



SABER MÁS...

PARA PROFESIONALES -
EDUCACIÓN AFECTIVO SEXUAL
PARA MUJERES CON
DISCAPACIDAD

Índice

LA EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL.....	3
¿Por qué es importante para las mujeres con discapacidad?	3
Obstáculos que existen	4
¿Qué se puede hacer para mejorar?.....	4
Incluir la educación afectivo-sexual en todos los entornos	4
Materiales y recursos accesibles	4
Profesionales formados y sin prejuicios	4
Acompañamiento para el deseo y las relaciones.....	5

LA EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL

Hablar sobre afectividad y sexualidad es un derecho de todas las personas. La educación afectivo-sexual es clave para vivir con libertad, seguridad y respeto.

Sin embargo, **muchas mujeres con discapacidad han sido excluidas** de este derecho.

La educación afectivo-sexual es mucho más que hablar de relaciones íntimas.

Significa:

- **Conocer el cuerpo** y entender los cambios físicos y emocionales.
- **Hablar de sentimientos**, afectos, placer y respeto.
- **Entender los derechos** sexuales y reproductivos.
- Aprender a identificar lo que se **desea y lo que no**.
- Saber cómo **construir relaciones sanas** y sin violencia.
- **Reconocer los límites** propios y los de otras personas.

¿Por qué es importante para las mujeres con discapacidad?

Porque les ayuda a:

- Conocerse **y tomar decisiones** sobre su cuerpo.
- **Identificar abusos** y saber que pueden decir **NO**.
- **Desarrollar relaciones** afectivas y sexuales libres.

- **Romper el silencio** sobre sus deseos y emociones.
- Ejercer su **derecho a la maternidad** si así lo desean.

Obstáculos que existen

- **Falta de materiales adaptados:** No hay suficiente información en lectura fácil, pictogramas o lengua de signos.
- **Infantilización**
- **Invisibilidad:** En los colegios o centros de salud, rara vez se ofrecen contenidos pensados para ellas. No se habla de sus cuerpos ni de su deseo.

¿Qué se puede hacer para mejorar?

Incluir la educación afectivo-sexual en todos los entornos

- En la escuela, los centros ocupacionales, centros de día, residencias o asociaciones.
- Que sea parte del día a día, no solo una charla puntual.

Materiales y recursos accesibles

- Lectura fácil, pictogramas, vídeos subtitrados, lengua de signos, audio y braille.
- Contenido pensado desde la experiencia de mujeres con discapacidad.

Profesionales formados y sin prejuicios

- Acompañar a las familias para que comprendan la importancia de esta educación.
- Romper el miedo y el silencio.

Acompañamiento para el deseo y las relaciones

- Crear espacios seguros donde las mujeres puedan expresar sus deseos, dudas o miedos.
- Reconocer su derecho al amor, a la intimidad y al placer.