



Conceptos para la reflexión

Palabras y herramientas visuales para educar sobre sexualidad y relaciones

Acoso: Maltrato intencional. Palabras (acoso verbal), acciones (acoso físico), y manipulaciones (acoso psicológico), que provocan daño y reducen la dignidad, libertad y derechos de sus víctimas.

Acoso callejero: Práctica que transgrede y vulnera el derecho a la ciudadanía, la dignidad de las personas y la posibilidad de desarrollar una vida sin presiones o amenazas externas. El acoso callejero evidencia la desigualdad de poder entre hombres y mujeres en el espacio público. Se origina cuando, a través de acciones que incomodan e intimidan: gestos obscenos, frases y comentarios con carga sexual, se infringe el espacio personal de otro individuo a través de discursos que sus receptores generalmente no han pedido.



Playlist Amorfiesta

Las prácticas de acoso sexual callejero son sufridas sistemáticamente, especialmente por las mujeres, aproximadamente desde los 12 años de edad

Observatorio Contra el Acoso Chile

Acoso sexual: Actitud, comportamiento o acción de índole físico, verbal o no verbal de naturaleza sexual, y no deseado, que crea un escenario de intimidación hacia la persona receptora. Se ejerce de manera espontánea o sistemática en escenarios definidos como la escuela, la familia, el trabajo e incluso círculos de amigos. Se presenta cuando la víctima se encuentra en desbalance de poder y tiene diversas categorías. Entre ellas encontramos el chantaje —presionar cuando se tiene información personal o se quiere atentar contra la integridad para que se acceda a relaciones sexuales sin consentimiento—, y el favorecimiento de mejores oportunidades a partir de encuentros sexuales. El acoso sexual está penalizado por la ley y puede ser juzgado y condenado.

Afectividad: Sentimientos y emociones. Es la relación entre las vivencias y experiencias internas de un individuo y su contexto. Esta relación genera una reacción que se expresa en

afectos: el aprecio, la admiración, la solidaridad y el respeto hacia cualquier persona, animal, espacio, experiencia o cosa...

Si me hubiera hablado con amabilidad en aquellos momentos, yo habría podido ser mejor e incluso convertirme en una criatura diferente para el resto de mi vida. Unas palabras de aliento y de explicación, unas palabras de piedad para mi ignorancia infantil, unas palabras de bienvenida que me tranquilizaran y me ayudaran a sentir que aquél era mi hogar, podrían haber conseguido que le obedeciera de todo corazón, sin hipocresía y que, en lugar de odiarle, le respetara

Charles Dickens

Amistad: Sentimiento que se expresa a través de una relación de afecto, compenetración y confianza. En la vida aparecen muchas amistades y formas de concebirlas y valorarlas de acuerdo a la edad y las condiciones personales. Se considera un estado del espíritu y un sentimiento vulnerable en el que los participantes pueden reconocerse y crecer mutuamente.

Un amigo es un hermano que se escoge para la vida

Fanny Mickey

Amor: Experiencia y cuidado. Sentimiento que se manifiesta en emociones de afecto y cariño. Es la representación del respeto y el equilibrio entre dar y recibir. Por eso no se puede supeditar a representaciones físicas. El primer amor es con uno mismo. Cuando una persona se ama es capaz de amar su mundo: a la familia, a los y las amigas, a la pareja, a las mascotas, a la naturaleza, a los vecinos, a la gente que piensa diferente.

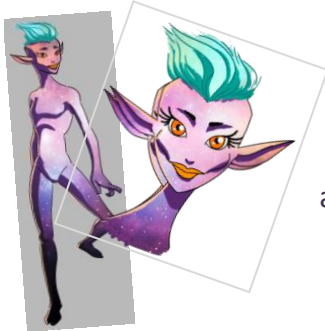
Para la antropóloga feminista Marcela Lagarde, tradicionalmente el amor ha sido concebido como un atributo eterno, regido por una moral y unos valores universales idénticos. Sin embargo, no se trata de un hecho natural sino un hecho construido histórica y socialmente, en cada época y cultura. Tiene mandatos y roles de género asignados a hombres y mujeres y está inmerso en relaciones de poder. Como hecho histórico y cultural también puede deconstruirse a través de prácticas y actitudes que interpelen y transformen las formas aprendidas de amor.

El amor no es esencialmente una relación con una persona específica; es una actitud, una orientación del carácter que determina el tipo de relación de una persona con el mundo como totalidad, no con un objeto amoroso.

Erich Fromm

Androcentrismo: Visión del mundo que sitúa al hombre como centro del universo simbólico, social, político, económico y cultural. El uso del genérico masculino en el lenguaje y los roles que se asignan culturalmente a hombres y mujeres desde la infancia, son formas

naturalizadas de Androcentrismo que restan valor a los aportes y la existencia de las mujeres.



Andrógino Holograma: Es la consciencia de Amorfiesta. Un ser que no es ni masculino ni femenino, o es ambos a la vez, y llega de otra galaxia al mundo *collage* de *Patriarcalito* para ayudar a adolescentes y jóvenes a encontrar la ruta hacia la equidad.

Anticoncepción: Métodos, dispositivos y medicamentos utilizados para prevenir la fecundación y, en consecuencia, los embarazos no deseados. Se usa como herramienta para controlar la natalidad y decidir sobre la propia maternidad y paternidad.

Anticonceptivos: Dispositivo o producto para evitar la fecundación del óvulo y el embarazo.



[Visitar el enlace](#)

Autocuidado: Habilidad socioemocional para cuidarse a sí mismo y gestionar los riesgos ante las amenazas que existen en el entorno. Cuidar de sí es una acción física, emocional y espiritual que repercute en el bienestar propio y de los otros, los cercanos y los extraños. El pensamiento y las acciones ecológicas, por ejemplo, son la posibilidad de cuidar a quienes no conocemos y cuidarnos a nosotros mismos. Cuidamos el planeta y garantizamos el bienestar individual y colectivo. De esta forma, el autocuidado constituye la categoría central del nuevo paradigma de civilización, asume una doble función: prevenir daños futuros y regenerar daños pasados.



[Playlist Amorfiesta](#)

Cuando amamos cuidamos y cuando cuidamos amamos

Leonard Boff

Autoestima: Concepto que hace referencia a la valoración, percepción, juicio negativo o positivo que establece una persona sobre sí misma en relación con la evaluación de sus pensamientos, experiencias, sentimientos o emociones. En esta sanción influyen el concepto personal y la aceptación de las cualidades, virtudes y defectos. Las formas de valoración de una persona están influenciadas por injerencias de agentes externos o el contexto en que se desarrolla, por ello se considera una variable: puede aumentar o disminuir dependiendo del nivel de afectación o aprobación de las situaciones emocionales.



Playlist Amorfiesta

Autonomía: Facultad de las personas para obrar, pensar y sentir según su criterio, independiente de la opinión o deseo de otros. La capacidad de tomar decisiones y actuar en cuestiones relativas a uno mismo caracterizan esta facultad. También distinguir lo positivo de lo negativo y lo justo de lo injusto. Esta facultad y pensamiento se ve repercutido constantemente por el entorno social. Por tal razón, la autonomía es producto del desarrollo humano y personal y otorga a los individuos una capacidad de decisión consecuente con sus valores morales y percepción crítica del mundo.



