

SERVICIO DE
ORIENTACIÓN E
INFORMACIÓN
SEXUAL PARA
JÓVENES

soi
sex

Gijón | Juventud

SEXO



Convivimos con la palabra SEXO. La tenemos constantemente a nuestro alrededor: en los medios de comunicación por los programas o series que vemos o en la publicidad, ya que es un auténtico reclamo para vendernos perfume, comida, bebida, ropa... ¡y muchas cosas más!.

También es una de las palabras más buscadas en internet, y se repite constantemente en los chistes fáciles, en los refranes populares, en las conversaciones más simples, pero... ¿de qué hablamos de verdad cuando hablamos de sexo? Es bastante más complejo de lo que parece.

En lo primero que se piensa es en el “sexo que se hace”, o sea, en tener o no tener relaciones sexuales, eróticas o íntimas. Posiblemente al leerlo has pensado automáticamente en el coito o penetración vaginal, una única práctica sexual de las miles posibles. Esta práctica se relaciona con las parejas heterosexuales por lo que no le vale a todo el mundo, y además es la única práctica con carácter reproductivo, es decir, la única que puede dar lugar a un embarazo. Visto así, parece que la idea que tenemos se nos queda bastante corta. Pero no te preocupes, cientos de años de mala educación sexual nos han llevado a este punto. ¡Ahora es el momento de cambiar estas ideas!

Todas las fotos incluidas en este material tienen licencia Creative Commons Zero (CC0), lo que implica que cualquier persona puede copiar, modificar, distribuir la obra y hacer comunicación pública, incluso para fines comerciales, sin pedir permiso ni hacer atribuciones de autoría. Puede leer la información de esta licencia en el siguiente enlace: https://creativecommons.org/publicdomain/zero/1.0/deed.es_ES

Entonces... ¿Qué significa la palabra SEXO?

EL SEXO QUE SOMOS va más allá. Mi cuerpo, con el que he nacido, dibuja un borrador pero no me hace hombre o mujer.

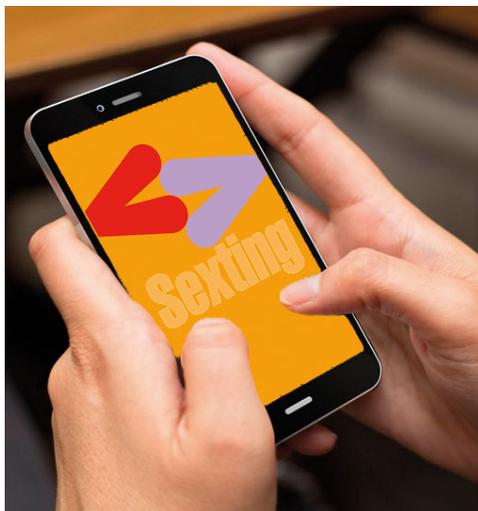
Las personas se construyen (es decir, "se hacen") hombres o mujeres a lo largo de la vida. Este es un proceso en el que intervienen no sólo factores biológicos y físicos sino también psicológicos y sociales. Es el "proceso biográfico de sexuación" que ocurre a lo largo de nuestra vida y conforma nuestra identidad sexual, nuestra orientación sexual, nuestra erótica, etc. Este proceso biográfico se suma a nuestras experiencias vitales, creando nuestra única y especial diversidad personal, puesta en común en una sociedad plural.

EL SEXO QUE TENEMOS alude a las cuestiones genéticas, genitales u hormonales, entre otras, sin centrarse específicamente en el pene o la vulva, pero muy en relación con lo que significan para la vivencia sexual de cada cual. Es una parte del proceso de sexuación vinculado a la biología y al desarrollo físico, pero recuerda que esto, por sí solo, no nos convierte en hombre o mujer.

EL SEXO QUE HACEMOS es la parte relacional y lúdica de lo que somos y lo que tenemos, con los y las demás o con nosotras/os mismas/as. Por tanto, ¿besarse es una práctica sexual? ¡Claro!, porque tiene que ver con dos personas sexuadas (o lo que es lo mismo, que tienen sexo) que compartan algo placentero. ¿Masturbarse es sexo? ¡También! Ya que hablo de darme placer a mí misma o a mí mismo.

