

# SEXUALIDAD HUMANA.



# SEXUALIDAD HUMANA.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), la sexualidad humana se define como:

*“Un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. Se vivencia y se expresa a través de pensamientos, fantasías, deseos, creencias, actitudes, valores, conductas, prácticas, papeles y relaciones interpersonales”.*

Es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos, socioeconómicos, culturales, éticos, religiosos y espirituales. Aunque puede abarcar todos estos aspectos, no es necesario que se experimenten ni se expresen simultáneamente, pero tal diversidad de condicionantes confiere a la sexualidad de cada persona un marcado carácter personal y específico que se manifiesta en lo que somos, sentimos, pensamos y hacemos.

## DIMENSIONES DE LA SEXUALIDAD HUMANA.

**Dimensión biológica:** Se vuelve crucial en la procreación, el deseo sexual, la respuesta sexual, etc. Todos ellos están influenciados por la anatomía sexual. Así mismo la alteración física o fisiológica (del funcionamiento), puede acarrear distintos trastornos sexuales o enfermedades, que afecten a la vida sexual de la persona.

**Dimensión psicológica:** La psique (mente) humana juega un papel fundamental en nuestro modo de vivir y sentir nuestra sexualidad. Nuestra forma de percibir la belleza, nuestras ideas sobre lo que está bien o mal en cuanto al sexo, nuestra personalidad, nuestras convicciones, el temperamento de cada persona, son factores decisivos en nuestras relaciones sexuales. Nuestra propia identidad sexual, nuestra orientación sexual, depende en gran manera de nuestro modo de vernos y entendernos psicológicamente en relación a lo sexual.

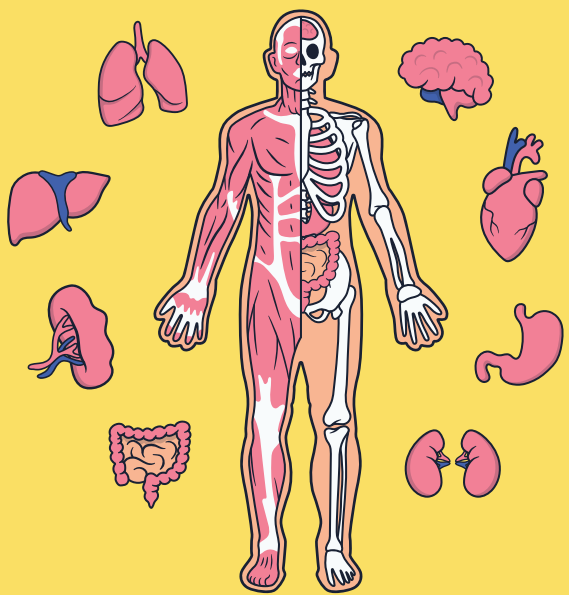
**Dimensión social:** Engloba el papel fundamental que ejerce la familia, los amigos, la educación recibida en el colegio, la religión, etc, sobre la sexualidad. Las distintas sociedades poseen modelos distintos de entender y vivir la sexualidad.

**Dimensión ética:** Hace referencia al conjunto de valores que cada uno construye individualmente a lo largo de su vida, con los cuales se compromete, definiendo estos el SER y QUEHACER sexual específico de cada persona. La base de la ética individual está en la AUTO-VALORACION: el ser humano valora a los demás teniendo como referencia el valor que se da a sí mismo.

# SEXUALIDAD HUMANA.



## DIMENSIONES DE LA SEXUALIDAD HUMANA.



**BIOLÓGICA**



**PSICOLÓGICA**



**SOCIAL**



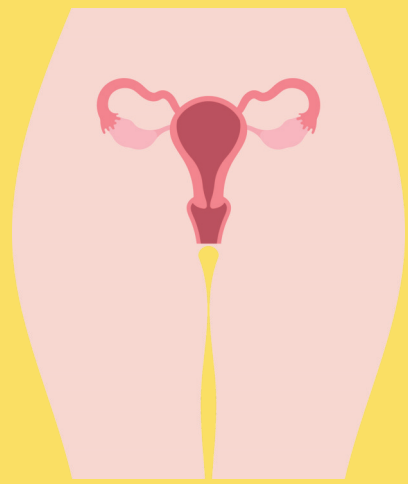
**ÉTICA**



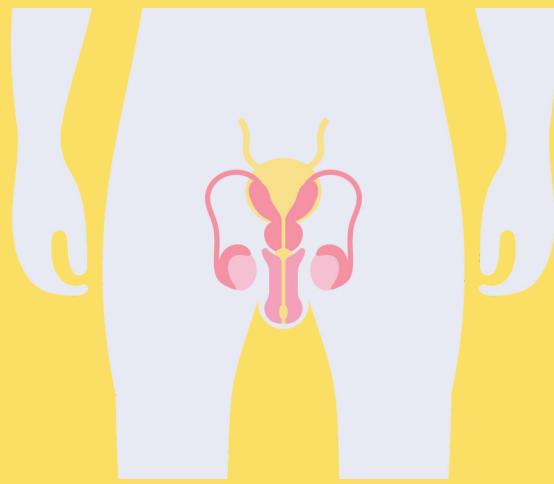
# Conceptos importantes sobre sexualidad.

