

¿Por qué es importante que las y los adolescentes fortalezcan su asertividad sexual?

La asertividad sexual es la capacidad de comunicar de manera clara, respetuosa y con confianza las necesidades, deseos y límites que se tienen respecto a las relaciones sexuales.

Cuando las **personas adolescentes** desarrollan su asertividad sexual pueden expresar de manera consciente, segura y abierta lo que les complace, incomoda y están dispuestas a hacer o no, de tal forma que toman **decisiones con libertad** y, al mismo tiempo, escuchan, entienden y respetan los deseos de la otra persona; así, pueden establecer **relaciones sexuales saludables y satisfactorias**.



La asertividad sexual permite a las y los adolescentes:



Identificar y expresar claramente sus **deseos, sentimientos y expectativas** sobre las relaciones sexuales.

Tener **prácticas sexuales seguras** mediante el uso de condón u otros métodos anticonceptivos.



Comunicar libremente sus **límites antes y durante las relaciones sexuales** y, de ser necesario, exigir que sus decisiones sean respetadas.

Reconocer si hay algo que no les gusta o les incomoda y rechazar encuentros o **actos sexuales que no desean**.

