

**EMPODERAMIENTO
A TRAVÉS DEL CONOCIMIENTO:**

DERECHOS SEXUALES DERECHOS REPRODUCTIVOS





Empoderamiento a través del Conocimiento:
Derechos Sexuales y Derechos
Reproductivos es una publicación de la
**Confederación Nacional de Mujeres del
Campo (CONAMUCA), con el apoyo de
Girls First Fund y We Social Movements
WSM.**

Texto:

Arianna Garcés F.

Diseño e ilustración:

Lorena Espinoza Peña

**San Cristóbal, República Dominicana
2024**





EMPODERAMIENTO
A TRAVÉS DEL CONOCIMIENTO

**DERECHOS
SEXUALES
DERECHOS
REPRODUCTIVOS**



GLOSARIO

1. DERECHO

Facultad que posee todo ser humano para realizar o no alguna acción, y de la misma manera, disponer de un bien o beneficio.

2. DERECHO HUMANO

Son el conjunto de derechos y libertades fundamentales para el disfrute de la vida humana en condiciones de plena dignidad, y se definen como intrínsecos e inherentes a toda persona por el mero hecho de ser humano.

3. DERECHO SEXUAL

Son aquellos relacionados con la capacidad que tienen las personas de elegir y tomar decisiones informadas sobre su sexualidad; libertad de ejercer la sexualidad de manera responsable, sin ningún tipo de abuso, coerción, discriminación o violencia.

4. DERECHO REPRODUCTIVO

Libertad concebida a las personas para decidir si tener o no hijos, la cantidad, el tipo de familia que quiere formar, y además, acceder a información y planificación para hacerlos o a métodos anticonceptivos, así como acceder a los servicios de salud adecuados en cuanto a fertilidad asistida o aborto seguro.

5. AUTONOMÍA CORPORAL

Se trata del poder y capacidad de decidir sobre nuestros cuerpos sin violencia ni coerción. La autonomía corporal incluye decidir si queremos tener relaciones sexuales, con quién y cuando, además de decidir si quedar embarazada, cuándo o de quién.

6. SALUD SEXUAL

Este aspecto fundamental de la salud basa su enfoque en el pleno disfrute de la sexualidad. Implica respeto, seguridad y libertad, con la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, sin discriminación, coerción o violencia, cuidándose a ti y a tus parejas a lo largo de tu vida.

7. SALUD REPRODUCTIVA

Estado de bienestar físico, emocional, social y mental en todos los aspectos relacionados con la reproducción en todas las etapas de la vida. Entraña la capacidad de procrear, y con ello la libertad de decidir si hacerlo o no.

8. EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL (ESI)

Consiste en brindarle un enfoque educativo a la población información apropiada y precisa sobre la sexualidad, su salud sexual y reproductiva. Y de esta manera adquirir conocimientos, habilidades, actitudes y valores para tomar decisiones saludables e informadas acerca de cómo ejercer su sexualidad y forjar sus relaciones.

9. PLANIFICACIÓN FAMILIAR

Derecho a decidir de manera responsable y libre sobre el número de hijos que tendrá y en qué momento, así como el uso de métodos anticonceptivos y tratamiento de infertilidad, recibir información sobre el tema y tener la garantía de los servicios necesarios.

10. MÉTODOS ANTICONCEPTIVOS

Son todos los métodos utilizados para prevenir las posibilidades de un embarazo.

11. DISCRIMINACIÓN REPRODUCTIVA

Cualquier tipo de exclusión o restricción basada en la capacidad reproductiva, afectando la garantía de sus derechos reproductivos y el acceso a servicios de salud reproductiva.

12. VIOLENCIA OBSTÉTRICA

Trata de un tipo invisibilizado de violencia, poco percibido que es ejercida por parte de las y los profesionales de la salud sobre el cuerpo y los procesos reproductivos de las mujeres.

13. EMPODERAMIENTO

Proceso por el cual las personas adquieren mayor control sobre sus propias vidas y derechos.

14. JUSTICIA REPRODUCTIVA

Vincula la justicia social con la salud reproductiva, en este se busca garantizar que todas las personas tengan igualdad de acceso a la atención y toma de decisiones sobre su reproducción.

