

CURSO REGIONAL

LIDERAZGO Y EMPODERAMIENTO DE MUJERES CON DISCAPACIDAD
DE AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE

GUÍA DE ESTUDIO

MÓDULO 3
SALUD SEXUAL
Y REPRODUCTIVA DE LAS MUJERES
CON DISCAPACIDAD



DECIDIMOS

JÓVENES CON DISCAPACIDAD:
IGUALDAD DE DERECHOS Y VIDA SIN VIOLENCIA

CON EL APOYO DE:



MÓDULO 3

*SALUD SEXUAL Y
REPRODUCTIVA DE LAS
MUJERES CON DISCAPACIDAD*

¡Hemos concluido el segundo módulo y ahora avancemos al siguiente que es fundamental en la vida de las mujeres con discapacidad! En este tercer módulo aprenderemos acerca de la salud sexual y reproductiva, de la salud de las mujeres con discapacidad, los servicios esenciales de atención a la salud sexual y reproductiva y el proyecto de vida.

Esta información se sumará al proceso de liderazgo y empoderamiento que estás viviendo, ¡te invitamos a que sumes tu experiencia en los diferentes temas para el crecimiento de este valioso grupo!

Índice

GLOSARIO DE SIGLAS	6
1. SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA - CONCEPTOS BASE	7
1.1 Introducción	7
1.2 Para tomar en cuenta	7
1.3 Objetivo de enseñanza	7
1.4 Marco Teórico	8
2. SALUD SEXUAL DE LAS MUJERES CON DISCAPACIDAD	13
2.1 Introducción	13
2.2 Para tomar en cuenta	13
2.3 Objetivo de Enseñanza	14
2.4 Marco teórico	14
3. SALUD REPRODUCTIVA DE LAS MUJERES CON DISCAPACIDAD	20
3.1 Introducción	20
3.2 Para tomar en cuenta	20
3.3 Objetivo de Enseñanza	21
3.4 Marco teórico	21
4. SERVICIOS DE ATENCIÓN DE SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA	27
4.1 Introducción	27
4.2 Para tomar en cuenta	27
4.3 Objetivo de enseñanza	27
4.4 Marco teórico	28
5. ACCESO A SERVICIOS ESENCIALES PARA MUJERES Y NIÑAS QUE VIVEN VIOLENCIA	34
5.1 Introducción	34

5.2	Para tomar en cuenta	34
5.3	Objetivo de enseñanza	34
5.4	Marco teórico	35
6.	PROYECTO DE VIDA	40
6.1	Introducción	40
6.2	Para tomar en cuenta	40
6.3	Objetivo de enseñanza	40
6.4	Marco teórico	40
	BIBLIOGRAFÍA	47
	ÍNDICE DE IMAGENES	51
	ÍNDICE DE TABLAS	51
	ÍNDICE DE REFERENCIAS	52

GLOSARIO DE SIGLAS

- CDN - Convención sobre los Derechos del Niño
- CDPD - Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad
- CEDAW - Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer
- CIPD - Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo de Naciones Unidas
- CNDH - Comisión Nacional de los Derechos Humanos
- DAAC - Disponibilidad, Accesibilidad, Aceptabilidad y Calidad
- INMUJERES - Instituto Nacional de las Mujeres
- ITS - Infecciones de transmisión sexual
- OACNUDH - Oficina del Alto Comisionado de la ONU para los Derechos Humanos
- ODS - Objetivos de Desarrollo Sostenible
- OMS - Organización Mundial de la Salud
- ONG - Organizaciones No Gubernamentales
- ONU - Organización de las Naciones Unidas
- OPS - Organización Panamericana de la Salud
- PNUD - Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo
- SDSR - Salud y Derechos Sexuales y Reproductivos
- SSRMN - Salud sexual, reproductiva, materna y neonatal
- UNFPA - Fondo de Población de las Naciones Unidas
- UNODC - Oficina de Naciones Unidas contra la Droga y el Delito
- WEI - Women Enabled International

1. Salud Sexual y Reproductiva - Conceptos Base

1.1 Introducción

La sexualidad se compone de varios aspectos, abarca la genitalidad, la identidad, los roles de género, los afectos, el erotismo y la reproductividad. Está presente durante todas las etapas de desarrollo en el ser humano a lo largo de su vida siendo un aspecto central.

Existen creencias erróneas sobre diversos temas dentro de la sexualidad que nos pueden llegar a confundir impidiendo tomar las decisiones adecuadas y buscar los apoyos necesarios para practicar una sexualidad sana. Tomar las decisiones adecuadas para todas y todos nosotros y nuestros cuerpos nos permitirá tener una sexualidad sana y sin riesgos.

1.2 Para tomar en cuenta

- La salud sexual es un estado de bienestar.
- La salud sexual y reproductiva forman parte de nuestra sexualidad.
- La falta de conocimiento adecuado sobre nuestra sexualidad pone en riesgo nuestra salud.
- Las creencias erróneas sobre la sexualidad de las personas con discapacidad influyen directamente en el ejercicio de los derechos humanos.

1.3 Objetivo de enseñanza

- Reforzar los conceptos de sexualidad, salud sexual, salud reproductiva, sexo y género para fomentar la toma de decisiones consciente, a través del reconocimiento de nuestra propia sexualidad.

1.4 Marco Teórico

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la sexualidad es “un aspecto central del ser humano que (...) abarca el sexo, las identidades y los roles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción. La sexualidad está influida por la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales.”¹



IMAGEN 1: MUJER LEYENDO UN AFICHE SOBRE SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA

FUENTE: GUÍA PARA LA PREVENCIÓN Y ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA EN CONTRA DE LAS MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD, COLECTIVO DE VIDA INDEPENDIENTE Y LEGIS

La OMS también se refiere a la salud sexual como “un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad”² y aclara que para ello es necesario un enfoque respetuoso hacia las relaciones sexuales y “la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia”.³

La salud sexual y reproductiva, según el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA), es un estado de bienestar general tanto físico como mental y social en aquellos aspectos relacionados con el sistema reproductivo. Lo que nos permite disfrutar la vida sexual de manera satisfactoria y libre de riesgos, con la libertad para decidir si procrear o no, y con qué frecuencia.⁴

En 1948, en la Declaración de los Derechos Humanos se reconoció el derecho de todas las personas a la salud y además se hizo mención a la salud materna e infantil.⁵ Posteriormente, el concepto de salud sexual y reproductiva tuvo su origen en la Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo de Naciones Unidas (CIPD) en El Cairo en 1994, dejando a un lado el término de salud materna e infantil.

Las personas con discapacidad tienen derecho al ejercicio de una sexualidad placentera libre informada y responsable, esto incluye disfrutar del placer sexual y el erotismo con fines recreativos y no únicamente con fines reproductivos. Tienen derecho a explorar su cuerpo y disfrutar del placer sexual.⁶

Las ideas y prácticas sexuales se han modificado a lo largo de la historia de acuerdo a las costumbres de las distintas épocas, definiendo el comportamiento que la sociedad espera de las personas. Por eso mismo, existen diversas creencias erróneas o ideas en relación al tema de la sexualidad que es importante analizar y comentar para evitar confusiones y malinterpretaciones. Existen creencias erróneas de feminidad, masculinidad, sexualidad, género, de información, de edad y de las prácticas sexuales. Estas creencias marcan la expresión de la sexualidad y determinan la vivencia de la sexualidad tanto propia como de las otras y otros.



IMAGEN 2: NIÑA CON DISCAPACIDAD SIENDO VÍCTIMA DE VIOLENCIA

FUENTE: GUÍA PARA LA PREVENCIÓN Y ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA EN CONTRA DE LAS MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD, COLECTIVO DE VIDA INDEPENDIENTE Y LEGIS

Existen también creencias erróneas sobre la sexualidad de las personas con discapacidad, lo que genera conductas discriminatorias vulnerando sus derechos tanto sexuales como reproductivos. Esto, a su vez, representa una barrera en el acceso a los programas de educación sexual integral que incluye la prevención de la violencia, la prevención de ITS (infecciones de transmisión sexual) e incluso temas sobre una maternidad o paternidad sana, entre otros. Está la creencia de que las personas con discapacidad carecen de autonomía para tomar decisiones sobre su sexualidad, siendo usual que no se le brinde información o asesoría sobre la salud sexual y reproductiva y que no se le conceda una cita en los servicios de salud; no sólo las instituciones invisibilizan a las personas con discapacidad en el tema de la sexualidad, sino que sus familias también niegan y reprimen la sexualidad de sus hijos e hijas con discapacidad, limitando su autonomía y propiciando el desconocimiento de sus derechos. Este desconocimiento deja vulnerables y expuestas a las personas con discapacidad a la violencia, el abuso y la manipulación sexual.

Otras creencias erróneas sobre la sexualidad de las personas con discapacidad se presentan cuando existe el deseo de ser padre o madre. Surgen creencias erróneas como que la discapacidad se hereda a los hijos o hijas, o que una persona con discapacidad suele ser dependiente y no puede cuidar bien de otras u otros lo que hará que se vuelva una carga para sus hijas e hijos el tener a un padre o una madre con discapacidad.

