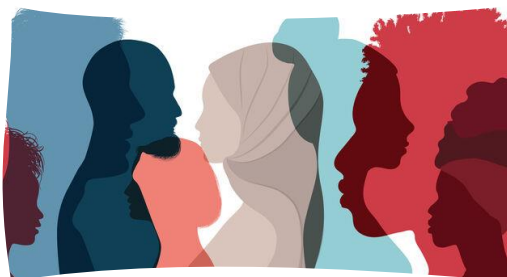


## ¿QUÉ ES LA SEXUALIDAD?

Aunque parece fácil definir qué es la sexualidad, a menudo incurrimos en ideas preconcebidas, pensando únicamente en relaciones sexuales u orientación sexual.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS):

“La **sexualidad** es un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al **sexo**, las **identidades** y los **roles de género**, el **erotismo**, el **placer**, la **intimidad**, la **reproducción** y la **orientación sexual**”.



Por tanto, la sexualidad es algo más amplio: también son las **emociones**, la capacidad para decidir, los deseos y el **placer**. Es una faceta más del ser humano que conforma una parte de la identidad de cada persona.

## ¿Y QUÉ ES LA SALUD SEXUAL?

Es el estado de bienestar físico, mental, emocional y social con relación a la sexualidad.

## TODAS LAS PERSONAS TENEMOS DERECHO A:

Fortalecer la autonomía y la autoestima en el ejercicio de la sexualidad

Vivir la sexualidad sin ningún tipo de violencia

Recibir información y acceso a servicios de salud de calidad sobre todas las dimensiones de la sexualidad

Decidir libre y autónomamente cuándo y con quién se inicia la vida sexual

Decidir sobre la unión con otras personas

Vivir y expresar libremente la orientación sexual e identidad de género

Explorar y disfrutar de una vida sexual placentera

La protección y prevención de infecciones de transmisión sexual (ITS) o embarazos no deseados

Elegir las parejas sexuales

Tener relaciones sexuales consensuadas

Una educación integral para la sexualidad a lo largo de la vida

OMS, 2006  
actualizado  
en 2010

Si está interesado/a, escriba a

[promocionprevencionmunicipios@salud.madrid.org](mailto:promocionprevencionmunicipios@salud.madrid.org)

DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA

## La Unidad Técnica de Prevención de VIH y otras ITS (UTPVIH) puede colaborar en su municipio:

Con distintas actividades de intervención comunitaria en población joven y colectivos vulnerables, formación gratuita de manera presencial y *on-line*, distribución de materiales de información y de prevención (folletos educativos, preservativos masculinos y femeninos, lubricantes...).



- ❖ Mediante los siguientes recursos:
  - ❖ Servicios de prevención y diagnóstico precoz de VIH y otras ITS con pruebas rápidas en la CM.
  - ❖ Sección [VIH-ITS](#) de la web de CM o con el QR
  - ❖ Sección [“Sexualidad y jóvenes” de la web CM](#)
  - ❖ Curso online [“El placer de una sexualidad saludable”](#) y otros...
  - ❖ Proyecto sobre sexualidad y salud sexual para jóvenes Por Puro Placer: [www.porpuroplacer.es](http://www.porpuroplacer.es), [@porpuroplacer1](#) en Instagram y [Por Puro Placer](#) en Facebook.
- ❖ Más información en [Munisalud nº 27](#)