INTRODUCCIÓN

En un mundo donde la igualdad y la justicia social son valores fundamentales, el conocimiento y la protección de los derechos sexuales y reproductivos son pilares esenciales en la construcción de una sociedad inclusiva y respetuosa. Estos derechos reconocidos internacionalmente garantizan que todas las personas, independientemente de su género, orientación sexual o identidad, tengan la capacidad y la libertad de tomar decisiones informadas sobre sus cuerpos y sus vidas.

El principal objetivo de este material sensibilizar y proporcionar información clara y accesible sobre los derechos sexuales y reproductivos, destacando su importancia en la promoción de la salud, el bienestar y la igualdad. A través de esta guía, buscamos empoderar a individuos y comunidades promoviendo el respeto mutuo y la comprensión de que estos derechos no son solo una cuestión de justicia social sino también una cuestión de salud comunitaria y sostenibilidad.

El acceso a una educación sexual integral y a servicios de salud reproductiva de alta calidad es esencial para la plena realización de estos derechos. Sin embargo, todavía existen barreras culturales, sociales y políticas que limitan la realización de

estos derechos, especialmente para los grupos desfavorecidos y vulnerables. Por lo tanto, es importante crear conciencia y abrir el diálogo en todos los sectores de la sociedad, garantizando que todos puedan vivir con dignidad y autonomía, libres de discriminación y violencia.



En este sentido, este documento se presenta como una herramienta educativa y reflexiva destinada a promover el respeto, la igualdad y la libertad en todos los aspectos de la experiencia humana. Invitamos a leer y reflexionar sobre el contenido de este documento con la esperanza de que, al ampliar su conocimiento y comprensión, se conviertan en defensores activos de los derechos sexuales y derechos reproductivos, ayudando así a construir un mundo más justo y equitativo para todas y todos.

¿QUÉ SON LOS **DERECHOS SEXUALES Y DERECHOS REPRODUCTIVOS?**

Todas las personas nacen libres e iguales. Por lo tanto, a todos se les debe garantizar la misma libertad, igualdad y dignidad: los llamados derechos humanos. Los derechos pertenecen al pueblo y el Estado tiene la responsabilidad de garantizar y promover esos derechos a través de leyes y políticas públicas apropiadas. Los derechos sexuales y reproductivos son parte de los derechos humanos. Esto significa que son comunes a todos.

Los derechos sexuales y reproductivos son derechos humanos fundamentales que garantizan a todas las personas la libertad de tomar decisiones sobre su propia sexualidad y reproducción, sin discriminación, coerción ni violencia. Estos derechos son esenciales para una vida sexual plena y libre, y están arraigados en los principios más fundamentales de los derechos humanos. Protegen una amplia gama de intereses relacionados con la sexualidad y la reproducción tanto de mujeres como de hombres.

CONOCE TUS
**DERECHOS
SEXUALES Y
DERECHOS
REPRODUCTIVOS**

DERECHOS SEXUALES

- Derecho a fortalecer la autonomía y la autoestima en el ejercicio de la sexualidad.
- Derecho a explorar y a disfrutar de una vida sexual placentera.
- Derecho de elegir las parejas sexuales.
- Derecho a vivir la sexualidad sin ningún tipo de violencia.
- Derecho a tener relaciones sexuales consensuadas.
- Derecho a decidir libre y autónomamente cuándo y con quién se inicia la vida sexual.
- Derecho a decidir sobre la Unión con otras personas.
- Derecho a vivir y expresar libremente la orientación sexual e identidad de género.
- Derecho a la protección y prevención de infecciones de transmisión sexual o embarazos no deseados.

- Derecho a recibir información y acceso a servicios de salud de calidad sobre todas las dimensiones de la sexualidad, sin ningún tipo de discriminación.
- Derecho a una educación integral para la sexualidad a lo largo de tu vida.

DERECHOS REPRODUCTIVOS

- Derecho a tomar decisiones sobre la reproducción sin sufrir discriminación, coerción, ni violencia.
- Derecho a decidir libremente si se desea o no tener hijas o hijos.
- Derecho a decidir sobre el número de hijas o hijos que se desean y el espacio de tiempo entre un embarazo y otro.
- Derecho a decidir sobre el tipo de familia que se quiere formar.
- Derecho a ejercer la maternidad con un trato equitativo en la familia, espacios de educación y trabajo.
- Derecho a acceder a métodos de anticoncepción modernos, incluida la anticoncepción de emergencia.
- Derecho al acceso a los servicios integrales de salud y atención médica para garantizar la maternidad segura.

