



SMARTS

**SUPPORTING  
ME  
ABOUT  
RIGHTS  
TO  
SEXUALITY**

**HERRAMIENTAS EN LECTURA FACIL**





SMARTS



SMARTS es un proyecto financiado por la Unión Europea y resultado de la colaboración entre:

- La Asociación Europea de Proveedores de Servicios para personas con discapacidad



Belgica



- Social Care Training Ltd



Reino Unido



- Associação para a Recuperação de Cidadãos Inadaptados da Lousã



Portugal



- Fundació ASTRES



España



- Fundación Theotokos



Greece





Esta guía se compone de 2 secciones :

**Sección 1 - Informar a las personas con discapacidad intelectual y con trastornos de salud mental** de sus derechos y opciones en relación con sus necesidades sexoafectivas.

**Sección 2 -** Ayudar a las familias en la identificación de servicios que promuevan la implementación de los derechos sexuales de sus familiares con discapacidad.

**DESCARGO DE RESPONSABILIDAD**

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no puede ser responsable del uso que se le dé a la información contenida.

# “ Tabla de contenidos ”

## Sección 1

En esta sección hablaremos de:

- Relaciones
- Comunicación
- Sexualidad
- Seguridad
- Intimidad
- Consentimiento
- Abuso
- Tus derechos
- ¿Cómo puedes recibir apoyo para tomar tus propias decisiones?



# Tabla de contenidos



## Sección 2

En esta sección encontrarás:

- Un breve recordatorio de lo que es el Apoyo a la Toma de Decisiones
- Elementos clave a tener en cuenta sobre el apoyo a la toma de decisiones
- Claves para elegir servicios de apoyo alineados con el enfoque del apoyo a la Toma de Decisiones
- Pistas para identificar si los servicios de apoyo actuales apoyan los derechos sexuales

“

# Sección 1

”

# Relaciones

Conocemos **diferentes personas** todos los días.

Algunas personas las conocemos **desde hace mucho tiempo**.

A otras las **acabamos de conocer**



Tenemos **distintos sentimientos** hacia las personas que conocemos.



Las personas que conocemos significan cosas diferentes para nosotros.

**Esto se llama una "relación"**



“

# Relaciones

”

Una relación es una conexión entre al **menos 2 personas**.

Esta conexión puede darse en muchas formas:

- **Familia**

Los miembros de la familia son personas que están relacionadas contigo por sangre o matrimonio.

Tus padres, hermanos y hermanas, primos son tu familia.

Por lo general, tenemos un vínculo estrecho con nuestros familiares



- **Amistad**

Un amigo o amiga es una persona con la que nos sentimos estrechamente conectados/as.

Con quien podemos compartir información personal.

La amistad significa confianza





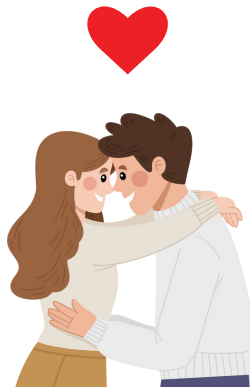
“

# Relaciones

”

- **Relación romántica**

Es una relación en la que dos personas se sienten atraídas entre sí.



Esto puede implicar :

-Afecto físico ( abrazos, tomarse de la mano, besarse..)

-Afecto emocional ( compartir sentimientos y pensamientos con la pareja)

**Los elementos básicos para todas las relaciones cercanas son confiar y compartir**

“

# Comunicación

”



**La comunicación es clave para tu bienestar y para formar relaciones.**

## ¿Cómo nos comunicamos?

- Intercambiando con alguien palabras, mensajes, emojis, emociones.



**Te estás comunicando con otra persona cuando :**

- Sonríes
- Hablas
- Das la mano
- Agitas tu mano para decir adiós



**La comunicació te permite expresar**

- Tus necesidades
- Lo que quieres
- Lo que deseas
- Lo que piensas
- Lo que te gusta y lo que no te gusta.



# Comunicación

Algunos temas son más difíciles de comunicar porque te pueden generar incomodidad o inseguridad.

