



Grado en Psicología

Trabajo de Fin de Grado

Curso 2024/2025

Convocatoria Extraordinaria Julio

Modalidad: Propuesta de intervención

Título: Disfrutando de la sexualidad: Una propuesta de intervención dirigida a personas con discapacidad intelectual

Autora: Rosa Verdú Sirvent

Tutora: María José Quiles Sebastián.

Código OIR: Solicitado

Elche a 08 de julio de 2025

ÍNDICE

1. Resumen.....	2
2. Introducción.....	3
3. Propuesta de intervención.....	5
4. Discusión.....	15
5. Bibliografía.....	16
 Anexo A.....	 19
Anexo B.....	20



1. RESUMEN

Tanto el concepto de discapacidad como el de sexualidad han evolucionado a lo largo de los años, pero son pocos los estudios y programas realizados sobre la sexualidad de las personas con discapacidad intelectual. Ello se debe a que se presupone que las personas con discapacidad intelectual no tienen capacidades para poder disfrutar de la sexualidad de forma sana y plena y por ello se les niegan espacios donde poder aprender y desarrollar con naturalidad.

Este programa pretende formar a un grupo de personas con discapacidad de la Associació Somriu d'Ibi en conceptos como la intimidad, las habilidades sociales, el placer, la percepción y el desarrollo del propio cuerpo, la diversidad sexual y la sexualidad saludable para que puedan disfrutar de su sexualidad de forma consciente y plena, además de visibilizar y concienciar a profesionales y familias de la importancia de tratar la sexualidad con naturalidad y como parte de la vida y del desarrollo de la persona.

Palabras Clave: Discapacidad, persona, desarrollo, sexualidad, intimidad, habilidades.



2. INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) la discapacidad se puede definir como un fenómeno complejo, prolongado en el tiempo, que afecta a dimensiones físicas y psicológicas, y el impacto que éstos tienen sobre la persona están relacionados con sus propias características y las del entorno donde reside (Organización Mundial de la Salud, 2001)

La discapacidad intelectual (DI) se define como afecciones de etiologías diversas que se originan en el periodo de desarrollo y que afecta a la función intelectual implicando una serie de limitaciones en la adquisición de habilidades para la vida diaria, de conocimientos y habilidades comunicativas, así como en la comprensión y la adaptación a diferentes contextos. Además, estas limitaciones se verán aumentadas o disminuidas en función del entorno de la persona (Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11), 2019),

Tanto el concepto como la visión que se tiene de las personas con discapacidad ha evolucionado a lo largo de los años. Los primeros enfoques sobre la discapacidad fueron representados por el modelo de la prescindencia, que consideraba a las personas con discapacidad como un castigo divino por los pecados cometidos por sus padres. En consecuencia, se pensaba que las personas con discapacidad no podían aportar nada a la sociedad y acaban siendo apartadas y marginadas (Cuesta et al., 2019).

A partir de la II Guerra Mundial surgió el modelo médico, que explicaba la discapacidad como una enfermedad, con causas médicas. Por tanto, la DI dejó de ser un castigo divino y se consideraba que las personas con discapacidad formaban parte de la sociedad, pudiendo integrarse en ella, aunque se focaliza en las limitaciones de las personas y en las medidas terapéuticas que se necesitan para conseguir esta integración (Cuesta et al., 2019)

En torno a los años 70, surge el modelo Social a partir de las reivindicaciones de las propias personas con discapacidad y las críticas al modelo médico. Desde el Modelo Social se indica que la discapacidad y limitaciones de una persona, no solo tienen porqué ser físicas, sino que también pueden estar influenciadas por la sociedad. (Cuesta et al., 2019)

El modelo social ha ido evolucionando hasta lo que hoy conocemos como el *modelo de Derechos*, que aboga por la igualdad de todas las personas independientemente de sus características y, por ende, que todas las personas tengan las mismas oportunidades y derechos. Este modelo no solo enfatiza la integración de las personas

en la sociedad, sino de que también puedan ser partícipes y puedan alcanzar la autonomía personal decidiendo, planificando y construyendo su propia vida (Cuesta et al., 2019)

La visión de la sexualidad en las personas con discapacidad también ha evolucionado a lo largo de la historia. Durante la mayor parte del siglo XX, se consideraba que las personas con discapacidad intelectual eran seres asexuados o, por el contrario, personas con una sexualidad descontrolada y peligrosa, llevando a realizarse prácticas tan agresivas como la esterilización forzada (Block, 2000)

Durante el enfoque médico, al concebir la discapacidad intelectual como un problema médico, la sexualidad de este colectivo más como un problema que como un derecho y, por tanto, se negaba, mediante políticas restrictivas, el acceso de las personas con discapacidad intelectual a los programas existentes sobre educación sexual (Acosta López, 2022).

