

**CARTILLA DE DERECHOS  
SEXUALES Y REPRODUCTIVOS  
PARA LAS PERSONAS CON  
DISCAPACIDAD**

Elaborada por: María José Trejo Rosales

**#NADASOBREDERECHOS  
SEXUALESYREPRODUCTIVOS  
SINLASPCD**






## Presentación

¡Es momento de que las juventudes con discapacidad alcemos nuestras voces!


Pero no podemos exigir lo que desconocemos. Por ello les presento esta cartilla de Derechos Sexuales y Reproductivos (DSyR) con un poquito de mi experiencia personal a lo largo de los años en esta locura llamada sexualidad.





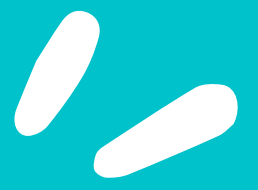
## Dedicatoria

Esto es para todes aquellas que se han sentido un poco perdides en cuanto a su sexualidad y quiera saber que rayos son nuestros Derechos Sexuales y Reproductivos. Porque sí, tenemos derechos hasta de ese tipo.





# #1. Derecho a una vida libre de discriminación

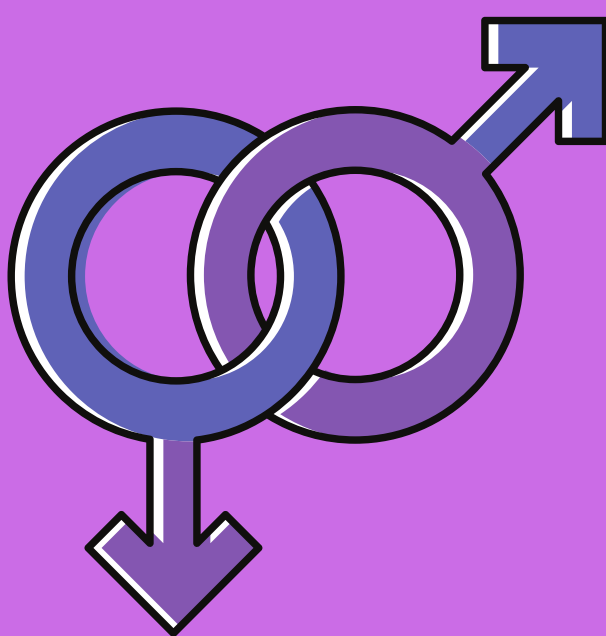


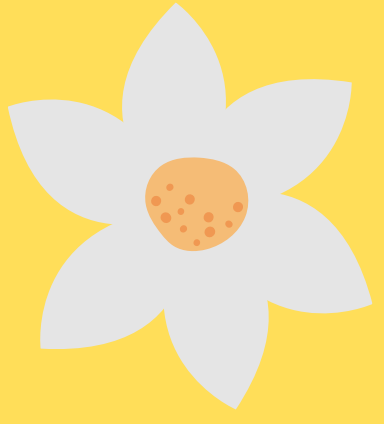
La primera vez que sufrí discriminación era apenas una niña, recorrí muchas escuelas antes de que me aceptaran en una, todo porque necesitaba otro tipo de atenciones que mis compañeros no, esa fue la primera vez que me privaron de un derecho.



## #2. Derecho a la igualdad entre mujeres y hombres.

¿Cuántos de ustedes han visto como le dan más oportunidades a los hombres en comparación de las mujeres? y ni hablar de las oportunidades que se les dan a las personas con discapacidad. Sólo hay que ver cuántas personas con discapacidad tienen un empleo formal y bien remunerado.





## #3. Derecho a la autonomía, a la integridad y a una vida libre de violencia.



Gran parte de mi primaria fui víctima de bullying, a pesar de denunciarlo varias veces, jamás se hizo algo para evitarlo, al final atentaron contra mi integridad física y emocional, hasta que ya no quise ir a la escuela, siendo víctima no solo de niños, sino también de adultos que le restaron importancia.





# ♥ ♥ ♥ #4. Derecho a la libertad, autodeterminación y libre desarrollo de la personalidad

La personalidad es algo que vamos formando con los años durante la pubertad y adolescencia. Yo soy muy tímida y siendo sincera me costó trabajo encontrar quien era realmente "Majo", tuve que ir descubriéndolo por mi cuenta pero de eso se trata todo, hacerlo por nuestra cuenta y forjar nuestro camino.





## #5. Derecho a manifestar la identidad sexual, la expresión e identidad de género, la orientación y preferencia sexual de forma libre y autónoma.