¿Y el cibersexo o el sexting? ¡También es sexo, aunque las personas ni siquiera se tocan entre sí!

Relacionar la "**actividad sexual**" con la cantidad de veces que una persona tiene relaciones con penetración vaginal es muy pobre y sesgado, ya que obviamos a las personas que no tienen prácticas sexuales con otras personas y también a quienes tienen prácticas con personas de su mismo sexo, o aquellas que teniendo relaciones sexuales heterosexuales no realizan penetración vaginal. En definitiva, cuando se habla de relaciones sexuales y se piensa principalmente en penetraciones, estamos limitando la conducta erótica a una única práctica y eludiendo que hay múltiples formas de obtener y dar placer.



Orientación

LLa **ORIENTACIÓN SEXUAL** es lo que nos gusta, lo que nos atrae, nos pone. Es hacia donde se dirige nuestra atracción y nuestro deseo: físico, erótico y romántico.

La orientación va más allá de con quien me enrolló o me acuesto. Hablar de orientación es hablar sobre las personas que me atraen físicamente, con las que tengo fantasías eróticas o con las que deseo tener relaciones de pareja y proyectos de futuro.



Se presupone, se espera, o se da por hecho, que todas las personas somos heterosexuales, es decir, que sentimos atracción por el otro sexo. Pero en este esquema se queda mucha gente fuera. Se quedan personas que desean a personas de su mismo sexo, a personas de ambos sexos, o aquellos y aquellas que no tienen intereses románticos o eróticos. ¿Os imagináis cuanto valor hace falta para ir en contra de este dictado social?

Si soy chico me preguntarán desde pequeño si hay alguna niña del cole que me gusta, y cuando me voy haciendo mayor querrán saber si tengo novia. Por el contrario a las chicas les preguntarán si tienen novio. Debido a todo entenderemos que la sociedad no contempla a priori ninguna opción fuera de ésta, la normativa. Puede que en ocasiones nos sintamos presionados para encajar en ella, y que haya personas que sufran porque sus intereses no son los que marca la norma.

También son comunes determinados estereotipos. Por ejemplo, si un hombre es homosexual hay muchas personas que le considerarán menos hombre, afeminado o amanerado, simplemente porque su deseo se orienta hacia su mismo sexo. ¿Qué sucede en el caso de las chicas? El estereotipo dibuja a las mujeres que se interesan por otras mujeres como masculinas en su aspecto y en su forma de expresarse. ¡Esto no hace referencia a todas las realidades!

Es muy importante tener en cuenta que ser hombre o ser mujer es algo que va más allá de nuestra orientación, de tener pene o vulva, o del tipo de relaciones eróticas que practicamos en nuestra

vida íntima. **Cada persona ES COMO ES**, con su cuerpo, sus deseos, sus gustos, sus inquietudes, sus afectos, su forma de vestir o de peinarse, de hablar o de moverse, de vivir y de expresarse, y con la forma en la que busca la felicidad, que siempre pasa por ser honesto y honesta conmigo mismo/a... ¡eso es lo realmente importante!.

Poco a poco se van cambiando ideas y estructuras, y tú que estás leyendo esto también tienes un importante papel, ¡aún nos queda mucho camino por recorrer para conseguir que esta sociedad sea más libre, más plural y más diversa!

Dentro de esta pluralidad se habla de personas que se viven y relacionan de maneras muy diversas en cuanto a sus deseos sean hacia personas del mismo sexo, del otro sexo, de ambos sexos, etc. Dando cabida en este texto a cualquier modelo de relación en el que esté presente siempre la libertad individual y el respeto a mis deseos y a los deseos de las demás personas.

Vive tu cuerpo, tus deseos y tus relaciones como quieras, y no juzgues a nadie por los suyos. Construyamos un universo diverso que apueste por el buen trato, el cuidado, la responsabilidad, la autovaloración, el respeto por mí y por las demás personas, y que rechace menospreciar, ridiculizar, insultar o acosar a otra persona por razón de su orientación sexual.