- Derecho a acceder a los beneficios de los avances científicos en la salud sexual y reproductiva.
- Derecho a acceder a información de calidad que permita tomar decisiones sobre prevención de embarazos no deseados; anticoncepción inmediata después de un parto o aborto; e interrupción voluntaria del embarazo.
- Derecho a acceder a servicios para la Interrupción Voluntaria del Embarazo legal y seguro.

Estos derechos abarcan la capacidad de ejercer control y autonomía sobre las decisiones relacionadas con la sexualidad y la reproducción, por lo que se basan en principios de dignidad, igualdad y libertad; están reconocidos internacionalmente en documentos oficiales como la Declaración Universal de Derechos Humanos, la Convención sobre la eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW) y la Conferencia Internacional sobre la Población y el Desarrollo (CIPD).

Abarcan una amplia gama de aspectos, incluyendo:

- Autonomía Corporal
- Educación Sexual Integral (EIS)
- Acceso a Métodos Anticonceptivos
- Atención a la Salud Reproductiva

AUTONOMÍA CORPORAL



La autonomía corporal significa tener el poder y la capacidad de tomar decisiones sobre el propio cuerpo y el futuro sin violencia ni coerción.

La autonomía corporal **implica**:

- **Tomar decisiones informadas sobre la sexualidad:** Tengo derecho a elegir con quién tener relaciones sexuales, cuándo y cómo tenerlas, así como a expresar mi propia sexualidad sin presiones ni imposiciones.
- **Controlar la propia reproducción:** Tengo derecho a decidir si tener hijos o no, cuántos tener y cuándo tenerlos. También tengo derecho a acceder a métodos anticonceptivos seguros y eficaces, a información sobre salud sexual y reproductiva, y a servicios de aborto legal y seguro.
- **Vivir libre de violencia:** Tengo derecho a vivir una vida libre de violencia sexual, incluyendo el acoso, la violación y el abuso.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA AUTONOMÍA CORPORAL?

La autonomía corporal es un derecho humano fundamental que trasciende la esfera individual y

tiene un impacto profundo en la sociedad en su conjunto, por tal razón, es esencial para garantizar la dignidad, la libertad y la igualdad de todas las personas. Es la base sobre la que se construyen los DDDR, y sin ella, estos derechos no pueden ser plenamente realizados.

¿QUÉ DESAFÍOS ENFRENTA LA AUTONOMÍA CORPORAL?

En todo el mundo, las mujeres, las niñas enfrentan diversos desafíos que limitan su autonomía corporal. Entre estos encontramos:

- **Leyes y políticas restrictivas:** En muchos países, existen leyes que penalizan el aborto, limitan el acceso a los anticonceptivos o prohíben la educación sexual integral.
- **Normas sociales.** La existencia de normas sociales discriminatorias por género, los cuerpos de las mujeres y las niñas pueden estar sujetos a decisiones que no son tomadas por ellas mismas sino por terceros, desde sus parejas hasta los legisladores. La autonomía siempre está fuera de nuestro alcance cuando alguien más tiene el control.
- **Discriminación.** Las personas que ejercen su autonomía corporal a menudo son objeto de discriminación, lo que puede tener graves consecuencias para su salud física y mental.

- **Violencia de género.** La violencia sexual y el abuso son formas de violencia que atentan directamente contra la autonomía corporal. Ejercer libremente mi integridad corporal significa tener el poder y la capacidad de acción necesaria para tomar decisiones sin temor a la violencia y sin que alguien decida por mí.
- **Falta de acceso a información y servicios.** Muchas personas, especialmente en las zonas más empobrecidas y vulnerables carecen de acceso a información sobre salud sexual y reproductiva y a servicios de calidad.

La independencia y la integridad corporal se violan cuando la pareja de una mujer le impide utilizar anticonceptivos. Se violan cuando se obliga a una persona a tener relaciones sexuales no deseadas a cambio de alojamiento y comida. Se violan cuando personas de diferentes orientaciones sexuales e identidades de género no pueden caminar por la calle sin temor a ser agredidas o humilladas. La autonomía y la integridad corporal se violan cuando a las personas con discapacidad se les niega el derecho a la autodeterminación, el derecho a una vida libre de violencia y a una vida sexual segura y satisfactoria.