Estas creencias propician que los comportamientos de las personas con discapacidad sean percibidos como hipersexuales cuando se trata realmente de la falta de educación integral de la sexualidad.⁷

En el Artículo 8 de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD) se habla del compromiso de los Estados Partes a “luchar contra los estereotipos, los prejuicios y las prácticas nocivas respecto de las personas con discapacidad, incluidos los que se basan en el género o la edad, en todos los ámbitos de la vida”.⁸

Dentro del tema de la sexualidad encontramos los términos sexo y género. El sexo hace referencia a la condición orgánica masculina o femenina, siendo un concepto referido a lo biológico. En otras palabras, se refiere a cómo se nace, con los órganos sexuales femeninos o masculinos. El género es sociocultural y hace referencia a la manera en que los grupos sociales han definido lo que tiene que hacer un hombre y lo que tiene que hacer una mujer. En otras palabras, es lo que define el comportamiento de una mujer y de un hombre. El sistema sexo/género, es definido por Teresita de Barbieri⁹ como el conjunto de prácticas, representaciones, normas y valores sociales que la sociedad elabora a partir de la diferencia sexual anátomo-fisiológica. Esta diferenciación le da sentido a la satisfacción de impulsos sexuales a la reproducción de la especie y a las relaciones entre personas.

La sexualidad es un componente en la vida de todas las personas que abarca diferentes aspectos:

- El conjunto de condiciones anatómicas, fisiológicas, psicológicas y afectivas que caracterizan a cada sexo
- El conocimiento del propio cuerpo

- El reconocimiento de sentimientos y emociones asociados con la búsqueda de placer de nosotros mismos
- El ejercicio de la sexualidad está relacionado con la responsabilidad y el respeto
- La manera en que vivimos nuestra sexualidad se transmite en todos los aspectos de nuestra vida
- La manera en que vivimos nuestra sexualidad se transmite en cómo nos relacionamos con las y los demás
- Hay normas y restricciones que le dan orden y sentido a la sexualidad

La salud sexual y reproductiva también consta de diversos componentes:

- Servicios de información, asesoramiento y educación
- Acceso a métodos de anticoncepción seguros
- Información y tratamiento para enfermedades de transmisión sexual
- Cuidados de salud para las madres y los recién nacidos
- Información y asesoramiento sobre salud reproductiva, maternidad y paternidad responsable
- Prevención y atención en materia de violencia basada en género

ACTIVIDAD DIDÁCTICA 1

1. Identifiquemos las creencias erróneas que existen alrededor de la sexualidad.
2. Escribe a mano o en un documento en Word, o bien, graba un audio o un vídeo en lengua de señas en el que menciones 5 frases que muestren ideas falsas acerca de la sexualidad, además incluye cuáles son tus reflexiones sobre ese tema.

2. Salud Sexual de las mujeres con discapacidad

2.1 Introducción

La salud sexual es un proceso continuo de bienestar físico, psicológico y sociocultural relacionado con la sexualidad. No es simplemente la ausencia de disfunciones, enfermedad o malestar. Para conseguir y mantener la salud sexual es necesario que se reconozcan y defiendan los derechos sexuales de todas las personas¹⁰, incluyendo a las mujeres con discapacidad.

Todas las personas tenemos derecho al disfrute del más alto nivel posible de salud, en la cual se incluye la salud sexual. La salud sexual es un derecho humano y es importante contar con las herramientas para identificar cuando se vulnera o viola este derecho y saber de qué manera podemos garantizar su respeto, protección y pleno ejercicio.

Las mujeres con discapacidad pueden estar en mayor riesgo de enfrentar violencia sexual y estas situaciones de violaciones a sus derechos humanos pueden provocar daño emocional, físico e incluso la pérdida de la vida.¹¹

Las mujeres con discapacidad tienen derecho a recibir información científica sobre el ejercicio de su sexualidad, referente al cuerpo, a la salud sexual, al placer, al erotismo, a la reproducción, a la orientación/ preferencia sexual, a las identidades, sexual y de género, a los vínculos afectivos y la que se requiera en función de su sexualidad.¹²

2.2 Para tomar en cuenta

- La sexualidad forma parte de la vida de todas las personas.
- La salud sexual es un derecho humano.
- Todas las personas y especialmente las mujeres tenemos el derecho humano a una vida libre de violencia.
- La violencia sexual es una violación de los derechos humanos, un problema de salud pública y un obstáculo para el desarrollo.

2.3 Objetivo de Enseñanza

Ampliar los conocimientos sobre la sexualidad, la salud sexual como derecho humano y la violencia sexual como una violación de derechos y un problema de salud pública.

2.4 Marco teórico

La sexualidad funciona como uno de los ejes de las relaciones humanas, involucra a los procesos sociales, las instituciones y a la política como también a la concepción subjetiva del mundo. Está presente en la experiencia histórica y a su vez es una expresión íntima y privada.



IMAGEN 3: NIÑA USUARIA DE SILLA DE RUEDAS QUERIENDO INGRESAR A UN BAÑO QUE TIENE GRADAS

FUENTE: GUÍA PARA LA PREVENCIÓN Y ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA EN CONTRA DE LAS MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD, COLECTIVO DE VIDA INDEPENDIENTE Y LEGIS

La sexualidad está conformada por aspectos biológicos, socioculturales, afectivos y éticos. Incluyendo factores anatómicos, de estereotipos, emocionales y legales como los derechos humanos.

El concepto de sexo parte del cuerpo, del aspecto biológico y genético. Los genitales externos marcan la pauta de la sexualidad. Se define a una mujer por

tener clítoris, labios menores, labios mayores y vagina. Se define a un hombre por poseer pene y escroto con testículos. Actualmente ya no se comprende al sexo biológico como dos categorías, sino que se puede asignar a la categoría hombre, mujer o persona intersexual. Éste término hace alusión a personas cuyos cuerpos no coinciden con lo esperado para las categorías hombre o mujer. Las personas intersex tienen una o más características de uno u otro sexo biológico que puede hacerse visible al momento del nacimiento o tiempo después. La intersexualidad forma parte de la diversidad sexual.

La diversidad surge de las diferencias entre los componentes de un conjunto. En el conjunto de la especie humana la diversidad se manifiesta en diversos ámbitos (cultural, religioso, social, sexual). La diversidad sexual se define desde un punto de vista como “las formas de expresar, vivir y ejercer la sexualidad”.¹³ La construcción sociocultural de la sexualidad es el significado social que se le da a las diferencias de sexo. El género es el conjunto de ideas, comportamientos y atribuciones que una sociedad considera apropiados para cada sexo. A partir de esas diferencias se han construido roles que la sociedad espera que el individuo desempeñe. Estos roles de género marcan los deberes y comportamientos que suelen asignarse para las personas del género masculino y del género femenino.

En la realidad social continúa una marcada desigualdad entre hombres y mujeres basada en una visión que considera que las características, roles y actitudes asociados al género masculino son superiores a los del género femenino, lo cual va en contra del derecho humano a la igualdad y no discriminación, entre otros. Por esta razón existe alrededor del mundo un movimiento social en favor de los derechos de las mujeres que busca garantizar la igualdad de oportunidades y resultados entre todas las personas, sin discriminación ni violencia por razones de género.

Sexo	Género
Mujer - Hombre	Femenino - Masculino
Es determinado biológicamente	Es asignado culturalmente
Se nace hombre o mujer, es innato	Se aprende socialmente
Es inmutable, no cambia	Puede cambiar con el tiempo
Es universal	Genera distintas identidades, distintas expectativas sociales, varía de cultura en cultura

TABLA 1: TABLA COMPARATIVA ENTRE LO QUE ES EL SEXO Y GÉNERO

FUENTE: MANUAL DE CAPACITACIÓN SALUD SEXUAL Y REPRODUCTIVA DESDE UNA MIRADA DE GÉNERO, CORREA, C., CUBILLÁN, F., 2009



IMAGEN 4: NIÑA ALZANDO SUS BRAZOS Y EN EL BRAZO DERECHO TIENE UN LIBRO

FUENTE: GUÍA PARA LA PREVENCIÓN Y ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA EN CONTRA DE LAS MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD, COLECTIVO DE VIDA INDEPENDIENTE Y LEGIS

La salud sexual implica el derecho de las mujeres con discapacidad a recibir orientación, consejería y recibir información en formatos accesibles de acuerdo con su discapacidad, sobre la oferta institucional disponible para su atención sobre las infecciones de transmisión sexual (ITS), VIH y sida y VPH, la prevención de embarazos no deseados ni planeados, el acceso a los métodos anticonceptivos con consentimiento informado, prevención del virus de

papiloma humano, cáncer cervicouterino, mamario, testicular y de próstata, derecho a la prevención, atención y control de los riesgos y complicaciones del embarazo, parto, postparto, derecho a las técnicas de reproducción y a la interrupción legal y voluntaria del embarazo en caso de violencia sexual o cuando así lo decida la mujer, todo ello con perspectiva de género e interculturalidad.¹⁴

La violencia contra la mujer es cualquier acto o conducta, basada en su género, que tenga como consecuencia la muerte, daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico a la mujer, tanto si se producen en la vida pública como en la vida privada.¹⁵

Las formas y expresiones de la violencia contra la mujer son las siguientes:¹⁶

Violencia dentro de la familia:

- Violencia física.
- Violencia sexual; incesto.
- Violencia psicológica o emocional.
- Violencia económica.
- Violencia contra las niñas.
- Matrimonio forzado, precoz/infantil.
- Selección prenatal del sexo: infanticidio de niñas.
- Mutilación/Ablación genital femenina.
- Violencia relacionada con la dote.
- Crímenes contra mujeres cometidos en nombre del 'honor'.
- Femicidio íntimo.
- Maltrato de mujeres viudas (incitación al suicidio).
- Violencia contra trabajadoras domésticas.

Violencia en la comunidad:

- Femicidio no íntimo.
- Violencia sexual infligida fuera de la pareja.
- Violación/agresión sexual.
- Explotación sexual.
- Acoso sexual y violencia en instituciones/espacios públicos.

- Violencia en las instituciones educativas, en el lugar de trabajo.
- Violencia en espacios públicos.
- Trata de mujeres.

