DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR

GUÍA SOBRE EDUCACIÓN SEXUAL Y DERECHOS PARA NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES



¿Cuáles son los derechos de niños, niñas y adolescentes?

- Tienes derecho a que se resguarde tu bienestar emocional, físico, económico, social y relacional.
- Tienes derecho a ser escuchado y que reconozcan tu valor como persona.
- Tienes derecho a vivir una vida sin violencia de género.
- Tienes derecho a que se tenga en cuenta tu opinión y a contar con un espacio donde puedas expresar libremente lo que sientes, deseas y piensas.



Los niños, niñas y adolescentes, ¿tienen autonomía?

A medida que vamos creciendo, conociendo el mundo, aprendiendo y desarrollando capacidades, nos vamos dando cuenta lo que nos gusta, lo que no nos gusta, y lo que nos hace sentir felicidad o tristeza. Vamos poco a poco optando por aquello que nos hace menos daño, más felices o seguros. Esto se llama autonomía progresiva.

DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR

¿Has escuchado hablar de la sexualidad?

La sexualidad es parte de muchos aspectos de nuestra vida e identidad. Se experimenta y expresa en actos, afectos, pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, comportamientos, prácticas, roles y relaciones. La sexualidad implica conocer:

Nuestro cuerpo y sexo biológico:
¿Cómo es nuestro cuerpo?
¿Cómo funciona nuestro cuerpo?

Nuestra orientación sexual:
¿Quién o quiénes me atraen?

Nuestra cultura y contexto social:
¿Cuál es mi cultura?
¿Cómo son mis creencias?"

Nuestra identidad de género:
¿Cómo me identifico?
¿Cómo me gusta vestirme?
¿Cómo me gusta que me nombren?
¿Cómo me gusta verme y que me vean?



Relacionarse afectiva y sexualmente es un aprendizaje que vamos adquiriendo a medida que crecemos y maduramos. Es fundamental ir conociendo y reconociendo nuestros deseos y sentimientos, como los de las demás personas. ¿Qué me gusta? ¿Nos gusta que nos abracen? **Establecer límites de lo que queremos es fundamental para disfrutar y cuidarnos. A esto se le llama consentimiento.**

DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR



DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR

¿Qué es el consentimiento?

Es mostrar, a través de nuestro lenguaje, actitudes o expresiones corporales, que estamos de acuerdo o no aceptamos algo.

Por ejemplo, si me preguntan si quiero tomar un helado, puedo responder que sí o no.

✔ **Puedo decir que sí, asintiendo con la cabeza o verbalmente.**

✘ **Pero también puedo decir que no quiero, que no me gusta el helado. Deben respetar mi decisión.**



Ahora, ¿qué pasa si ofrezco un helado a otra persona y me dice que no?

- No le doy helado.
- No la obligo a tomar helado.
- No la persuado a que tome helado.
- No la presiono para que tome helado.
- No hacerlo es no respetar su decisión, sus razones, sus experiencias y sus deseos. Si la obligo, le estaría haciendo un daño.

¿Qué pasa si no me puede responder? Cuando no sabemos qué es lo que quiere, es esperar a que ella nos lo diga, pero no presionar ni obligar a que se tome el helado.

¿Qué es el consentimiento sexual?

Es mostrar a través de nuestro lenguaje, actitudes o expresiones corporales que estamos de acuerdo o no en iniciar o continuar actos sexuales, relaciones sexuales o ser expuestos a situaciones de connotación sexual. Implica poner tus propios límites. Pero también es respetar los límites de la otra persona. Es fundamental ser empática/o para leer su estado emocional. A veces no son necesarias las palabras solo basta mirar la actitud, gestos y movimientos del cuerpo.



¿Cuándo el sexo es consentido?

- Cuando digo sí verbalmente.
- Cuando mi cuerpo y expresiones reflejan felicidad, comodidad, seguridad.
- Cuando no me siento presionado, ni estoy bajo chantaje.
- Cuando tengo libertad y madurez para poder decidir

¿Qué implica el consentimiento?

