

Fases de la violencia

El ciclo de la violencia se compone de tres fases; la acumulación de tensión, el incidente de agresión y la reconciliación. En cada fase, se ejerce violencia verbal, física o psicológica y luego se arrepiente y pide perdón. La víctima niega la realidad, se siente culpable y avergonzada, y confía de nuevo en su agresor.

Cada fase se repite con mayor frecuencia e intensidad, creando un círculo vicioso del que es difícil salir. Este ciclo de la violencia afecta a las personas que sufren o ejercen violencia, así como a sus familias y entornos.

La violencia puede tener graves efectos en la salud, la autoestima, la confianza y el bienestar de las víctimas. Por eso, es importante prevenir, detectar y atender la violencia, así como brindar apoyo y protección a las personas que la padecen o la presencia.



Derribando mitos

Algunos mitos sobre sexualidad y discapacidad son:

1. Las personas con discapacidad no tienen sexualidad ni necesidad de expresarla.
2. Las personas con discapacidad son muy sexuales.
3. Las personas con discapacidad no pueden tener relaciones sexuales satisfactorias ni orgasmos.
4. Las personas con discapacidad no pueden tener pareja ni hijos/as.
5. Las personas con discapacidad pueden relacionarse solo con otras personas con discapacidad.
6. Las personas con discapacidad son víctimas o dependientes en todas sus relaciones sexuales.

Estos mitos son falsos y dañinos para las personas con discapacidad, ya que niegan su diversidad, su autonomía y su dignidad.



Como crece la violencia

La violencia se incrementa de forma ascendente, especialmente en las relaciones de pareja.

Es importante estar atentos ante cualquier indicio de violencia. Ésta va en aumento, atenta contra tu integridad y puede tener consecuencias irreversibles



La sexualidad es un derecho humano

que debe ser reconocido, garantizado y promovido para todas las personas, independientemente de su condición física, mental o sensorial. Las personas con discapacidad somos los protagonistas de nuestra propia historia. La sexualidad es un deber y un derecho que nos pertenece.

Para mejorar la calidad de nuestro trabajo, tu opinión es muy importante. Llámanos o escríbenos al **72020503**



Sexualidad y Discapacidad



un material para padres, madres y jóvenes

"Hacia una mejor rehabilitación de niños, niñas y adolescentes con discapacidad o en riesgo de desarrollar una discapacidad 2022-2024"

¿Qué es la sexualidad?

La sexualidad es un aspecto esencial de la vida humana que parte del cuerpo, pasa por nuestros sentimientos y termina en nuestra forma de ser o identidad.

La sexualidad, no se limita solamente a relaciones sexuales, sino que abarca todas las formas en que nos relacionamos con el mundo y con nosotros mismos. Es ir a tomar un café con alguien que nos gusta, es elegir la ropa que nos hace sentir cómodos/as y seguros/as, es respetar nuestro cuerpo y el de los demás.

Las personas con discapacidad tienen derecho a vivir y disfrutar de su sexualidad, pero muchas veces se enfrentan a obstáculos y estereotipos que dificultan su bienestar y su participación en este ámbito. Por eso, es importante reconocer y respetar la diversidad sexual, la discapacidad, prevenir y afrontar la violencia.



La sexualidad es una parte integral de nuestra vida y de nuestra felicidad.



¿Cuáles son los derechos sexuales y reproductivos?

Las personas con discapacidad tienen derecho a:

1. Ser reconocidas como sujetos de derecho en igualdad de condiciones que las demás personas.
2. Recibir información, educación y orientación sobre sexualidad que esté adaptada a sus necesidades e intereses.
3. Acceder a servicios de salud sexual y reproductiva de calidad y sin discriminación.
4. Decidir libremente sobre su cuerpo, su identidad, su orientación y sus prácticas sexuales.
5. Elegir si quieren o no tener pareja, matrimonio o hijos/as.
6. Protegerse de embarazos no deseados e infecciones de transmisión sexual.
7. Expresar su afectividad y su erotismo de forma segura y placentera.
8. Denunciar cualquier forma de violencia o abuso sexual que sufran o presencien.

¿Qué sabemos sobre violencia?

Violencia es el uso intencional de la fuerza para producir daño.

Es importante prevenir y denunciar la violencia, así como apoyar y atender a las víctimas.



*Imágenes extractadas de la Guía "Vida Joven sin barreras" material de EIS publicado por HI-UNFPA 2019"