Violencia cometida o tolerada por el Estado:

- Violencia contra las mujeres en situaciones de privación de la libertad.
- Esterilización, embarazo/aborto forzado.
- VBG durante conflictos armados.
- VBG en campamentos para personas desplazadas internas, refugiadas.
- Violencia de género en escenarios de desastres naturales.

La violencia sexual es una de las formas más recurrentes y graves de la violencia contra las mujeres. La violencia sexual es todo acto sexual realizado contra la voluntad de otra persona, lo que incluye cuando una persona no otorga su consentimiento o cuando el consentimiento no puede ser otorgado porque la persona es un niño o una niña, vive con una discapacidad, o no está consciente como resultado del consumo de alcohol o drogas¹⁷. Los actos de violencia sexual o formas de agresiones sexuales son las siguientes¹⁸:

- **Acoso sexual:** Incluye formas sin contacto físico, como comentarios sexuales sobre partes del cuerpo o la apariencia de una persona, silbidos, peticiones de favores sexuales, miradas sexualmente sugerentes, acecho, y la exposición de los órganos sexuales de una persona a otra. También incluye formas de contacto físico, como los tocamientos, los pellizcos, las palmadas o rozarse contra otra persona de manera sexual.
- **Abuso sexual:** Consiste en obligar a una persona, sin su consentimiento, a ejecutar para sí mismo o para otra persona actos de naturaleza sexual sin el propósito de llegar a la cópula o penetración. Los actos pueden ser tocamientos, manoseos corporales, obligar a una persona a observar un acto sexual, o a exhibir su cuerpo sin su consentimiento.
- **Violación:** Es una penetración vaginal, anal u oral no consensuada de carácter sexual en el cuerpo de otra persona con cualquier parte del cuerpo u objeto. Puede darse en el matrimonio y otras relaciones, por parte de personas conocidas o extraños.

La violencia sexual es una grave violación de los derechos humanos de las mujeres. Particularmente afecta los derechos a la vida, libertad y seguridad, el derecho a la protección contra la tortura, castigo, trato cruel inhumano o degradante, el derecho a la dignidad e integridad física, el derecho a la igualdad y no discriminación, el derecho al nivel más alto posible de salud integral, así como los derechos sexuales y los derechos reproductivos.

Las mujeres con discapacidad pueden estar en riesgo de enfrentar violencia sexual que se manifiesta con situaciones de acoso u hostigamiento sexual y violaciones, que pueden provocar embarazos no deseados, infecciones de transmisión sexual, así como esterilizaciones y adopciones forzadas, también pueden estar expuestas a la pornografía, y trata de persona, entre otras. Estas situaciones de violaciones a los derechos humanos de las mujeres con discapacidad pueden provocar daño emocional, físico e incluso la pérdida de la vida.¹⁹

Las personas con discapacidad tienen el derecho a manifestar su identidad sexual y de género al igual que su orientación sexual de manera libre y sin discriminación, violencia o coerción y sin que eso ocasione algún tipo de exclusión o impedimento para el ejercicio de sus derechos sexuales y derechos reproductivos.

Las mujeres con discapacidad no deben ser tratadas con prejuicios y estereotipos de género, pues éstos limitan el ejercicio de sus derechos toda vez que enfrentan una doble exclusión, una por la discapacidad y otra por el género, por esta razón es muy importante incluir un enfoque interseccional en las estrategias de prevención y promoción de los derechos sexuales y derechos reproductivos.²⁰

ACTIVIDAD DIDÁCTICA 2

1. Escribe a mano o en un documento en Word, o bien, graba un audio o un vídeo en lengua de señas en donde expliques qué significa para ti la frase “La sexualidad libre de violencia es un derecho”.

3. Salud reproductiva de las mujeres con discapacidad

3.1 Introducción

La planeación familiar forma parte de nuestra sexualidad y es un derecho humano. El planear una familia de una manera informada influye positivamente en la salud sexual y reproductiva. Es también un factor importante que puede ayudar a reducir la pobreza.

Para planear nuestro futuro en relación a la familia que queremos formar, y cuántos hijos queremos tener, hay que tener conocimiento sobre los distintos métodos anticonceptivos que podemos emplear para que sea como realmente lo deseamos. Actualmente, millones de personas no tienen acceso a estos métodos, lo que las pone en riesgo. El saber de estos métodos y cómo tener acceso a ellos, nos permite llevar los embarazos tan espaciados como queramos, acercándonos a una salud reproductiva óptima.

3.2 Para tomar en cuenta

- La salud sexual y reproductiva son derechos humanos.
- La salud reproductiva forma parte de la salud sexual, pero son conceptos distintos.
- La anticoncepción y el embarazo pertenecen a la planificación familiar.
- La planificación familiar también es un derecho del que gozamos los seres humanos.
- La planificación familiar permite que las personas sigan estudiando.
- Las mujeres con discapacidad no deben ser presionadas sobre decisiones acerca de sus relaciones personales para formar una familia o tener hijos.

3.3 Objetivo de Enseñanza

Concientizar sobre la salud sexual y la salud reproductiva para lograr la toma de decisiones consciente, abordando temas sobre planificación familiar, anticoncepción y embarazo permitiendo ejercer la salud reproductiva informada

3.4 Marco teórico

El UNFPA, define a la salud sexual y reproductiva como un “Enfoque integral para analizar y responder a las necesidades de hombres y mujeres respecto a la sexualidad y la reproducción”²¹. La salud reproductiva es definida como un “estado general de bienestar físico, mental y social, y no de mera ausencia de enfermedades o dolencias, en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo y sus funciones y procesos”.²²

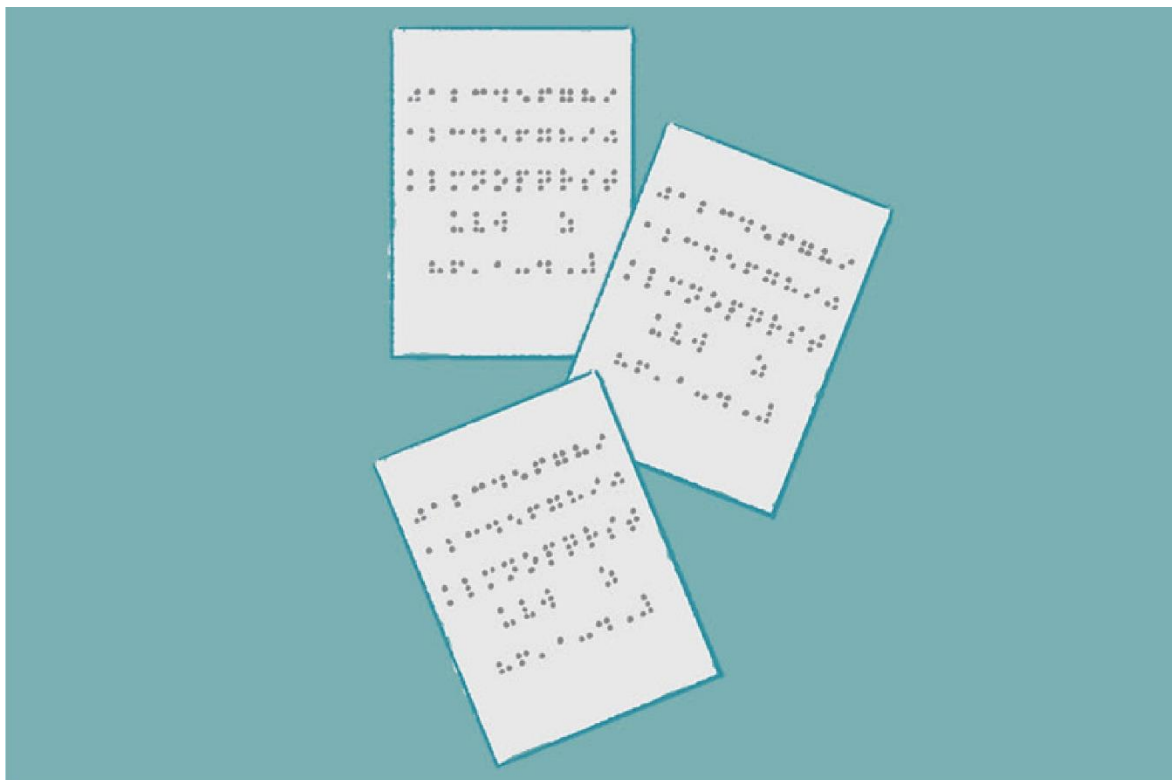


IMAGEN 5: TRES HOJAS QUE TIENEN INFORMACIÓN EN BRAILLE

FUENTE: GUÍA PARA LA PREVENCIÓN Y ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA EN CONTRA DE LAS MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD, COLECTIVO DE VIDA INDEPENDIENTE Y LEGIS

Un aspecto importante de la salud reproductiva es la planificación familiar. La OMS habla de la planificación familiar como el aspecto de los derechos humanos que permite a las personas decidir sobre cuántos hijos e hijas desean tener, así como el intervalo entre embarazos y agrega que esto es posible mediante la aplicación de métodos anticonceptivos.²³

La planificación familiar ayuda a las personas a evitar los embarazos no deseados y determinar el momento oportuno para los embarazos sí deseados, así como el número de hijos e hijas que se quiere. Es el derecho de toda persona, decidir libre y responsablemente el número y espaciamiento de sus hijos e hijas. Por esto mismo es su derecho disponer de la información, educación y medios necesarios para lograrlo.²⁴



IMAGEN 6: UNA MUJER DE CON DISCAPACIDAD AUDITIVA LEYENDO UN LIBRO SOBRE DERECHOS

FUENTE: GUÍA PARA LA PREVENCIÓN Y ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA EN CONTRA DE LAS MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD, COLECTIVO DE VIDA INDEPENDIENTE Y LEGIS

Las personas con discapacidad pueden llegar a necesitar apoyos puntuales para ejercer su rol como madres o padres y en la CDPD está establecido que es obligación del Estado garantizar los apoyos necesarios para ejercer el rol de madre o padre.