Identidad

La IDENTIDAD SEXUAL es lo que somos. No es algo que se elige, y no es algo que depende de los genitales con los que se nace .

Si nos preguntaran ¿por qué eres hombre? o ¿por qué eres mujer? nos resultaría tremendamente difícil explicarnos. Simplemente es algo que sabes, desde lo profundo de tu ser. Y desde luego, sabemos que es algo que va mucho más allá de tener unos genitales u otros... Nacer con vulva no te hace mujer, nacer con pene no te hace hombre.

Como ya vimos, nos desarrollamos como personas especiales e irrepetibles. Desde este marco se entiende la transexualidad. En la mayoría de las ocasiones hay concordancia entre el sexo que nos han asignado al nacer y el sexo que somos; pero también hay ocasiones en las que existe una discordancia entre ese sexo asignado socialmente y la verdadera identidad sexual de la persona. Las personas transexuales son aquellas que no se identifican con el sexo que les han dicho que son. Esto sucede porque para determinar si un bebé es niño o niña se atiende exclusivamente a los genitales,

¡lo cual puede ser un error! Hay personas que nacen con vulva y son hombres y personas que nacen con pene y testículos y son mujeres. Nuestra sociedad se ha hecho eco de esta realidad hace poco tiempo, sin embargo la transexualidad existe desde siempre, no es una moda ni una tendencia. ¡Es un hecho!

Una persona puede considerarse transexual aunque no exista un proceso de operación de reasignación genital, ni tratamiento hormonal. Existen personas que aunque se reconocen a sí mismos/as como transexuales y quieren que socialmente se les visible como tal, prefieren no pasar por determinados procesos médicos. En la actualidad nos encontramos con una tendencia importante de personas transexuales que pasan por todo un proceso de transición médica, psicológico, y social para que el estado les reconozca pública y legalmente en función de su identidad sentida.

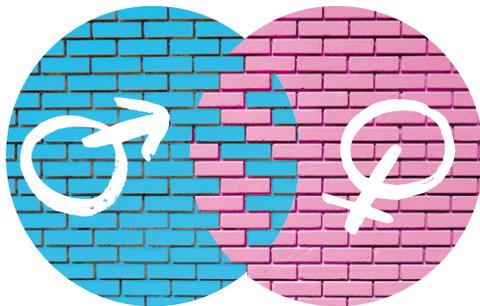
También debemos señalar que hay personas que al nacer tienen genitales ambiguos, que no responden a los cánones normativos de las ciencias de la salud. Esta diversidad genital también es una realidad: no hay dos penes, ni dos clítoris iguales. ¡Tampoco las vaginas, las vulvas o los testículos lo son!

Junto a todo ello, entendemos que existe pluralidad de modos de ser hombre o mujer, y queremos dar cabida a todos ellos. Para entender esta diversidad individual ayudará entender el concepto de **Intersexualidad**.

En mayor o menor medida todos y todas nos construimos con características que pueden ser atribuibles a ambos sexos.

Un ejemplo muy visual es el del vello: existen mujeres con crecimiento del vello en zonas como barba, patillas, zona abdominal, etc. y hombres con escasa cantidad facial o genital. Eso no determina que esas mujeres y esos hombres sean menos “mujer” u “hombre”. La clave final sería que, como resultado de todos esos procesos de sexuación, acabo sintiéndome más representada/o por un sexo determinado.

Cabe destacar que existen personas que no se sienten identificadas con las etiquetas de “hombre” y “mujer”, y deciden apostar por otras formas de visibilizarse y reconocerse.



Características hormonales, físicas, sociales, etc. que se consideran que sólo pertenecen a los hombres (ladrillos de color azul) o a las mujeres (ladrillos de color rosa). El muro de ladrillos del medio hace referencia a esa construcción única e individual de las personas, en el que se mezclan rasgos “masculinos” y rasgos “femeninos”. ¡Todos y todas tenemos ladrillos rosas y ladrillos azules!