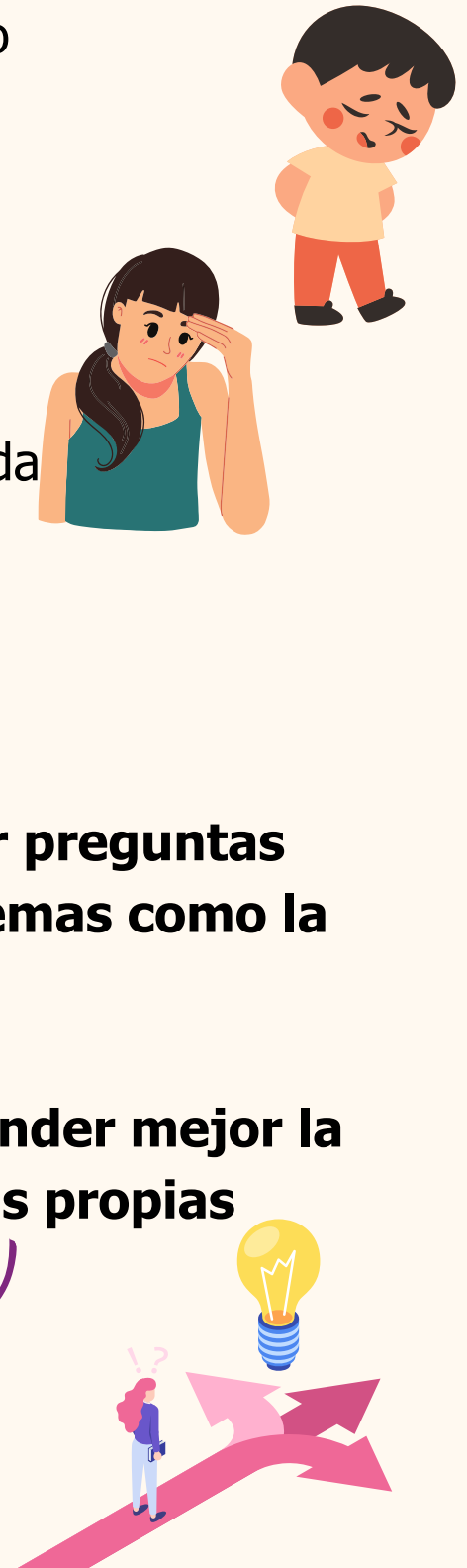
Pero sigue siendo muy importante hablar de ellos

Uno de estos temas podría ser la sexualidad

Es normal sentir vergüenza al hablar de asuntos privados.

- **Es importante comunicarse y hacer preguntas cuando las tengas, incluso sobre temas como la sexualidad.**
- **Hacer preguntas te ayudará a entender mejor la sexualidad y te ayudará a tomar tus propias decisiones sobre este tema.**

También puedes solicitar apoyo en la toma de decisiones.



# “ Sexualidad ”



**Sexualidad** tiene que ver con nuestros sentimientos sexuales, por quién sentimos atracción y cómo mostramos esta atracción.

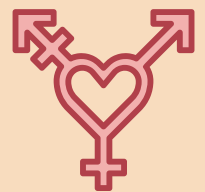
- **La Sexualidad es personal.**
- **Puedes ser y sentirte como quieras. Está bien ser quien eres.**

Por ejemplo, puedes haber nacido hombre pero te sientes mujer ( o viceversa)



- **Puedes decidir por quién te sientes atraído/a. Las personas expresan su sexualidad de diferentes maneras.**

Por ejemplo un chico puede sentirse atraído por una chica, o por un chico, o por ambos, o por nadie.



- **Es importante respetar las elecciones y los sentimientos de todo el mundo.**



- **Es importante compartir tus sentimientos y pedir apoyo cuando tengas preguntas o dudas.**



# “ Seguridad ”

Antes de tener relaciones sexuales de cualquiera tipo, es importante saber **cómo tenerlas de forma segura.**

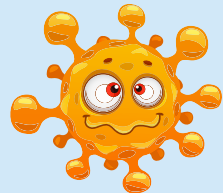


**Puede haber infecciones que te enfermen.**



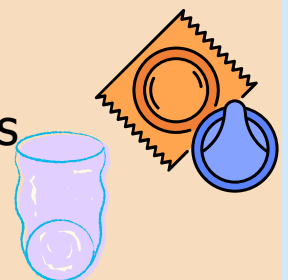
Puedes contraer una infección a través del sexo si no tienes cuidado.

Este tipo de infecciones se llaman: " Infecciones de Transmisión Sexual" (ITS).



Para protegerte de las ITS, debes usar un condón mientras tienes relaciones sexuales.

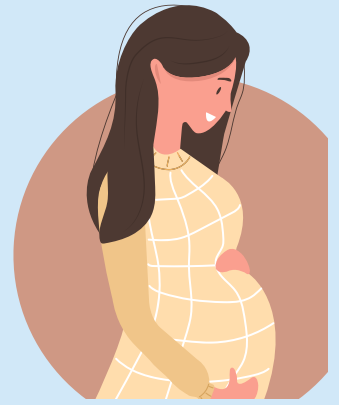
Hay preservativos para hombres y preservativos para mujeres



Debes obtener asesoramiento de profesionales expertos sobre cómo evitar las ITS.

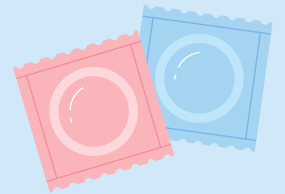
# “ Seguridad ”

Los condones, también pueden evitar que tu o tu pareja quede embarazada.



Puedes aprender cómo usarlos en internet.  
Consulta este sitio web [aquí](#).

También puedes preguntarle a alguien en quien confíes, como una amistad, familiar o profesional de apoyo.



Existen otras herramientas que pueden protegerte a ti o a tu pareja contra el embarazo, como las píldoras.



**Es importante que hables con tu médico/a para encontrar la mejor solución para ti.**

# “ Intimidad ”

**Intimidad significa "cercanía".**

**Puedes estar cerca de alguien, de una manera emocional, física o ambas.**

**Depende de tu relación con esa persona.**

La relación emocional es cuando sientes una conexión hacia alguien.



