



Quiero dar las gracias a las familias que habéis venido a las charlas-cafés. Ha sido un placer conoceros, conversar y compartir vuestras inquietudes.

Esta semana comenzamos los talleres con vuestros hijos e hijas.

En estas dos tardes hemos hablado sobre los mitos y tabúes que todavía existen sobre la sexualidad. Todas las personas tenemos sexualidad, porque todas las personas tenemos un cuerpo sexuado, un cuerpo con genitales, hormonas y cromosomas. La sexualidad de las personas con discapacidad intelectual o de desarrollo no es distinta, no son seres asexuados.

La sexualidad se aprende y las familias también enseñáis muchas cosas sobre la sexualidad. Sois quien mas conocéis a vuestro hijo o hija. Como familias enseñamos intimidad, enseñamos higiene, enseñamos las partes del cuerpo, enseñamos a entender las emociones, y sobre todo enseñamos que es el amor. Pero todos estos aprendizajes los debemos hacer de manera explícita, con apoyos visuales y con mucha paciencia.

La educación sexual es un apoyo para que las personas nos conozcamos y entendamos como nos sentimos. Para que crezcamos y vivamos de manera más feliz. Pero es importante que pensemos que quiero transmitir a mi familiar, que miedos tengo respecto a la sexualidad y como puedo favorecer una vivencia de la sexualidad en positivo a mi hijo o hija.

No estáis solos ni solas. Contáis con un equipo estupendo de docentes que os pueden ayudar. No dudéis en contar vuestras preocupaciones o necesidades, no dudéis en pedirles información o materiales.

Muchas gracias por todo.

Paula Peña.

Psicóloga y Sexóloga.

[sexualidadesaccesibles@gmail.com](mailto:sexualidadesaccesibles@gmail.com)



Os recomiendo estos materiales.

[https://plenainclusioncv.org/wp-content/uploads/2016/11/web\\_guiasexualidad\\_PlenaCV2016-cambio-marca.pdf](https://plenainclusioncv.org/wp-content/uploads/2016/11/web_guiasexualidad_PlenaCV2016-cambio-marca.pdf)

[https://plenainclusioncv.org/wp-content/uploads/2022/10/web\\_PLE\\_GuiaDibujandoTuSaludSexual2022.pdf](https://plenainclusioncv.org/wp-content/uploads/2022/10/web_PLE_GuiaDibujandoTuSaludSexual2022.pdf)

[https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/3844\\_d\\_No-le-cuentos-cuentos.pdf](https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/3844_d_No-le-cuentos-cuentos.pdf)



Libro. Sexualidades que importan. Autor: Carlos de la Cruz.  
Ediciones Meridiano.