Sexualidad

Sexo es a persona como **SEXUALIDAD** es a personalidad.

El concepto de SEXUALIDAD hace referencia al modo de sentirse como seres sexuales. Mi manera de ser la persona sexual que soy; en el plano íntimo y en la medida en que me relaciono y me rodeo de otras mujeres y de otros hombres.

De ese modo, cuando hablamos de sexualidad es importante hacerlo en plural, sexualidad(ES), ya que cada persona es única y peculiar y la vivencia de su sexualidad también lo es. Existen infinitas sexualidades, ¡tantas como personas!

En cada etapa vital la sexualidad es distinta, pero siempre está ahí. Al ser una cualidad, la sexualidad siempre está en construcción, nunca se deja de "crecer".



Dar valor a la sexualidad como algo que vivimos permanentemente; tengamos pareja o no la tengamos; tengamos relaciones eróticas o no las tengamos; nos masturbemos o no nos masturbemos; es entender que somos sexo y construimos sexo más allá de tener encuentros íntimos o no. Y ser y construirme como persona sexual, tomando conciencia de mi cuerpo, mis emociones y mi manera de expresarme.

Existen muchos idearios, colectivos e individuales, de lo que significa la sexualidad. Cada uno tenemos un mapa individual, único, de lo que yo creo y de lo que a mi me importa. Este es nuestro mapa de la sexualidad... ¿y el tuyo?

CUERPO HIJOS/AS REIR ENAMORARSE
AMOR PRÁCTICAS ERÓTICAS BUEN TRATO
RELACIONES BUEN TRATO PECULIARIDADES
DIVERSIDAD DIVERSIÓN RESPETO
PLACER ORIENTACIÓN SEXUAL PAREJA
SENTIR **(SEXUALIDAD)** DESEO
AUTOESTIMA COMUNICACIÓN BIENESTAR
ANTICONCEPCIÓN LIBERTAD JUEGO
DESEO EMOCIONES MASTURBACIÓN
PREVENCIÓN ITG SALUD PLACER CONVIVIR
IDENTIDAD VINCULACIÓN SENTIR

Erótica

Al hablar del concepto "erótica" seguro que te han venido a la mente libros, poemas e incluso vídeos que usan esta palabra para indicar que tienen que ver con la sexualidad, pero que a la vez son más "suaves" que la pornografía.

Usar el término "erótica" va relacionado con hablar de algo más sutil, menos evidente y explícito.

El desarrollo de nuestra sexualidad tiene mucho que ver con nuestros gustos, nuestra imaginación y expectativas, y con las formas en que nos relacionamos con nosotros/as y con las demás personas. Aquí es donde la erótica asume un papel fundamental.

Seguro que te has fijado que a lo largo de este documento aparece en varias ocasiones el concepto de "relación" o "práctica" erótica. No es una confusión: hablamos de relaciones en las que existe un componente de deseo, de intimidad y por supuesto de placer.

En resumen, muchas veces hablamos de "sexual" cuando queremos decir "erótica". Si hablamos de intimidad, excitación, sensaciones, placeres, juego, disfrute y encuentros, es probable que nos estemos refiriendo a la vivencia erótica de la sexualidad.

Un beso, un chupetón, masturbarse, tocarse de forma placentera con otra persona, el cunnilingus (estimulación de la vulva y los órganos genitales femeninos con la boca), la felación (estimulación del pene y los órganos genitales masculinos con la boca), la estimulación y penetración anal, el uso de juguetes eróticos, los mil y un nombres de posturas que has escuchado en los medios o leído en Internet, etc., son prácticas eróticas que muchas personas disfrutan y ponen en común. Hay tantas como la imaginación nos permita... y en ellas debe primar siempre el consentimiento, deseo y libertad de elegir que cada persona tiene y asume.



Sexismo

El sexismo se define como la superioridad, en todas sus acepciones, de un sexo sobre otro. Hablamos por tanto de desigualdad, infravaloración, discriminación, opresión, etc., hacia otra persona por el hecho de ser mujer o de ser hombre.