La relación física tiene que ver con el contacto y la cercanía entre los cuerpos. Puede ser:

- Besos
- Abrazos
- Sexo
- ...



- **Nadie debería obligarte a tener intimidad física.**
- **Nadie debe tocar tu cuerpo si no quieres que lo hagan.**



“

# Consentimiento

”



¿ La comunicación es esencial !

**Cuando te comunicas expresas tu elección.**

Por ejemplo, puedes decir si te sentiste cómodo/a con una situación o no

Puedes decir si te sentiste bien haciendo algo o no.

**CONSENTIMIENTO es la palabra que usamos para decir que aceptamos realizar una actividad con alguien.**

Por ejemplo, alguien te pide que le des un beso. Si quieres, puedes decir que sí. Das tu consentimiento



O si alguien pide tocarte. No te gusta y no quieres que lo haga. Dices NO. No das tu consentimiento.





“

# Consentimiento

”



- **Tienes derecho a decir NO a las cosas que no quieres.**
- **Puedes consentir en algunas cosas y no consentir en otras.**

Por ejemplo, puedes decir que sí a los besos y a las caricias.

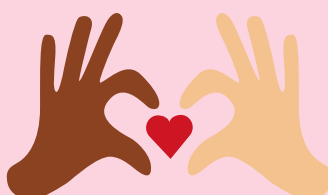


Pero también puedes decir "NO" a quitarte la ropa o a tener relaciones sexuales.

**Todo el mundo debe respetar tu decisión de dar consentimiento o no dar consentimiento.**

**Tienes una buena relación cuando hay respeto**

- Respetarte como persona
- Respetar a tus decisiones.



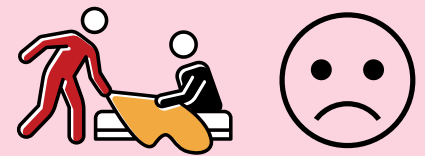
# “ Abuso ”



Hay **ABUSO** cuando alguien no respeta tu derecho a decir **No**.

Por ejemplo hay **abuso** cuando:

- La persona que quiere tener sexo contigo te hace sentir triste o te obliga a tener sexo.



- La persona quiere herirte porque no quieres tener sexo con ella.

- La persona te acosa, lastima o no respeta tu derecho a decir **NO**.



**Si no te sientes seguro /a, si te sientes mal o si abusan de tu, pide ayuda y habla de ello con alguien de confianza.**



Puedes ir a **la comisaría o llamar a un número de emergencias** para explicar tu situación:



- 112: Número de emergencias
- 016: Número atención a la violencia de género.

“

# Tus derechos

”

## Tienes **derechos**

Un derecho es algo que es tuyo, que puedes reclamar y que los demás tienen que respetar.



¿Dónde puedes encontrar tus derechos?

En muchos documentos, i

- **La convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad.**



Puedes acceder a este documento **aquí**.

- **Estrategia Europea de Discapacidad para 2021-2030**



Puedes acceder a este documento **aquí**.

**Si lo necesitas, pídele a alguien que te ayude a buscarlos y te explique lo que no entiendas bien.**



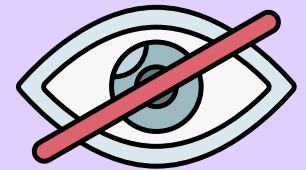
“

# Tus derechos

”

## Ejemplos de algunos de tus derechos

- **Derecho 1: Tienes derecho a tomar tus propias decisiones.**
- **Derecho 2: Tienes derecho a la privacidad.**
- **Derecho 3: Tienes derecho a no ser discriminado/a.**
- **Derecho 4: Tienes derecho al acceso a la atención médica gratuita o asequible.**



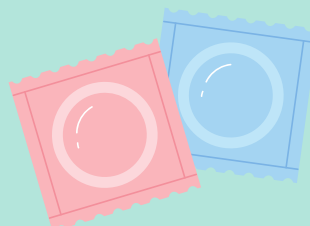
# “ Apoyo en la toma de decisiones ”

**"Apoyo en la toma de decisiones" o "ATD" significa que cuentas con los apoyos necesarios y la información para tomar tus propias decisiones**

- **Para tomar tus decisiones, primero se te proporcionará la información necesaria.**
- **Puedes hacer todas las preguntas que tengas.**
- **Puedes elegir las personas que te darán el apoyo. Estas personas no pueden tomar la decisión por ti.**
- **Tú tomas tus propias decisiones**



Puedes pedir información y apoyo para tomar una decisión sobre cualquier tema que desees.