El Artículo 23 de la CDPD compromete a los Estados Partes a tomar las medidas pertinentes para asegurar a las personas con discapacidad el derecho a ejercer la maternidad o paternidad y fundar una familia, asegurando que ningún niño o niña sean separados de su familia por motivo de la discapacidad de la madre o el padre.

La libertad de la mujer para decidir si quiere embarazarse y en qué momento, repercute directamente en su salud y bienestar. La planificación familiar propicia el bienestar de las madres y los bebés, pues demora el crecimiento de la población permitiendo generar más recursos económicos, lo que se traduce en un mejor nivel de vida. De igual manera favorece que las y los jóvenes permanezcan en la escuela.

La planificación familiar es indispensable para lograr la igualdad de género y el empoderamiento de las mujeres. Esto beneficia las condiciones para que terminen su educación y aumente su autonomía, pues mejora su poder adquisitivo. El acceso a la planificación familiar segura y voluntaria es un derecho humano. En ocasiones, las mujeres no pueden acceder a la planificación familiar porque carecen de acceso a la información y a los servicios, pero organizaciones como la UNFPA, trabajan en mejorar el acceso a la información y a los servicios que apoyen la salud reproductiva.



IMAGEN 7: UNA MUJER CON DISCAPACIDAD USUARIA DE SILLA DE RUEDAS ASISTIENDO A UNA CONSULTA GINECOLÓGICA

FUENTE: GUÍA PARA LA PREVENCIÓN Y ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA EN CONTRA DE LAS MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD, COLECTIVO DE VIDA INDEPENDIENTE Y LEGIS

A pesar de que la salud materna es prioridad mundial, las mujeres con discapacidad siguen siendo excluidas de los principales servicios de salud materna, incluso se ha reportado por parte de los trabajadores de la salud preocupación sobre la carencia en cuanto a los conocimientos necesarios para atender de manera adecuada a mujeres con discapacidad.²⁵

Para planear una familia el uso de anticonceptivos suele ser necesario, pues permite postergar y evitar el embarazo. Los anticonceptivos ofrecen protección contra las infecciones de transmisión sexual.

Hay varios tipos de anticonceptivos:²⁶

- Anticonceptivos Orales (píldoras)
- Inyectables
- Parche anticonceptivo
- Anillo vaginal anticonceptivo
- Implantes anticonceptivos

- DIU (Dispositivo Intrauterino)
- Esterilización femenina
- Vasectomía
- Preservativo masculino (condón masculino)
- Preservativo femenino (condón femenino)
- Espermicidas
- Diafragmas
- Capuchón Cervicouterino
- Amenorrea de la lactancia

El uso de métodos anticonceptivos ayuda a las mujeres a reducir el número de abortos y la incidencia de la mortalidad, generando una mejor salud para llevar a cabo los embarazos. Sin embargo, la anticoncepción sin el consentimiento libre e informado de las mujeres con discapacidad es una violación de sus derechos y está prohibida por la CDPD, la Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW) y la Convención sobre los Derechos del Niño (CDN).²⁷ De igual manera, la atención prenatal es un derecho de las mujeres embarazadas. La OMS define a la atención prenatal como “la asistencia prestada por profesionales de la salud capacitados a las embarazadas y las adolescentes, con el objeto de garantizar las mejores condiciones de salud para la madre y el bebé durante el embarazo”.²⁸

La atención prenatal disminuye la morbilidad y la mortalidad materna y perinatal y comprende los siguientes aspectos:

- El reconocimiento de los riesgos
- La prevención y tratamiento de las enfermedades relacionadas con el embarazo
- La promoción de la educación en salud

ACTIVIDAD DIDÁCTICA 3

1. Consulta el Artículo 23 de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad en el siguiente link:

https://www.plenainclusion.org/sites/default/files/convencion_onu_lf.pdf

2. Escribe en un documento en Word, o bien, graba un audio o un vídeo en lengua de señas en el que desde tu opinión expliques: ¿Qué relación tiene el Artículo 23 con el uso de anticonceptivos?

4. Servicios de atención de Salud Sexual y Reproductiva

4.1 Introducción

En el ejercicio de una sexualidad sana, la atención a la salud sexual y reproductiva es un aspecto importante. Existen servicios de atención médica que resultan esenciales para un sano ejercicio de la sexualidad. La OMS junto con otras organizaciones llevan a cabo una iniciativa en la cual se pretende orientar a las personas en temas relacionados a la salud sexual y proporcionar un mayor acceso a estos servicios de manera conjunta, particularmente para las mujeres.

Esta iniciativa también tiene un enfoque hacia las y los jóvenes y adolescentes llamado servicios de salud amigables y de igual manera busca proporcionar la información y servicios necesarios en relación a la salud sexual y la salud reproductiva.

4.2 Para tomar en cuenta

- La accesibilidad a los servicios de atención sexual y reproductiva puede ser distinta de acuerdo a diversos factores en el ambiente como la ubicación y condiciones particulares como ser niña, adolescente, joven o vivir con discapacidad
- La atención a la salud sexual y reproductiva comienza desde la adolescencia.
- El acceso a la anticoncepción es parte de la atención a la salud sexual y reproductiva

4.3 Objetivo de enseñanza

Identificar los servicios de atención esenciales para practicar una salud sexual y reproductiva óptima, conociendo cuáles son y para qué sirven, pudiendo aplicar el aprendizaje adquirido en la vida diaria.

4.4 Marco teórico

La atención a la salud sexual y reproductiva es definida por la OPS y la OMS como “el conjunto de métodos, técnicas y servicios que contribuyen a la salud y al bienestar al evitar y resolver los problemas relacionados con la salud reproductiva”.²⁹

La accesibilidad es uno de los principios de la CDPD. La ONU Mujeres, el UNFPA, la OMS, el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) y la Oficina del Alto Comisionado de la ONU para los Derechos Humanos (OACNUDH), han trabajado en una iniciativa para proporcionar un mayor acceso a los servicios esenciales y multisectoriales. El programa está dirigido a niñas y mujeres que además hayan experimentado violencia basada en género. Este programa identifica los servicios fundamentales que deberían prestar los sectores de salud, servicios sociales y servicios judiciales. La finalidad es garantizar la prestación de servicios de calidad para niñas y mujeres violentadas, principalmente.

De acuerdo al Módulo 2 del paquete de servicios esenciales para mujeres y niñas de la UNFPA³⁰ los servicios esenciales en el ámbito de la salud se trabaja en dos niveles:

1. **Atención primaria:** por ejemplo, centros de salud y dispensarios o servicios básicos de hospitalización
2. **Atención de pacientes remitidos:** incluye los hospitales con servicios especializados

La organización exacta y el contenido de los servicios de salud, puede variar dependiendo del país. El personal de atención primaria puede llegar a colaborar con otros sectores como los servicios sociales y organizaciones comunitarias. Los servicios que incluye el programa son servicios preventivos, curativos, paliativos, de rehabilitación y actividades de promoción de la salud. De igual manera, los servicios esenciales en la esfera de la salud toman en cuenta seis aspectos principales:

1. Identificación de las sobrevivientes de violencia intrafamiliar
2. Asistencia directa
3. Cuidado de lesiones y tratamiento médico de urgencia

4. Examen y atención de agresiones sexuales
5. Evaluación y atención de la salud mental
6. Documentación médico-jurídica



IMAGEN 8: IMAGEN DE UNA MUJER CON DISCAPACIDAD AUDITIVA TRATANDO DE COMUNICARSE EN SEÑAS CON DOS POLICÍAS

FUENTE: GUÍA PARA LA PREVENCIÓN Y ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA EN CONTRA DE LAS MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD, COLECTIVO DE VIDA INDEPENDIENTE Y LEGIS

Existe una iniciativa que apoya a los servicios esenciales de la salud. Esta iniciativa se enfoca en el apoyo a la salud reproductiva, pasando por el embarazo y el parto y llegando hasta el apoyo en el período postnatal. A esta iniciativa se le conoce con el nombre de “Estado de las Parteras en el Mundo” y su intención principal es acelerar el progreso en relación a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) y la Agenda 2030.

En el año 2014, participaron 73 países de bajos y medianos ingresos en esta iniciativa, sin embargo sólo 4 de esos países ofrecen un conjunto de prestaciones mínimas garantizadas para la salud sexual, reproductiva, materna y neonatal (SSRMN).³¹

La OMS pretende que tanto las mujeres embarazadas como los recién nacidos reciban atención de calidad durante y después del embarazo, pues las prácticas apropiadas de atención prenatal pueden salvar vidas.

Dentro de los servicios de atención a la salud sexual están los servicios amigables, que son espacios destinados específicamente a proporcionar atención en materia de salud sexual y reproductiva a las y los adolescentes y jóvenes, de acuerdo a sus necesidades particulares.

La igualdad en salud sexual y reproductiva demanda que las y los jóvenes con discapacidad tengan reconocimiento en las leyes y políticas nacionales y acceso a la misma información y servicios sobre salud sexual y reproductiva que sus pares, así como servicios que aborden sus necesidades específicas. Es por eso que las políticas sobre derechos sexuales y reproductivos deben incluir a las personas con discapacidad.³²

El Artículo 25 de la CDPD, señala que corresponde a los Estados Partes proporcionar a las personas con discapacidad programas y atención a la salud de manera gratuita o a precios asequibles con la misma calidad y variedad que al resto de las personas, incluyendo el ámbito de la salud sexual y reproductiva, así como programas de salud.³³

Según la OMS, la adolescencia se puede presentar desde los 10 años y se puede extender hasta los 20 años. Al grupo de la juventud, pertenecen las personas entre 21 y 24 años.³⁴ En la etapa de la juventud ya se han consolidado los cambios físicos y frecuentemente se consolida el rol social.