Aunque los modelos más actuales reconocen los derechos sexuales como parte de los derechos humanos y se ha reconocido la capacidad de las personas con discapacidad intelectual a conocer, experimentar y disfrutar su sexualidad de forma libre (Cuesta et al., 2019), todavía hay sectores que consideran que las personas con discapacidad no están capacitadas para expresar su sexualidad, tener relaciones de pareja o mantener relaciones afectivosexuales (Losada y Muñiz, 2019). Esto ha favorecido que se mantengan ideas erróneas al respecto como que las personas con discapacidad intelectual son como niños/as, se cree que, si se les da información y formación sobre sexualidad, se les está incitando y se está fomentando que aparezcan conductas sexuales no deseadas y exageradas que son incapaces de controlar y que pueden facilitar que abusen de ellas (Contino y Micheletti, 2019).

Por estas creencias, las personas con discapacidad no suelen tener acceso a información sobre sexualidad y, cuando se les ofrece información al respecto, ésta suele ser contradictoria, difícil de entender y con mensajes negativos o centrados en negar su sexualidad y evitar los abusos (Navarro et al., 2010)

Los estudios existentes sobre la importancia que tiene la afectividad y la sexualidad en la vida de las personas con discapacidad aún son escasos, pero algunos de ellos cuestionan la creencia sobre que las personas con discapacidad intelectual son personas asexuales y, que por tanto, no tienen ningún interés por la afectividad y la

sexualidad (Deffew, 2019). Por otra parte, otros trabajos indican que hay una necesidad de crear espacios seguros para la información y formación sobre esta temática, destinados a este colectivo (Rojas et al, 2015). En esta línea, Honrubia et al. (2022) indicaron que la educación sexual, el aprendizaje de la gestión de emociones y de las habilidades interpersonales son una asignatura pendiente en la educación de las personas con discapacidad intelectual.

Existen diversos programas dedicados a trabajar la educación afectivo-sexual de las personas con discapacidad intelectual como, por ejemplo, NEEducaSEX (*Consejería de Educación del Gobierno de Canarias, 2022*), que es un programa impulsado por la Dirección General de Ordenación, Innovación y Calidad; además también existen diferentes entidades como Plena Inclusión España, que crean sus propias formaciones y materiales adaptados sobre sexualidad para este colectivo como, por ejemplo, una guía con las claves para conocer la sexualidad o su formación anual para profesionales y familiares sobre la sexualidad de las personas con DI (Plena Inclusión España, s.f.)

Sin embargo, trabajos como el Informe sobre relaciones afectivo-sexuales y discapacidad intelectual de Plena Inclusión ponen de manifiesto que el colectivo de personas con discapacidad intelectual muestra una carencia importante de conocimientos, espacios y habilidades adecuadas para desarrollar de forma plena y saludable su sexualidad (Plena Inclusión, 2025)

El objetivo de este TFG es el desarrollo de una propuesta de intervención para el fomento de una sexualidad positiva y saludable en personas con discapacidad intelectual.

3. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

“Disfrutando de la sexualidad” es un programa dirigido a personas adultas con discapacidad intelectual, orientado a promover un desarrollo afectivo y sexual saludable, a través de la información, el desarrollo de actitudes positivas sobre la afectividad y la adquisición de habilidades que faciliten este propósito.

Objetivos

El objetivo de este programa es promover el desarrollo afectivo y sexual saludable en personas con discapacidad intelectual a través de un programa educativo adaptado.

Al finalizar el programa la persona participante será capaz de:

- Conocer la anatomía del cuerpo humano y los genitales en particular.
- Identificar los cambios corporales que se producen durante el desarrollo de la persona.
- Obtener conocimientos básicos sobre el autoconcepto y la aceptación del propio cuerpo y la sexualidad.
- Aprender a respetar la propia intimidad y la de los/las demás.
- Fomentar conductas y prácticas sexuales saludables, seguras y respetuosas individuales y en pareja.
- Adquirir habilidades sociales para mantener una relación interpersonal y sexual y diferenciar los diferentes tipos de relaciones.
- Identificar y conocer las diferentes orientaciones sexuales, expresiones e identidades de género.

Método

Participantes

Los y las participantes serán los usuarios y las usuarias del taller de autogestores de la Associació Somriu, situada en Ibi y que atiende a personas con DI. Este grupo está formado por 8 personas, 4 mujeres y 4 hombres, con edades comprendidas entre 29 y 44 años. Los y las participantes tienen algún tipo de DI o del desarrollo y tienen un nivel cognitivo medio-alto. Ninguno/a de los/las participantes tiene pareja.