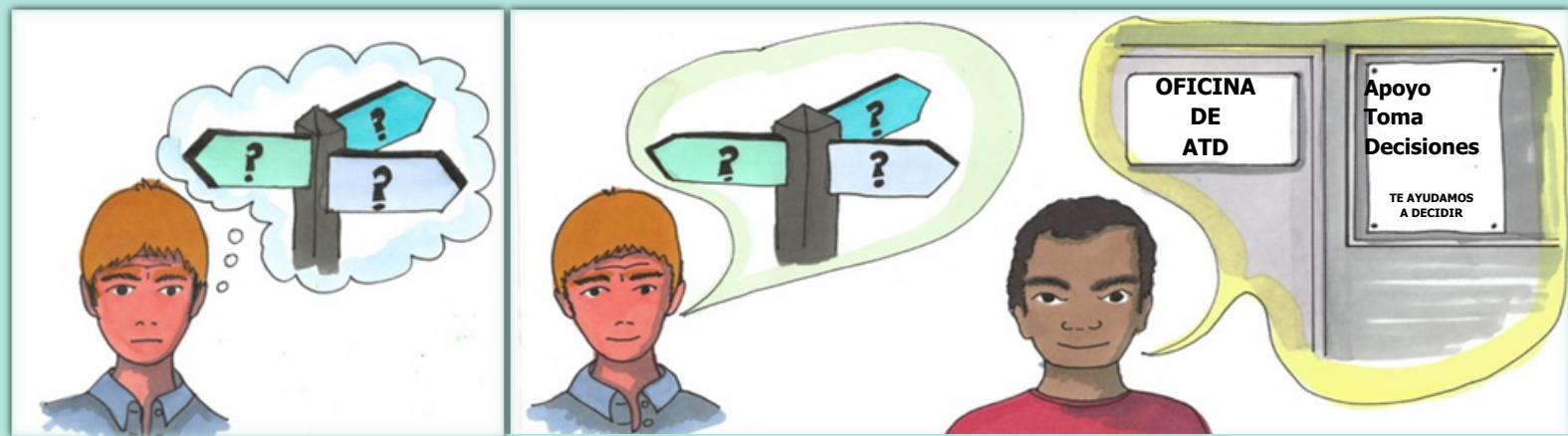


Por ejemplo:

- ¿Cómo usar un condón?
- ¿Qué debo hacer si alguien está abusando de mí?

# “ Apoyo en la toma de decisiones ”

¿Qué es 'ATD' ?



Tom debe tomar una decisión, no sabe qué hacer!

Habla con su amigo, quien le explica que existe un lugar donde ha visto que pueden ayudarle.



Tom llama al lugar

Un hombre llamado Juan, le invita a hablar con él.

Tom explica a Juan que decisión A Tom le preocupaba que las debre tomar. Juan le explica que personas del ATD intentaran decirle que hacer.



Juan le dijo que estaban allí para ayudarle a tomar su decisión, pero que no lo harían por él. Eso sería una toma de decisiones sustituida, no apoyada.



Tom  
persona apoyada

Maria  
El Apoyo

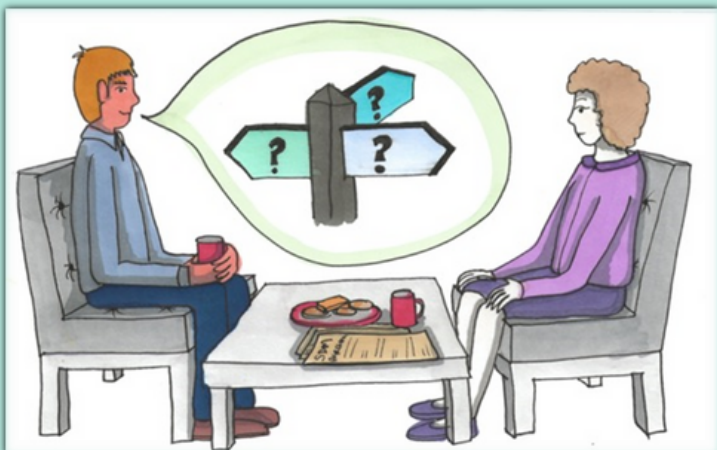
Juan  
El Facilitador

Juan será el facilitador, le explica a Tom cual será su papel que en la toma de decisiones. Juan se asegurará de que todo vaya bien. Luego le presenta a Maria. Será su apoyo. Tom había visto a Maria muchas veces antes, en un grupo al que va. A Tom le gusta Maria.



# “ Apoyo en la toma de decisiones ”

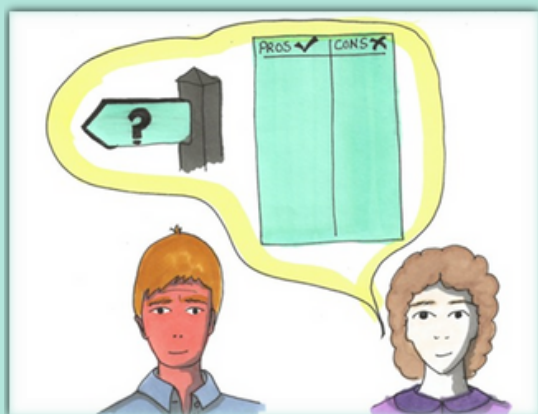
¿Qué es 'ATD' ?