Implica que respetemos la decisión de la persona respecto a su sexualidad. Es decir, que se valore y reconozca su decisión.



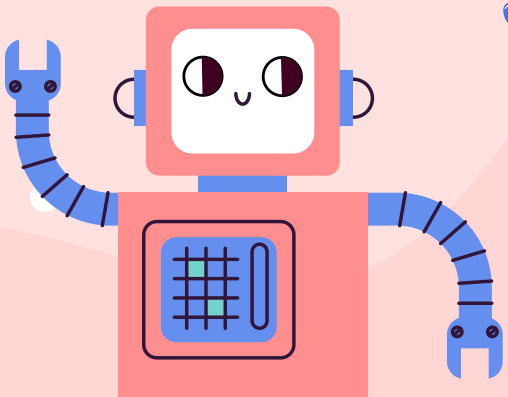
¿Qué pasa si no respetan tu voluntad y no das tu consentimiento sexual?

ES VIOLENCIA SEXUAL

DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR

¿Qué es la violencia sexual?

- Es cuando una persona realiza actos sexuales sin que hayas accedido o consentido. Por ejemplo: Alguien acaricia partes de tu cuerpo sin que tú quieras.
- Es violencia sexual cuando tienes menos de 14 años. Se entiende que a esa edad aún no estás capacitado para tomar decisiones.
- Existen criterios legales cuando la persona que te agrede también tiene menos de 18 años:
- **Si tienes menos de 14 años y la otra persona tiene 2 años más que tú, es violencia sexual.**
- **Si tienes más de 14 años, pero menos de 18 años, y la otra persona tiene 3 años más que tú, es violencia sexual.**
- Es violencia sexual cuando existe presión y/o amenazas.
- Es violencia sexual cuando no dices que no y solo te quedas en silencio.
- Es violencia sexual cuando nuestra actitud y posición corporal muestra desconfianza, miedo, inseguridad, rechazo, asco.
- Es violencia sexual cuando no se está consciente (durmiendo, consumo de drogas y alcohol, medicamentos).



DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR

¿Qué debo hacer si se ejerce algún tipo de violencia sexual sobre mí?

¿A quién debo recurrir?

Es importante que le cuentes lo que te ocurrió a cualquier persona adulta **(mayor de 18 años)** que sea significativa para ti. Estas pueden estar en tu familia, colegio, centro médico, club deportivo, talleres de arte, barrio, etc.

¿Qué es lo que debería pasar al momento de contar?

- No se debe dudar de tu relato.
- No deben cuestionar cuánto demoraste en contar lo que te pasó.
- Nadie te debe culpar.
- Te deben alejar de la persona que te agredió.
- Se te debe proteger y dar seguridad.
- La persona adulta debe informar a la justicia.



- Si no recibes apoyo puedes realizar la denuncia directamente a los números de emergencia señalando que tienes menos de 14 años.
- Es importante acudir a algún centro médico después de la agresión sexual para que te den el tratamiento necesario y así evitar problemas emocionales, embarazos no deseados e infecciones de transmisión sexual.

DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR

DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR



Si estás en alguna de estas situaciones...

Intenta acercarte a una persona adulta de tu confianza y contarle la situación.

Acude al Establecimiento de Sanidad más cercano o Llama a las líneas de atención

¿NECESITAS AYUDA?

Estas líneas están para apoyarte

LÍNEA 155
Atención a mujeres víctimas de violencia.

LÍNEA 141
Protección de niños, niñas y adolescentes (ICBF).

123
Emergencias.

122
Fiscalía General de la Nación.

LÍNEA PÚRPURA:
018000112137 / WhatsApp 300 755 1846 (Bogotá).

LÍNEA CALMA:
018000423614 (Para hombres en Bogotá).

LÍNEA 155
3108644214 (Apoyo a comunidad LGBTIQ+).

LÍNEA EN DEFENSA DE LA VIDA
Bogotá: 6288990 | **Nacional:** 018000111456 | **Móviles Claro:** #234