

Tens drets sexuals i reproductius, ho saps?



Edita:

dincat  Plena
inclusió
Catalunya

Subvencionat per:



Iniciativa: dins del projecte

Promotoras de derechos sexuales y reproductivos de Plena inclusión

Autores: Anna Gutiérrez, Irene Farrero, Raquel Arriaza, Montse Garcia i Dolors Rius (grup de dones promotores dels drets sexuals i reproductius de Dincat Plena inclusió Catalunya)

Amb la col·laboració de: Gemma Deulofeu (responsable del programa Plaers, dedicat a l'atenció de la salut sexual i reproductiva, i a la defensa dels DSiR de les persones amb discapacitat intel·lectual i del desenvolupament) i Paula Peña (responsable de l'Àrea de Diversitat Sexual i de l'Àrea de Salut Mental de Plena inclusió Comunitat Valenciana)

Validació del text: Dincat Plena inclusió Catalunya

Revisió del text: Maria Deulofeu

Il·lustracions: Miguel Gallardo

Disseny: Pilar Gorriz i Aina Gonzalo

Primera edició: Barcelona, setembre de 2023

Índex

Introducció

Pàgina 6

- Dret 1 **Dret a la igualtat i a la no-discriminació**
Pàgina 8
- Dret 2 **Dret a la vida, a la llibertat i a la seguretat**
Pàgina 9
- Dret 3 **Dret a l'autonomia i a la integritat del cos**
Pàgina 10
- Dret 4 **Dret a una vida lliure de tortura i tracte cruel, inhumà i degradant**
Pàgina 11
- Dret 5 **Dret a una vida lliure de totes formes de violència**
Pàgina 12
- Dret 6 **Dret a la privacitat**
Pàgina 13
- Dret 7 **Dret a gaudir d'una sexualitat saludable**
Pàgina 14
- Dret 8 **Dret a beneficiar-te dels avenços científics**
Pàgina 16

- Dret 9 **Dret a tenir informació sobre sexualitat**
Pàgina 18
- Dret 10 **Dret a una educació integral sobre sexualitat**
Pàgina 20
- Dret 11 **Dret a poder casar-te o viure en parella, en una relació basada en la igualtat i el lliure consentiment**
Pàgina 22
- Dret 12 **Dret a tenir o no tenir fills i filles**
Pàgina 24
- Dret 13 **Dret a la llibertat d'opinió**
Pàgina 26
- Drets 14 i 15 **Dret a la lliure associació i a participar en la política per fer valer els teus drets**
Pàgina 28
- Dret 16 **Dret a accedir a la justícia en cas de vulneració dels drets**
Pàgina 30

Introducció

Les dones amb discapacitat tenen els mateixos drets sexuals i reproductius que qualsevol altra persona.

Els drets sexuals i reproductius són els drets humans relacionats amb la sexualitat i la reproducció.

La sexualitat i els drets sexuals tenen a veure amb la identitat, amb poder decidir sobre el propi cos, i explorar desitjos i preferències de contacte amb una mateixa persona o amb altres.

Els drets sexuals també estan relacionats amb el plaer i la prevenció de possibles riscos no desitjats.

I també amb tenir oportunitats i espais lliures de violències i abusos. Així com amb el respecte a la intimitat.

La reproducció i els drets reproductius estan connectats amb drets sexuals.

Tenen a veure amb poder triar si un desitja i vol tenir fills o filles, o no tenir-ne.

Els drets reproductius també estan relacionats amb l'embaràs, el part, el postpart i la maternitat. Així com amb mètodes anticonceptius, el cicle menstrual i la salut sexual.

Coneix el teus drets, defensa'ls i reivindica'ls si te'ls vulneren.

Dret 1

Dret a la igualtat i a la no-discriminació

Tens dret a gaudir dels drets sexuals i reproductius sense ser discriminada pel fet de ser dona, per l'edat o la religió.

Tampoc se't pot discriminar per la teva orientació sexual, identitat i expressió de gènere, ni per tenir una discapacitat.

Aquest dret es vulnera quan:

- Altres persones decideixen per tu qüestions relacionades amb la teva sexualitat, com ara amb qui vols estar o quin mètode anticonceptiu has d'utilitzar.
- Pel fet de ser dona, et jutgen malament si parles de desig o plaer.
- Opinen sobre el teu físic, el jutgen o se'n burlen.