Debido a las diferencias biológicas y sociales, el hecho de pertenecer a uno u otro sexo tiene gran impacto en la salud. La salud de la mujer y la niña es especialmente preocupante porque en muchas sociedades se encuentran en una situación de desventaja por la discriminación condicionada por factores socioculturales. Algunos de los factores socioculturales que impiden que las mujeres y niñas se beneficien de servicios de salud de calidad y alcancen el máximo nivel posible de salud son:³⁵

- Las desigualdades en las relaciones de poder entre hombres y mujeres.
- Las normas sociales que reducen las posibilidades de recibir educación y encontrar oportunidades de empleo.

- La atención exclusiva a las funciones reproductoras de la mujer.
- El padecimiento potencial o real de violencia física, sexual y emocional.

La pobreza puede causar problemas particulares para el acceso de las mujeres a los servicios de salud. Al mismo tiempo, las y los jóvenes y adolescentes en situación de pobreza tienen mayores probabilidades de iniciar la vida sexual a una edad temprana, lo que provoca que tengan más hijos e hijas y no mejore su situación con respecto a la pobreza.

Los paquetes de servicios de atención a la salud que la UNFPA y otras ONG apoyan, buscan proporcionar a las y los jóvenes los siguientes apoyos:

- Acceso a información sobre salud sexual y reproductiva.
- Métodos anticonceptivos seguros y accesibles.
- Asesoramiento emocional.
- Atención obstétrica y prenatal de calidad.
- Prevención y tratamiento de las infecciones de transmisión sexual

De igual manera trabajan para garantizar que estos programas de apoyo estén disponibles para las y los jóvenes marginados o con mayor dificultad de alcanzar y que estos servicios cuenten con estándares de calidad elevados.



IMAGEN 9: UNA MUJER USUARIA DE SILLA DE RUEDAS EN UNA CONSULTA GINECOLÓGICA QUE NOS ES ACCESIBLE
 FUENTE: GUÍA PARA LA PREVENCIÓN Y ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA EN CONTRA DE LAS MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD, COLECTIVO DE VIDA INDEPENDIENTE Y LEGIS

De acuerdo con los marcos normativos, los Estados deben cuidar y propiciar el acceso de las personas con discapacidad a un conjunto básico de servicios que incluye:

- Planificación familiar.
- Atención a la salud materna.
- Educación integral en sexualidad.
- Servicios de prevención y respuesta ante la violencia basada en género.
- Servicios de prevención y tratamiento de ITS.
- Servicios de prevención de embarazos no deseados.
- Servicios de calidad en los casos de interrupciones legales del embarazo.³⁶
- Servicios de calidad para tratar las complicaciones derivadas de abortos, incluyendo servicios de planificación de la familia, educación y asesoramiento³⁷ para prevenir la mortalidad de mujeres asociada.

Estos servicios deben estar alineados con los Estándares de la OMS para la Mejora de la Calidad del cuidado de Niñas, Niños y Jóvenes Adolescentes en Instalaciones Sanitarias. Women Enabled International (WEI) y el UNFPA desarrollaron un conjunto de directrices, basadas en el Marco DAAC (disponibilidad, accesibilidad, aceptabilidad y calidad), para unos servicios de salud sexual y reproductivos inclusivos para mujeres y jóvenes con discapacidad. Dentro de las acciones recomendadas para los proveedores de la salud y los derechos sexuales y reproductivos están las siguientes:

- Establecer protocolos que incluyan a las personas discapacidad y directrices para las visitas de seguimiento y para prestar asistencia adicional cuando sea necesario.
- Crear materiales informativos accesibles y adaptados para las y los jóvenes con discapacidad adecuado a distintas edades.
- Desarrollar campañas de sensibilización sobre sexualidad y materiales educativos para los familiares y cuidadores de las y los jóvenes con discapacidad.
- Asegurar la disponibilidad de información sobre anticoncepción, bienes y servicios para niñas, niños y personas jóvenes con discapacidad.³⁸

ACTIVIDAD DIDÁCTICA 4

1. Realiza una búsqueda en internet para conocer a dónde puedes acudir cerca de la zona donde vives para recibir servicios de atención a la salud sexual y reproductiva.
2. Responde de qué manera puedes guardar y organizar los datos que encuentres para tenerlos a la mano en caso de que los requieras.
3. Por ejemplo, puedes hacer un directorio con los datos de contacto como teléfonos, dirección y correo.

5. Acceso a Servicios Esenciales para mujeres y niñas que viven violencia

5.1 Introducción

Las mujeres y niñas que viven violencia tienen derecho a solicitar y recibir servicios esenciales seguros que proporcionen ayuda y prevengan que las mujeres y niñas vuelvan a ser víctimas de violencia.

Los servicios esenciales incluyen opciones que reconocen las necesidades de las niñas, adolescentes y mujeres sobrevivientes de violencia, en los que se incluyen servicios de salud, servicios sociales, servicios policiales y judiciales.

Es muy importante que las personas que han vivido violencia reciban la atención que necesitan de forma temprana en los servicios de atención primaria, incluyendo la identificación adecuada y los cuidados necesarios para cada caso.

5.2 Para tomar en cuenta

- Las mujeres y niñas que viven violencia tienen derecho a servicios esenciales
- Las mujeres con discapacidad suelen estar expuestas a un mayor riesgo de sufrir violencia por cuestiones de género y de discriminación múltiple
- El acceso a los servicios esenciales forma parte de los derechos humanos

5.3 Objetivo de enseñanza

Conocer los servicios esenciales para mujeres y niñas que viven violencia y su relación con los derechos humanos, particularmente el derecho de acceso a la justicia.

5.4 Marco teórico

Todas las personas tienen derecho a la integridad personal y una vida libre de violencia. Las mujeres con discapacidad no deben ser expuestas a tortura y otros tratos o penas crueles, inhumanas o degradantes, ni a ningún tipo de abuso físico, sexual, psicológico, económico y patrimonial.³⁹

La OMS define la violencia sexual como “todo acto sexual, la tentativa de consumar un acto sexual, los comentarios o insinuaciones sexuales no deseados, o las acciones para comercializar o utilizar de cualquier otro modo la sexualidad de una persona mediante coacción por otra persona, independientemente de la relación de ésta con la víctima, en cualquier ámbito, incluidos el hogar y el lugar de trabajo”.⁴⁰ Algunos ejemplos de los tipos de coacción son los siguientes:

- Presión social
- Intimidación
- Extorsión
- Amenazas
- Uso de la fuerza



IMAGEN 10: UNA MADRE CON SU HIJA CON DISCAPACIDAD ANTE UN JUEZ EN UN TRIBUNAL

FUENTE: GUÍA PARA LA PREVENCIÓN Y ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA EN CONTRA DE LAS MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD, COLECTIVO DE VIDA INDEPENDIENTE Y LEGIS

La violencia sexual incluye actos que pueden ir del acoso verbal a la penetración forzada, por ejemplo:

- Violación en el matrimonio o citas amorosas
- Violación por conocidos o desconocidos
- Insinuaciones sexuales no deseadas
- Acoso sexual
- Esclavitud sexual
- Cohabitación forzada
- Fecundación forzada

La violencia sexual suele tener repercusiones negativas para la salud tanto física como emocional de las personas. En la tabla siguiente se muestran algunas consecuencias que puede ocasionar el ser víctima de violencia sexual.

Salud reproductiva	• Traumatismo ginecológico • Embarazo no planeado • Aborto inseguro • Disfunción sexual • Infecciones de transmisión sexual (ITS), incluida la infección por VIH • Fístula traumática
Salud mental	• Depresión • Trastorno por estrés postraumático • Ansiedad • Dificultades del sueño • Síntomas somáticos • Comportamiento suicida • Trastorno de pánico
Conductuales	• Comportamiento de alto riesgo (por ejemplo, relaciones sexuales sin protección, iniciación sexual consensual temprana, múltiples compañeros íntimos, abuso del alcohol y otras drogas) • Riesgo mayor de perpetrar (los hombres) o de sufrir (las mujeres) violencia sexual posteriormente
Resultados mortales	Muerte por: • suicidio • complicaciones del embarazo • aborto inseguro • sida • asesinato durante la violación o en defensa del “honor” • infanticidio de un niño nacido como resultado de una violación

TABLA 2: CONSECUENCIAS QUE PUEDE OCASIONAR EL SER VÍCTIMA DE VIOLENCIA SEXUAL

FUENTE: COMPRENDER Y ABORDAR LA VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES OPS, 2013

Al haber violencia sexual se transgreden los derechos sexuales y reproductivos. Estos derechos forman parte de los derechos humanos y se basan en la libertad, dignidad e igualdad. Están orientados a resguardar la toma de decisiones y el control de las personas respecto a su sexualidad y reproducción. Aunque los derechos sexuales y reproductivos son derechos humanos y se relacionan entre sí, en la actualidad se ha hecho énfasis en diferenciarlos ya que la sexualidad no siempre está ligada a la reproducción como su única finalidad.

Los derechos sexuales hacen referencia a la forma en que las personas expresan su sexualidad. Esta debe ser de una manera libre y placentera, en un marco de respeto mutuo, sin escenarios de violencia ni discriminación y respetando la igualdad entre mujeres y hombres.