Sin embargo, hay matices importantes en este concepto, y para ello debemos tener presente la herencia de una sociedad patriarcal que presupone un valor superior a todo aquello que se identifica con lo masculino, quedando relegado a un plano inferior, con menor valor y, por tanto, discriminado a lo que se imbuye de lo femenino. Esto se llama **MACHISMO**.



Veamos algún ejemplo: Una chica que quiere jugar al baloncesto, ¿tiene las mismas oportunidades que un chico? No, no las tiene porque este deporte se supone parte de lo masculino, tiene más valor y las chicas tendrán que demostrar que merecen estar ahí, deberán ganarse con más esfuerzo ese lugar. Es injusto, ¿verdad?

¿Un chico que quiera hacer gimnasia rítmica se ve de la misma forma que a una chica? No, porque se entiende como actividad femenina y, por tanto, tiene menos valor. Se le considerará “menos hombre” porque las mujeres y todo lo que se identifica con ellas se entiende de categoría inferior, de segunda. Increíble, ¿no?

Además, socialmente realizar actividades consideradas masculinas o femeninas por el otro sexo lleva a interpretar que esa persona es homosexual. Habrá chicos y chicas que sí lo sean y otros y otras no. ¿Cuál es el problema? Lo cierto es que la orientación sexual nada tiene que ver con las aficiones, deportes, etc. Es mucho más íntimo y peculiar.

Los **estereotipos de género** son una construcción rígida que se hace desde la sociedad patriarcal donde se presenta un modelo único de ser mujer que encajaría con ser dulce, sensible, cuidadora, bondadosa o dependiente, entre otras; y un modelo

“LO QUE NO SE NOMBRA NO EXISTE”
NOMBREMOS A LAS “COSAS” POR SU NOMBRE.

único de ser hombre que se reflejaría en ser fuerte, poderoso, independiente, o aventurero. Modelos que nos muestran los lugares que ocupan las mujeres y los hombres en la vida pública (ámbito laboral, social y de ocio) y privada (ámbito de pareja y familiar).

Este planteamiento es rígido y encorsetado en el que no se tiene en cuenta que cada persona tiene un único proceso biográfico de sexuación. ¡Hay tantas formas de ser mujer como mujeres haya en el mundo, y tantos modelos de hombre como hombres existan! Todas esas formas son válidas porque cada persona es única, especial e irrepetible.

¡El **FEMINISMO** no es lo contrario al machismo!

Lo contrario al machismo sería el **HEMBRISMO**, entendiéndolo como una manifestación de la superioridad de lo femenino sobre lo masculino. Con una mirada histórica se puede decir que no se conocen sociedades donde lo femenino haya sido o sea superior a lo masculino entendiéndolo en los mismos términos opresores que hemos explicado el machismo.

El feminismo es el movimiento social y político que busca la igualdad entre los sexos entendiéndolo que cada persona es diferente pero que debe tener los mismos derechos y las mismas oportunidades. Es un modo de entender el mundo que nos ayuda a establecer relaciones conmigo mismo/a y con las demás personas desde el buen trato, de igualdad de oportunidades y de respeto a las diferencias entre las personas.

¿NO TE PARECE QUE DESDE ESTA FORMA DE VER Y ENTENDER EL MUNDO SERÍA MÁS FÁCIL CON-VIVIR?