La participación en este taller será voluntaria.

La Associació Somriu se fundó en 2017 y se dedica, principalmente, al ocio y la autonomía de las personas con discapacidad intelectual mediante diferentes programas y talleres.

Variables e instrumentos

Se realizará una valoración pre (antes del inicio del taller) y post (en la última sesión). para poder valorar los cambios y si se han conseguido los objetivos. Además se llevará a cabo un seguimiento a los 6 y 12 meses, en la propia entidad, mediante entrevistas individuales. Los cuestionarios de evaluación se facilitarán al principio del

taller y al finalizar este, en la última sesión. La asistencia será evaluada durante las sesiones.

Los métodos de evaluación serán los siguientes:

- Para evaluar el conocimiento de la anatomía del cuerpo humano se utilizarán pictogramas para identificar las diferentes partes del cuerpo.
- Para la evaluación de la identificación de los cambios corporales se elaborará una línea de tiempo donde tengan que situar los pictogramas, elaborados específicamente para la evaluación, relacionados con los cambios que se producen durante el desarrollo.
- Para evaluar la autoestima se utilizará la *Escala de Autoestima de Rosenberg* (Rosenberg 1965), en la adaptación española realizada por Atienza, Moreno y Balaguer (2000). Se trata de una escala de 10 ítems, 5 positivos y 5 negativos, que evalúa la autoestima a través de una escala Likert de 4 puntos (1 = Muy en desacuerdo, 2 = En desacuerdo, 3 = De acuerdo y 4 = Muy de acuerdo) (González, et al., 2000). Tiene un alfa de Cronbach de 0.86, por lo que tiene una fiabilidad moderada/alta (Góngora & Casullo, 2009).
- La evaluación del respeto a la intimidad y el fomento de las prácticas sexuales saludables y seguras se llevará a cabo con un cuestionario visual, elaborado ad hoc, donde haya diferentes dilemas y tengan que señalar si está bien o no.
- Para saber si se han adquirido los conocimientos sobre habilidades sociales y relacionales, se utilizará un juego de tarjetas con diferentes situaciones y tipos de relaciones y tendrán que identificarlas. Se elaborará expresamente, ya que no se ha encontrado ningún juego o cuestionario adaptado a personas con discapacidad.
- Y para evaluar los conocimientos adquiridos sobre las diferentes orientaciones sexuales y expresiones e identidades de género, se elaborarán una serie de pictogramas para realizar una clasificación.

Evaluación de necesidades

Para conocer las necesidades de las personas con DI, se realizó una entrevista creada para este programa, Entrevista sobre la necesidad de crear un programa de intervención sobre sexualidad y afectividad para personas con discapacidad intelectual (Anexo A). Se entrevistó a la presidenta de la asociación y a la madre de una de las personas del grupo de participantes para comprobar, de parte de dos personas que tienen contacto directo con este colectivo, la necesidad de trabajar y profundizar en la sexualidad de las personas con discapacidad intelectual y conocer su opinión acerca

de las necesidades que creían que tiene este colectivo respecto a este tema, y si consideraban que era importante trabajar la sexualidad y qué tipo de habilidades creen que se deben trabajar.

La presidenta de Somriu consideró que es muy importante que se trabaje la sexualidad porque forma parte de la vida de las personas y la mayoría de las personas con discapacidad no tienen acceso a información sobre ello, además pensaba que la sexualidad se debería trabajar desde que son pequeños/as para que conozcan todo su desarrollo y los cambios que se producen en su cuerpo y en sus gustos y deseos y que se debería de trabajar tanto en los colegios, como hacer charlas en asociaciones y centros a los que acuden las personas con discapacidad. También comenta que las cosas que cree que son importantes a la hora de trabajar la sexualidad con las personas con discapacidad, son las habilidades sociales, ya que a muchas personas les cuesta relacionarse o establecer algún tipo de relación con otras personas que no sean su familia y los profesionales de los recursos a los que van; la intimidad, puesto que a lo largo de la vida las personas con discapacidad intelectual necesitan ayuda para realizar actividades de la vida diaria y comparten su intimidad con cuidadores y no saben establecer muy bien los límites; y el placer y conocimiento del propio cuerpo, puesto que muchas personas quizá no lleguen a tener pareja y es importante satisfacer las necesidades sexuales, aunque sea con uno/a mismo/a.