Los derechos reproductivos existen para garantizar el bienestar físico, mental y social en todos los aspectos relacionados con el sistema reproductivo, sus funciones y procesos. De igual manera protegen la libertad para decidir sobre el número y espaciamiento de los hijos e hijas que se desee tener.⁴¹



IMAGEN 11: UNA NIÑA CON UN LIBRO DE UNA LEY CONTRA EL FEMICIDIO

FUENTE: GUÍA PARA LA PREVENCIÓN Y ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA EN CONTRA DE LAS MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD, COLECTIVO DE VIDA INDEPENDIENTE Y LEGIS

A nivel internacional las Naciones Unidas cuentan con un Programa Mundial de Servicios Esenciales para mujeres y niñas que sufren violencia, la cual es una iniciativa de colaboración entre UNFPA, ONU Mujeres, PNUD, OMS y la Oficina de Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC). El objetivo del Programa Mundial es mejorar el acceso de las mujeres y niñas a un conjunto de servicios esenciales coordinados, de calidad y multisectoriales, a través de estándares mínimos que los Estados deben cumplir para garantizar el acceso a las mujeres que viven violencia a dichos servicios.

El Paquete de Servicios Esenciales tiene los siguientes principios y objetivos:

- Mejorar la accesibilidad y calidad de los servicios.
- Se basa en los principios centrados en las mujeres y las niñas.
- Busca reducir el femicidio y revictimización de mujeres y niñas.
- Incluye una propuesta multisectorial e interagencial: todos somos pieza clave.
- Contempla un proceso político y técnico: estándares internacionales con qué compararse.
- Prevé acelerar los esfuerzos que los países están haciendo de cara al ODS 5.
- Retoma orientaciones, recomendaciones internacionales para convertirlas en prácticas institucionales.

Los ejes de los servicios esenciales son los siguientes:⁴²

- **Servicios de salud:** Incluyen la identificación adecuada de las necesidades, cuidados y la capacitación al personal de salud desde la atención primaria, incluyendo atención a la salud mental, seguridad y necesidades de la persona.
- **Servicios sociales:** Que incluyen líneas de orientación telefónica, consejería, alojamiento seguro, apoyo psicosocial, oportunidades económicas, ayuda financiera, servicios especiales para menores y protección.
- **Servicios policiales y judiciales:** Deben ofrecer confidencialidad y protección a niñas, adolescentes y mujeres en el momento de la denuncia ante la policía y la asesoría legal durante el juicio y también

deben buscar que los actores de la violencia rindan cuentas para acabar con la impunidad. Todo lo anterior desde un enfoque basado en derechos humanos y enfocado en la persona víctima de violencia.

Los servicios esenciales pueden reducir la revictimización, prevenir riesgos futuros e incrementan las posibilidades de recuperación de las mujeres que han vivido violencia, además de visibilizar una postura de cero tolerancia a la violencia ejercida contra niñas, adolescentes y mujeres.⁴³

En el Artículo 14 de la CEDAW, se habla sobre el derecho de la mujer al acceso a servicios de atención médica, información y asesoramiento, así como las medidas que le corresponde tomar a los Estados Partes para eliminar la discriminación contra la mujer en todos los asuntos relacionados con el matrimonio y las relaciones familiares. De igual manera, en el Artículo 23 de la CDPD se establece que los Estados Partes tomarán las medidas pertinentes para lograr finalizar la discriminación contra las personas con discapacidad en las cuestiones relacionadas al matrimonio y la familia.

ACTIVIDAD DIDÁCTICA 5

1. Escribe a mano o en un documento en Word, o bien, graba un audio o un vídeo en lengua de señas en el cual describas y reflexiones sobre la violencia sexual que está presente en tu entorno.

6. Proyecto de Vida

6.1 Introducción

El proyecto de vida hace referencia a los planes a futuro. ¿Qué quiero lograr? Es una pregunta que puede servir para trazar un proyecto de vida. En el proyecto de vida se contemplan diversas áreas de nuestra vida como metas personales que queremos alcanzar, metas profesionales y metas familiares. La paternidad y maternidad responsable es un aspecto indispensable cuando se incluye formar una familia en el proyecto de vida. Para llegar a las metas que nos proponemos hay que establecer una serie de pasos a seguir. Para hacerlo será de mucha ayuda el conocer los recursos con los que contamos, así como los posibles retos o desafíos a los que nos podemos enfrentar.

6.2 Para tomar en cuenta

- Los objetivos de vida nos permiten saber qué queremos lograr
- Los objetivos de vida abarcan temas personales, de pareja, familiares y laborales
- La paternidad y maternidad responsables forman parte de la sexualidad
- La planificación familiar propicia la paternidad y maternidad responsable
- Conocer los recursos personales con los que contamos nos permite enfrentar los desafíos de una mejor manera

6.3 Objetivo de enseñanza

Definir las implicaciones del proyecto de vida para una sana puesta en práctica, exponiendo los aspectos que en conjunto lo conforman y aportando las bases necesarias para una adecuada implementación

6.4 Marco teórico

El Artículo 19 de la CDPD habla del derecho de las personas con discapacidad a vivir de forma independiente y a ser incluido en la comunidad, reconociendo

el derecho en igualdad de condiciones de las personas con discapacidad a vivir con opciones iguales a las de las demás.



IMAGEN 12: IMAGEN DE UNA MUJER CON DISCAPACIDAD AUDITIVA CON ROSTRO DE FELICIDAD

FUENTE: GUÍA PARA LA PREVENCIÓN Y ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA EN CONTRA DE LAS MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD, COLECTIVO DE VIDA INDEPENDIENTE Y LEGIS

El ejercicio de la maternidad y de la paternidad conlleva una serie de derechos y responsabilidades que van más allá de asegurar únicamente el sustento económico. La maternidad y paternidad es una decisión, es decir, tenemos el derecho de decidir si tendremos hijos e hijas o no.

En el Artículo 23 de la CDPD se establece el derecho de las personas con discapacidad a “decidir libremente y de manera responsable el número de hijos e hijas que quieren tener y el tiempo que debe transcurrir entre un nacimiento y otro y a tener acceso a información, a educación sobre reproducción y planificación familiar”.⁴⁴

La maternidad y paternidad responsable se da cuando las personas deciden tener hijos o hijas y a su vez se cumplen con las responsabilidades que ello implica:

- Proporcionar alimentación

- Proporcionar educación
- Proporcionar vestido
- Proporcionar vivienda
- Proporcionar cuidados de salud
- Dedicarles tiempo
- Brindarles amor, comprensión y comunicación
- Brindarles apoyo emocional y calidad de tiempo
- Favorecer la convivencia, el intercambio y el aprendizaje

Pero la paternidad y maternidad responsables no sólo representan responsabilidades para con las y los hijos. Implica también involucrarse en todo el proceso: el cuidado del embarazo, del parto y compartir la crianza de los hijos e hijas de manera equitativa.⁴⁵

Antiguamente, las responsabilidades del hombre en el cuidado de las y los hijos, se reducían a la cuestión económica. En la actualidad hay más hombres que se dedican al cuidado de las y los hijos y mujeres que mantienen económicamente a la familia. También hay familias en las que ambos padres se hacen cargo de los hijos e hijas y a su vez trabajan.

El cuidado es una habilidad que se aprende a lo largo de la vida. Para ejercer una paternidad y maternidad responsable es necesario hacer a un lado los estereotipos de género, en donde el padre joven es visto como ausente e irresponsable y en donde el embarazo corresponde únicamente a la mujer. A pesar de que el embarazo sucede en el cuerpo de la mujer, la responsabilidad y el placer por la gestación, el parto y el cuidado de las y los hijos es un derecho de las parejas.

Nadie tiene el derecho de imponer sus ideas sobre la decisión de las mujeres con discapacidad a ejercer o no la maternidad. Las mujeres con discapacidad tienen derecho a conservar su fertilidad y a elegir el procedimiento de reproducción asistida que mejor le convenga.⁴⁶

Algunas acciones que se pueden llevar a cabo para una participación equitativa en el ejercicio de la maternidad y paternidad responsable, son las siguientes:⁴⁷

- Participar en el control prenatal
- Aclarar las dudas sobre el embarazo

- Aclarar dudas sobre el cuidado del bebé
- Informarse sobre la evolución y posibles complicaciones del embarazo
- Involucrarse en el momento del parto
- Asistir a la consulta médica postparto

Durante la adolescencia y la juventud, es común que surjan dudas sobre nuestro futuro, particularmente en el caso de las mujeres algunas de las dudas más comunes pueden ser:⁴⁸

- ¿Cuándo será el mejor momento para iniciar mi vida independiente?
- ¿Cómo hacerle para lograr independizarme con libertad y seguridad?
- ¿Quiero vivir en pareja o de alguna otra manera?
- ¿Quiero formar mi propia familia? ¿Qué apoyos necesito?
- ¿Quiero tener hijos e hijas? ¿Cuántos hijos e hijas quiero? ¿Cuándo me gustaría tenerlos?
- ¿Dónde me gustaría vivir? ¿Qué necesito para elegir el lugar?
- ¿Qué quiero hacer en mi tiempo libre? ¿Yo elijo mis actividades con libertad?



IMAGEN 13: IMAGEN DE UNA MUJER QUE TIENEN UN CASCO DE INGENIERO, EN SUS BRAZOS DOS PLANOS Y UN PAPEL
FUENTE: GUÍA PARA LA PREVENCIÓN Y ELIMINACIÓN DE LA VIOLENCIA EN CONTRA DE LAS MUJERES Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD, COLECTIVO DE VIDA INDEPENDIENTE Y LEGIS

Adicional a estas dudas, las mujeres con discapacidad se enfrentan a diversas barreras particulares y significativas tanto políticas como organizativas y sociales que evitan que desempeñen su papel vital como miembros de la sociedad.⁴⁹

En nuestra vida nos toca decidir muchas cosas y es importante desarrollar la habilidad para hacerlo. El proyecto de vida es un proceso de toma de decisiones para alcanzar ciertas metas u objetivos. Para tomar las decisiones de manera asertiva es necesario contemplar ciertos aspectos o pasos a seguir que nos facilitarán tomar una decisión adecuada para nosotras y nosotros.