Una vez que quise hacer un conversatorio de personas con discapacidad que fueran parte de la comunidad LGTTQIA+, me di cuenta que no existe apertura en el tema porque muchas veces las personas con discapacidad ya sufren de discriminación por su condición, y al exponer su orientación e identidad los hace más propensos a ser doblemente juzgados, tristemente.



**LGTTQIA+**








## #6. Derecho a la educación integral de la sexualidad en lenguas, lenguajes y con recursos acordes a las necesidades de las personas con discapacidad y sus familias.




Hasta hace unos años yo no conocía de la existencia de esta cartilla y la educación sexual integral que recibí fue muy básica, el deber del Estado es proveernos esta educación, al igual que ajustarse a la Lengua de Señas Mexicana, braille o cualquier otro recurso accesible que sea necesario para el correcto ejercicio de este derecho.

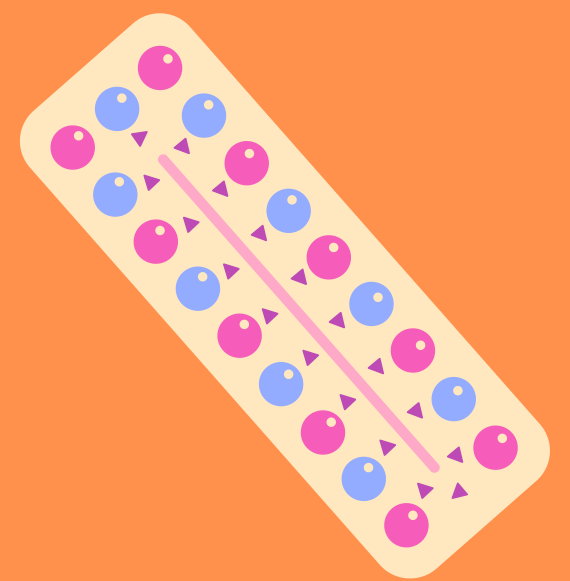




## #7. Derecho a la información científica sobre sexualidad, en lenguas, sistemas, formato y tecnologías acordes a los requerimientos de las personas con discapacidad.



Parte de las responsabilidades del personal de salud es impartir información ajustándose a nuestras necesidades, es decir, Lengua de Señas Mexicana, braille o lengua maya. Sin embargo, toman más en cuenta a nuestres acompañantes.

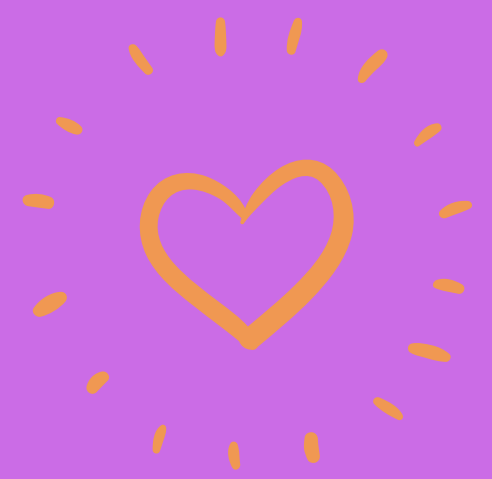
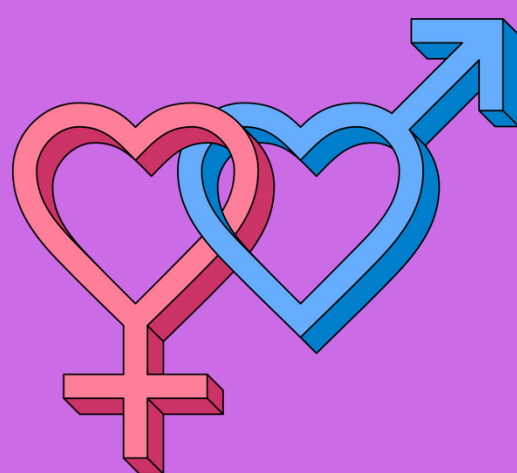


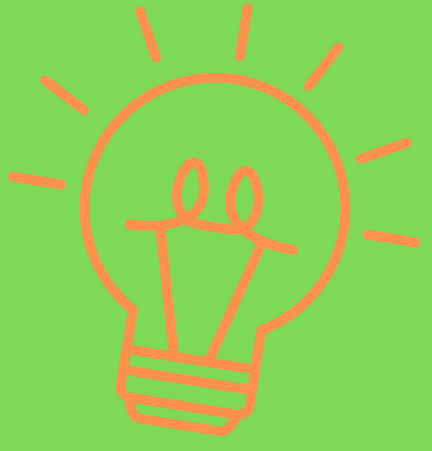


## #8. Derecho al respeto de la intimidad y la privacidad sexual



Algo que siempre me han cuestionado a mí y a mi pareja, es como ocurre cuando intimamos o si es que podemos siquiera hacerlo. Es bastante molesto porque, como bien menciona este derecho, también tenemos la opción de hablar de ello o no. Y nuestra vida sexual no debería ser algo que esté en boca de nadie si no lo permitimos, ni mucho menos ser cuestionado.