¿QUÉ PODEMOS HACER PARA DEFENDER LA AUTONOMÍA CORPORAL?

Es fundamental trabajar en diversos frentes para defender la autonomía corporal:

- Abogar por leyes y políticas que promuevan los DDDR: Es necesario exigir leyes que garanticen el acceso universal a la educación sexual integral, a los métodos anticonceptivos y al aborto seguro y legal.
- Combatir la discriminación y el estigma: Es crucial generar conciencia sobre la importancia de la autonomía corporal y desafiar los estereotipos y prejuicios que la limitan.
- Prevenir y atender la violencia de género: Se deben implementar medidas para prevenir la violencia sexual y el abuso, y garantizar el acceso a atención y apoyo para las víctimas.
- Promover el acceso a información y servicios: Es fundamental garantizar que todas las personas tengan acceso a información confiable sobre salud sexual y reproductiva, así como a servicios de calidad y respetuosos de sus derechos.

La autonomía corporal es un derecho fundamental que debe ser garantizado para todas las personas. Al defender este derecho, estamos trabajando por un mundo más justo e igualitario, donde todas las personas puedan tomar decisiones sobre su propio cuerpo y vivir una vida plena y libre.

EDUCACIÓN SEXUAL INTEGRAL (ESI)



La educación sexual integral (ESI) juega un papel fundamental en la **garantía de los derechos sexuales y reproductivos (DDRR)**. Al proporcionar a las personas, especialmente a niños, niñas, adolescentes y jóvenes, información precisa, completa y basada en evidencia sobre la sexualidad, la salud sexual y reproductiva, y los DDRR; la ESI empodera a las personas para tomar decisiones informadas y responsables sobre su cuerpo y su vida.

¿CÓMO CONTRIBUYE LA ESI A LOS DDRR?

- 1. Promueve el conocimiento y la comprensión de la sexualidad:** La ESI brinda información sobre anatomía, fisiología, desarrollo sexual, reproducción, placer sexual, relaciones sexuales, consentimiento, anticoncepción, infecciones de transmisión sexual (ITS), VIH/SIDA, y otros temas relevantes para la salud sexual y reproductiva.
- 2. Fomenta actitudes y valores positivos:** Ayuda a desarrollar actitudes positivas hacia la sexualidad, la diversidad sexual, la igualdad de género y el respeto por los derechos de las demás personas.

3. **Desarrolla habilidades para la toma de decisiones:** Nos enseña habilidades para la comunicación efectiva, el pensamiento crítico, la negociación y la resolución de problemas, que son esenciales para tomar decisiones informadas y responsables sobre la sexualidad y la salud reproductiva.
4. **Previene la violencia sexual:** Aborda temas como el consentimiento, las relaciones abusivas, la explotación sexual y el acoso, empoderando a quien la recibe para reconocer y prevenir la violencia sexual.
5. **Promueve la salud sexual y reproductiva:** La ESI brinda información sobre métodos anticonceptivos, ITS, VIH/SIDA y otros temas relacionados con la salud sexual y reproductiva, lo que ayuda a prevenir embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual.
6. **Empodera para exigir los DRRR:** La ESI ayuda a las personas a comprender sus derechos sexuales y reproductivos, y les brinda las herramientas para exigirlos y defenderlos.

La Educación Sexual Integral es una herramienta fundamental para garantizar los DRR de todas las personas. Al proporcionar información precisa, promover actitudes positivas, desarrollar habilidades para la toma de decisiones y empoderar a las personas para exigir sus derechos, la ESI contribuye a crear un mundo donde todas las personas puedan disfrutar de una vida sexual sana, plena y libre.

ES IMPORTANTE DESTACAR QUE LA ESI DEBE SER:

- **Integral:** Abordar todos los aspectos de la sexualidad, incluyendo la anatomía, la fisiología, la reproducción, el placer sexual, las relaciones sexuales, el consentimiento, la anticoncepción, las ITS, el VIH/SIDA, la diversidad sexual, la igualdad de género, la violencia sexual, y los derechos sexuales y reproductivos.
- **Apropiada para la edad:** Adaptar el lenguaje, los ejemplos y las actividades a la edad y madurez del público objetivo.
- **Basada en evidencia:** Utilizar información científica precisa y actualizada.