Por otro lado, la madre de la persona con discapacidad comentó que es importante trabajar la sexualidad desde que son pequeños/as porque cuando llegan a la adolescencia surgen todas las dudas y las necesidades de repente y la familia, en ocasiones, se ve desbordada y no sabe cómo actuar, por ello comentan que creen que se debería tratar en el colegio y que deberían existir programas específicos sobre sexualidad para personas con discapacidad. Comentan que, al menos su hijo, no tiene apenas conocimiento sobre los cambios de su cuerpo y creen que, en general, las personas con discapacidad no suelen saber por qué tienen erecciones, qué cosas les dan placer o incluso, no saben identificar qué les gusta o qué no. Dicen que para ellos/as lo más importante para trabajar en un programa de sexualidad sería la intimidad y los espacios apropiados para masturbarse, tener relaciones sexuales, etc., la salud sexual y saber con quién pueden tener relaciones y qué tipo de relación tienen con cada persona porque algunas veces las confunden.

Por todo lo dicho anteriormente es importante realizar programas para informar y formar a las personas con discapacidad intelectual en materia de sexualidad para que puedan ejercer sus derechos y cubrir sus necesidades de forma sana y plena.

En el momento de aplicar el taller, se entrevistará a la persona encargada del taller de autogestores mediante una entrevista (Anexo B) creada para este programa, con preguntas abiertas, para poder evaluar qué conocimientos sobre afectividad y sexualidad cree que tienen, a nivel general, las personas del taller y ajustar las sesiones a las necesidades reflejadas en la entrevista. En primer lugar, se citará a las familias para explicarles en qué consiste el programa, el contenido de las sesiones, además de hacer hincapié en la importancia que han transmitido las personas entrevistadas sobre la realización de un programa sobre sexualidad y afectividad.

Seguidamente se mantendrá una reunión con los usuarios y las usuarias de la asociación para explicarles en qué consiste el programa, solicitar su consentimiento para participar en él y realizar la primera evaluación de los conocimientos que tienen.

Diseño de las sesiones

El taller cuenta con 5 sesiones, de 90 minutos de duración, que se impartirán con una periodicidad semanal, los viernes en horario de 18:00 a 19:30, en la sede de la Associació Somriu. Todas las sesiones tendrán una estructura similar en la que se iniciará con una breve introducción de lo que se va a trabajar en la misma y se hará un breve repaso de lo trabajado en la anterior; se hará una lluvia de idea o una serie de preguntas para conocer qué saben sobre lo que se va a tratar en la sesión; seguirá con un contenido algo más teórico y se utilizarán diferentes dinámicas, documentos, pictogramas, vídeos, etc. para hacer más práctica y amena las sesiones. Para finalizar las sesiones se realizará una pequeña reflexión sobre lo trabajado durante ésta.

. Para impartir el taller será necesario el uso de materiales, como bolígrafos, folios en blanco, pizarra, proyector, ordenador, cartulinas, rotuladores, material gráfico, pictogramas, etc.

Sesión 1. Conociendo la diversidad
Objetivo: Identificar y conocer las diferentes orientaciones sexuales, expresiones e identidades de género.
Descripción: - Lluvia de ideas sobre cada concepto (sexo, género, orientación sexual, roles de género, identidad de género, expresión de género, etc.) y se anotarán en una pizarra las respuestas que den a cada concepto. - Explicación de cada concepto con apoyo de una presentación en power point con explicaciones breves e imágenes. Al finalizar la presentación se realizarán las siguientes preguntas para ver si han comprendido los conceptos: - ¿Es lo mismo género que sexo? - ¿Qué significa ser homosexual? - Una persona que nace con genitales femeninos, pero se siente hombre y hace el cambio, sería una persona _____ - Si una mujer se viste y se expresa como se supone que se debe expresar un hombre, estamos hablando de _____ - Cuando una persona dice que la carrera de enfermería es para mujeres y la de medicina es para hombres, hace referencia a _____ - Actividad: Se formarán dos parejas y un trío de forma aleatoria. Los grupos se sentarán separados y se les proporcionará rotuladores y post-its. En la pizarra se escribirá Hombre y Mujer. Se irán diciendo una serie de palabras que tendrán que escribir en los papelitos y debatir en qué parte lo van a poner (hombre, mujer, o en el centro si creen que pueden ser/realizarlo ambos). Luego tendrán que salir a la pizarra y explicar por qué han tomado esa decisión. Las palabras serán las siguientes: Falda, pantalón, pintalabios, magisterio, medicina, ingeniería, cuidar a alguien, cocinar, querer a un hombre, querer a una mujer, tener el pelo largo, tener el pelo corto, llevar pendientes. Cuando hayan salido todos los grupos se hará una pequeña reflexión sobre si todos están de acuerdo o no en lo que han puesto los demás, si hay algo que cambiarían de columna y se hará una pequeña explicación sobre los roles de género. - Se retomará la lluvia de ideas del principio de la sesión y se repasarán los conceptos y las definiciones y se hará una reflexión sobre todo lo que se ha trabajado en la sesión. También se les pedirá que traigan fotos suyas de cuando eran pequeños/as y de cuando tenían unos 15 años.