## #9. Derecho al ejercicio libre, placentero e informado de la sexualidad.



Al ser personas con discapacidad, muchas veces se nos cataloga como niños eternos, eso impide que podamos ejercer plenamente nuestra sexualidad, conocernos a nosotros mismos, lo que nos gusta o disgusta. Sin embargo, conforme voy creciendo me doy cuenta que soy mi propia persona y mi discapacidad no me define ni me limita.





## #10. Derecho a la atención de la salud sexual y salud reproductiva acorde a los requerimientos específicos de las personas con discapacidad.



Ay, la atención médica en Quintana Roo es realmente un dilema, y ni hablar de accesibilidad. Siempre que me toca ir a consultar alguien me debe cargar para subir a una camilla, ni hablar de recetas en braille o médicos que sepan usar la LSM o que haya interpretes en los hospitales. Es nuestro derecho exigirlo y al Estado garantizarlo.







## #11. Derecho a decidir de manera libre, responsable e informada sobre el ejercicio de la maternidad, la paternidad, la adopción y reproducción asistida.



Como mujer con discapacidad, lo segundo más estresante que me pasa son preguntas acerca de si quiero o no ser madre, o si voy a poder ser madre dadas mis limitaciones físicas.

Las maternidades deseadas son bonitas, no importa que tipo de limitantes tengamos porque no existe una forma perfecta de ser madre, lo importante es que sea nuestra decisión.



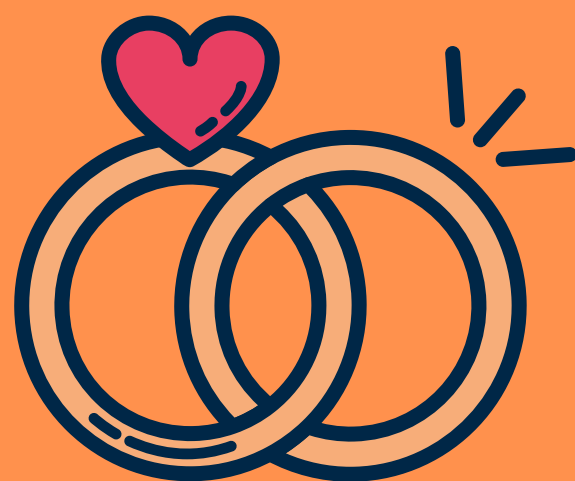


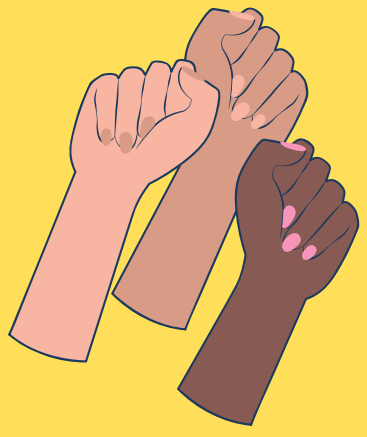
## #12. Derecho a establecer relaciones afectivas y sexuales, al noviazgo y a elegir su estado civil, así como la expresión pública y privada de los afectos.



Tengo mil historias de esto, particularmente a mi pareja siempre se le ha juzgado por haber establecido una relación conmigo bajo la creencia que yo seré una carga para él, ¿la realidad?

Tenemos derecho a enamorarnos de quién se nos pegue la gana, tenga o no discapacidad, volvernó loques de amor sin importar nuestra condición, porque al fin de cuentas también sentimos.





## #13. Derecho a la participación, consulta e incidencia en las políticas públicas sobre salud, sexualidad, reproducción y bienestar

Hasta hace apenas un año me involucré como activista, de esta forma me he podido dar cuenta cuan reducidos son los espacios para incidir en políticas públicas y cuanto hace falta para dar a conocer estos trece derechos sexuales y reproductivos de los que hemos hablado, yo he sido un granito de arena pero aún hay mucho que hacer.