Playlist Amorfiesta

Autoplacer: Satisfacerse a uno mismo, en todos los ámbitos: sexual, físico, emocional. Es un concepto ligado a la noción de masturbación: acción donde se estimulan los órganos genitales con las manos, o por otros medios, para proporcionar u obtener placer sexual. El reconocimiento del cuerpo es una búsqueda constante para alcanzar el placer en su máxima expresión. Cuanto más se conozca la fisiología de la piel, los órganos sexuales y las sensaciones del propio cuerpo, más fácil es reconocer los propios deseos y límites.



Playlist Amorfiesta

Bisexualidad: Palabra derivada del latín y se forma de tres componentes. Prefijo *bi*, que se traduce como dos. Sustantivo *sexus*, que equivale a sexo. Sufijo *al*, para indicar relativo a. Por extensión, hace referencia a la práctica sexual con personas de distinto sexo o del mismo sexo. Es decir, establece intereses románticos o sexuales por mujeres y hombres, por tal razón establece vínculos heterosexuales y homosexuales y no es excluyente de género al momento de la intimidad.

En sí, la homosexualidad está tan limitada como la heterosexualidad: lo ideal sería ser capaz de amar a una mujer o a un hombre, a cualquier ser humano, sin sentir miedo, inhibición u obligación

Simone de Beauvoir

Cambio social: Modificación importante en la estructura de una sociedad. Estos cambios pueden producirse en los valores, tradiciones, normas, políticas o manifestaciones específicas de una comunidad. Las alteraciones de la sociedad pueden producirse de diversas maneras. Hay cambios que son progresivos y que se constituyen como el resultado

de una evolución histórica, mientras que otros son abruptos y se generan a partir de una revolución u otro fenómeno.

Un ejemplo de cambio social de las últimas décadas es el avance respecto a la diversidad sexual. Durante muchos años se debía ocultar la elección y orientación sexual para no sufrir discriminación. Con el tiempo gran parte de la sociedad empezó a comprender que los seres son libres de decidir cómo amar y relacionarse. Esta aceptación derivó en la posibilidad de formalizar vínculos homoparentales ante el Estado mediante casamiento y uniones civiles para la consecución de deberes y derechos.

No hay que tener miedo al cambio, sino buscarlo. Porque cambiar es detenerse en el camino y subirse a un alto para ver lo que va siendo nuestra vida, en qué se parece a lo que nos gustaría que fuese

Josefina Aldecoa

Colectividad: Agrupación de personas reunidas con un mismo fin. Define a un conjunto de individuos que al tener características o intereses comunes deciden juntarse para protegerse y colaborar mutuamente desarrollando actividades para su visibilización, difusión y promoción de sus fundamentos. Brindan a sus integrantes estabilidad, confianza y sentido de pertenencia promoviendo la información, la pedagogía, la solidaridad y el cuidado individual y grupal. Esta forma conjunta de pensamiento y acción permite resolver problemas, incluir diferentes miradas y proyectarse en torno a propósitos comunes. No somos solos ni estamos solos, la especie humana requiere de la colectividad para su supervivencia y memoria.



Visitar el enlace

Compañerismo: Surge entre los integrantes de un grupo o una comunidad humana que se apoyan y acompañan para lograr objetivos a través de un principio de unidad. Este vínculo se soporta en valores como la bondad, la solidaridad, el respeto y la confianza, haciendo florecer sentimientos de amistad y empatía, provocando armonía y reciprocidad entre las personas. Es fundamental para la convivencia y la vida social.



Playlist Amorfiesta

Consentimiento: Acto y resultado de consentir. Es decir aprobar la realización de algo, condescender, tener por cierto, otorgar o permitir. También implica admitir, tolerar o soportar una determinada condición. Se entiende como la voluntad manifiesta de mínimo dos personas para aceptar y reconocer obligaciones y derechos de diversa índole. No es válido cuando se presiona a través del uso de la fuerza o intimidación, o cuando se detecta un error grave en la apreciación de los hechos.



[Visitar el enlace](#)

Consumo: Es el resultado de consumir. Acción de gastar bienes, alimentos, servicios o productos. También está referido al gasto de energía en nuestro cuerpo. Otra idea está relacionada a la ingesta de drogas, alcohol y estupefacientes. Desde el punto de vista de la economía es la fase final del ciclo económico, cuando el producto o servicio genera provecho o utilidad para quien compra: el consumidor final. De esta actividad lucrativa para el productor se deriva la noción de consumismo, que es el consumo innecesario o exagerado de bienes y servicios que no son imprescindibles para la vida. Las personas o comunidades que tienen esta tendencia están expuestas a campañas publicitarias que las incitan a comprar a través de técnicas de manipulación a partir de estudios de mercadeo, cada vez más eficientes y oportunistas, para sugestionar a los compradores a adquirir determinados productos con base en el prestigio, la calidad de vida y la apariencia. Es muy difícil en nuestro tiempo decir no soy consumista, por eso es muy importante reconocer cuando consumimos por necesidad o por compulsión.



[Visitar el enlace](#)

Control: Sistema de comprobación, inspección, fiscalización o intervención sobre un ser o actividad. Se expresa en el dominio, mando o preponderancia sobre otros.

Corresponsabilidad: Responsabilidad compartida de una situación o actividad determinada entre dos o más personas. La ausencia de corresponsabilidad es un factor de desigualdad que se refleja en la vida cotidiana, tradicionalmente a las mujeres se le asignaron tareas relacionadas con el mundo de la reproducción, las emociones y el cuidado y a los hombres tareas del orden laboral, económico y político. Esta distribución no es equitativa y resta posibilidades de acceso a la educación, la participación política, el empleo y el tiempo de ocio de las mujeres.

Cosificación: Es el acto de representar o tomar a una persona como objeto (una cosa sin capacidad de raciocinio ni decisión). Este concepto surgió en la década del 70 a raíz del análisis feminista sobre representación de las mujeres en la publicidad, un sector donde el cuerpo femenino es usado como adorno, trofeo sexual e instrumento de venta. Es una forma de violencia simbólica hacia las mujeres, ligada a la sociedad de consumo que sigue vigente en los medios de comunicación, reproduce estereotipos y desencadena otro tipo de violencias como la violencia sexual.

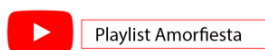
Cuerpo: Según el diccionario es el conjunto de partes que forman un ser vivo. En humanos sería cabeza, tronco y extremidades, tejido epitelial, conjuntivo, muscular y nervioso, proteínas y lípidos, 70% de agua, 2 metros de piel, sentidos, terminaciones nerviosas, en

modo adaptación. Sin embargo conceptualizar el cuerpo humano más allá de lo biológico no es tarea fácil. «Casa del alma», «templo del espíritu», «primer contacto con el mundo». Escenario de experiencias y representaciones individuales y compartidas. El cuerpo se reconoce en su individualidad y después los cuerpos se encuentran, se miran, se escuchan, se tocan, se huelen, se palpan, provocan sensaciones, pulsiones y deseos, placer y displacer, risas, llantos y dolor, significantes que varían de acuerdo a la época y la cultura.



