



clinicasabortos.mx

# EDUCACIÓN SEXUAL

Información, respeto y libertad para tomar decisiones conscientes.



## ¿QUÉ ES?



Es el proceso de enseñanza y aprendizaje sobre la sexualidad humana: cuerpo, emociones, relaciones, consentimiento, salud y autocuidado.



Promueve el respeto, la autoestima y el derecho de cada persona a vivir su sexualidad de manera **sana** y **segura**.

## BENEFICIOS



Conoce y entiende tu cuerpo.



Promueve relaciones responsables y sanas.



Reduce riesgos de embarazos no deseados e ITS.



Fomenta el respeto, la igualdad y la empatía.



Mejora la comunicación y la autoestima.

## ¿A QUÉ EDAD?



Desde la **infancia** y adaptada a cada etapa del desarrollo.



La información debe ampliarse de forma clara, adecuada y basada en evidencia científica.

## ¿QUÉ TEMAS INCLUYE?



Cuerpo y cambios en la pubertad



Relaciones afectivas y sanas



Salud sexual y métodos anticonceptivos



Prevención de ITS



Consentimiento y límites personales



Identidad y orientación sexual



Autoestima, bienestar y autocuidado



Igualdad y prevención de violencia de género



**Hablar de sexualidad es hablar de placer, emociones, respeto y confianza.**

No solo se trata de riesgos, sino de construir relaciones más libres, sanas y respetuosas.