Dret 2

Dret a la vida, a la llibertat i a la seguretat

Tens dret que no et facin mal, ni de manera física ni psicològica.

Tens dret a no morir per causes relacionades amb l'embaràs i el part.



Aquest dret es vulnera quan:

- Et demanen i insisteixen que donis fotos o vídeos del teu cos sense que tu vulguis.
- La teva parella et controla per demostrar-te que t'estima.
- Demanen permís a la teva família sobre si pots tenir intimitat o relacions sexuals amb la teva parella o no.
- T'impedeixen anar a la ginecòloga.
- No et fan els seguiments corresponents durant l'embaràs.

Dret 3

Dret a l'autonomia i a la integritat del cos

Tens dret a controlar i decidir de manera lliure sobre el teu cos i la teva sexualitat.

Aquest dret es vulnera quan:

- Altres decideixen per tu els suports necessaris per a la teva higiene i el mètode anticonceptiu que has d'utilitzar.
- No et presten suports per conèixer el teu cos i possibilitats de plaer.
- Ets víctima d'agressions sexuals.
- T'obliguen a depilar-te o a vestir-te d'una manera determinada.
- Estàs embarassada, decideixen que no ets capaç de tenir un part vaginal i et fan una cesària.
- No et deixen decidir on vols tenir el teu fill o filla.



Dret 4

Dret a una vida lliure de tortura i tracte cruel, inhumà i degradant

Tens dret que ningú et tracti amb crueltat ni de manera degradant.

Aquest dret es vulnera quan:

- T'obliguen a esterilitzar-te.
- T'obliguen a utilitzar un mètode anticonceptiu sense el teu consentiment.
- T'obliguen a quedar-te embarassada o a continuar amb un embaràs, encara que tu no vulguis.
- T'obliguen a avortar sense un motiu sanitari justificat.
- Et fan una prova de virginitat.



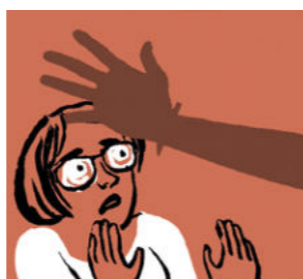
Dret 5

Dret a una vida lliure de totes formes de violència

Tens dret a viure una vida sense violències i amenaces.

Aquest dret es vulnera quan:

- Ets víctima de tràfic sexual.
- Ets víctima d'una violació.
- Ets víctima d'assetjament.
- T'obliguen a practicar sexe per diners o per altres favors.
- T'amenacen, t'insulten o et castiguen per la teva orientació sexual o les teves preferències sexuals.
- Ets víctima de violència obstètrica. La violència obstètrica s'esdevé quan hi ha comentaris, conductes o proves mal realitzades per part del personal sanitari de ginecologia.



Dret 6

Dret a la privacitat

Tens dret a disposar d'espais protegits de la mirada dels altres per expressar la teva sexualitat tu sola o acompanyada de qui tu vulguis.

També tens dret a controlar què saben i expliquen altres persones sobre la teva sexualitat.

Aquest dret es vulnera quan:

- La teva ginecòloga parla amb la teva mare i no amb tu.
- Informen altres persones dels teus mètodes anticonceptius sense el teu permís.
- Informen la teva família o altres persones, sense el teu permís, que tens parella, de si tens relacions sexuals o no o de les teves preferències sexuals.
- No disposes d'espais ni moments d'intimitat propis o compartits amb qui tu vols.
- Els professionals, les famílies o els companys no protegeixen el teu cos de la mirada d'altres persones.



Dret 7

Dret a gaudir d'una sexualitat saludable

Tens dret a tenir unes relacions sexuals plaents, satisfactòries i segures.

També tens dret que els serveis de salut sexual i reproductiva t'ofereixin una atenció adequada que tingui en compte les teves necessitats.