Cuerpo - Máquina: El cuerpo como borrador corregido y reelaborado innumerables veces ante necesidades sociales: la tradición de los pies de loto de las chinas, cuellos alargados de las mujeres jirafa Kayan en Tailandia, cráneos alargados con vendajes en la aristocracia Inca, tatuajes y perforaciones que representan la belleza en otras culturas y épocas. En la modernidad, el objetivo del cuerpo-máquina es seguir siendo bello, dentro de las representaciones sociales de belleza actuales y, además, ser más saludable, más fuerte, más eficiente, más duradero. Depilación láser, blanqueamiento de la piel, exposición a cámaras de bronceado, aumento del tamaño de los senos, disminución de senos, liposucción y alargamiento de piernas, Botox, hacen parte de los *Upgrade* del cuerpo-máquina...

Culpa: Es la resultante de una acción u omisión que genera un sentimiento de responsabilidad por un daño causado. También es una medida de control cuando se utiliza a través de mecanismos emocionales para conseguir objetivos y reducir al afectado a una situación de vulnerabilidad debido a que asume la culpa por una situación y es incapaz de enfrentarse al abuso, de allí la sensación de sentimiento de culpa que emerge como un problema emocional y de carácter en el que se asumen las acciones realizadas como incorrectas. Este tipo de efectos y actitudes ocurren en los ámbitos hegemónicos y patriarcales.



Cultura de la violación: Acuñado en los años 70, este término hace referencia a un contexto donde la violencia sexual se naturaliza y justifica a través de los medios de comunicación y la cultura popular. Factores como el uso cotidiano de un lenguaje misógino, la cosificación del cuerpo de la mujer y la supremacía de lo masculino sobre lo femenino, dan lugar a una sociedad que avala la violación a través de comportamientos, expresiones y prácticas institucionales como la trivialización de la violencia sexual y la culpabilización de la víctima basada en mitos sobre el género, el sexo, la sexualidad.

Deber: Formas o acciones de comportamiento que se han establecido históricamente como apropiadas o pertinentes para ciertas situaciones o acciones. Se basan en principios de la moral, la justicia, la ética o conciencia propia. Remiten a obligaciones implícitas en el desarrollo personal, la convivencia, las sociedades, la ciudadanía y la humanidad. Sin los deberes la vida social sería un caos y no se reconocerían los derechos ni compromisos.



Playlist Amorfiesta

Derecho: Se traduce en *lo que está conforme a la regla*. Se inspira en postulados de justicia y proporciona el orden normativo e institucional que regula la conducta humana en sociedad. Se trata de un conjunto de normas que permiten resolver conflictos y garantizar la convivencia y armonía en la ciudadanía. Nadie debe ser excluido de derechos, es la primera carta fundamental que aparece en la historia después de la revolución francesa, donde se garantiza el Estado de derecho para cualquier ser humano. Sin esta premisa somos vulnerables y el futuro sería incierto. Constantemente estamos ejerciendo nuestra posibilidad de derechos, todo lo que hagamos debe estar acorde a nuestra voluntad y libre albedrío, nada puede ser obligado, eso sería un abuso.



Playlist Amorfiesta

Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros

Declaración Universal de los derechos Humanos. Art. 1

Desarrollo integral: Proceso humano que integra las manifestaciones del individuo en todo lo que realiza y proyecta. Se trata de una progresión de avances positivos y coordinados entre los diferentes aspectos y áreas en las que se desenvuelve una persona para desarrollar competencias en conjunto.

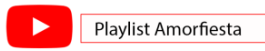
Deseo: Acción y efecto de desear. Movimiento afectivo y emocional que se relaciona con anhelar, aspirar a un objetivo, proyectar con ambición. Cumplir una voluntad o saciar un gusto hacen parte de esta acción. En esta dinámica están incluidos los gustos hacia las personas, se reconoce como **deseo sexual**. Forma parte de la naturaleza humana y es la fuerza que mueve su conducta. Se dice que quien está vivo desea, en cada espacio y escenario se puede apreciar esta condición del ser humano. Sería imposible desarrollarse y alcanzar el bienestar y los objetivos de un proyecto de vida sin este impulso.



Playlist Amorfiesta

Desigualdad: Falta de igualdad. Alude algo cuando no es igual, incluye lo asimétrico, disímil o diferente. Es un concepto que se utiliza en diversos ámbitos. En el aspecto social se vincula

a condiciones o situaciones que no corresponden a la equidad, pueden ser negativas o positivas de acuerdo al deterioro o beneficio del ser, comunidad o grupo humano. Puede abarcar diversos factores de injerencia como el acceso a la educación, los servicios de salud, oferta laboral, honorarios remunerados, etc... La desigualdad condiciona la existencia de las personas.

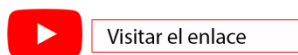


Diversidad: Referencia a la diferencia, la variedad, la abundancia de objetos y seres distintos. En ese sentido existe tanta diversidad como percepciones del ser humano, porque lo natural es la diferencia, así seamos semejantes. El *diverso o diferente* no es menos que la mayoría, es simplemente distinto, con otros hábitos, otras orientaciones o inclinaciones, y con el mismo derecho a desarrollarse plenamente e integrarse a la comunidad. Este concepto agrupa tendencias, disciplinas, funciones e identidad. Existe la diversidad lingüística, diversidad étnica, diversidad cultural, diversidad sexual, la biodiversidad, diversidad de ecosistemas, diversidad funcional, etc...

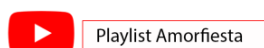
Encuentro tanta diferencia entre yo y yo mismo como entre yo y los demás

Michel E. De Montaigne

Educación sexual: Conjunto de actividades, implementaciones y procedimientos para compartir, enseñar, difundir y divulgar la naturaleza, características y condiciones de la sexualidad humana. Nuestro cuerpo está en evolución desde que nacemos hasta la muerte, la sexualidad también hace parte de esa transformación. En ese sentido la educación sexual es una actitud constante por conocer nuestro cuerpo en torno a los riesgos, amenazas, beneficios y placer. Su objetivo es proporcionar un estado de bienestar físico, mental, espiritual y social. Con ella se accede a un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales; también a la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia.



Embarazo adolescente: Gestación de un embrión o feto en la etapa de pubertad de una mujer: entre los 10 y 19 años. En estas edades el cuerpo aún está experimentando cambios hormonales, por esta razón se considera de alto riesgo. Además los embarazos adolescentes alteran los proyectos de vida de las y los involucrados. La mayoría de estos embarazos no son deseados, ocurren por la desinformación, falta de educación y servicios de salud sexual en los territorios y, en muchos casos, son producto del abuso sexual.



Emoción: Variación profunda y efímera del estado de ánimo. Puede ser agradable, dolorosa o incómoda, y en algunos casos se presenta con alteraciones en el bienestar y malestar del cuerpo provocando cuadros sintomáticos. Las emociones son fundamentales en los procesos de la salud ya que la aparición de una enfermedad puede ser consecuencia de una experiencia que genera la intensidad de una emoción en particular, como las fobias o los trastornos mentales. Por tal razón son fenómenos psicofisiológicos que reflejan formas eficaces de adaptación o rechazo a diversos cambios. En el ámbito psicológico generan sobresaltos en la capacidad de atención y diversas conductas en el rango de respuestas de un ser, acorde a la experiencia que atraviesa. Respecto a lo físico las emociones ordenan las respuestas de diversas estructuras biológicas, por ejemplo las expresiones faciales, la voz, los músculos, el sistema endocrino y se reflejan en el comportamiento. Las emociones permiten a los seres establecer su posición de acuerdo al entorno y repercuten en las personas, acciones o ideas. Son una reserva de influencias innatas o aprendidas. Algunos términos que se encuentran relacionados con emoción son: afecto, ánimo, temperamento, sentimiento.