- **Impartida por personal capacitado:** Docentes, orientadores y otros profesionales de la salud y la educación deben estar capacitados para impartir ESI de manera efectiva y respetuosa.
- **Inclusiva:** Considerar la diversidad de identidades, expresiones de género, orientaciones sexuales, culturas y contextos sociales.

La implementación efectiva de la ESI requiere un compromiso conjunto de gobiernos, instituciones educativas, profesionales de la salud, organizaciones de la sociedad civil y familias. Al trabajar juntos, podemos crear un entorno donde todas las personas tengan acceso a la información y las herramientas que necesitan para ejercer su autonomía corporal, tomar decisiones informadas sobre su salud sexual y reproductiva, y disfrutar de sus derechos sexuales y reproductivos.

VIOLENCIA SEXUAL Y REPRODUCTIVA

La violencia sexual y reproductiva representa una grave violación de los Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos (DSDR), los cuales son fundamentales para la dignidad humana y la igualdad de género.

VIOLENCIA SEXUAL

Este se experimenta cuando se nos impide decidir libremente sobre nuestra sexualidad, cualquier acción que impida el pleno disfrute de los derechos relacionados con la sexualidad de una persona. La violencia sexual incluye cualquier acto sexual no consentido, coacción para realizar actos sexuales, abuso sexual infantil, acoso sexual, explotación sexual y violencia relacionada con conflictos armados.



- **Violencia Sexual.** Incluye violación, abuso sexual, acoso sexual, y cualquier otra forma de contacto sexual no consensuado.

- **Explotación Sexual.** Involucra la explotación de personas, especialmente mujeres y niñas, a través de la prostitución, la pornografía y la trata de personas.
- **Coerción Sexual.** Implica la presión o el chantaje para obtener actos sexuales, a menudo bajo amenaza de daño físico, emocional o económico.
- **Discriminación por Orientación Sexual o Identidad de Género.** Incluye la negación de derechos, el acoso, y la violencia contra personas debido a su orientación sexual o identidad de género.
- **Matrimonios Forzados.** Obligar a una persona, generalmente a mujeres y niñas, a contraer matrimonio sin su consentimiento.
- **Negación de Educación Sexual Integral.** Impedir el acceso a información y educación sobre sexualidad, lo cual es crucial para que las personas tomen decisiones informadas sobre su salud y bienestar.
- **Acceso Restringido a Servicios de Salud Sexual y Reproductiva.** Negar o limitar el acceso a servicios de salud sexual y reproductiva, como anticonceptivos, atención prenatal y servicios de aborto seguro.

- **Mutilación Genital Femenina (MGF).** Es la práctica de alterar o lesionar los genitales femeninos por razones no médicas, reconocida internacionalmente como una violación a los derechos humanos de las niñas y mujeres.

Esta violencia vulnera los derechos a la integridad física, la privacidad y la libertad sexual. Los efectos de la violencia sexual pueden ser devastadores, afectando la salud física y mental de las víctimas, y limitando su capacidad para participar plenamente en la sociedad.

VIOLENCIA REPRODUCTIVA

La violencia reproductiva se refiere a conductas que interfieren con los derechos reproductivos de una persona de mujeres y niñas, queriendo controlar sus decisiones reproductivas. Esto se debe a que se ignoran decisiones importantes, en este caso las decisiones reproductivas de las mujeres, convirtiéndolas en sujetos involuntarios y, por lo tanto, oprimiéndolas y discriminándolas.

Esto incluye:

- **Negación de Acceso a Servicios de Salud Reproductiva:** La restricción o negación del acceso a servicios como anticonceptivos, atención prenatal y postnatal, servicios de aborto seguro y tratamiento de infecciones de transmisión sexual (ITS). Esto puede

ser debido a políticas restrictivas, falta de recursos o discriminación.

