



## Educazione sessuale in un

### Scheda introduttiva su [La salute sessuale e riproduttiva](#)

“**La salute sessuale** è uno stato di benessere fisico, emotivo, mentale e sociale relativo alla sessualità; non consiste nella semplice assenza di malattia, disfunzioni o infermità” così come dichiarato dall’OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) e continua “La salute sessuale richiede un approccio positivo e rispettoso alla sessualità e alle relazioni sessuali come pure la possibilità di fare esperienze sessuali piacevoli e sicure, libere da coercizione, discriminazione e violenze.”<sup>1</sup>

Una componente importante della salute sessuale è la libertà di scegliere in modo consapevole e sicuro se e quando avere figli. La contraccezione è definita come l’insieme dei metodi per evitare una gravidanza non desiderata. Sono diversi i metodi contraccettivi tra questi i metodi naturali (per esempio basati su temperatura, ovulazione, etc.), di tipo ormonale (pillola, etc.) , meccanici (diaframma, preservativo, etc.) e persino chirurgici (sterilizzazione e vasectomia).

La scelta del metodo contraccettivo è fondamentale per la salute della donna e più in generale in un’ottica di salute sessuale della coppia. Per questo è cruciale l’accesso ad una corretta informazione sui diversi metodi contraccettivi e sui loro vantaggi o eventuali controindicazioni in termini di salute, relativamente alla propria condizione fisica, relazionale e culturale.

La disponibilità di centri di consulenza specializzati a disposizione anche e soprattutto alle donne più giovani rappresenta un altro tassello che garantisce un buon livello di salute sessuale.

Un metodo contraccettivo d’urgenza è la pillola del giorno dopo che inibisce l’ovulazione e impedisce ad un eventuale ovulo fecondato di annidarsi nell’utero. In Svizzera è possibile chiederla dai 16 anni senza prescrizione medica.

In caso di gravidanza non desiderata in Svizzera è possibile interromperla entro le prime 12 settimane.

La decisione se proseguire la gravidanza o interromperla deve spettare alla donna che ha il diritto di prendere una decisione consapevole in totale libertà.