Enamoramiento: El enamoramiento puede definirse como una experiencia espontánea y experimental. Es el estado en que una persona idealiza y magnifica las cualidades positivas de otra y puede dar origen al comienzo de una relación amorosa. Durante ese período se conocen pocos aspectos de la personalidad, actitudes y emociones de la otra persona. Suele privilegiarse la idea de un ser perfecto que se acerca a la noción de un gran amor para la vida, que tiene la capacidad de entender y retribuir el afecto y el cuidado junto al deseo de querer compartir los días. Este escenario y situación se confunde con el sentimiento del amor, que llega posteriormente en una relación donde se reafirman los vínculos emocionales y se trasciende la idealización.

Erotismo: Palabra derivada del vocablo griego *eros*, designa y refiere a la pasión aplicada al deseo sexual. El término expresa y tiene relación implícita con la sexualidad y sus proyecciones, suele estar relacionado con la libido pues proviene de la zona libídica, se reconoce como la pulsión del deseo y guarda estrecha relación con el sexo y el amor. Sin embargo en términos más específicos existe una diferencia entre el amor erótico respecto al amor romántico. De esta diferencia se establece que al hablar de erotismo identificamos directamente el deseo sexual y que el amor se relaciona más con los sentimientos, más allá del aspecto físico y de la piel, aunque se complementan en muchas ocasiones, depende de los casos.

El amor es elección; el erotismo, aceptación

Octavio Paz

Equidad: Hace referencia a nociones de justicia e igualdad con valoración de la individualidad. Representa el equilibrio entre justicia y ley en términos sociales. En otros

contextos corresponde a juzgar con imparcialidad haciendo uso de la razón y otorgando a cada persona, sujeto o individuo, lo que se merece. En términos generales la equidad lucha contra la pobreza, la discriminación, el racismo, la xenofobia, la homofobia, el machismo, etc... Tiene como principio reducir las distancias y las diferencias entre los individuos. La equidad de género refiere a la defensa de la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres en una sociedad.



Playlist Amorfiesta

Espacio privado: Del latín *privatus*, privado es aquello que corresponde o se ejecuta a vista de pocos. Está configurado por las relaciones y prácticas individuales que tienen lugar en el ámbito doméstico, familiar. Este concepto también referencia a un espacio que no pertenece al Estado sino a una persona particular, careciendo de carácter público.

Espacio público: Desde una perspectiva de derechos, referencia un lugar físico donde se libra la opinión pública y la participación ciudadana, tiene lugar la actividad laboral, económica, social, política y cultural. Sin embargo la configuración y uso del espacio está basada en jerarquías y desigualdades que evidencian los valores de la sociedad y algunos factores como la clase, la etnia, el género, determinan la experiencia de las personas en el espacio público. Éste, tradicionalmente les fue otorgado a los hombres, mientras que a las mujeres se les recluyó en el espacio privado. Esta naturalización de los roles fundamenta las bases de las relaciones de desigualdad y poder que se extrapolan a acosos y agresiones en calles y transporte público.

Estereotipos: Esquemas de pensamiento pre concebidos que determinan la conducta de una persona de acuerdo a su raza, género, clase, orientación sexual, nacionalidad, etc. Se trata de una imagen o patrón estático, establecido y aceptado como representativo de un grupo social que etiqueta y niega las circunstancias y trayectorias individuales. Los estereotipos crean jerarquías de un grupo social sobre otro y ponen barreras a los derechos fundamentales.



Playlist Amorfiesta

Estereotipos de género: Refiere a las creencias o pensamientos acerca de los atributos personales de hombres y mujeres. La sociedad influenciada por la tradición y la cultura construye imaginarios sobre los comportamientos de los seres basados en los roles en

relación a su sexo. Se caracterizan porque son generalizados, atribuyen rasgos y comportamientos diferentes a hombre y mujeres, no son conscientes, completan información cuando es ambigua. Se pueden clasificar en positivos, neutros y negativos, cuando son negativos conducen a los prejuicios y a la discriminación. De manera directa se convierten en agresiones, humillaciones e insultos; de manera indirecta en limitaciones al acceso al trabajo, oportunidades y condicionantes para el libre desarrollo de la personalidad.



Playlist Amorfiesta

Ética del Placer: Tiene como punto de partida una ética con perspectiva feminista que entiende que históricamente hemos construido la sexualidad bajo sistemas de opresión y satanización del placer y el deseo. Esto afecta el desarrollo integral de la sexualidad de hombres y mujeres pero se refleja particularmente en la incidencia que instituciones laicas y religiosas asumen sobre el cuerpo y las decisiones personales de las féminas, en la limitación al acceso a los derechos sexuales y reproductivos o en la vigencia de imaginarios y mitos sobre el placer, la sexualidad y el erotismo, que determinan roles masculinos (activos e incontrolables) y femeninos (pasivos, puros, maternales), y mantienen una doble moral que desemboca en sufrimiento y violencia.

La ética del placer reivindica el redescubrimiento, la apropiación de la sexualidad y la construcción de relaciones de corresponsabilidad afectiva, donde las decisiones de índole sexual y reproductivo se tomen teniendo en cuenta principios de autodeterminación, disfrute y autocuidado. Una ética para sí y con los otros que nos invita a evolucionar como colectivo social.

Ética para sí es la libre acción de una persona en solidaridad con las demás y el todo, tanto en contra de la injusticia de la dominación de una persona, sexo, clase, cultura o raza en nombre de su supuesta universalidad, tanto en contra del avasallamiento de la naturaleza de la que somos parte con base en una supuesta superioridad humana sobre todo lo vivo.

Francesca Gargallo

Familia: La familia en concepto antropológico, sociológico y económico que puede relacionarse con las ideas de clan, tribu, nación o empresa, depende del contexto. No existe un consenso general sobre su definición. Se puede decir que es un grupo de personas emparentadas entre sí con vínculos sociales como el matrimonio, la unión libre y la adopción; de la consanguinidad, como la relación entre padres, madres, abuelas, nietos, hermanos y hermanas, tíos, primos, primas y etc; o de la amistad, como aquellos que deciden compartir hogares colectivos... Hay muchos tipos de familias, ensambladas acorde a las condiciones que las llevaron a unirse o establecerse: nucleares, extendidas, homoparentales, monoparentales, pluriparentales, adoptivas. Dado que los lazos familiares son resultado de estos procesos de interacción, la familia es pues y, sobre todo, una

construcción cultural, en la medida en que cada sociedad la define de acuerdo con sus necesidades y su visión del mundo que la constituye.

Feminidad: Es una distinción cultural e históricamente determinada que caracteriza a la mujer a partir de su condición. Este concepto en su generalidad está basado sobre unos cánones de modelos focalizados desde el punto de vista de la hegemonía masculina o patriarcal. Se establece que las mujeres deben realizar ciertas actividades, tener ciertos comportamientos, actitudes, sentimientos, creencias, formas de pensamiento, mentalidades, lenguajes y hasta relaciones específicas para demostrar que en verdad son mujeres. Con las nuevas políticas e imaginarios, estos postulados impuestos por la tradición están siendo transformados y reevaluados debido a la presencia de mujeres en diversos ámbitos y en la resignificación ideológica, política, jurídica y hasta mítica de aquella idealización excluyente y discriminatoria.

