropa, mi pareja:

- a) le gusta mi estilo, respeta mi elección
- b) no le gusta y me critica
- c) por lo general me hace sugerencias sobre cómo debo vestir

7 Cuando mi pareja me ve conversando con una persona del otro sexo (o del mismo sexo en caso de parejas gays y lesbianas), se pone...

- a) Fresc@. No pasa nada
- b) Enojad@. Me acusa de haber coqueteado
- c) Celos@. Me dice que no debo hablar más con esa persona porque le hace sentir mal.

8 Acabo de hacer deporte; me muero de hambre y en el almuerzo mi pareja...

- a) Me pregunta cómo me fue y conversamos tranquilamente
- b) Mira mi plato y me dice que no coma tanto porque se ve feo
- c) Me ve raro y me pregunta cuándo voy a hacer una dieta

9 Si mi pareja me llama al teléfono y no le contesto, luego...

- a) no me dice nada, supuso que estaba ocupad@
- b) insiste hasta que contesto y me pregunta con enojo dónde he estado y con quién
- c) me dice que debo contarle siempre dónde estoy, qué hago y con quién para que no se preocupe

10 Si tengo algún plan (grupo extracurricular, deportes, etc.) y quiero ir, pero mi pareja quiere verme, yo...

- a) le digo que tengo otros planes y organizamos para salir otro día
- b) tengo que cancelar los otros planes para salir con mi pareja
- c) le digo que ya tengo otros planes, pero si insiste, los cancelo para vernos

Suma tu puntaje usando la siguiente lógica: a = 0, b = 10, c = 3

0 - 6 ¡Bien! Estás en una relación sana. Tú y tu pareja se respetan mutuamente y entienden que es importante tener sus propios espacios. Entienden que tener una pareja no significa cambiar tu vida por él o por ella, sino compartir con amor y respeto.

9-24 ¡Ojo! Tu relación no es sana. Existe una forma sutil de manipulación bajo el disfraz de los celos. Recuerda que los celos no son una forma de amor, sino de control. La presión o la burla son una forma de violencia psicológica. Si no existe confianza en la relación, no vale la pena continuarla porque las cosas generalmente se ponen peor.

27-100 - ¡Sal! Estás en una relación de abuso y violencia; para que una relación sea violenta no es necesario que existan golpes o violación; la violencia tiene muchas caras. Aunque no lo parezca, todas estas expresiones son el origen de relaciones violentas en donde existe abuso de poder. Tu pareja te controla, no te respeta, te agrede permanentemente y todo esto afecta tu autoestima y te pone en riesgo.

¡SE TU MISMO!

¿Qué significa LGBTI?

LGBTI es la manera corta de referirse a personas de sexualidades diversas: Lesbianas, Gays, Bisexuales, Transgénero e Intersexuales.

¿Habían personas LGBTI en la antigüedad?

Sí; de hecho, en la antigua Grecia, una persona gay ganaba prestigio y estatus social. Otras culturas milenarias como la india también tienen estima y aprecio por las personas transgénero, pues existe una leyenda en la que el dios Shiva Bhagavati se vuelve transgénero; se prohibió y volvió un delito con la llegada y conquista de los ingleses.

¿Qué es la homofobia?

La homofobia es la discriminación a una persona por causa de su orientación sexual. La homofobia puede tomar muchas formas desde usar nombres despectivos (maricón, afeminado, mano quebrada, marimacho, etc), hasta cometer crímenes graves y violentos. La homofobia se basa en el miedo y en la ignorancia. Tal como el sexismo, racismo y clasismo, la homofobia es ilegal en Ecuador.

¿Qué dice la ley sobre la homosexualidad?

En nivel mundial, como dice la Declaración Universal de los Derechos Humanos de las Naciones Unidas, las personas LGBT tienen exactamente los mismos derechos que las personas heterosexuales. En el Ecuador, la Constitución prohíbe expresamente la discriminación por causa de orientación sexual.

¿Cómo sabes si eres gay, lesbiana o bisexual?

Tú eres la única persona que puede identificar tu orientación sexual. Muchas personas empiezan a darse cuenta de su orientación sexual en la adolescencia, pero no siempre es así. Las personas gays, lesbianas y bisexuales sienten una atracción física o romántica hacia personas de su mismo sexo (o ambos sexos en el caso de bisexuales).

MITOS SOBRE LA DIVERSIDAD SEXUAL

Solo los gays tienen VIH

El VIH, como todas las enfermedades de transmisión sexual (ETS), afecta a las personas heterosexuales tanto como a las personas homosexuales. La manera más común de protegerse contra las ETS es el uso de un preservativo.

Tener una atracción por personas de tu mismo sexo significa que tienes alguna enfermedad mental

Ser gay, lesbiana o bisexual es totalmente natural. De hecho, por lo menos, una de cada diez personas es gay, lesbiana o bisexual. Así que tener una atracción por personas de tu mismo sexo no es ninguna enfermedad.

La homosexualidad es contagiosa

La homosexualidad no es ninguna enfermedad, por lo tanto no se puede contagiar. Si tienes un/a amigo/a gay, lesbiana o bisexual, esto no significa que van a cambiar tu orientación sexual.