- **Esterilización Forzada:** La práctica de esterilizar a una persona sin su consentimiento informado. Esta violación ha sido cometida históricamente contra grupos vulnerables, incluyendo minorías étnicas, personas con discapacidades y mujeres pobres.
- **Coerción Reproductiva:** Incluye comportamientos como sabotear métodos anticonceptivos, presionar para tener relaciones sexuales sin protección o manipular la decisión de continuar o no con un embarazo. Este tipo de control es una forma de violencia íntima y puede ser ejercida por parejas, familiares o incluso por el sistema de salud.
- **Violencia Obstétrica:** Tratos deshumanizantes, abusos verbales, negligencia, y procedimientos médicos realizados sin consentimiento durante el embarazo, el parto o el posparto. Esto incluye la falta de respeto a las decisiones de la mujer sobre su propio cuerpo y durante su parto.
- **Discriminación en el Acceso a Servicios de Salud:** La discriminación basada en raza, etnia, estatus socioeconómico, orientación sexual, identidad de género o discapacidad

que impide el acceso equitativo a servicios de salud reproductiva.

- **Matrimonios y Embarazos Forzados:** Obligar a niñas y mujeres a contraer matrimonio o a quedar embarazadas en contra de su voluntad, a menudo como una forma de control o para satisfacer expectativas sociales o familiares.

Este tipo de violencia puede llevar a consecuencias graves para la salud y el bienestar de las personas, especialmente de las mujeres y las niñas, quienes son las más afectadas.

MITOS vs REALIDADES

Los mitos sobre la salud sexual y la salud reproductiva son informaciones erróneas que impiden y/o limitan el ejercicio de la sexualidad sin temor, producto de la ignorancia con la que el tema de la sexualidad es tratado en la sociedad.

Mito 1: Los derechos sexuales y reproductivos son solo para mujeres.

Los DRR son para todas las personas, independientemente de su sexo o género, todos tienen derecho a decidir sobre su propia salud sexual y reproductiva.

Mito 2: La educación sexual promueve la promiscuidad y actividad sexual en los jóvenes.

Todo lo contrario, la educación integral en sexualidad promueve comportamientos sexuales responsables y seguros, de hecho, diversos estudios han demostrado que los programas de educación centrados en la sexualidad pueden retrasar la iniciación sexual y aumentar el uso de métodos anticonceptivos, reduciendo las tasas de embarazos no deseados y enfermedades o infecciones de transmisión sexual, tienen más conocimiento sobre su cuerpo y de cómo cuidarlo.

Mito 3: Solo las mujeres son responsables de la anticoncepción.

La responsabilidad de la concepción recae en todas las personas sexualmente activas, independientemente de su género. Los hombres también pueden y deben participar en la planificación familiar, usando métodos anticonceptivos aptos masculinos y apoyando a sus parejas en la elección y uso de otros métodos.

Mito 4: La sexualidad es sólo para adultos.

Evidentemente jóvenes y adolescentes tienen derechos sexuales y reproductivos, incluido el acceso a información confiable y servicios de salud. Reconocer y respetar esos derechos les ayuda a prevenir embarazos

no deseados, enfermedades de transmisión sexual y situaciones de violencia.

Mito 5: La ESI no es adecuada para niñas y niños pequeños.

La ESI se adapta a las diferentes etapas del desarrollo, para los niños pequeños se enfoca en temas como el conocimiento del propio cuerpo, el respeto por los demás y la prevención del abuso sexual. A medida que los niños crecen, la información se ajusta a su nivel de comprensión y sus necesidades.

¿QUÉ SUCEDE EN REPÚBLICA DOMINICANA?

La salud y los derechos sexuales y reproductivos son pilares fundamentales para el bienestar integral de las personas y el desarrollo de una sociedad justa e inclusiva. En el caso de República Dominicana, si bien se han dado algunos avances en esta materia, aún persisten importantes desafíos que deben ser abordados de manera prioritaria.

Por un lado, el país cuenta con una red de servicios de salud sexual y reproductiva, que incluyen desde la planificación familiar hasta la atención prenatal y posparto. Sin embargo, la accesibilidad y la calidad de estos servicios no están equilibrados, especialmente en las zonas rurales, lo cual limita el acceso oportuno y adecuado a la población más vulnerable.

DERECHOS SEXUALES Y DERECHOS REPRODUCTIVOS EN ZONAS RURALES

Las zonas rurales de República Dominicana representan un importante desafío en materia de derechos sexuales y reproductivos. Estas áreas, a menudo, se encuentran en una situación de mayor vulnerabilidad y marginación, lo que se refleja en las brechas de acceso y ejercicio de estos derechos fundamentales.