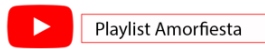
No creo en el eterno femenino, una esencia de mujer, algo místico. La mujer no nace, se hace. No hay un eterno femenino desde el origen, son roles. Y eso se aprecia muy bien cuando se estudia la sociología. El papel de los hombres y de las mujeres no está determinado de forma absoluta en todas las civilizaciones, hay grandes cambios.

Simone de Beauvoir

Feminismo: Movimiento social y político que busca la igualdad de derechos y oportunidades entre hombres y mujeres. Desde finales del siglo XVIII mueve a los colectivos femeninos a la acción para la liberación de la opresión, dominación y explotación de que han sido y son objeto por parte del patriarcado, en sus distintas fases históricas. Los movimientos feministas han generado cambios políticos y socioculturales que se traducen en espacios y relaciones más equitativas y diversas.

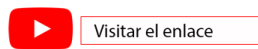
Fertilidad: Capacidad de reproducirse o producir en abundancia. Se aplica a personas, animales o terrenos. En el caso del ser humano son diversas circunstancias que inciden en la fertilidad de hombres y mujeres. Edad y salud son los componentes más importantes, sólo se es fértil en un periodo de la vida, se excluye la niñez y la vejez. La fertilidad se hace presente al combinarse óvulos (mujer) con espermatozoides (hombre), provoca la fecundidad y se comienza a formar un ser humano. Existen días en que las probabilidades de concebir un embrión son mayores. Esto ocurre con la liberación del óvulo desde el ovario. Durante su recorrido a través de las trompas de Falopio el óvulo es altamente fecundable, aunque se mantiene allí unas 24 horas, suele considerarse que la mujer es muy fértil en los 4 o 5 días siguientes, tiempo en que los espermatozoides pueden vivir dentro del útero y son capaces de fecundarlo, aunque éste aparezca posteriormente. Una vez termina este recorrido, si no ha sido fecundado, muere y se expulsa a través de la menstruación.

Gay: Orientación sexual para referirse a un hombre que siente atracción sexual y emocional hacia otros hombres o a una persona de cualquier sexo o género que siente atracción sexual y emocional hacia algunas personas del mismo sexo o género, o de un sexo o género similar (**ver: homosexualidad**).



Género: Características, atributos y comportamientos asignados como naturales a hombres y mujeres: fuertes y delicadas, activos y pasivas, poderosos y cuidadoras, entre otros. A diferencia del sexo, determinado biológicamente, el género se aprende y se puede cuestionar y transformar.

Genitalidad: Refiere al aspecto corporal y anatómico de la sexualidad, centrándose en los genitales u órganos sexuales de hombres (escroto y pene) y mujeres (vulva). Alude al uso y funcionamiento de los mismos al momento de obtener u ofrecer placer sexual, o en la procreación.



Goce: Acción y resultado de gozar o gozarse. Por extensión se asocia al sentimiento de placer, gusto o alegría. Es un estado emocional que se traduce en la plenitud de los actos, en el campo sexual se manifiesta como la intensidad de la entrega y reciprocidad de la misma. No es algo que una persona le hace a otra, para ello es necesaria la compenetración de impulsos en torno a la necesidad de satisfacer y sentirse satisfecho.

Habilidades para la vida: Conjunto de capacidades cognitivas, emocionales y comunicativas relacionadas con conocimientos básicos (contenidos, procedimientos, mecanismos), que contribuyen al desarrollo de competencias individuales específicas en las personas y orientan ética y políticamente su accionar.

Heterosexualidad: Orientación sexual que se caracteriza por el deseo y atracción hacia personas del sexo o género opuesto. Por derivación se denomina **heteronormatividad** cuando en una sociedad solo se reconocen y aceptan como legítimas las relaciones heterosexuales; excluyendo, desconociendo y discriminando otros tipos de relaciones y orientaciones sexuales y provocando violación de los derechos humanos en una sociedad. Por **heteroaliados** se reconoce a las personas que siendo heterosexuales defienden los derechos civiles de otras orientaciones sexuales y promueven la igualdad de género.

Hipersexualización: Tendencia u obsesión por resaltar aspectos, características y atributos sexuales por encima de otras cualidades. Los medios de comunicación y publicidad son los principales gestores debido al alcance y repercusión a nivel social y cultural. Este fenómeno no se limita solo a la exaltación de una imagen, sus efectos traen consecuencias sociales y psicológicas especialmente en la niñez y adolescencia, ya que por su edad, desarrollo cognitivo y emocional sus mentes son aún influenciables, provocando acciones y pensamientos fuera de su contexto infantil y juvenil para asumir una precoz adultez estereotipada desde la sexualidad y su consumo mediático.

Hombre: Personas del sexo masculino. Tiene sus propias cualidades biológicas que establecen diferencias con la mujer, entre ellas la hormona androgénica llamada testosterona y el aparato genital y reproductor: escroto y pene. Por extensión refiere a la etapa en que ha dejado de ser niño y ha llegado a la pubertad. El concepto de hombre ha sido tergiversado a lo largo del tiempo por la hegemonía del patriarcado atribuyéndole características de proveedor en pareja, corajudo y valiente, carente de sensibilidades o emociones y exponiendo falsas virtudes varoniles que son pertinentes de reevaluar para establecer valores equitativos y de igualdad.

Homofobia: Término que hace referencia al rechazo, prejuicio, miedo o discriminación hacia mujeres y hombres homosexuales u otras personas contempladas en la diversidad sexual como bisexuales, transexuales, pansexuales, intersexuales, e incluso a quienes mantienen hábitos o actitudes que suelen ser atribuidos al sexo opuesto, como los metrosexuales. Por derivación el heterosexismo o heterocentrismo relaciona la creencia de que los heterosexuales son por naturaleza superiores a los LGBTIQ.

Homosexualidad: Término que hace referencia a la interacción sexual entre hombres o entre mujeres, es decir con personas del mismo sexo, también se utiliza para nombrar a la inclinación hacia dicho tipo de relación. Se incluye el término *gay* para referirse a las personas homosexuales, en el caso de las mujeres puede hablarse de lesbianas.

Identidad: Conjunto de rasgos, características y actitudes que identifican a un ser o una colectividad. Refiere también a la conciencia que una persona tiene de sí misma, muchos de estos rasgos son hereditarios o innatos pero no hay que desconocer que el entorno ejerce gran influencia por relación o comparación en la conformación de esta categoría del pensamiento. Respecto al aspecto sexual, es la visión que cada ser tiene de su propia sexualidad y resulta determinante en la vinculación y relación con la sociedad desde el aspecto cultural y la libertad de elección.



Playlist Amorfiesta

Identidad de Género: Refiere al sentimiento de ser hombres, mujeres u otras identidades que rompen con la visión clásica del binomio hombre-mujer, entre las que se encuentran bisexualidad, intersexualidad, pansexualidad, transexualidad, transgénero y todas las posibilidades LGTBIQ. Es decir, esta categoría no corresponde a dos posibilidades únicas y contrarias sino a un horizonte caleidoscópico que se origina en la interpretación que hacemos de nuestros cuerpos, sentimientos y deseos, más allá de las características anatómicas y biológicas.