Aquest dret es vulnera quan:

- La informació sobre salut sexual no és accessible.
- No et donen suports per anar a la visita ginecològica, o no t'hi deixen anar.
- No hi ha polítiques sobre salut sexual adreçades a dones amb discapacitat intel·lectual o del desenvolupament.
- No hi ha informació sobre recursos per a les disfuncions sexuals o teràpia sexual de parella.
- No es parla de les maneres de prevenir infeccions.
- Es pensa que l'objectiu de les relacions íntimes és el plaer masculí.
- No t'informen de la possibilitat d'utilitzar sola o amb parella estimuladors sexuals que poden millorar la teva salut sexual.

Dret 8

Dret a beneficiar-te dels avenços científics

Tens dret a gaudir del progrés científic i a donar el teu consentiment per participar en algun experiment o no.



Aquest dret es vulnera quan:

- No es parla dels beneficis sobre els orgasmes i l'ejaculació femenina.
- No t'informen que pots fer gimnàstica del sòl pelvià per millorar la salut i el plaer sexual.
- Desitges ser mare però no se t'ofereix l'oportunitat d'utilitzar mètodes d'inseminació artificial.
- No et subministren la vacuna del papil·loma.
- No et venen la píndola de l'endemà.

Dret 9

Dret a tenir informació sobre sexualitat

Tens dret a rebre informació real, senzilla i accessible.



Aquest dret es vulnera quan:

- El prospecte de la píndola de l'endemà no està disponible en lectura fàcil.
- El prospecte dels medicaments no t'informa dels possibles efectes en la teva sexualitat.
- Les guies o llibres sobre reproducció, mètodes o maternitat no estan escrits en lectura fàcil o no tenen en compte l'accessibilitat cognitiva.
- Els professionals del teu centre trien qui pot participar en tallers d'educació sexual i qui no.
- No saps on has d'anar per demanar preservatius.
- Només s'accedeix a la informació quan es pregunta o passa alguna cosa.
- Només es parla de relacions sexuals heterosexuales i amb una parella tradicional.

Dret 10

Dret a una educació integral sobre sexualitat

Tens dret a rebre una educació sexual integral apropiada a la teva edat, basada en la ciència i en la igualtat de gènere.



Aquest dret es vulnera quan:

- L'educació sexual és escassa o no existeix i no es parla sobre menstruació, reproducció o maternitat.
- No es té en compte la diversitat sexual.
- Només t'expliquen el preservatiu masculí i no el femení.
- No t'expliquen res sobre el clítoris.
- Només t'expliquen coses sobre abusos i preservatius en alguna ocasió.
- Els llibres i pel·lícules que hi ha al centre reproduïen estereotips masculistes.
- No es fan lleis perquè totes les dones tinguin formació sobre sexualitat i reproducció de manera obligatòria a l'escola o als serveis que donen suport a les persones amb discapacitat.

