

Test para el joven responsable

Contesta verdadero (V) o falso (F) y descubre cuanto sabes de sexualidad.

Nº	POSTULADO	RESPUESTA	
		V	F
1	La anticoncepción es problema solamente de la mujer.		
2	Hombres y mujeres tenemos derecho a elegir cuándo queremos tener una relación sexual, dónde y con quién.		
3	El aprovechar toda oportunidad sexual significa ser más hombre.		
4	Usar condón es igual de placentero y seguro.		
5	Es más romántico tener una relación sexual sin haberlo reflexionado y sin protección.		
6	El condón es el único método que nos protege del VIH.SIDA.		
7	La píldora anticonceptiva de emergencia nos protege de un embarazo no deseado en caso de haber tenido una relación sexual sin protección, en caso de violencia sexual, cuando falla un método anticonceptivo.		

RESPUESTAS: 1F; 2V; 3F; 4V; 5F; 6V; 7V.

Píldora Anticonceptiva de Emergencia (PAE)

Son las mismas pastillas anticonceptivas que usan las mujeres, pero se toman en dosis diferentes. Tu pareja puede tomar PAE en caso de:

1. Haber tenido una relación sexual sin protección.
2. En caso de violencia sexual.
3. Cuando falla un método anticonceptivo, como por ejemplo el condón.

Para utilizar la PAE, debes tomar la primera dosis (4 pastillas) hasta 72 horas (tres días) después de haber tenido una relación o contacto sexual sin protección anticonceptiva. Y la segunda dosis (4 pastillas) 12 horas después de haber tomado la primera dosis.

Este material educativo cuenta con el apoyo de:



FUNDACIÓN DESAFÍO

Es una institución privada de desarrollo que busca la equidad en el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos, potenciando y facilitando la toma de decisiones libres y responsables en la sexualidad y la reproducción con énfasis en las mujeres y en la población adolescente de sectores populares.

Fundación Desafío cuenta con servicio médico en:

- ◆ Gineco obstetricia
- ◆ Planificación familiar
- ◆ Medicina general
- ◆ Pediatría
- ◆ Métodos anticonceptivos
- ◆ Laboratorio
- ◆ Ecosonografías
- ◆ Control de embarazo
- ◆ Consejería en violencia familiar y sexual
- ◆ Asesoría telefónica en salud sexual y reproductiva
- ◆ Anticoncepción de emergencia

Manuel Larrea 115 y Santa Prisca
Ed. Coneisa 9º piso Ofc. 95 4
Telefax: 2283 978
E-mail: desafio@uio.satnet.net



COORDINADORA POLÍTICA JUVENIL

Somos un grupo de jóvenes, hombres y mujeres a nivel nacional, que trabajamos en tres programas:

- ◆ Derechos Sexuales y Reproductivos
- ◆ Derechos Políticos y Ciudadanos
- ◆ Derechos Económicos, Sociales y Culturales

Nuestros ejes de trabajo son género, juventud y participación ciudadana.

Av. 12 de Octubre 384 y Tarqui
Ed. Nader Ofc. 104
Telefax: 2556 432 / 2220 526
E-mail: coordjuvenil@yahoo.es
Web: www.coordinadorajuvenil.com

AUSPICIA: PPFA-I

Una Sexualidad Responsable



Diseño e impresión: E. Espinoza 2007/08

asexorate

☎ 2280199

El ser joven

Tradicionalmente, las y los jóvenes hemos sido catalogados/as por la sociedad como personas incapaces de adquirir responsabilidades o tomar decisiones sobre nuestras propias vidas e incluso sobre nuestra sexualidad, viéndonos como un problema social o una carga para nuestras familias, escuelas, barrios, entre otros.

Sin embargo, ha sido esa misma sociedad, de adultos/as y machista, la que se ha encargado de crear determinadas formas de comportamiento en hombres y mujeres, con las cuales nosotros/as queremos romper, para construir un mundo diferente, más humano e igualitario.

Por otra parte, los jóvenes queremos dejar claro que:

- ♂ Somos seres humanos capaces de sentir, expresar nuestras emociones, incluso aquellas de tristeza, ternura, alegría o debilidad.
- ♀ Somos hombres, no por sentirnos más fuertes o importantes que las mujeres, sino porque somos capaces de tener una relación de cooperación y respeto mutuo con ellas.
- ♂ No nos hace más hombres el tener más parejas sino el relacionarnos respetuosa y cariñosamente con nuestra pareja.
- ♀ Somos capaces de ejercer una sexualidad responsable, que vele por nuestro propio bienestar y el de nuestras parejas, tanto físico como emocional.

Ejerciendo una sexualidad responsable

El ejercicio de nuestra sexualidad es algo incuestionable, es un derecho y una realidad. Lo importante es en qué manera la ejerzamos y cuan responsables seamos al momento de hacerlo.

Hay algunas recomendaciones que nos ayudan a ejercer una sexualidad responsable:

- ♂ Tomar nuestras propias decisiones implica el no dejar que nuestros/as amigos/as, padres-madres, entre otros/as influyan al momento de decidir sobre nuestra sexualidad.
- ♀ Hablar con nuestra pareja de sexualidad, es una forma de compartir la responsabilidad y la intimidad.
- ♂ Mientras más tarde iniciemos nuestra vida sexual (relaciones sexuales) es mejor para nuestro cuerpo, salud mental y para nuestros proyectos de vida.
- ♀ Usar métodos anticonceptivos desde nuestra primera relación sexual permite fortalecer la responsabilidad tanto de hombres como de mujeres.
- ♂ La responsabilidad de la anticoncepción, es una responsabilidad de la pareja (hombre y mujer).
- ♀ Tener claro que un/a hij@ en este momento de nuestra vida puede afectar negativamente nuestras oportunidades de educación, trabajo y bienestar.
- ♂ Saber que un hombre de verdad tiene en cuenta los derechos y deseos de su compañera.

¿Sabes qué son los métodos anticonceptivos?

Los métodos anticonceptivos son los que previenen la fecundación es decir, previene que las parejas queden embarazadas, tras haber tenido una relación sexual.

Es importante saber que ningún método es 100% eficaz.

Aquí enumeramos dos métodos que nos podrían ayudar:

Condón o Preservativo

El condón es una bolsita de látex que cubre el pene durante una relación sexual, este nos protege de embarazos no deseados y es el único que te protege de infecciones de transmisión sexual como el VIH – SIDA.

¿Cómo usarlo?

1. Abre el sobre del condón por la ranura. No uses los dientes ni objetos cortopunzantes.
2. Para colocar correctamente el condón, sujeta la punta del mismo firmemente, mientras lo colocas en el pene erecto (duro).
3. Sin soltar la punta, desenrollar hasta llegar a la base del pene, evitando que se acumule aire. Se debe dejar un espacio en la punta para recibir el semen. El pene debe estar totalmente cubierto.
4. Después de eyacular, sujeta el condón por su base y retira el pene de la vagina antes de que pierda erección.
5. Retira el condón, y sujetándolo por su base para evitar la salida del semen, hazle un nudo y arrójalos al basurero.