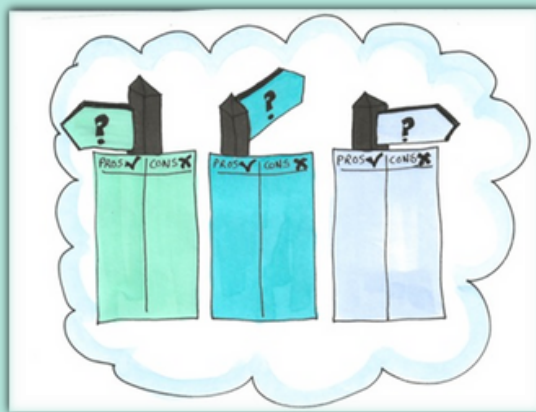
Tom y Maria se reúnen para tomar un café y Tom le cuenta su decisión. Maria le explica a Tom cómo funciona el Servicio ATD.



La siguiente semana se reunieron para rellenar el papeleo del ATD. Primero el Acuerdo de Apoyo. Luego hicieron un Plan Individual sobre cómo podían ayudar a Tom a tomar su decisión



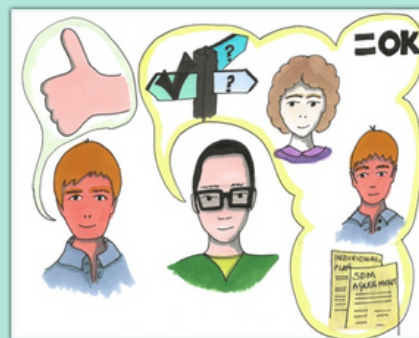
Hablaron de los pros y los contras de cada decisión.



Examinaron los aspectos positivos y negativos de cada decisión.



Hablaron de todas las cosas buenas y malas de la decisión. También hablaron de cómo a algunas personas puede no gustarles la decisión que toma. Pero aunque a algunos no les guste, lo más importante es que él esté contento con su decisión.



Cuando Tom había tomado su decisión con la ayuda del Servicio ATD. Se reunió con Juan, que quería comprobar que Tom estaba contento con todo lo que el servicio ATD había hecho para ayudarlo en su toma de decisiones. Tom estaba muy contento, pensaba que Maria le había ayudado mucho a pensar en las diferentes decisiones que podía tomar y en lo que podría pasar si las tomaba.. Le contó a todos sus amigos lo bueno que era.

# “ Apoyo en la toma de decisiones ”



## El rol de la persona de apoyo

- La persona de apoyo puede ayudarte a tomar decisiones sobre tu sexualidad y tus relaciones.
- Esta persona te escuchará y respetará lo que dices.
- Te ayudará a buscar la información que necesitas para tomar una decisión.

## Una buena persona de apoyo es alguien que:

- **Respetar tu autonomía y dignidad.**
- **Entiende cómo te sientes.**
- **Se comunica de forma clara.**
- **Te escucha.**



Puedes pedir tener una persona de apoyo distinta, si sientes que la que tienes actualmente no te entiende.



“

## Section 2

”

“

## Apoyo en la Toma de Decisiones

”

**Si eres familia, esta sección te servirá de guía para dar apoyo a tus seres queridos e identificar mejor los servicios que apoyan sus derechos sexuales.**



## ATD en servicios de apoyo

Tener ATD establecido y funcionando bien en un servicio es el mejor trampolín posible para apoyar los derechos sexuales de las personas con discapacidad. Además, ATD puede operar en muchas áreas diferentes de la vida de una persona y es un gran beneficio para las personas que usan el servicio, sus familiares y el personal.

Una vez que se establezcan y acepten los 'principios' del ATD en un servicio, será mucho más fácil extender este enfoque a áreas más desafiantes como la de los derechos sexuales. La sexualidad y la expresión sexual es sólo otra área donde la persona apoyada expresa que quiere ayuda para comprenderla y tomar decisiones por sí misma.

“

## **Apoyo en la Toma de Decisiones**

”

**" Apoyo en la Toma de Decisiones" o "ATM" significa que la persona atendida recibe apoyo con la información que le permita tomar sus propias decisiones bien informadas.**

### **DESAFÍOS AL IMPLEMENTAR ATD EN LOS SERVICIOS DE APOYO**

Por supuesto, es posible encontrar resistencias para aplicar ATD y es posible que necesites encontrar aliados/as. Es posible que todavía haya una 'brecha' entre lo que la gente dice que hace y lo que realmente hace.

Aprovecha para escuchar y empoderar a las personas para que tomen sus propias decisiones funciona muy bien. Incluyendo a las personas que aprenden de sus propios errores y deciden probar de otra manera como resultado de que no funcionó bien antes.

# “ Apoyo en la Toma de Decisiones ”

## **NO TENGAS MIEDO A USAR ATD**

Finalmente, es importante reconocer que 'apoyar los derechos sexuales' incluye reconocer y aceptar una amplia gama de comportamientos como coquetear, tomarse de la mano y estar cerca de alguien emocionalmente y físicamente, tener novio/novia (y perderlos también!) y besarse y abrazarse, etc.

Es un gran error suponer o esperar que la promoción de los derechos sexuales de alguien acabe siempre en relaciones sexuales. Sólo porque podría tener ese resultado ¡No significa que debamos actuar y pensar como si siempre fuera a ser así!