- **Sexo:** Se refiere al conjunto de características físicas y biológicas que nos diferencian a los seres humanos como hombres y/o mujeres.
- **Género:** Se refiere a la manera en que la sociedad cree que tenemos que vernos, pensar y actuar las mujeres y los hombres (patrones impuestos por la sociedad). Cada cultura tiene sus creencias y reglas informales sobre cómo deben actuar las personas según su género.
- **Identidad de género:** Define el grado en que cada persona se identifica como masculino o femenina o alguna combinación de ambos. Es la percepción subjetiva que cada persona tiene respecto a su propio género, quién sientes que eres y es tan íntima que, en realidad, sólo puedes saberlo tú. Es el marco de referencia interno, construido a través del tiempo, que permite a los individuos organizar un autoconcepto y a comportarse socialmente en relación a la percepción de su propio sexo y género.
- **Orientación sexual:** Es la organización específica del erotismo y/o el vínculo emocional de un individuo en relación al género de la pareja involucrada en la actividad sexual.
- **Erotismo:** Es la capacidad humana de experimentar las respuestas subjetivas que evocan los fenómenos físicos percibidos como deseo sexual, excitación sexual y orgasmo, y que por lo general se identifican con placer sexual.
- **Vínculo afectivo:** Es la capacidad humana de establecer lazos con otros seres humanos que se constituyen y mantienen mediante las emociones.
- **Actividad sexual:** Es una experiencia conductual de la sexualidad personal donde el componente erótico de la sexualidad es el más evidente.

# CONCEPTOS IMPORTANTES.



**SEXO**



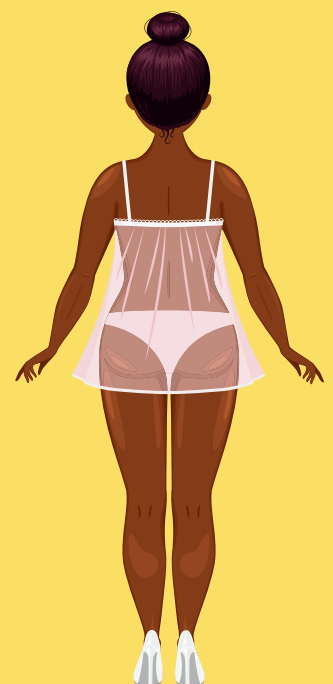
**GÉNERO**



**IDENTIDAD DE GÉNERO**



**ORIENTACIÓN SEXUAL**



**EROTISMO**



**VÍNCULO AFECTIVO**



**ACTIVIDAD SEXUAL**

# IDENTIDADES DE GÉNERO.

Es la identificación y expresión de la masculinidad o feminidad de una persona, independientemente de su sexo biológico de nacimiento. Existen muchísimas, pero las más conocidas son:

1. **Bigénero:** Personas que se encuentran entre los dos géneros (femenino y masculino).
2. **Cisgénero:** Personas en las que la identidad de género y el género asignado al nacer coinciden. Por tanto, la mayoría de las personas actualmente son cisgénero.
3. **Agénero:** No se identifica con ningún tipo de género.
4. **Género fluido:** No se identifican solo con una identidad de género. Su identidad puede variar según el momento que viven o como se sienten.
5. **Pangénero:** Pueden sentirse de cualquier género, o todos a la vez.
6. **No binario:** Incluye los (agénero, bigénero, género fluido, pangénero, trigénero).
7. **Transgénero.** Su género no coincide con el que le fue socialmente asignado al nacer.
8. **Transexual.** Su género no coincide con el que le fue asignado al nacer, y adquieren las características físicas de las personas del sexo contrario mediante tratamiento hormonal o quirúrgico.
9. **Trigénero.** Personas que pueden sentirse parte del género femenino y masculino, pero también perciben un tercer género, que puede ser el nulo o una combinación entre cualquiera de los tres.
10. **Queer:** Personas que no se quieren identificar con las etiquetas de género binarias.

# ORIENTACIONES SEXUALES

Atracción física, emocional y sexual que una persona mantiene hacia otra. Las orientaciones sexuales pueden ser:

1. **Asexual:** Que no tienen interés sexual, ni sienten atracción sexual por otras personas.
2. **Bisexual:** Que tiene preferencia por igual por ambos sexos.
3. **Heterosexual:** Tiene preferencia exclusiva por personas del sexo contrario.
4. **Heteroflexible:** Se trata de una persona que, aunque habitualmente es 'hetero', puede sentir también atracción, de vez en cuando, por su propio sexo.
5. **Homosexual:** En este caso, tiene preferencia exclusiva por otras personas del mismo sexo. (Lesbiana o Gay).
6. **Pansexual:** Se trata de alguien a quien le atrae todo tipo de personas, de cualquier sexo y de cualquier género.
7. **Sapiosexual:** Que le atrae, básicamente, la inteligencia de las personas.



# IDENTIDADES DE GÉNERO



# ORIENTACIONES SEXUALES





El rotafolio “Sexualidad Humana”, es una excelente herramienta didáctica, que sirve como guía de apoyo para la transmisión de información relacionada a algunos elementos relacionados con la Sexualidad Humana: cómo se concibe, sus dimensiones, y algunas expresiones en la vida de las personas. Puede ser utilizado en consultas individuales, talleres o cualquier otro tipo de actividad con adolescentes y jóvenes.

Consta de 8 páginas (4 de ilustraciones y 4 de información). Cada lámina permite abordar una temática distinta, siempre vinculado al tema principal y apoyado de ilustraciones y diagramas que facilitan su entendimiento.

El material está diseñado con dos caras: En el frente, una imagen o ilustración para compartir con los y las participantes, pensada para motivar la participación e interacción con estos y en el dorso toda la información para apoyar la tarea de quien desarrolla la asesoría o taller.