Sesión 2. ¿Cómo es mi cuerpo?
Objetivo: - Conocer la anatomía del cuerpo humano y los genitales en particular. - Identificar los cambios corporales que se dan durante el desarrollo de la persona. - Obtener conocimientos básicos sobre el autoconcepto y la aceptación del propio cuerpo y la sexualidad.
Descripción: - Para iniciar la sesión se hará un pequeño recordatorio de lo que se trabajó en la sesión anterior. - Actividad: se pedirá que enseñen a sus compañeros/as las fotos que tenían que traer para la sesión y que dijeran qué edad tenían aproximadamente y qué cosas les gustaba hacer o qué cosas estaban haciendo en las fotos y qué cosas les gusta hacer ahora. También se les pedirá que piensen en qué cambios ha sufrido su cuerpo a lo largo de su vida (altura, peso, pelo corporal, crecimiento de partes del cuerpo, etc.) - Exposición: Con ayuda de una presentación, se explicarán los diferentes cambios que sufren mujeres y hombres desde la infancia hasta su edad (crecimiento de senos y genitales, crecimiento de vello en el cuerpo, aparición de la menstruación, poluciones nocturnas, etc.) Se hará una reflexión sobre que el cuerpo, al igual que nuestros gustos cambian y se transforman a lo largo de nuestra vida. - Para continuar se hará una explicación más exhaustiva sobre la anatomía de los genitales masculinos y femeninos, sobre las zonas erógenas, los gustos y el placer. Así como de los diferentes cuerpos y la aceptación de las diferencias. - Luego se hará una dinámica llamada “¿Cómo soy? ¿Cómo me ven?”. A cada participante se le dará un papel en el que tendrán que poner su nombre por ambas caras y en una cara tendrán que escribir ¿Cómo soy? Y 3 adjetivos que les definan. Por la otra cara tendrán que escribir ¿Cómo me ven? Una vez hayan escrito esto le darán la hoja a la persona encargada del taller y ésta repartirá las hojas de forma aleatoria para que a nadie le toque su hoja y tendrán que escribir en la parte de ¿Cómo me ven? 3 adjetivos que describan a la persona que les ha tocado. Después tendrán que ver si coinciden los adjetivos de ambas caras y se hará una reflexión sobre los adjetivos que se les ha puesto a cada uno/a y la importancia de valorarse a uno/a mismo/a. - Para finalizar se hará una reflexión sobre todo lo que se ha trabajado en la sesión.

Sesión 3. La intimidad
Objetivo: Aprender a respetar la propia intimidad y la de los/las demás.
Descripción: - Para iniciar la sesión se hará un pequeño recordatorio de lo que se trabajó en la sesión anterior. - A continuación, se hará una explicación mediante un PowerPoint sobre qué es la intimidad en diferentes ámbitos (redes sociales, secretos personales, secretos de los demás, gustos, espacios personales, el cuerpo) - Seguidamente se hará una dinámica que se llama “Este es mi cuerpo” en el que tendrá que dibujar cada persona su cuerpo por delante y por detrás. A cada persona se le darán 3 colores (amarillo, rosa y azul) y se les dirá que pinten de color: - Azul: las partes del cuerpo que no les incomoda que sean tocadas por personas tanto conocidas o desconocidas. - Amarillo: Partes del cuerpo que pueden ser tocadas por personas que conocen y que sienten cercanas. - Rosa: Partes del cuerpo que solo pueden tocarse ellos/as o persona/s de mucha confianza. Cuando lo hayan terminado, tendrán que ponerlo en común y explicar por qué han decidido pintar x partes con x color y ver y reflexionar sobre las diferencias de cada persona. - También se realizará una serie de preguntas sobre diferentes situaciones para que respondan qué haría cada uno/a de ellos/as en cada una de ellas y se hará una reflexión de sus respuestas. Las situaciones son las siguientes: - Un/a amigo/a te pide el teléfono para que le enseñes tus conversaciones con otras personas. - Una persona te cuenta un secreto y te pide que no se lo digas a nadie. Pero otra persona te ha visto con ella y te pide que le cuente lo que habéis estado hablando. - Vais andando por la calle y una persona que no conocéis de nada os da un abrazo. - Estáis de fiesta en una discoteca y una persona os toca el culo. - Una persona que conocéis de una noche os dice que os quiere llevar a casa. - Para finalizar se hará una reflexión sobre todo lo que se ha trabajado en la sesión.