ENTIDADES, ASOCIACIONES Y COLECTIVOS QUE DESARROLLAN ACTIVIDADES RELACIONADAS CON LA SEXUALIDAD

- ✕ **AESEX.** Grupo de asociaciones por la educación sexual. www.facebook.com/GrupoAESEX
- ✕ **ARCO.** Asociación para la resolución de conflictos y apoyo al menor. Apoyo psicológico a menores en situaciones de violencia de género o de acoso escolar. asoc.arco@gmail.com
- ✕ **ASEXORA.** Servicio del Consejo de la Juventud del Principado de Asturias. Asesoramiento sexual sexológico, presencial, por mail y por whatsapp. asesora@cmpa.es
- ✕ **ASTURSEX.** Asociación asturiana para la educación sexual. www.astursex.es
- ✕ **CAVASYM.** Centro de atención a víctimas de agresiones sexuales y malos tratos de Asturias. Servicio de asistencia jurídica y psicológica. cavasy@hotmail.com
- ✕ **CONSEYU DE LA MOCEDÁ DE XIXÓN.** www.cmx.es/
- ✕ **CONSEYU DE LA MOCEDÁ DEL PRINCIPAU DE ASTURIES.** www.cmpa.es
- ✕ **COMITÉ CIUDADANO ANTISIDA.** <http://www.comiteantisida-asturias.org/>
- ✕ **CRUZ ROJA JUVENTUD.** Programas de salud y sexualidad y programas de prevención de conductas violentas en jóvenes y adolescentes. [crjasturias.com/cruzroja.es](http://www.crjasturias.com/cruzroja.es)
- ✕ **DISEX.** Asociación asturiana pro diversidad sexual y de género. <https://www.facebook.com/DisexAsturies/>
- ✕ **INSTITUTO ASTURIANO DE LA MUJER.** <http://institutoasturianoodelamujer.com/iam>
- ✕ **MUJOAS.** Asociación Mujeres Jóvenes de Asturias. <http://www.mujoas.org>
- ✕ **OFICINA DE POLÍTICAS DE IGUALDAD DE GIJÓN.** <http://igualdad.gijon.es/>
- ✕ **XEGA.** Colectivo de gais, lesbianas, bisexuales y transexuales. Servicio de asesoramiento y apoyo para personas LGBT. <http://xega.org/es/>

soi SEX

PORQUE **SOY MUJER**,
PORQUE **SOY HOMBRE**,
PORQUE **SOY PERSONA**,
PORQUE **SOY LIBRE**,
PORQUE **SOY IRREPETIBLE**,
PORQUE **SOY SEXUADO/A**.

¡**SOISEX!**

AUTORÍA:

Servicio de orientación e información
sexual para jóvenes de Gijón/Xixón

EQUIPO DE REDACCIÓN:

Soraya Calvo González / Ana Isabel
Fernández Francos / Ana Isabel Jiménez
López / Ángela Kethor Soto Guerra

EDITA:

Oficina de Información Juvenil
Ayuntamiento de Gijón/Xixón

IMPRESIÓN:

Gráficas Eujoa

D.L. 3.915-2016

Desde la **Oficina de Información Juvenil del Ayuntamiento de Gijón**
se crea **SOISEX XIXÓN**.

SOISEX es un servicio de asesoramiento profesional, personalizado
y gratuito que os ayudará con cualquier cuestión relacionada con
la sexualidad: anticoncepción y salud sexual, relaciones de pareja,
identidad y orientación, gestión de conflictos, comunicación afectiva
a través de redes sociales, etc.

El servicio que se oferta consiste en informar y orientar a jóvenes,
familias y profesionales que trabajen con juventud sobre cualquier
asunto que tenga que ver con la sexualidad derivando, si es necesario,
a los diferentes servicios específicos según las necesidades.

También se ofrece formación a centros educativos de la ciudad,
charlas divulgativas, materiales y recursos de apoyo.

SOISEX es un servicio anónimo y confidencial.

Si quieres ponerte en **CONTACTO** con nosotras puedes hacerlo de
diversas formas:

Atención presencial con cita previa:

Martes y jueves de 17:00 a 19:00 horas

Teléfono: 985 18 10 95

Correo electrónico: soisex@gijon.es

También puedes conocer nuestro día a día a través de los perfiles
en redes sociales:

www.facebook.com/soisexixon

www.instagram.com/soisexixon

<http://soisexixon.wordpress.com>

 **Juan Gallego Diseño** www.juangallego.com

Centro de Cultura Antiguo Instituto
C/ Jovellanos, 21 - bajo 33201 Gijón

T 985 18 10 00

CE oij@gijon.es

W <http://juventud.gijon.es>

www.facebook.com/oijgijon

www.twitter.com/oijgijon

www.juventudgijon.wordpress.com



Oficina de Juventud GIJÓN

Gijón

Juventud