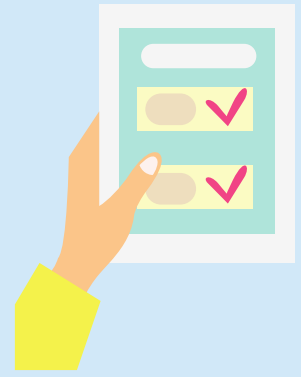
Observa en la sociedad en general y la gran variedad de relaciones sexo afectivas y, (mucho más a menudo) no sexuales, que tienen lugar.

¿Por qué la gama de relaciones que implican las personas con discapacidad debería ser diferente?

“

# Introducción

”



## ALGUNAS REFLEXIONES ANTES DE EMPEZAR

- 1** El primer paso es leer la versión para cuidadores familiares de la guía principal de SMARTS. Esto te dará muchas ideas para reflexionar sobre lo que piensas de verdad y lo que es mejor para tu familiar\*.
- 2** También puede resultarle útil echar un vistazo rápido a las otras versiones de la guía SMARTS, para que puedas tener una idea del tipo de cosas a las que se enfrentan el personal y las entidades de servicios. Siempre es una buena idea conocer y comprender diferentes puntos de vista. Si puedes ponerte en su lugar por un momento y pensar cómo te sentirías si te pidieran que ayudaras a alguien a expresar sus derechos y sentimientos sexuales.
- 3** Asegúrate de comprender qué es el apoyo en la toma de decisiones (ATD) y se claro/a acerca de la gran diferencia entre ATD y la versión antigua (pero mucho más común) llamada Sustitución en la Toma de Decisiones, donde otra persona toma la decisión en nombre de su pariente con discapacidad.

“

# Introducción

”



4

De la misma manera que has hecho una especie de 'viaje' para llegar a tu presente pensando en los derechos sexuales de tu familiar, recuerda que muchos servicios probablemente estén haciendo ese mismo tipo de 'viaje' – O al menos tratando de hacerlo – pero es posible que (todavía) no hayan llegado tan lejos como tú en sus pensamientos y acciones.

5

'Las acciones hablan más que las palabras': no te sorprendas si hay una brecha entre lo que te dicen que es la política de una organización y lo que realmente sucede en un servicio. Por supuesto, esto puede suceder en cualquier aspecto de un servicio (p. ej., comida, tiempo libre, rutinas diarias, etc.), pero es mucho más probable que suceda en áreas como la promoción de los derechos sexuales porque es un tema que presenta muchos desafíos y, a menudo, es más fácil simplemente 'dejar las cosas como siempre han estado'. Puede ser más fácil para todos/as, excepto para la persona a la que se le seguirán negando sus derechos sexuales, ser “más fácil” no lo hace correcto.

# “ Capítulo 1 ”

## Buscando un posible nuevo servicio?



Este Capítulo asuma que está buscando un nuevo servicio para su familiar. Por supuesto que mirar un servicio 'nuevo' también puede significar que puede compararlo con el servicio que su pariente está recibiendo actualmente, o puede ser que este sea el primer servicio de esta naturaleza que tendrá.

**La mejor manera de abordar este problema es separar en tu mente las respuestas a dos preguntas diferentes:**

- ¿Qué dice el servicio sobre este tema?
- ¿Qué hace el servicio con respecto a este tema?

### **QUÉ DICE EL SERVICIO SOBRE LOS DERECHOS SEXUALES Y EL ENFOQUE DEL ATD?**

El enfoque "Esto no es un problema aquí"

Las organizaciones a menudo se enfrentan a preguntas difíciles sobre la sexualidad en formas que desvían u ocultan el problema subyacente.

Por ejemplo, las PcDI pueden estar expresando su sexualidad de diferentes maneras, pero esto no se reconoce, con el riesgo de información errónea y elecciones desinformadas. Si el servicio no reconoce que las personas a las que apoya son seres sexuales, como todos y todas, entonces es más fácil ignorar el comportamiento o las declaraciones (por ejemplo, tomarse de la mano y decir "X es mi novio") como cosas sin importancia.

# “ Capítulo 1 ”

## Buscando un posible nuevo servicio?



### QUÉ HACER PRIMERO?

**Lea toda la información escrita que pueda obtener sobre el servicio.** Si está disponible, también puede solicitar ver sus documentos de políticas y procedimientos.

### QUÉ BUSCAR EN LOS DOCUMENTOS?



- Es importante el reconocimiento y aceptación de lo acordado en la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con discapacidad. Se menciona?
- Busque cualquier referencia al Apoyo en la Toma de Decisiones. ¿Qué se dice sobre cómo se toman las decisiones y quién las toma? ¿Qué se dice (si es que se dice algo) sobre las relaciones entre quienes usan el servicio? ¿Se alienta o acepta el ATD?
- ¿Qué se dice (si es que se dice algo) acerca de las relaciones entre aquellos que usan el servicio y alguien fuera del servicio?
- ¿El servicio está 'centrado en la persona' o 'poniendo a la persona en el centro'? Si es así, ¿da algún ejemplo? de cómo funciona esto en la práctica?
- ¿Es un servicio confesional (por ejemplo, una organización de apoyo católica u ortodoxa)? Si es así, ¿cómo afecta esto a las actitudes y acciones del personal y el enfoque del servicio a los derechos sexuales?