Sesión 4. ¿Quién es quién?
Objetivo: Adquirir habilidades sociales para mantener una relación interpersonal y sexual y diferenciar los diferentes tipos de relaciones.
Descripción: - Para iniciar la sesión se hará un pequeño recordatorio de lo que se trabajó en la sesión anterior. - A continuación, se hará una lluvia de ideas sobre qué son las habilidades sociales y para qué sirven. Después se realizará una breve explicación teórica sobre e - Después se hará un juego de mímica en que cada participante tendrá que expresar una emoción y el resto de las personas tendrán que adivinar de cuán se trata y tendrán que decir una situación que les haga sentirla. - Luego se presentarán diferentes situaciones en las que cada persona tendrá que pensar que haría o como actuaría y cómo se sentiría y luego lo pondrán en común. Situaciones: - Estoy en una discoteca con mis amigos/as y una persona se me acerca para pedirme el teléfono. - Estoy en un restaurante y el/la camarero/a me dice que se me ha manchado el pantalón por detrás. - Le digo a otra persona que me gusta y ésta me dice que yo no le gusto. - Estoy con mi pareja y ella insinúa que quiere tener relaciones sexuales, pero yo no quiero. - Una persona me da un beso y quiere darme más, pero a mí no me gusta. - A continuación, se hará una lluvia de ideas sobre qué tipos de relaciones creen que existen y se escribirán en una pizarra. Cuando hayan terminado, la persona encargada explicará los diferentes tipos de relación (De amistad, circunstancial, familiar, de pareja o íntima, de rivalidad y superficial) Después de la explicación, los/las participantes, tendrán que poner un ejemplo de una persona que conozcan dentro de cada tipo de relación y qué situaciones se pueden dar dentro de cada relación. - Para finalizar se hará una reflexión sobre todo lo que se ha trabajado en la sesión.

Sesión 5. Hablemos de sexo
Objetivo: Fomentar conductas y prácticas sexuales saludables, seguras y respetuosas individuales y en pareja.
Descripción: - Para iniciar la sesión se hará un pequeño recordatorio de lo que se trabajó en la sesión anterior. - A continuación, se hará una lluvia de ideas sobre la masturbación, qué son las zonas erógenas, en qué condiciones y espacios se puede masturbar una persona, juguetes sexuales, etc. para conocer qué cosas saben y qué cosas no. Luego se pondrá una presentación sobre la masturbación, en qué condiciones debe hacerse (espacio, higiene, si no es placentero no hay que seguir, preparación, excitación, etc.), y se visionará la web de https://www.platanomelon.com/ para ver diferentes juguetes para la masturbación y cómo se utilizan. - Después se presentarán los diferentes tipos de anticonceptivos (condón vaginal, preservativo para hombres, pastillas anticonceptivas y anillo) cómo funcionan y cómo se colocan y para qué sirven (prevención de embarazo y transmisión de ETS) - También se hará un role playing en el que se pedirá a dos personas voluntarias para escenificar cada situación y ellos/as tienen que inventarse el final de la situación. Cada persona tendrá un papel y no sabrá qué papel tiene la otra persona, solo sabrán la situación. Las situaciones son las siguientes: - Situación 1: Marta y Laura están besándose apasionadamente y sube la temperatura. Marta quiere tener relaciones sexuales con Laura, pero a Laura no le apetece. Marta no le ha dicho nada a Laura y Laura tampoco le ha dicho nada a Marta. ¿Qué hará Marta? ¿Y Laura? - Situación 2: Pepe y Andrea van a tener relaciones sexuales por primera vez. Pepe no quiere ponerse el preservativo y quiere convencer a Marta para que lo haga sin condón. Andrea tiene miedo de que no le guste el sexo con Pepe. - Situación 3. María, Ferran y Antonia están en una cafetería tomando un refresco y charlando sobre sus relaciones sexuales con otras personas. Ferran les tiene que contar a Antonia y María que el otro día tuvo relaciones sexuales con una persona y no le gustó porque no le dijo qué cosas le gustan a él en el sexo y les tiene que pedir consejo. - Para finalizar se hará una reflexión sobre todo lo que se ha trabajado en la sesión.

4. DISCUSIÓN

La sexualidad de las personas con discapacidad intelectual, ha sido históricamente, invisibilizada y llena de tabúes y prejuicios, lo que ha llevado a este colectivo a la exclusión de poder disfrutar y ejercer su derecho a tener una vida afectiva y sexual plena, además de favorecer su vulnerabilidad frente a situaciones de abuso (Fernández - Rouco et al., 2018)

La importancia de abordar este tema también reside en la reticencia de algunas familias de personas con DI y en la falta de herramientas de otras para abordar la sexualidad de sus familiares con DI, optando por evitar el tema pensando que así lo controlan (Gil Llarío y Ballester, 2020).