La accesibilidad a los servicios de salud sexual y reproductiva sigue siendo un reto significativo en las zonas rurales. La distancia a los centros de atención primaria y hospitalares, así como la falta de transporte público adecuado, limitan la capacidad de la población rural para recibir atención oportuna y de calidad en temas como planificación familiar, atención prenatal, parto y posparto, y detección y tratamiento de infecciones de transmisión sexual, hasta la salud en general.

Además, la calidad de los servicios de salud sexual y reproductiva en estas áreas suele ser deficiente, debido a la escasez de personal sanitario calificado, la falta de infraestructura y equipamiento adecuados, y la insuficiente capacitación del personal en el abordaje de los derechos sexuales y reproductivos; esto se traduce en una atención



fragmentada, con poca sensibilidad a las necesidades específicas de la población rural.

Por otro lado, el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos en las zonas rurales se ve obstaculizado por factores socioculturales, como los roles de género tradicionales, las creencias religiosas conservadoras y los altos niveles de pobreza y analfabetismo. Estas dinámicas limitan la autonomía y el empoderamiento de las mujeres, niñas y jóvenes rurales para tomar decisiones informadas sobre su sexualidad y reproducción.

Asimismo, la educación integral de la sexualidad en estas comunidades sigue siendo limitada, lo cual perpetúa el desconocimiento y la desinformación en torno a los derechos sexuales y reproductivos. Esto, a su vez, aumenta la vulnerabilidad a embarazos no planificados, infecciones de transmisión sexual y violencia de género.

Estamos expuestos a múltiples desafíos que radican en la necesidad de garantizar el ejercicio pleno y sin discriminación de los derechos sexuales y reproductivos de todos los grupos de la población, especialmente las mujeres, los jóvenes, las personas con discapacidad y las minorías étnicas, quienes enfrentan mayores barreras para acceder a los servicios y ejercer sus derechos.

En este sentido, es fundamental fortalecer el compromiso del Estado dominicano para promover un enfoque de derechos humanos en la salud

sexual y reproductiva, que se traduzca en políticas públicas integrales, la asignación de recursos suficientes, el fortalecimiento de la capacidad del personal de salud y la educación y sensibilización de la población.

Solo a través de un abordaje integral y con la participación de la sociedad civil, se podrá avanzar hacia la plena garantía del acceso a la salud sexual y reproductiva y el ejercicio de los derechos sexuales y reproductivos en República Dominicana, contribuyendo así al bienestar y al desarrollo de todas las personas.

Y es por esto por lo que...

La CONAMUCA ha puesto sus esfuerzos hacia el liderazgo de las niñas, adolescentes, jóvenes y mujeres de zonas rurales, con el fin de velar por la garantía y promover el reconocimiento de los derechos sexuales y reproductivos.

“CONAMUCA: Empoderando a niñas, adolescentes, jóvenes y mujeres rurales para la garantía de los derechos sexuales y reproductivos”

Como organización de la sociedad civil comprometida con la defensa de los derechos humanos y el desarrollo integral de las comunidades, hemos enfocado nuestros esfuerzos en empoderar a niñas, jóvenes y mujeres de las zonas rurales de nuestro país. Reconocemos que estas poblaciones enfrentan brechas y desigualdades estructurales que limitan el ejercicio pleno de sus derechos, especialmente en el ámbito de la salud y los derechos sexuales y reproductivos.

En las comunidades rurales, hemos observado que el acceso a servicios de salud sexual y reproductiva es limitado y deficiente. Muchas niñas y adolescentes no cuentan con información adecuada sobre su cuerpo, sexualidad y derechos. Esto las pone en una situación de vulnerabilidad frente a embarazos no deseados, infecciones y/o enfermedades de transmisión sexual, uniones tempranas y forzadas y otras problemáticas que pueden marcar irreversiblemente sus vidas.

Por ello, hemos diseñado e implementado programas integrales que buscan abordar estos desafíos desde múltiples frentes. Nuestras acciones se centran en:

- **Sensibilización y empoderamiento.**

A través de talleres, charlas y programas de liderazgo, buscamos fortalecer los conocimientos y habilidades de niñas, jóvenes y mujeres sobre sus derechos

sexuales y reproductivos; fomentamos su autonomía y capacidad de tomar decisiones informadas sobre su salud y su vida, guiándolas a construir su proyecto de vida. Además, hemos desarrollado programas de capacitación y acompañamiento para que mujeres de las comunidades rurales asuman roles de liderazgo y se conviertan en promotoras de salud sexual y reproductiva, haciéndolas **lideresas comunitarias**.