Identidad sexual: Autopercepción de las personas respecto a su sexo, género y orientación sexual. Esto implica que no hay una identidad determinada desde la clasificación exclusiva de lo masculino y femenino sino desde el sentir de cada individuo. Se fundamenta en la consideración de que las preferencias sexuales no dependen exclusivamente de la biología, intervienen otros factores como el psicológico y el cultural, es decir, hay una desvinculación entre el género y el sexo.

Igualdad: Correspondencia y proporción resultante de partes que componen una totalidad uniforme. Conformidad de una cosa con otra en su cantidad, calidad, forma o naturaleza. En el contexto social corresponde a una situación donde las personas tienen los mismos derechos, responsabilidades y oportunidades. Respecto al género alude a estandarizar las posibilidades y oportunidades existentes de manera justa entre hombres y mujeres. Este postulado de derechos establece por ejemplo proteger a los seres de acoso sexual, acceder a procesos de formación, promoción profesional, condiciones de trabajo y participación política de manera equitativa.

Imaginario: Es una construcción a partir de la imaginación. Consisten en usar la información para crear una representación simbólica de la realidad a partir del conjunto de valores, instituciones, leyes, símbolos y mitos comunes a un grupo social.

Infecciones de Transmisión Sexual (ITS): Infecciones que se contagian de persona a persona mediante el contacto sexual o íntimo. Existen más de 20 tipos. Entre las más conocidas se encuentran: clamidia, herpes genital, gonorrea, VIH/SIDA, sífilis, tricomoniasis. Afectan tanto a hombres como a mujeres y si una mujer en estado de gestación padece ITS puede causar graves problemas de salud al bebé. Los antibióticos pueden tratar las ITS causadas por bacterias, hongos o parásitos; pero las generadas por virus no tienen cura. Los medicamentos solo pueden reducir los síntomas y mantenerla bajo control. El uso correcto de preservativos reduce el riesgo enormemente, aunque no elimina las posibilidades de adquirirlas y contagiarse.

Libertad: Facultad que posee todo ser para llevar a cabo una acción de acuerdo a su voluntad. Alguien que se considera libre no debe estar condicionado por la imposición de la voluntad de otros, sin embargo la libertad está limitada por la ley, con ello se precisa que no

se refiere a obrar de manera inconsciente sino a hacer lo que se debe por el bienestar propio y común. Es importante respaldar y asegurar la libertad ya que forma parte de los derechos inalienables, y es imprescindible tener en cuenta que esta condición se ve limitada cuando se afecta la libertad de las otras personas.



Playlist Amorfiesta

La verdadera libertad no radica en la correspondencia entre deseo y satisfacción sino entre la correspondencia entre pensamiento y acción

Simon Weil

Límites: Palabra que deriva del latín *limitis*, que significa borde o frontera. Es una división física o simbólica que refiere a la capacidad de reconocer los propios deseos, expectativas, gustos e intereses y respetarlos. En reciprocidad, se entienden los deseos, expectativas, gustos e intereses de los otros y se respetan; marcando una restricción o limitación que permite mantener el equilibrio entre derechos y deberes de cada persona.

Maternidad: Estado o circunstancia de la mujer que incluye concepción, embarazo, parto, crianza y desarrollo de un ser. Este concepto reconoce la experiencia de las madres adoptivas, ya que más allá de lo biológico en torno a la procreación, también es un estado de la mente y del espíritu asumir el cuidado y protección. En un sentido más amplio corresponde a la actitud o aptitud de quien ha elegido proveer bienestar y afecto a un ser humano en proceso de desarrollo emocional, social y profesional.

Masculinidad: Refiere a las características, valores, conductas y comportamientos asociados a los niños y hombres. El modelo impuesto desde la hegemonía patriarcal relaciona la masculinidad con poder, fuerza, rudeza, competitividad y dominación; valores que estimulan la violencia. En esta estructura la masculinidad está condicionada a no manifestar públicamente emociones que denotan debilidad, como sensibilidad, miedo, inseguridad o tristeza; o expresiones ligadas a la ternura y delicadeza en las formas de actuar. En cambio se estimula la genitalidad y el atrevimiento sexual a la hora del cortejo, considerándolos valores propios del hombre. Ante estos imaginarios represivos y condicionantes, emerge la categoría de **nuevas masculinidades** para proponer modelos de hombres más conscientes de su naturaleza como seres sociales, que aceptan la diversidad sin reparos, son solidarios con sus compañeras, tiene empatía y sensibilidad para lograr la armonía en todos los niveles.



Playlist Amorfiesta

Masturbación: Exploración. Estimulación o autoestimulación de cuerpo y órganos genitales para obtener placer a través de la excitación sexual y llegar al orgasmo. Es el primer acto sexual experimentado por la mayoría de las personas.

Memoria: Facultad para retener y recordar hechos pasados. Está relacionada con los recuerdos que son la referencia o aviso de algo que ya ha ocurrido, a la narración y exposición de hechos, datos o motivos de una situación o cuestión determinada.

Miedo: Estado emocional que produce alteración de la tranquilidad y sensación de angustia ante un peligro o perjuicio, eventual producto de la imaginación o de amenazas reales. También hace referencia al rechazo o aversión de hechos, ideas o actitudes que pueden perjudicar la propia supervivencia, bienestar o prestigio. En ese mismo contexto se reconocen las fobias o angustia exacerbada ante diversas situaciones, pensamientos o escenarios. En otro contexto muy íntimo se expresa en la angustia generada ante posibles cambios. El ser tiende a sentirse cómodo, conforme o tranquilo y no quiere arriesgarse a perder estas seguridades. El miedo a los cambios provoca que el ser quede estático, aún si tiene problemas o insatisfacciones, por ello es necesario reconocer que moverse es un derecho y una necesidad para resolver conflictos e inseguridades y concretar nuevas oportunidades, derechos o satisfacciones.

Mitos del amor romántico: Creencias e historias sobre el amor que ubican a la pareja sexual como proyecto prioritario en la vida e influyen en las formas de establecer vínculos afectivos. Se trata de expectativas que proponen prototipos de relación e ideales de mujer y hombre que establecen qué es aceptable, normal, previsible o deseable en el enamoramiento y en el otro. La pareja se convierte en una fuente de protección y aprobación constante y bajo unas consignas específicas: «el mito de la media naranja», «el amor es para siempre», «el que te quiere te cela», «sin ti no soy feliz», se normaliza el sufrimiento en nombre del amor. En medio de este idealismo sublimado aparecen el dominio y control, la sumisión y la dependencia. Se legitima el abuso y la violencia.



Playlist Amorfiesta

Mujer: Persona de sexo femenino. Tiene sus propias cualidades biológicas que establecen diferencias con el hombre como cintura y caderas más anchas, pelvis más amplia, mamas desarrolladas, útero y vulva. Por extensión refiere a la etapa en que ha dejado de ser niña y ha llegado a la pubertad. Algunas culturas asocian este término a partir de la primera

menstruación, cuando biológicamente se tiene la capacidad de engendrar. Otras posturas refieren a que se debe designar esta categoría después de los 21 años, cuando se ha alcanzado la plenitud anatómica y mental. El rol de la mujer ha cambiado a lo largo de la historia. En principio se concibió como una figura subordinada a la condición masculina y excluida de los círculos de poder y formación. En la actualidad a través de las políticas de equidad de género ha alcanzado relevancia y protagonismo en todos los ámbitos de la sociedad, sin embargo esta condición es una lucha constante de reivindicación de derechos en diversas culturas y círculos sociales donde aún se ve marginada.