# “ Capítulo 1 ”

## Buscando un posible nuevo servicio?



### Lo más importante: ¿qué NO dicen los documentos?

Si no hay mención de dichos asuntos en ninguna parte de los documentos, entonces se vuelve aún más importante hacer las preguntas correctas!

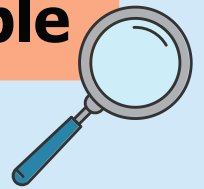
## QUÉ PREGUNTAR?



- ¿Cómo reacciona el personal a la actividad sexual entre las personas que usan el servicio o con personas ajenas al servicio?
- ¿Cuál es la actitud del servicio hacia 'novias y novios'? ¿Están permitidos, simplemente 'tolerados' o alentados?
- ¿Cómo se toman las decisiones con respecto a las personas que usan el servicio?
- ¿Qué capacitación tienen las personas profesionales de atención en torno a las relaciones y la sexo afectividad?
- Pregunte cómo se mantienen confidenciales los registros de las personas a las que apoyan. ¿Quién tiene acceso a ellos?
- ¿Qué información y orientación está disponible para las personas atendidas en el servicio sobre relaciones, derechos sexuales y/o anticoncepción? ¿Esta información es accesible para personas con discapacidad intelectual o de otro tipo?

# “ Capítulo 1 ”

## Buscando un posible nuevo servicio?



- ¿El servicio cuenta con personal (interno o externo) que sean capaces de dar información y orientación a las personas atendidas en el servicio de forma individual sobre las relaciones y la sexo afectividad?
- ¿En qué medida el servicio está dispuesto y es capaz de proporcionar privacidad a los usuarios del servicio para que puedan practicar actividades sexo afectivas?
- Si no puede averiguar cuál es la política de la organización al respecto, sería razonable preguntarle al gerente o profesional que le atienda. Si resulta que la organización no tiene una política/protocolo oficial al respecto, entonces debe preguntar por qué. ¿Pretende el servicio desarrollar uno en un futuro cercano?
- ¿Utiliza el servicio un profesional referente para dedicarse a estos temas? ¿Cómo es esta persona referente? ¿Tu familiar tiene alguna opción en escoger a esta persona? ¿Puede alguien cambiar a su profesional referente si no le agrada?
- Finalmente, está el tema incómodo de cualquier forma de abuso, incluido el abuso sexual, lo importante es cómo lo afronta un servicio. Sería sensato preguntarle al Gerente qué sucedería si se diera un caso de abuso sexual.

# “ Capítulo 1 ”

## Buscando un posible nuevo servicio?



Otra valiosa fuente de información se puede encontrar en los familiares de otras personas que utilizan el servicio. Tenga cuidado con la forma en que aborda este tema porque es posible que no compartan la misma opinión que usted sobre la importancia de apoyar los derechos sexuales de sus familiares en el servicio.

Aun así, normalmente puedes averiguar si el servicio es un lugar donde se sientan felices, que cubre las necesidades individuales y cómo (en términos generales) gestionan las relaciones y los temas de sexo afectividad.

**Por supuesto,** se deben considerar otros derechos y elementos al buscar nuevos proveedores de servicios (como la ubicación, la accesibilidad, el tamaño, el costo, etc.)



**Pero** el derecho a expresar su sexualidad es fundamental y todos los servicios ahora deberían poder responder adecuadamente a esto. **Elegir cualquier servicio no debe significar tener que aceptar que su familiar perderá ninguno de sus derechos humanos en absoluto.**



## “ Capitulo 2 ”

# Mirando al servicio actual?



Este capítulo trata sobre una situación en la que realmente no tiene muchas opciones sobre un cambio servicio; podría ser el único disponible en su área, por lo que lo que puede hacer y decir estará siempre influenciado por otros factores diferentes con la situación del Capítulo 1.

### **No querrá hacer ni decir nada que pueda:**

- Poner la plaza de su familiar en el servicio en peligro pudiendo ser cancelada
- Hacer que su familiar sienta ansiedad o vergüenza con el personal u otras personas atendidas en el servicio debido a lo que usted haya dicho o hecho

### **Igualmente no quieres:**

- Que no se respeten o nieguen los derechos de expresión sexual de tu familiar
- Sentarse de brazos cruzados y no hacer nada para cambiar las viejas/malas prácticas y actitudes
- Logra un cambio positivo solo para tu familiar en el servicio – todo el mundo en el servicio debe tener apoyo para que sus derechos y deseos en el ámbito de la sexo afectividad se cumplan
- Aceptar que no hay nada que puedas hacer para mejorar las cosas

## “ Capítulo 2 ”

# Mirando al servicio actual?



Por lo tanto, al igual que cualquiera que promueve un cambio de actitudes y políticas, está recorriendo un camino difícil. Esto implica encontrar y hacer aliados en este esfuerzo para cambiar los servicios. Puede encontrar 'aliados' en los/las gestores del servicio, entre el personal o en otras/os familiares de las personas que utilizan el servicio. Por supuesto, lo contrario también es cierto: puede encontrar grandes resistencias al cambio en cualquier parte del servicio.

