

¿Cómo la información relativa a la sexualidad es un factor protector para las personas?

Cada uno de los 6 aspectos de la sexualidad puede desarrollarse de manera armónica (saludable) en las distintas etapas de la vida, generar bienestar y una integración social positiva.

Los 6 aspectos de la sexualidad son:

1. biológico
2. emocional
3. afectivo e interpersonal
4. psicológico o psíquico
5. educativo
6. socio económico,

éstos se desarrollan dentro de contextos culturales (múltiples) y de dos marcos jurídicos (nacional e internacional).

El desarrollo de cada uno de los 6 aspectos de la sexualidad implica acceso a informaciones fiables y a referentes humanos (profesionales de la educación y/o de la salud).

Modelo Belhouchat 2020 "Componentes de la Sexualidad"

Contexto cultural

Mentalidades plurales
Dominación masculina
Patriarcado - Desigualdades



1. Algunas informaciones protectoras relativas al aspecto biológico de la sexualidad:

- 1) los nombres de las partes del cuerpo humano
- 2) planchas anatómicas completas adaptadas a la edad, a las necesidades particulares (braille, soporte auditivo, tipografía opendyslexic...) y al nivel profesional (profesores de ciencias de básica - media, estudiantes de medicina...)

es la base para favorecer diagnósticos precoces y también para prevenir el abuso sexual de menores que no saben cómo nombrar lo que sucedió.

Este esquema "Modelo Belhouchat 2020 Componentes de la sexualidad" está bajo **licencia CC Creative Commons**

BY Atribución
NC No comercial
ND Permite copia, distribución y transmisión sin alteraciones o adaptaciones.

4 necesidades específicas:

- 1) planchas de la anatomía del clítoris en reposo y erección que incluyan el plexo venoso y los nervios hasta el glande (Ver @vielma.art @clitoraliala @the.vulva.gallery @hely_art)
- 2) planchas que incluyan el clítoris en el sistema al cual pertenece: reproductivo (ver @korpo_real) y que lo muestren durante el ciclo menstrual, el embarazo y el transcurso del parto.
- 3) planchas del perineo durante el orgasmo, el parto y la re educación post-parto. (Ver @perinupower)
- 4) planchas anatómicas inclusivas que reconozcan explícitamente la diversidad genital (vulva, órganos eréctiles, útero). Ver @vielma.art @the.vulva.gallery

2. Algunas informaciones protectoras relativas al aspecto emocional de la sexualidad:

La población, sobre todo desde la adolescencia o mayoría sexual, podría tener una percepción positiva de su autonomía sexual y vivir una vida sexual grata y sin violencia (en solitario o en pareja), si tuviera acceso a informaciones indicándole que el deseo sexual es una emoción.

El deseo sexual, como cualquier otra emoción, es una respuesta neuro fisiológica expresada en ritmos respiratorios y en otros marcadores corporales que dura entre 3 y 20 minutos.

Esta información les permitiría representarse el deseo sexual como una reacción neurofisiológica natural que se puede observar (tener conciencia), comprender, expresar (con respeto), controlar, auto regular e integrar en medio de parámetros afectivos, cognitivos, sociales y jurídicos.

3. Algunas informaciones protectoras relativas al aspecto afectivo e interpersonal de la sexualidad:

Los afectos no se oponen a los procesos cognitivos. Por el contrario, los sentimientos están ligados a convicciones profundas.

Este es uno de los grandes legados de las psicoterapias del siglo XX, en especial de la terapia cognitivo conductual y de las técnicas que tratan el trauma.

Tener informaciones sobre :

- 1) los valores humanos, el respeto y la compasión,
- 2) la inclusión de las relaciones personales, afectivas, sexoafectivas y sexuales dentro de un marco jurídico nacional e internacional podría :
 - hacer disminuir la violencia conyugal o de pareja (desde la adolescencia)
 - proteger las familias y los menores de edad que sufren siendo testigos visuales o auditivos de escenas de violencia intrafamiliar y/o sexual.



4. Una información protectora relativa a los aspectos psicológico y psíquico de la sexualidad:

El peor problema de salud pública relativo a la sexualidad es la prevalencia de violencia sexual. La información más protectora es ésta: **una violación** (la penetración no consentida por boca, vagina o ano con un pene, otra parte del cuerpo u otro objeto) **o una agresión sexual** (efracción de la intimidad o del espacio de seguridad vital, **con o sin contacto físico, con o sin uso de tecnologías a distancia**) **son un atentado al sistema nervioso central autónomo.**

Este atentado al SNCA genera un **efecto dominó que desregula el funcionamiento de varios sistemas (todo el sist. nervioso inclusive)**, lo que **altera y degrada el estado de salud físico y mental** de la víctima a corto, mediano y largo plazo.