Playlist Amorfiesta

Orgasmo: Culminación de un acto de masturbación o de una relación sexual. Es la cúspide o clímax que se manifiesta en una sensación de liberación placentera de la tensión acumulada desde cuando se inicia la fase de excitación, donde se generan espasmos musculares intensos y liberación de endorfinas de forma simultánea. Desde el punto de vista físico, mujeres y hombres experimentan esta sensación de manera diferente. Algunas mujeres pueden sentir el orgasmo en todo su cuerpo e incluso orgasmos múltiples. Los hombres alcanzan esta sensación al momento de la eyacuación. Esta experiencia corporal dura unos instantes, después se produce una relajación general, normalización de la respiración y la circulación sanguínea unida a una sensación de placidez, y en algunos casos se puede presentar cansancio y somnolencia.

Paradigma: Ejemplo o modelo. Es la forma en que se entiende el mundo. Corresponde a creencias, valoraciones de experiencias y pensamiento crítico que repercuten y condicionan el modo en que alguien interpreta su realidad y actúa en correspondencia. De allí que existan tantos paradigmas como ideas, porque es una construcción subjetiva que desarrolla cada persona y otorga identidad e identificación.

Paternidad: Refiere a la condición de ser padre. Hombre que ha procreado un hijo. La paternidad trasciende lo biológico, también incluye al hombre que ha asumido el rol de padre por adopción o convivencia. En un sentido más amplio corresponde a la actitud o aptitud de quien ha elegido proveer bienestar y afecto a un ser humano en proceso de desarrollo emocional, social y profesional; por tal razón en la vida se encuentran experiencias de seres que no han procreado ni adoptado formalmente pero que cumplen a cabalidad con estas funciones, deberes y responsabilidades.



Patriarcalito: La repetición de patrones del patriarcado. Un ser gris que maneja las emociones de adolescentes y jóvenes, pone máscaras que no permiten ver la realidad y separan a la gente. Alimenta el miedo y siembra la semilla de la desigualdad, la violencia, el abuso, la ignorancia y los tabúes que impiden el autorreconocimiento y el reconocimiento

del otro. Patriarcalito no quiere el cambio social porque entonces él tiene que cambiar y está muy cómodo en su zona de confort.

Petting: Anglicismo que procede de verbo *to pet*, que alude al acto de acariciar, besar y rozar los cuerpos sin que ocurra penetración o cópula. Es considerada una práctica preliminar pero no es necesario concretar el acto sexual. Es muy común entre adolescentes y ayuda a descubrir zonas de excitación más allá de los genitales, excluye la posibilidad del embarazo y previene de las infecciones de transmisión sexual.



[Visitar el enlace](#)

Placer: Se deriva del verbo latino *placere*, que se traduce como *gustar*. Refiere al deleite o regocijo al hacer o concretar algo. Se puede definir como una valoración positiva que se siente al satisfacer una necesidad o conseguir un objetivo. Por lo tanto existen múltiples fuentes de placer de acuerdo a los contextos. Comer exquisitos platos, oler deliciosos aromas, escuchar buenas melodías, sentir la estimulación de las zonas erógenas, provocan placer mental y físico.

Pornografía: Industria editorial y audiovisual cuyas revistas, fotos y videos causan excitación sexual a partir de la exhibición del cuerpo y relaciones sexuales genitales. Generalmente cosifica el acto sexual y a sus integrantes, sobre todo a las mujeres, simplificando el placer en genitalidad e invisibilizando el erotismo. De allí que cambie la percepción de algunos consumidores respecto a la sexualidad en la vida real, pues construyen su erotismo con este modelo, sin percatarse de que es una puesta en escena de una industria del entretenimiento.

Prejuicio: Define un juicio previo. Es la acción y efecto de juzgar anticipadamente sin tener conocimiento o influenciado por ideas y valoraciones construidas socialmente. Son opiniones que surgen antes de comprobar evidencias. De esta forma es posible que se esté reproduciendo un estereotipo, o se estén reforzando formas de discriminación. Existen a lo largo de la historia multitud de acciones, ideologías y tendencias que son consecuencias de pensamientos en torno a prejuicios. Podemos citar la esclavitud, la homofobia, el racismo, el sexismo, el machismo y hasta la inquisición.

Prevención: Preparar lo necesario para un fin, anticiparse a una dificultad, prever un daño, avisar, gestionar los riesgos. Disposición para lograr que un perjuicio eventual no se concrete. El acto de prevenir está centrado en la consideración de consecuencias. Es una noción de cuidado para evitar daños futuros, situaciones perjudiciales o alteraciones de la normalidad en torno a la tranquilidad. Por ejemplo, las campañas de prevención de

embarazo en adolescentes tienen como objetivo minimizar las posibilidades de este fenómeno en estas edades y poblaciones.

Privilegios: Ventaja o tratamiento especial, exención de una obligación otorgada a alguien por una superioridad o por su propia capacidad y circunstancia. Históricamente los privilegios se relacionaron con el honor. Nobleza, clero, ejércitos, clases dominantes, ciudadanos de un imperio y generalmente hombres, han ostentado estas ventajas. Actualmente la perspectiva del privilegio se opone a la perspectiva de derechos, donde todos y todas las ciudadanas deben tener las mismas oportunidades y responsabilidades.

Proyecto de vida: Plan trazado para cumplir los sueños. Refiere al orden de prioridades, valores y expectativas que una persona establece con su futuro. Recoge las estrategias que suman bienestar para desarrollar una vida plena y feliz. Es una especie de programa de acuerdo a las habilidades, emociones, formación y oportunidades de una persona para lograr unos objetivos.

Psiquis: Noción o concepto que permite al ser humano adaptarse al contexto y entorno a través del aprendizaje. Una psiquis poco saludable provocará una adaptación defectuosa y la aparición de trastornos en el ser. Aquello que se piensa, se siente y se percibe surge de ella. En el plano físico está regulada por el cerebro, este mecanismo del aprendizaje está unido a las emociones, un ejemplo muy palpable es la aparición del concepto *inteligencia emocional*, para designar que cuerpo, mente y espíritu están integralmente unidos.

Psique colectiva: (O inconsciente colectivo) Es un concepto acuñado por el médico psicoanalista suizo Carl Gustav Jung para referirse a la existencia de estructuras inconscientes o de una «mente compartida» compuesta por mitologías, arquetipos y símbolos universales que tienen una gran influencia en la vida de las personas y las conecta con otros seres humanos. Este concepto se emplea para referirse a la unidad psíquica de los grupos sociales que se manifiesta a través de ideas, sentimientos, pensamientos y actitudes individuales y colectivas que pueden ser manipulados para conservar determinado orden social y político.

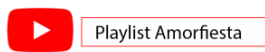
Pubertad: Transición de la niñez a la madurez reproductiva. Corresponde a la etapa inicial de la adolescencia donde se manifiestan cambios físicos y sexuales como la maduración de los órganos reproductivos. Paralelamente, se presenta un proceso de maduración psicológica y emocional que requiere de información y acompañamiento.

Represión: Moderar o impedir un comportamiento o una acción y castigarla si se lleva a cabo. Para el psicoanálisis se trata de los deseos, sentimientos o pensamientos que se mantienen en el inconsciente por tratarse de un tabú, una prohibición o algo que causa dolor. En el plano de la sexualidad, puede provenir de la culpa y los mandatos de una

autoridad moral o religiosa. La represión limita el ejercicio de una sexualidad plena y desencadena sentimientos de frustración que pueden generar dolor y violencia.