Este TFG presenta una propuesta de intervención para promover el desarrollo afectivo y sexual saludable en personas con discapacidad intelectual a través de un programa educativo adaptado. Esta propuesta surge de la experiencia que refieren entidades como Plena Inclusión sobre la implementación de programas afectivo-sexuales, es que las personas con discapacidad intelectual que reciben este tipo de formaciones mejoran el conocimiento de su cuerpo, el conocimiento de las normas sociales, establecen relaciones más respetuosas y mejora la percepción de sí mismos/as (Acosta López, 2022).

La propuesta de intervención que se presenta en este trabajo se basa en la formación de un grupo de personas con DI para que conozcan los diferentes tipos de relaciones interpersonales, así como la diversidad sexual y de orientaciones. Formarles en habilidades sociales para poder mantener una relación interpersonal y sexual sana y placentera. Además de dotarles de conocimientos sobre el propio cuerpo y su intimidad.

Los resultados que se esperan con la realización de este programa es que las y los participantes conozcan su cuerpo y el desarrollo del mismo, que sepan la importancia de respetar su intimidad y qué espacios existen para realizar prácticas sexuales con ellos/as mismos/as o con otras personas.

Después de haber participado en el programa se espera que puedan mantener relaciones sexuales saludables y puedan acceder de forma autónoma a páginas e información relacionada con la sexualidad y el placer.

También se pretende que sean capaces de identificar su orientación sexual, respetar la de las demás personas, además de poder establecer una relación afectiva y/o sexual basada en el respeto.

Las limitaciones que se pueden encontrar a la hora de realizar el programa por parte de las familias son que el contenido de alguna de las sesiones les parezca inapropiado o demasiado explícito y que prefieran que los temas más relacionados con el sexo o la masturbación se separen por grupos en chicos y chicas. Por parte de las personas con discapacidad intelectual que participen puede suceder que tengan vergüenza a la hora de contar según qué cosas o hablar de ciertos temas. Además, puede que no pongan en práctica todo lo aprendido en el programa. Por ello sería interesante, después de realizar este programa, poder hacer una evaluación a medio y largo plazo para saber si las personas que han participado han aplicado en su día a día todo lo aprendido y poder continuar realizando el programa con otros grupos de personas, adaptándolo, si hiciera falta, a las necesidades específicas de cada grupo.



5. BIBLIOGRAFIA

Acosta López, J. (2022). *La sexualidad en personas con discapacidad intelectual: Revisión y reflexiones actuales* [Trabajo fin de máster, Universidad de Almería].

Block, P. (2000). Sexuality, fertility, and danger: Twentieth-century images of women with cognitive disabilities. *Sexuality and Disability*, 18(4), 239–254. <https://doi.org/10.1023/A:1021451105083>

Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes del Gobierno de Canarias. (2022). *Programa NEEducaSEX: Buenas prácticas en el acompañamiento afectivo-sexual y socio-relacional del alumnado con N.E.E.* Dirección General de Ordenación, Innovación y Calidad. <https://sexualidadydiscapacidad.es/proyectos/needucasex>

Contino, A. M., & Micheletti, A. (2019). Niñez eterna. La infantilización en la discapacidad intelectual. *F@ro: Revista Teórica del Departamento de Ciencias de la Comunicación*, 1(29), 5. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7070507>

Cuesta, J., de la Fuente, R., & Ortega, T. (2019). Discapacidad intelectual: Una interpretación en el marco del modelo social de la discapacidad. *Controversias y Concurrencias Latinoamericanas*, 10(18), 85–106. <https://ojs.sociologia-alas.org/index.php/CyC/article/view/93>

Deffew, A. (2019). *Intimate relationships and sexuality for adults with an intellectual disability: Exploring the views of adult intellectual disability service providers and their staff members* (Versión 1) [Tesis de maestría, University of Limerick]. <https://hdl.handle.net/10344/8573>

Díaz Rodríguez, I. M., Gil Llario, M. D., Ballester Arnal, R., Morell Mengual, V., & Molero Mañes, R. J. (2014). Conocimientos, comportamiento y actitudes sexuales en adultos con discapacidad intelectual. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 415–422. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v3.519>

Fernández-Rouco, N., Fernández-Fernández, M., González-López, M. J., & Crespo, M. (2018). Sexuality and people with intellectual disability: A meta-ethnographic synthesis. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, 43(3), 267–278. <https://doi.org/10.3109/13668250.2017.1287887>

Gil Llario, M. D., & Ballester, R. (2020). Educación sexual en personas con discapacidad intelectual: Avances y desafíos. *Sexualidad y Discapacidad*, 38(2), 149–162. <https://doi.org/10.1007/s11195-019-09584-4>

Laguado, P. V. (2006). La sexualidad en la discapacidad funcional. *Revista Ciencia y Cuidado*, 3(3), 156–162. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=179817547002>

Losada, A. V., & Muñiz, A. M. (2019). Sexualidad en sujetos con discapacidad intelectual: Mitos y prejuicios como factores de riesgo y vulnerabilidad al abuso sexual. *Revista Española de Discapacidad*, 7(1), 145–164.

