

## **¡Que nadie decida por ti!**

Imagina que estás paseando por la calle, platicando con alguien más. De pronto, una persona que no conoces se acerca y te ordena que no hables más, que te calles. Estaría atentando contra uno de tus derechos fundamentales, ¿cierto? Tu derecho a la expresión. Puedes seguir tranquilamente tu camino sin hacerle caso, pues tanto la ley como la sociedad entera te respalda.

Ahora imagina que alguien atenta contra tus derechos sexuales y reproductivos. ¿Notas alguna diferencia?

Eso que imaginas es cierto: muchas personas ignoran que tenemos derecho a ejercer libremente nuestra sexualidad, a expresar nuestra identidad sexual, a manifestar públicamente nuestros afectos o a participar en el debate público sobre la sexualidad. Por lo tanto, sus ideas y creencias les llevan a sentirse con la autoridad suficiente para imponernos su opinión, censurarnos o incluso a exigir castigo para quienes ejercen estos derechos.

Lo peor del caso es que, como no tenemos la certeza de que la sociedad entera nos apoye, a veces no podemos seguir nuestro camino sin hacerles caso. A veces pensamos que tienen razón y renunciamos a ejercer nuestros derechos.

No dejes que esto suceda: recuerda que los derechos sexuales y reproductivos forman parte de los derechos humanos fundamentales, por eso debemos vivirlos y defenderlos cotidianamente, en nuestro día a día. ¿Cómo puedes hacerlo?

- Cuando lo requieras, no dudes en acudir a algún centro de salud para pedir información acerca de métodos anticonceptivos o solicitar algún servicio. Si no recibes la atención adecuada, comunícalo: esto es importante para generar un cambio.
- Expresa libremente tu identidad sexual y tus afectos. Nadie tiene por qué molestarte por ello, y si esto ocurre, denuncia.
- Marca tus límites cuando sea necesario, incluso con familiares y amigos: tienes derecho a la privacidad, a la intimidad.
- Y sobre todo, participa en el debate público sobre derechos sexuales y reproductivos para construir colectivamente un futuro distinto. ¡No dejes que nadie decida por ti!