Reproducción: Proceso biológico que permite la creación de nuevos organismos, una característica fundamental de los seres vivos para continuar con su especie. Puede llevarse a cabo a través de dos formas: asexual y sexual. En la primera, un sólo organismo será el responsable de generar una copia genética idéntica sin que medie la fecundación. En la segunda, deben intervenir dos organismos o individuos de diferentes sexos.

Resiliencia: Del latín *resilio*, «volver atrás, rebotar». En psicología se refiere a la capacidad que tienen las personas para recuperarse y no dejarse afectar psicológicamente por situaciones adversas. La resiliencia es un proceso en el que intervienen diversos factores como el apoyo familiar y comunitario y la búsqueda individual de estrategias para el aprendizaje y el desarrollo personal.



Respeto: Valor que permite a los seres humanos reconocer, aceptar, apreciar y valorar los derechos y cualidades del prójimo. Está implícito el valor propio y el que se tiene alrededor de los derechos de los ciudadanos y su accionar en la sociedad. El apropiamiento de este concepto permite que una comunidad viva en paz.



Roles de género: Comportamientos y normas sociales que designan las conductas apropiadas para hombres y mujeres. Esta división obedece a la construcción sociocultural de la masculinidad y la feminidad. Tradicionalmente, los roles femeninos se relacionan con las labores de cuidado y reproducción en el ámbito doméstico y los masculinos al ámbito de lo público, el ejercicio de la fuerza y la productividad económica. Una división que invisibiliza la diversidad de otras identidades y perpetua desigualdad y exclusión.

Salud sexual y reproductiva: Capacidad de vivir y disfrutar plena y responsablemente de la vida sexual para tomar decisiones libres sobre la reproducción. Este concepto está basado en el derecho a recibir atención e información sobre anticoncepción, embarazo, postparto y demás aspectos relacionados con la vida sexual de las personas.

Sexismo: Actitud que excluye, subvalora y estereotipa a las personas en razón de su sexo. Está basado en la construcción de un orden simbólico donde hay privilegios de unos géneros respecto a otros.

Sexo: Clasificación biológica y de comportamientos que distingue a los organismos individuales de acuerdo a las funciones que cumplen en el proceso de reproducción. Esta diferencia determina la clasificación entre machos, hembras e intersexuales. También se refiere al acto del coito y la genitalidad.

Sexoafectivo/a: Mezcla de sexualidad y afecto.

Sexualidad: La sexualidad está presente a lo largo de la vida. Abarca la percepción del cuerpo y la imagen física, los deseos, fantasías, placeres y preferencias sexuales; las identidades y roles de género, la orientación sexual y la reproducción; los valores, actitudes, creencias e ideales sobre la vida, el amor y las relaciones sexoafectivas; las conductas sexuales —la forma en que se tiene sexo, incluida la masturbación—. Se expresa y manifiesta a través de actitudes, prácticas, pensamientos, deseos y relaciones interpersonales. Desde un punto de vista integral, la sexualidad está determinada por factores políticos, sociales, biológicos y culturales, por ende se encuentra íntimamente ligada con el desarrollo afectivo.

Solidaridad: Capacidad de reconocer las necesidades ajenas y el interés por contribuir a su satisfacción y mejoría. Se trata de un valor personal que se refleja en acciones cotidianas de apoyo mutuo basadas en la empatía, los intereses comunes y la existencia de lazos sociales.

Sororidad: Del latín *soror*, cuyo significado es «hermana». Es una dimensión ética y política del feminismo que propone la construcción de relaciones de hermandad, alianza y solidaridad entre las mujeres. La sororidad interpela la rivalidad fundada históricamente a través de estereotipos de género y convoca a crear acciones conjuntas para transformar las condiciones de discriminación y opresión que determinan la vida de todas las mujeres.



Playlist Amorfiesta

Seguir aprendiendo a defendernos unas a otras. A generar espacios de seguridad y gozo colectivos. A minimizar el inmenso daño que recibimos cuando respondemos a su violencia. A no cuestionarnos unas a otras y empatizar políticamente. A no reprocharnos a nosotras mismas las alianzas que elegimos y tampoco las que no elegimos

Tabú: Palabra proveniente del polinesio *tabú* que significa «lo prohibido». Es un concepto usado para referirse a las conductas o acciones que son consideradas prohibidas o censuradas por el orden social.

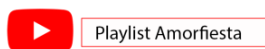
Transexualidad: Referente a *trans*, que significa «al otro lado». Refiere a quienes tienen disconformidad entre el sexo determinado biológicamente y el género que sienten psicológicamente como propio. Por ello las personas transexuales adecuan hormonal y quirúrgicamente su cuerpo a las características físicas del género autopercebido. La posibilidad de poner en cuestión la identidad sexual y cambiar el rol social asignado por el orden de género es una lucha que se libra en el campo de la participación política, el reconocimiento de derechos y la disputa por un lugar simbólico y cultural.

Utopía: Deseo o plan ideal, atrayente y beneficioso, aparentemente irrealizable. La palabra proviene del griego *Utopía*, isla imaginaria con un sistema político, social y legal perfecto, descrita por el escritor inglés Tomás Moro en 1516, durante el renacimiento. Hace referencia a un proyecto o sistema perfecto y justo, armónico y pacífico.

VIH/SIDA: El Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH o HIV, por sus siglas en inglés) es un virus que afecta al sistema inmunológico, que es el encargado de destruir organismos infecciosos capaces de causar daño, debilitando su capacidad para combatir enfermedades e infecciones. Una vez debilitado por el VIH, el sistema de defensas permite la aparición de enfermedades. Esta etapa avanzada de la infección por VIH es la que se denomina Síndrome de Inmuno Deficiencia Adquirida (Sida). Esto quiere decir que el Sida es un conjunto de síntomas (síndrome) que aparece por una insuficiencia del sistema inmune (inmunodeficiencia) causada por un virus que se transmite de persona a persona (adquirida). Por eso, no toda persona con VIH tiene sida, pero sí toda persona que presenta un cuadro de sida, tiene VIH. Una persona con VIH no necesariamente desarrolla síntomas o enfermedades. Sin embargo, puede transmitirlo. (Fundación Huésped)

El VIH se contagia principalmente por sexo sin protección (incluido sexo anal y oral), transfusiones de sangre contaminadas con el virus, agujas hipodérmicas y de la madre al hijo durante el embarazo, parto o lactancia. Algunos fluidos corporales como la saliva no son transmisores de VIH. Desde su aparición en la década del 80, el VIH/Sida ha sido fuente de controversia, mitos y discriminación.

Violencia de Género: Abuso sexual, físico, verbal o emocional, basado en sistemas de poder y privilegios donde se ejerce dominación de un sexo hacia otro de manera consciente y sistemática para generar daño.



Zona de confort: Para la psicología es un estado mental libre de riesgo, donde las personas prefieren mantener rutinas, relaciones y comportamientos que brindan la sensación de seguridad y control, como estrategia para evitar la ansiedad y el esfuerzo que requiere el cambio. Este falso confort dificulta la toma de decisiones y la búsqueda de nuevas experiencias que impulsen el crecimiento personal.