- Buscar información sobre el tema a decidir: contemplar si sabemos lo necesario o qué nos falta saber y dónde podemos obtener esa información.
- Identificar las posibles soluciones: de acuerdo a la información obtenida, definir las acciones que se pueden llevar a cabo.
- Analizar las alternativas: detallar las ventajas y desventajas de cada una, así como las consecuencias y posibilidades de éxito o fracaso.
- Tomar la decisión: elegir la opción más adecuada a nuestras posibilidades y condiciones actuales.
- Contemplar los posibles resultados de la decisión tomada: valorar cómo nos fue con esa decisión y qué avances o aprendizajes hubo.

El plan de vida es la idea clara de lo que queremos lograr en nuestra vida y cómo queremos hacerlo. Se conforma por un conjunto de metas u objetivos que queremos lograr. A continuación se presenta un esquema de pasos a seguir para la elaboración de un plan de vida.⁵⁰

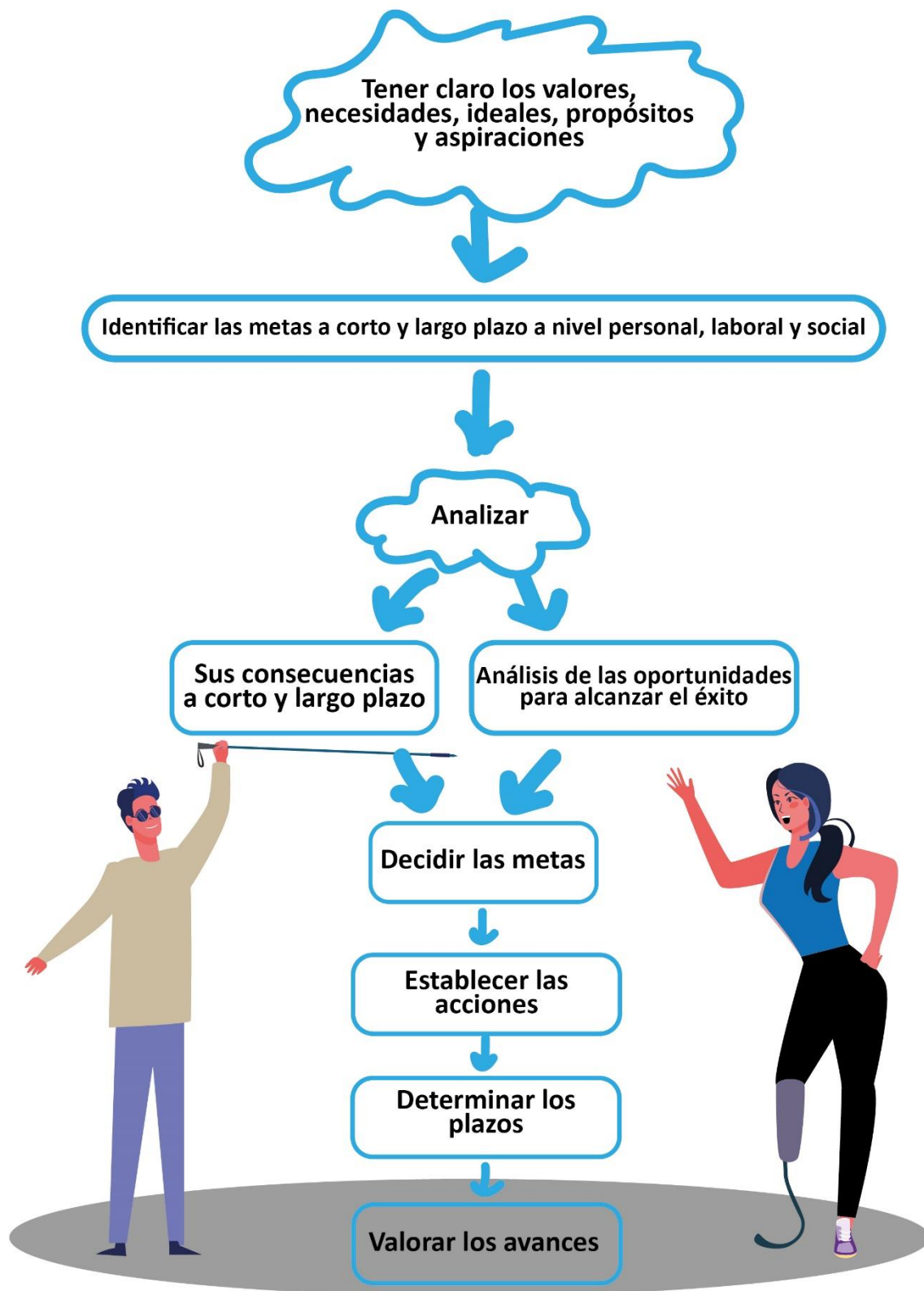


IMAGEN 14: ESQUEMA DE PASOS A SEGUIR PARA LA ELABORACIÓN DE UN PLAN DE VIDA
FUENTE: MI PLAN DE VIDA, UNFPA, 2013, REEDITADA CON ILUSTRACIONES DE FREEPIK.COM

ACTIVIDAD DIDÁCTICA 6

1. Escribe a mano o en un documento en Word, o bien, graba un audio o un vídeo en lengua de señas en el que desarrolles un plan de vida, siguiendo los pasos del diagrama.

BIBLIOGRAFÍA

- La Salud Sexual y su Relación con la Salud Reproductiva: Un Enfoque Operativo, OMS, 2018
- <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/274656/9789243512884-spa.pdf>
- Guía para la prevención y eliminación de la violencia en contra de las mujeres y niñas con discapacidad, Colectivo De Vida Independiente y LEGIS
- Herramientas de Salud Sexual y Reproductiva para Adolescentes en Contextos Humanitarios, Save the Children, UNFPA, 2009
https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/UNFPA_ASRHtoolkit_espanol.pdf
- Naciones Unidas, 2015. Declaración de los derechos Humanos.
https://www.un.org/es/documents/udhr/UDHR_booklet_SP_web.pdf
- Visibilizar, Incluir, Participar Estrategia VIP, UNFPA, 2019
<https://lac.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/UNFPA-Info-Discapacidad%20304%20%281%29.pdf>
- Salud y Diversidad Sexual, UNFPA, 2015
<http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/guia-salud-y-diversidad-sexual.pdf>
- Atención en salud a personas lesbianas, gays, bisexuales, transgénero e intersex (LGBTI), Ministerio de Salud Pública del Ecuador, 2016
https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2017/01/manual-lgbti-29-de-nov-2016_mod.pdf
- Cartilla de Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos de las Personas con Discapacidad, INMUJERES, 2018
http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/Cartilla_DS_y_DR_Web_2019.pdf
- Correa, C., Cubillán, F. 2009. Manual de Capacitación Salud Sexual y Reproductiva Desde una Mirada de Género.
<http://www.accionsolidaria.info/website/wp->

content/uploads/2016/03/Salud-Sexual-y-Reproductiva-desde-una-mirada-de-g%C3%A9nero.pdf

- Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer, CNDH, 2013
- https://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/programas/mujer/Material_difusion/convencion_BelemdoPara.pdf
- Estudio a fondo sobre todas las formas de violencia contra la mujer. Informe del Secretario General de la Asamblea General de las Naciones Unidas, 2006.
<https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2016/10742.pdf>
- Violencia Contra las Mujeres. Hechos que todo el mundo debe conocer, ONU Mujeres, 2020
- Mazarrasa , L., Gil, S. (Sin fecha) Salud sexual y reproductiva
- https://www.mscbs.gob.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/pdf/equidad/13modulo_12.pdf
- Promover la planificación familiar, OMS, 2020
- FNUAP. (Sin fecha). Elementos fundamentales de la salud reproductiva
https://www.unfpa.org/sites/default/files/resource-pdf/securingsupply_spa.pdf
- Jóvenes con Discapacidad: Estudio global sobre cómo poner fin a la Violencia de Género y hacer realidad la Salud y los Derechos Sexuales Reproductivos, UNFPA, 2018
- OPS, OMS. 2019. Planificación familiar, Un Manual Mundial para Proveedores.
https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51918/9780999203729_spa.pdf?sequence=6&isAllowed=y
- OPS, OMS. 2018. Recomendaciones de la OMS sobre atención prenatal para una experiencia positiva del embarazo.
https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49550/9789275320334_spa.pdf?ua=1
- OPS, OMS. 2017. Salud Sexual y Reproductiva.
<http://www.salud.gob.ar/dels/printpdf/103>