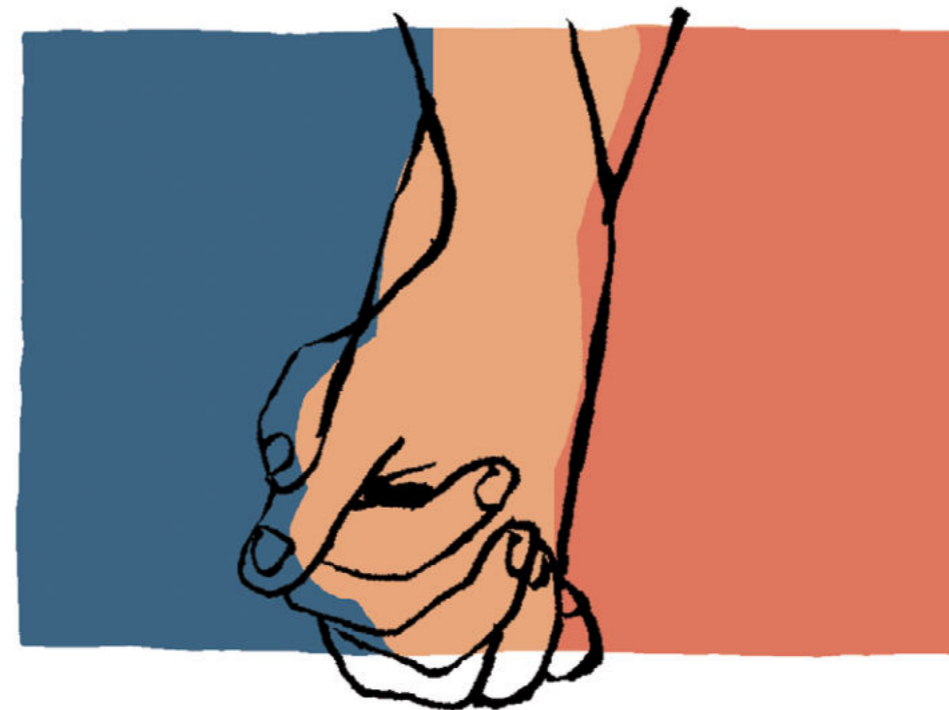
Dret 11

Dret a poder casar-te o viure en parella, en una relació basada en la igualtat i el lliure consentiment

Una vegada ets major d'edat, tens dret a casar-te o a no fer-ho.

Tens dret a tenir una relació de parella si l'altra persona hi està d'acord.

També tens dret a trencar aquesta relació de parella o matrimoni quan tu vulguis.



Aquest dret es vulnera quan:

- Has de demanar permís a la teva família o persona de suport per tenir una parella.
- No pots triar amb llibertat si et vols casar o viure en parella.
- Altres persones decideixen amb qui pots conviure.

Dret 12

Dret a tenir o no tenir fills i filles

Tens dret a pensar i decidir si vols tenir fills i filles, o si no vols tenir-ne.

També tens dret a poder avortar d'acord amb la llei.

Per exercir aquest dret, es requereixen unes condicions de salut, de diners i de responsabilitat.



Aquest dret es vulnera quan:

- T'obliguen a posar-te un mètode anticonceptiu sense el teu consentiment.
- No et parlen sobre maternitats i famílies diferents.
- No et deixen avortar.
- T'obliguen a avortar.
- No hi ha suports per a la criança o no són accessibles.

Dret 13

Dret a la llibertat d'opinió

Tens dret a expressar la teva opinió sobre la sexualitat i la reproducció.

Tens dret que respectin la teva opinió i la teva expressió de la sexualitat.



Aquest dret es vulnera quan:

- No es respecta el teu pronom (ell, la, le) per definir el teu gènere.
- No et permeten expressar les teves opinions.
- No et pregunten sobre els teus desitjos o preferències.
- No es respecta la teva opinió sobre l'avortament.
- No es respecta l'opinió d'altres persones ni la seva sexualitat.

Drets 14 i 15

Dret a la lliure associació i a participar en la política per fer valer els teus drets

Tens dret a compartir les teves idees i a defensar-les en grup.

També a protestar i reivindicar col·lectivament els drets sexuals i reproductius quan es vulneren.

Tens dret a participar en espais públics de decisió per protegir els teus drets.



Aquests drets es vulneren quan:

- La teva família no et deixa participar en una jornada o activitat sobre sexualitat i drets reproductius.
- No pots participar en els òrgans de decisió de les entitats.
- No et conviden a fòrums i reunions feministes, i no coneixen les teves necessitats.
- No et deixen participar en els espais de debat dins dels partits polítics.

Dret 16

Dret a accedir a la justícia en cas de vulneració dels drets

Tens dret a accedir a la justícia per poder demanar i rebre una indemnització si et vulneren algun dels teus drets.

Aquest dret es vulnera quan:

- L'Estat espanyol no compleix la Convenció de les persones amb discapacitat.
- Pateixes una agressió sexual i no pots denunciar-la.
- Repts assetjament pel fet de ser lesbiana.
- La justícia et tracta com si fossis una nena i no com una dona adulta.





© Lectura Fàcil Europa. Logo: Inclusion Europe
Més informació a www.easy-to-read.eu

Contacte:

Joan Güell, 90-92 | 08028 Barcelona

Telèfon: 93 490 16 88 | Fax: 93 490 96 39

info@dincat.cat | www.dincat.cat

🐦 Twitter: @_dincat

📷 Instagram: @_dincat

📘 Facebook: @dincat.federacio



Reconeixement-NoComercial-SenseObraDerivada
3.0 Espanya (CC BY-NC-ND 3.0 ES)