5. Informaciones protectoras relativas al aspecto educativo de la sexualidad:

a) Cada uno de los 6 aspectos de la sexualidad y los 2 contextos que rigen y regulan la sexualidad humana individual, colectiva y comunitaria, gracias a la educación pueden:

- desarrollarse de manera armónica
- favorecer el bienestar individual
- construir el bien común

b) La salud sexual es parte integrante de la salud global: no es un "extra". Sin salud sexual no hay salud global.

c) Por esto, y porque el mayor número de crímenes interpersonales y on line concierne la violencia de carácter sexual, la salud sexual es parte de la salud pública.

d) La educación, la información gratuita y fiable en videos y el acceso masivo a soportes variados (folletos, trípticos, afiches, libros, PDF, podcasts) es el elemento esencial de la salud global y sexual de la población.

Necesidades generales, soportes visuales y audiovisuales creativos y artísticos sobre estos temas:

- 1) Historia de los DDHH y de los DDSSRR derechos sexuales y reproductivos
- 2) Historia de los derechos humanos de las mujeres y de las niñas
- 3) Historia de los textos jurídicos internacionales de la protección de la infancia
- 4) Cifras y estadísticas; por ejemplo del Atlas de las mujeres de Joni Seager (2018, en inglés).
- 5) La educación sexual como un bien común anclado en la historia de la medicina y en la historia legislativa (reflejado de manera directa e indirecta en los índices de desarrollo del país).

Necesidades específicas, soportes visuales y audiovisuales creativos y artísticos sobre estos temas:

1) Cifras estadísticas nacionales; por ejemplo: prevalencia del incesto en hombres y mujeres nacidos entre 1970 y 2000.

2) Edición de libros y PDF con vocabulario sexual de base para adolescentes, adultos y personas con necesidades específicas (braille...)

Ej. de contenidos:

órganos genitales, sistema reproductor, deseo sexual, excitación sexual, orgasmo y placer sexual, descarga orgásmica (respuesta sexual involuntaria del SNCA), salud menstrual (5° indicador vital), tipos de violencia digital, tipos de violencia sexual según diversas clasificaciones...) Ej: Tout nu! de Myriam Daguzon Bernier, Canada, Québec 2019.

3) Inclusión de la salud sexual, la salud menstrual, las secuelas de violencia sexual y los protocolos pluridisciplinarios para tratar sus secuelas globales y sexuales en los planes y programas (malla curricular obligatoria) de:

- medicina
- ginecología
- urología
- psicología
- psiquiatría
- matronería
- kinesiología

6. Informaciones protectoras relativas al aspecto socio económico de la sexualidad:

Ningún país del mundo ha sido capaz de crear un sistema económico y social que no cuente con poblaciones: precarias, excluidas y/o estigmatizadas. Por esto, y por numerosos tabúes históricos, en grados diversos, la salud sexual (en especial de las mujeres, adolescentes y niñas) se ve afectada.

Los problemas de salud sexual generan problemas económicos individuales, familiares, colectivos y sociales.

Informaciones que deberían ser accesibles sin barreras económicas, por el bien común :

- salud menstrual
- salud vulvar
- salud ginecológica
- salud sexual post-parto
- (re)educación perineal
- lactancia materna
- digues bucales
- trauma sexual, resiliencia sexual
- diversidad sexual (personas intersexe, comunidad LGBTQAI+)



Modelo de clitoris 3D talla XL con plexo venoso, creado y fabricado el 1er semestre del 2022 por Stefanie Grübl en Austria @vielma.art

Informaciones protectoras relativas al contexto cultural de la sexualidad

El hecho que la población sepa que la sexualidad, por ej. la manera de comprender los procesos biológicos, la manera de interrelacionarse entre hombres y mujeres, la manera de comprender lo que es una patología pertenece a la cultura, permite proteger :

- a los profesionales de la salud (evitarles hacer errores históricos terribles, como hacer electrochoc a homosexuales o mutilar genitales de mujeres que se masturban)
- a las personas (evitarles sufrimientos físicos y psicológicos innecesarios).



Informacione protectoras relativas al contexto jurídico de la sexualidad

El hecho que la población sea informada y comprenda que los procesos biológicos, las identidades en los documentos del estado civil, los comportamientos sexuales, los seguimientos y tratamientos médicos...

están enmarcados por leyes nacionales y por tratados y marcos jurídicos, internacionales, permite proteger :

- a los profesionales de la salud, (les evita cometer errores deontológicos y distinguir su labor profesional de su convicción individual)
- a todas las personas, de sufrir o de infligir violencias y sufrimientos a otras personas (menores o adultes).