- UNFPA. (Sin fecha). Paquete de servicios esenciales para mujeres y niñas que sufren violencia. <https://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/Essential-Services-Package-es.pdf>
- UNFPA. 2014. Hacia el acceso Universal a la Salud, un Derecho de la Mujer.
- <https://www.unfpa.org/sites/default/files/resource-pdf/SoWMy-ExecSum-Spanish-rev.pdf>
- La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y su Protocolo Facultativo, CNDH, 2018
- <https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2019-05/Discapacidad-Protocolo-Facultativo%5B1%5D.pdf>
- UNFPA y Ministerio de la Protección Social. 2008. Servicios de salud amigables para adolescentes y jóvenes. <https://colombia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/ssaja2.pdf>
- Salud de la mujer, Organización Mundial de la Salud, 2020
- Programa de Acción de la Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo, ONU, 1994
- OPS y OMS. 2013. Comprender y abordar la violencia contra las mujeres.
- https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/98821/WHO_RHR_12.37_spa.pdf?sequence=1
- UNFPA. 2017. Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos, los más Humanos de los Derechos.
- <https://bolivia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/derechos-Los-mas-humanos-de-los-derechos.pdf>
- Poner fin a la violencia contra mujeres y niñas, Comunidad de Práctica de Servicios Esenciales, 2020.
- Calderón, R., Daly, G. (Sin fecha). Manual de Desarrollo estudiantil par docentes guías y docentes consejeras (os). <https://nicaragua.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/Manual%20Desarrollo%20Personal%20MINED%20UNFPA.pdf>
- Programa PAPAI. 2002. Paternidad responsable.
- https://elsalvador.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/paternidad_cuidado_proyh.pdf

- UNFPA. 2013. Mi plan de vida.
https://nicaragua.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/Plan%20de%20Vida_0.pdf
- UNFPA. (29 de septiembre de 2020). Salud sexual y reproductiva. Fondo de Población de las Naciones Unidas. <https://www.unfpa.org/es/salud-sexual-y-reproductiva>
- IMSS, Conafe. 2016. Hablemos de Sexualidad.
- <http://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/salud/yosimecuido/Libro-Hablemos-de-Sexualidad.pdf>
- OMS. 2012. Guía de planificación familiar para agentes de salud comunitarios y sus clientes, OMS, 2012
- <https://www.fphandbook.org/sites/default/files/es003-guidetofpforchws.pdf>
- UNFPA. (29 de septiembre de 2020). Planificación familiar. Fondo de Población de las Naciones Unidas.
<https://www.unfpa.org/es/planificaci%C3%B3n-familiar#:~:text=La%20planificaci%C3%B3n%20familiar%20es%20la,los%20intervalos%20entre%20los%20nacimientos.&text=El%20UNFPA%20nunc a%20promueve%20el%20aborto%20como%20forma%20de%20planificaci%C3%B3n%20familiar.>
- UNFPA. (29 de septiembre de 2020). Salud sexual y reproductiva de los adolescentes. Fondo de Población de las Naciones.
<https://www.unfpa.org/es/resources/salud-sexual-y-reproductiva-de-los-adolescentes.>

ÍNDICE DE IMAGENES

- Imagen 1: Mujer leyendo un afiche sobre salud sexual y reproductiva
- Imagen 2: Niña con discapacidad siendo víctima de violencia
- Imagen 3: Niña usuaria de silla de ruedas queriendo ingresar a un baño que tiene gradas
- Imagen 4: Niña alzando sus brazos y en el brazo derecho tiene un libro
- Imagen 5: Tres hojas que tienen información en braille
- Imagen 6: Una mujer de con discapacidad auditiva leyendo un libro sobre derechos
- Imagen 7: Una mujer con discapacidad usuaria de silla de ruedas asistiendo a una consulta ginecológica
- Imagen 8: Imagen de una mujer con discapacidad auditiva tratando de comunicarse en señas con dos policías
- Imagen 9: Una mujer usuaria de silla de ruedas en una consulta ginecológica que nos es accesible
- Imagen 10: Una madre con su hija con discapacidad ante un juez en un tribunal
- Imagen 11: Una niña con un libro de una ley contra el femicidio
- Imagen 12: Imagen de una mujer con discapacidad auditiva con rostro de felicidad
- Imagen 13: Imagen de una mujer que tienen un casco de ingeniero, en sus brazos dos planos y un papel
- Imagen 14: Esquema de pasos a seguir para la elaboración de un plan de vida

ÍNDICE DE TABLAS

- Tabla 1: Tabla comparativa entre lo que es el sexo y género
- Tabla 2: Consecuencias que puede ocasionar el ser víctima de violencia sexual

ÍNDICE DE REFERENCIAS

- ¹ La Salud Sexual y su Relación con la Salud Reproductiva: Un Enfoque Operativo, OMS, 2011
- ² La Salud Sexual y su Relación con la Salud Reproductiva: Un Enfoque Operativo, OMS, 2011
- ³ La Salud Sexual y su Relación con la Salud Reproductiva: Un Enfoque Operativo, OMS, 2011
- ⁴ Herramientas de Salud Sexual y Reproductiva para Adolescentes en Contextos Humanitarios, Save the Children, UNFPA, 2009
- ⁵ El Artículo 25.2 de la Declaración de los Derechos Humanos dice que “La maternidad y la infancia tienen derecho a cuidados y asistencia especiales. Todos los niños, nacidos de matrimonio o fuera de matrimonio, tienen derecho a igual protección social”
- ⁶ La Salud Sexual y su Relación con la Salud Reproductiva: Un Enfoque Operativo, OMS, 2011
- ⁷ Visibilizar, Incluir, Participar Estrategia VIP, UNFPA, 2019
- ⁸ La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y su Protocolo Facultativo, CNDH, 2018
- ⁹ Salud y Diversidad Sexual, UNFPA, 2015
- ¹⁰ Atención en salud a personas lesbianas, gays, bisexuales, transgénero e intersex (LGBTI), Ministerio de Salud Pública del Ecuador, 2016
- ¹¹ Cartilla de Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos de las Personas con Discapacidad, INMUJERES, 2018.
- ¹² Cartilla de Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos de las Personas con Discapacidad, INMUJERES, 2018.
- ¹³ Salud y Diversidad Sexual, UNFPA; 2015
- ¹⁴ Cartilla de Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos de las Personas con Discapacidad, INMUJERES, 2018.
- ¹⁵ Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer, “Convención de Belém Do Pará” 1994
- ¹⁶ Estudio a fondo sobre todas las formas de violencia contra la mujer. Informe del Secretario General de la Asamblea General de las Naciones Unidas, 2006
- ¹⁷ Violencia Contra las Mujeres. Hechos que todo el mundo debe conocer, ONU Mujeres, 2020.

-
- ¹⁸ Violencia Contra las Mujeres. Hechos que todo el mundo debe conocer, ONU Mujeres, 2020.
- ¹⁹ Cartilla de Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos de las Personas con Discapacidad, INMUJERES, 2018
- ²⁰ Cartilla de Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos de las Personas con Discapacidad, INMUJERES, 2018
- ²¹ Salud Sexual y Reproductiva, Mazarrasa, L., Gil, S.
- ²² Manual de Capacitación Salud Sexual y Reproductiva Desde una Mirada de Genero. Correa, C., Cubillán, F., 2009
- ²³ Promover la planificación familiar, OMS, 2020
- ²⁴ Elementos fundamentales de la salud reproductiva, UNFPA
- ²⁵ Jóvenes con Discapacidad: Estudio global sobre cómo poner fin a la Violencia de Género y hacer realidad la Salud y los Derechos Sexuales Reproductivos, UNFPA, 2018
- ²⁶ Planificación familiar, Un manual para proveedores, OPS, OMS 2019
- ²⁷ Jóvenes con Discapacidad: Estudio global sobre cómo poner fin a la Violencia de Género y hacer realidad la Salud y los Derechos Sexuales Reproductivos, UNFPA, 2018
- ²⁸ Recomendaciones de la OMS sobre atención prenatal para una experiencia positiva del embarazo, OPS, OMS, 2018
- ²⁹ Salud Sexual y Reproductiva, OPS, OMS, 2017
- ³⁰ Paquete de servicios esenciales para mujeres y niñas que sufren violencia, UNFPA
- ³¹ Hacia el acceso Universal a la Salud, un Derecho de la Mujer, UNFPA, 2014
- ³² Jóvenes con Discapacidad: Estudio global sobre cómo poner fin a la Violencia de Género y hacer realidad la Salud y los Derechos Sexuales Reproductivos, UNFPA, 2018
- ³³ La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y su Protocolo Facultativo, CNDH, 2018
- ³⁴ Servicios de salud amigables para adolescentes y jóvenes, UNFPA y Ministerio de la Protección Social, 2008
- ³⁵ Salud de la mujer, Organización Mundial de la Salud, 2020.
- ³⁶ Programa de Acción de la Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo, ONU, 1994
- ³⁷ Programa de Acción de la Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo, ONU, 1994

-
- ³⁸ Jóvenes con Discapacidad: Estudio global sobre cómo poner fin a la Violencia de Género y hacer realidad la Salud y los Derechos Sexuales Reproductivos, UNFPA, 2018
- ³⁹ Cartilla de Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos de las Personas con Discapacidad, INMUJERES, 2018.
- ⁴⁰ Comprender y abordar la violencia contra las mujeres OPS, 2013
- ⁴¹ Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos, los más Humanos de los Derechos, UNFPA, 2017
- ⁴² Poner fin a la violencia contra mujeres y niñas, Comunidad de Práctica de Servicios Esenciales, 2020.
- ⁴³ Poner fin a la violencia contra mujeres y niñas, Comunidad de Práctica de Servicios Esenciales, 2020.
- ⁴⁴ La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y su Protocolo Facultativo, CNDH, 2018
- ⁴⁵ Manual de Desarrollo estudiantil par docentes guías y docentes consejeras (os), Calderón, R., Daly, G
- ⁴⁶ Cartilla de Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos de las Personas con Discapacidad, INMUJERES, 2018.
- ⁴⁷ Paternidad responsable, Programa PAPAI, 2001
- ⁴⁸ Mi plan de vida, UNFPA, 2013
- ⁴⁹ Jóvenes con Discapacidad: Estudio global sobre cómo poner fin a la Violencia de Género y hacer realidad la Salud y los Derechos Sexuales Reproductivos, UNFPA, 2018
- ⁵⁰ Mi plan de vida, UNFPA, 2013