- **Creación de redes y espacios de diálogo.**

Hemos fomentado la conformación de redes y grupos sororos de apoyo entre mujeres, donde puedan compartir experiencias, necesidades y estrategias para exigir sus derechos, a nivel comunitario.

- **Incidencia.**

Trabajamos de la mano con las autoridades locales y nacionales para exigir la implementación de políticas públicas que garanticen el acceso universal a la salud y los derechos sexuales y reproductivos. Además, realizamos campañas de comunicación y movilización social para visibilizar esta problemática y generar cambios en las actitudes y percepciones de la comunidad, realizando un seguimiento constante a la implementación de políticas y programas gubernamentales relacionados con la salud y

los derechos sexuales y reproductivos en las zonas rurales, velando por la transparencia y responsabilidad de los tomadores de decisiones.

- **Comunicación.**

Desarrollamos campañas de comunicación y sensibilización a través de medios locales, redes sociales y actividades comunitarias realizadas por la organización en colaboración con otras organizaciones e instituciones clave, con el fin de promover cambios de actitud y reducir el estigma en torno a la salud y los derechos sexuales y reproductivos.

- **Articulación interinstitucional.**

Establecemos alianzas estratégicas con organismos internacionales, instituciones académicas y otras organizaciones claves de la sociedad civil para amplificar el alcance de nuestras iniciativas y movilizar más recursos.



CONCLUSIÓN

La defensa y el ejercicio pleno de los derechos sexuales y reproductivos son fundamentales para garantizar la igualdad, la dignidad y el bienestar de todas las personas, especialmente de los grupos más vulnerables y marginados, como las niñas, adolescentes, jóvenes y mujeres de las zonas rurales.

A través de este trabajo integral y multidimensional, la CONAMUCA ha logrado empoderar a miles de mujeres en las comunidades rurales, brindándoles las herramientas y oportunidades necesarias para que puedan tomar el control de sus vidas, sus cuerpos y su futuro. Hemos creado redes de apoyo, generado conciencia, incidido en políticas públicas y fortalecido el liderazgo local, con el objetivo de asegurar que todos los individuos, independientemente de su género, puedan ejercer sus derechos sexuales y reproductivos de manera plena y sin discriminación.

Sin embargo, sabemos que aún queda mucho por hacer. Las brechas de acceso y las barreras socioculturales siguen limitando el ejercicio

de estos derechos, especialmente en las zonas rurales, donde la vulnerabilidad es mayor. Por ello, continuaremos trabajando de manera articulada con diversos actores, fortaleciendo alianzas y movilizando recursos, para lograr que todas las personas, en cada rincón de nuestro país, puedan gozar de una vida sexual y reproductiva saludable, segura y autónoma.

Juntas y juntos, seguiremos avanzando hacia la construcción de una sociedad más justa, equitativa e incluyente, donde los derechos sexuales y reproductivos sean una realidad para todas y todos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Derechos sexuales y reproductivos | ONU-DH.
(n.d.).

Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos.
(n.d.). Profamilia.

Mi cuerpo me pertenece reclamar el derecho a la
autonomía y la autodeterminación. (2021). UNFPA

Qué y cuáles son los derechos sexuales y
reproductivos (2021) - Fundación Huésped.

¿Qué es la autonomía corporal? (n.d.). Fondo De
Población De Las Naciones Unidas.

Educación sexual integral. (n.d.). Organización
Mundial de la Salud

Derechos sexuales y reproductivos. (n.d.). Amnistía
Internacional España

La Autonomía corporal y 7 mitos que debilitan los derechos y libertades individuales. (n.d.). Fondo De Población De Las Naciones Unidas.

Contraception. (2019). World Health Organization: WHO.

World Contraceptive Use | Population division. (n.d.).

¿Son mitos o realidades? IPAS México pdf.



Invitamos a leer y reflexionar sobre el contenido de este documento con la esperanza de que, al ampliar su conocimiento y comprensión, se conviertan en defensores activos de los derechos sexuales y derechos reproductivos, ayudando así a construir un mundo más justo y equitativo para todas y todos.