## Primeros pasos para el cambio

En primer lugar, pregunte al personal y otros familiares acerca de cómo piensan que el servicio está implementando lo acordado en la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad? Prepárate para obtener algunas respuestas extrañas, como:

- Simplemente hacemos lo que nos dicen.
- La gente de aquí no puede hacer ese tipo de cosas.
- Sí. Lo sabemos todo. Realmente no se aplica.
- Sí. Hicimos todo eso hace años, nunca ha sido un problema.
- 'Estamos tratando de hacerlo, pero lleva tiempo y esfuerzo y el progreso es lento pero constante.'

La respuesta final es la mejor posible que puedas escuchar. Tu propia experiencia y la de tu familiar con discapacidad bien podrían respaldar lo que escuchas de los demás

## Capítulo 2

# Mirando al servicio actual?



A continuación, obtén una idea clara de cómo se toman ahora las decisiones con respecto a la vida de las personas que utilizan el servicio. Por ejemplo, pregúntate qué le ha pasado a tu familiar en el servicio hasta ahora. Eso debería darte una buena guía.

Piensa en cosas como:

- ¿Estuvo tu familiar con discapacidad presente y pudo expresar sus deseos en cualquier discusión sobre cosas que afectarían su vida? (por ejemplo, cambiarse de habitación/compartir una habitación con una persona nueva, conseguir un trabajo, cambiar su rutina diaria). actividad/rutina, etc.)
- Estabas tú presente e involucrada/o también? ¿Tus puntos de vista influyen en las decisiones?
- ¿Estabas hablando por ti misma/o y/o pensando en tu familiar? ¿Cómo sabías lo que tu familiar quería que sucediera?
- De manera más general, por tu experiencia hasta ahora, ¿las cosas más importantes simplemente "suceden" a las personas que usan el servicio, con limitaciones o ninguna participación en absoluto?

Una vez que tenga una idea clara sobre cómo participan las PcDI del servicio en la toma de decisiones que los afectan, entonces tendrás una mejor idea de que distancia queda aún por 'recorrer' en el camino hacia el Apoyo en la Toma de Decisiones y la promoción de los derechos sexo afectivos en el servicio.

## “ **Capítulo 3** ”

### **Lista de verificación para familiares cuidadores**



Use las preguntas a continuación como una forma de obtener una visión general de lo que está haciendo un servicio para apoyar los derechos sexuales de las personas a las que apoya.

Muchas preguntas no tendrán una respuesta simple Sí/No, por lo que también proporcionamos opciones que le permiten registrar algunas respuestas que muestran cierto nivel de conocimiento/comprensión de la pregunta

No hay una 'puntuación concreta' para un servicio, pero si tiene marcas en la columna "No/nada", entonces quizás debería pensar cuidadosamente en cómo se puede cambiar esa situación.

# Capítulo 3

## Lista de verificación para familiares cuidadores



<p><b>Califique sus respuestas a las siguientes preguntas sobre la impresión general sobre el servicio</b> <b>A su parecer el servicio...</b></p>	<p><b>Sí/ totalmente</b></p>	<p><b>Mayormente</b></p>	<p><b>Más O menos</b></p>	<p><b>Sólo Un poco</b></p>	<p><b>No/ De ninguna manera</b></p>
<p>...conoce CDPD y lo que significa para los derechos sexo afectivos de las personas?</p>					
<p>...trata de implementar estos derechos con éxito en su funcionamiento?</p>					
<p>...sabe lo que es el Apoyo en la Toma de Decisiones (ATD) aún que no lo conozcan por este nombre?</p>					
<p>...hace un buen trabajo en el ATD? Por ejemplo: se les da siempre apoyo a las personas atendidas para que tomen sus propias decisiones sobre su vida?</p>					



“ **Capítulo 3** ”

**Lista de verificación para familiares cuidadores**



<p>...trata temas sobre relaciones y sexo afectividad de manera que tanto usted como su familiar pueda entenderlo?</p>					
<p>...escucha los diferentes puntos de vista de las personas atendidas en el servicio y les apoyan a conseguir sus deseos?</p>					
<p>...escucha lo que opinan los familiares sobre el apoyo que reciben las personas atendidas?</p>					
<p>...tiene políticas claras sobre relaciones y sexo afectividad que respeten los derechos de las personas?</p>					
<p>...en el día a día promocionan los derechos sexo afectivos y la expresión sexual de las personas a las que apoyan</p>					

“ **Capítulo 3** ”

**Lista de verificación para familiares cuidadores**



...tiene experiencia dando apoyo a las personas en la expresión de su sexo afectividad?					
...tiene personal o acceso a profesionales expertos que puedan apoyar y ayudar a las personas con las relaciones y todo lo relacionado con la sexo afectividad?					
...piensa que este tema es necesario hablarlo?					
...actualmente se debate entre lo que dice que debería hacer sobre este tema?					
...pone a la persona atendida en el centro de la toma de decisiones en esta materia?					



SMARTS

**Gracias por la lectura**

**¡Esperamos que este kit de  
herramientas te haya ayudado a  
comprender un poco más este  
aspecto de la vida!**