

AFECTIVIDAD Y SEXUALIDAD



- La sexualidad es una de las maneras que tenemos para expresar nuestros sentimientos y es muy importante para todas las personas.
- La **afectividad** es la capacidad para compartir y demostrar afecto a uno mismo y a los demás.
- **La discapacidad puede afectar** a la afectividad y la sexualidad.
- Cada persona es única y tiene sus **propias necesidades y deseos**.
- Para que las personas con discapacidad puedan **expresar su afecto** es **importante**:
 - Entender qué quiere y cómo se siente
 - Entender su discapacidad
 - Apoyarles y aceptarles

- Para que las personas con discapacidad puedan **disfrutar de su sexualidad** es importante:
 - Educación sexual
 - Que la educación sea accesible e inclusiva
 - Crear un ambiente seguro donde puedan expresar sus necesidades y deseos.
- Los psicólogos dan a las personas con discapacidad **un espacio seguro** para expresarse.
- Gracias a la terapia las personas con discapacidad aprenden a **manejar sus emociones y a expresar su sexualidad de una forma segura.**

Si necesitas ayuda para disfrutar de tu afectividad o sexualidad, **llámanos.**

Preguntas frecuentes

1. **Desafíos en la afectividad y la sexualidad a los que se puede enfrentar una persona con discapacidad**
 - Problemas emocionales.
 - Problemas para relacionarse o comunicarse con los demás.
 - Dificultad para comunicarse con los demás.
 - Baja autoestima.
2. **Beneficios de la terapia de afectividad y sexualidad para personas con discapacidad:**
 - Ayuda a la persona a sentirse mejor
 - Ayuda a la persona a disfrutar de su sexualidad
 - Ayuda a la persona a comunicarse con otras personas
 - Ayuda a la persona a tener relaciones saludables