La homosexualidad no es natural

La homosexualidad es totalmente natural. De hecho, la homosexualidad ha sido observada en más de mil especies en la naturaleza incluyendo pingüinos, delfines, elefantes, monos y simios.

Una persona puede ser "curada" de la homosexualidad

Es imposible obligar a una persona a cambiar su orientación sexual. Las clínicas que aseguran que pueden "curar" la homosexualidad trabajan completamente en contra de la ley y de los derechos humanos. Si conoces sobre la existencia y funcionamiento de una de estas clínicas denúnciala.

¡OJO CON LO QUE VES Y ESCUCHAS!

Los medios de comunicación transmiten muchos mensajes que estereotipan a mujeres y a hombres y por lo tanto generan discriminación y violencia de género. A estos mensajes se los llama sexistas.

EL SEXISMO A VECES ES MUY DIRECTO

- **mujeres como objeto sexual:** coquetas, provocativas, casi sin ropa, anunciando productos que nada tienen que ver con su cuerpo: bebidas alcohólicas, cerámica, vehículos, etc.
- **mujeres como objeto decorativo:** fragmentadas, con primeros planos de sus labios, ojos, piernas, etc.
- **hombres fuertes y corpulentos:** que utilizan productos para tener muchas mujeres.
- **hombres exitosos:** en la empresa, decidiendo todo.

Pero también hay sexismo sutil, que refuerza los estereotipos de la mujer relacionados con el cuidado del hogar y del hombre como figura autónoma e independiente.

Presentar a mujeres y a hombres siempre desde los estereotipos, hace que veamos como normal esta división y contraposición: casa-trabajo asalariado; sensibilidad-fortaleza; dependencia-autonomía; y con toda esta división, se refuerza además la valoración para todo lo relacionado con el mundo masculino; refuerza finalmente el hecho de que mujeres y hombres tenemos un único modelo para ser felices.

QUE PASA CON LOS ESTEREOTIPOS EN LOS MEDIOS?

ALGUNOS EJEMPLOS DE LO QUE NOS VENDEN

En el día de la madre

Refrigeradoras
Microondas
Licuadoras
Lavadoras

En el día del padre

Televisores
Computadoras
Vehículos
Teléfonos Celulares

En la navidad para:

Las niñas

Muecas
Juegos de cocina
Juegos de maquillaje

Los niños

Carros
Bicicletas
Juegos de acción

LOS EJEMPLOS QUEDAN

El mensaje final que queda en el público es que los hombres tienen la libertad de salir los amigos, pueden tener cargos importantes en las empresas, divertirse, y al regresar a la casa van a tener a una mujer que les tendrá la comida caliente, y que cuidará de sus hijos e hijas. Le recibirá siempre arreglada y guapa. Casi nunca vemos en los medios de comunicación a hombres cuidando de sus hijos o hijas o preocupados por la limpieza de su casa o cocinando. En la vida real, el cuidado de la casa se vuelve indigno para el hombre, y la presencia de la mujer en la empresa o en la política aún genera críticas y acusaciones.

¿Queremos seguir mirando este tipo de mensajes? ¿queremos que se refuercen estos estereotipos? ¿este tipo de mensajes nos hacen bien?

Si tienes algún comentario, denuncia o reflexión sobre los mensajes en los medios, comunícalo con el Observatorio Ciudadano de la Comunicación.



Aquí tienes una lista de instituciones a donde puedes acudir para recibir información y/o ayuda

Delitos y Acoso Sexual

Dirección de Educación del Azuay
Bolívar 10-71 y General Torres
2843803 ext. 207

Fiscalía Provincial del Azuay
Edificio Centro:
Simón Bolívar y Presidente Borrero
2844282 | 2846628 | 2838538

Edificio Paucarbamba:
Carlos Vintimilla y Paucarbamba
2819955 | 2816165 | 2888383

Junta Cantonal de Protección
de Derechos
Tomás Ordóñez 2-114 y Calle Larga

Violencia de Género e Intrafamiliar

Línea de Apoyo
2832817

Fundación GAMMA
Remigio Crespo y Guayas
Edificio San José, Of. 303
www.gammaecuador.org | 2880431

Defensoría del Pueblo
Federico Malo 1-90 y 12 de Abril
2828241 | 2840568 | www.dpe.gob.ec

Corporación Mujer a Mujer
General Torres 7-45 y Presidente Córdova
2822399

Junta Cantonal de Protección de Derechos
Tomás Ordóñez 2-114 y Calle Larga

Salud Sexual y Reproductiva

APROFE
www.aprofe.org.ec | 2803074

Sexismo en los Medios

Observatorio Ciudadano de la
Comunicación, OCC de Cuenca
facebook.com/occ.cuenca | 2880431

Derechos Sexuales y Reproductivos

Sendas
Guayas 6-130 y Azuay
www.sendas.org.ec | 2882456
sendas@sendas.org.ec

Verde Equilibrante
http://facebook.com/vequilibrante
Twitter: vequilibrante

Católicas por el derechos a decidir
www.catolicasporelderechoadecidir.net

Dime la plena
www.dimelaplena.org.ec