Navarro, Y., Torrico, E., & López, M. J. (2010). Programa de intervención psicosexual en personas con discapacidad intelectual. *Educación y Diversidad*, 4(2), 75–92.

Organización Mundial de la Salud. (2001). *Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud (CIF)*. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43360/9241545445_spa.pdf

Pérez, M. H., Sánchez, E., Delgado, M. R., Barbancho, F., & Baldó, M. Y. (2022). La educación sexual como derecho de las personas con discapacidad: Ejemplo de experiencia educativa en sexualidad desarrollada en un título universitario propio. *Anales de Derecho y Discapacidad*, (7), 335–345. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8606044>

Plena Inclusión. (2025). *Informe sobre relaciones afectivo-sexuales y discapacidad intelectual*.

Plena Inclusión España. (s. f.). *Sexualidad y discapacidad intelectual*. <https://www.plenainclusion.org/discapacidad-intelectual/ambito/sexualidad/>

Pownall, J. D., Jahoda, A., & Hastings, R. P. (2012). Sexuality and sex education of adolescents with intellectual disability: Mothers' attitudes, experiences, and support needs. *Intellectual and Developmental Disabilities*, 50(2), 140–154. <https://doi.org/10.1352/1934-9556-50.2.140>

Rojas, S., Haya, I., & Lázaro, S. (2015). Necesidades afectivo-sexuales en personas con discapacidad intelectual: Claves para construir propuestas formativas desde la experiencia subjetiva. *Revista Española de Discapacidad*, 3(2), 41–54. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5295796>

Schalock, R. (2009). La nueva definición de discapacidad intelectual, apoyos individuales y resultados personales. *Siglo Cero*, 40(1), 22–39.

Verdugo, M. A. (2003). Análisis de la definición de discapacidad intelectual de la Asociación Americana sobre Retraso Mental de 2002. *Siglo Cero*, 34(1), 5–19. <https://bit.ly/3tEJMPL>

ANEXO A

Entrevista sobre la necesidad de crear un programa de intervención sobre sexualidad y afectividad para persona con discapacidad intelectual

1. ¿Crees que es importante que se trabaje la sexualidad de las personas con discapacidad intelectual? ¿Por qué?
2. ¿Consideras que las personas con discapacidad conocen su cuerpo y los cambios que se producen en él? ¿Dónde crees que deberían aprenderlo?
3. ¿Cómo crees que ven y viven las personas con discapacidad su intimidad y la de los/las demás?
4. ¿Qué crees que saben las personas con discapacidad sobre las prácticas sexuales saludables y seguras?
5. ¿Crees que en los centros educativos, asociaciones, etc. se trabajan las habilidades para mantener una relación de pareja y/o sexual saludable? ¿Consideras que se debería de potenciar más?
6. ¿Qué habilidades crees que se deberían de trabajar en el programa para que una persona con discapacidad fuera capaz de mantener una relación de pareja y/o sexual saludable?

ANEXO B

Entrevista sobre necesidades y conocimientos que tienen las personas con discapacidad intelectual sobre sexualidad y afectividad.

1. ¿Crees que las personas con discapacidad intelectual están informadas y formadas sobre sexualidad? ¿Por qué?
2. ¿Qué cosas crees que saben las personas del grupo de autogestores sobre su propio cuerpo y el desarrollo de este?
3. ¿Crees que las personas de este grupo están familiarizadas con los conceptos sexo, género, expresión de género, orientación sexual, etc.? ¿Consideras que es importante que lo estén?
4. ¿Consideras que las personas de este grupo saben lo que es la intimidad de cada uno/a y respetan la de los demás?
5. ¿Piensas que saben diferenciar diferentes tipos de relaciones, por ejemplo, de amistad, laboral, íntima, etc.?
6. ¿Consideras que las personas de este grupo poseen las suficientes habilidades y estrategias para poder mantener una relación sexual satisfactoria y sana? ¿Qué habilidades crees que tienen y cuáles consideras que deberían aprender?