



autism  
NOW

The National Autism  
Resource & Information Center

A national initiative of The Arc



The Arc™



# Relaciones y Sexualidad

**Muchos suponen que a las personas que tienen autismo y otras discapacidades del desarrollo no les interesa desarrollar relaciones amorosas.**

Sin embargo, construir relaciones y aprender acerca de la sexualidad son deseos muy naturales que todas las personas tienen y desean expresar. Es importante que los seres queridos apoyen el desarrollo de estas relaciones para que las personas puedan alcanzar una calidad de vida plena.

***¿Es posible que las personas con autismo y otras capacidades del desarrollo tengan relaciones amorosas e íntimas?***

Sí. El deseo de conectarse con otra persona y de construir una relación gratificante existe en todos. Las personas dentro del espectro autista suelen experimentar problemas en la formación de relaciones a causa de dificultades para comunicarse con otros y reconocer señales no verbales. Sin embargo, con apoyo, las personas con discapacidades pueden superar sus dificultades y sostener relaciones y matrimonios felices.

***¿De qué depende el éxito de una relación?***

Los factores que contribuyen al éxito de las relaciones que involucran a personas con autismo y otras discapacidades del desarrollo son idénticos a los que contribuyen al éxito de las relaciones de todas las demás personas. Estos incluyen:

- **Comprensión.** Debido a que la comunicación con otros puede resultar difícil para las personas con autismo, las potenciales parejas deben conocer y aceptar la manera en que una persona con autismo se comunica e interactúa con los demás. Al mismo tiempo, una persona con autismo u otra discapacidad del desarrollo debe conocer cómo su pareja puede comunicarse e interactuar con ella y las demás personas.
- **Apoyo.** En una relación, es importante que los miembros de la pareja se alienten y apoyen mutuamente. Deben aceptarse como son, entender que el otro tiene defectos e intentar encontrar un punto medio que los haga sentir cómodos.
- **Comunicación abierta y honesta.** En una pareja, no se puede esperar leerle la mente al otro. En cambio, cada uno debe expresar sus preferencias, necesidades y cosas que le disgustan de manera respetuosa y explícita.

***¿Qué es la sexualidad?***

La sexualidad es "una necesidad básica y un aspecto del ser humano que no se puede separar de los demás aspectos de la vida" (Organización Mundial de la Salud, 1975). La sexualidad implica la expresión de nuestros pensamientos, sentimientos y emociones respecto de un hombre o una mujer. La sexualidad es más que la simple intimidad física; expresa cómo nos sentimos con respecto a nosotros mismos y a los demás.

## Tres Mitos Comunes sobre Personas con Discapacidades y Sexualidad

por Self-Advocates Becoming Empowered (SABE)



### **Mito #1: A mi hijo no le interesa el sexo. Mi hijo es asexual.**

Todas las personas son seres sexuales. Todos necesitamos amor e intimidad. Tener sentimientos sexuales es una parte normal del crecimiento y del desarrollo.

### **Mito #2: Mi hijo nunca tendrá necesidades ni sentimientos adultos.**

Su hijo o hija crecerá y se convertirá en adulto. Esto quiere decir que las necesidades y los deseos de una persona pueden cambiar. Es hora de mirar al futuro y prepararse para ello. Es importante reconocer la sexualidad de los hijos y ayudarlos a aprender cómo participar equitativamente en una relación íntima.

### **Mito #3: Si hablo de sexo, puedo alentar a mi hijo a experimentar un comportamiento indeseable e inadecuado.**

No existen pruebas de que enseñar información sobre sexualidad promueva actos inadecuados. De hecho, las personas que tienen un mejor entendimiento de sus creencias, de ellos mismos como seres sociales y sexuales y de las posibles consecuencias de su comportamiento tienen menos probabilidades de ser engañados y explotados por sus pares.

### **Recursos:**

#### **Dating, Marriage, and Autism: A Personal Perspective**

By Stephen Shore

<http://legacy.autism.com/individuals/datarau.pdf>

#### **Navigating Love and Autism**

NY Times article about two individuals on the spectrum and their relationship:

<http://www.nytimes.com/2011/12/26/us/navigating-love-and-autism.html?pagewanted=all>

#### **Sexuality and Intellectual Disability**

American Association on Intellectual and Developmental Disabilities

[http://www.aamr.org/content\\_198.cfm](http://www.aamr.org/content_198.cfm)

#### **Sexuality Education for Students with Disabilities**

National Dissemination Center for Children with Disabilities

<http://nichcy.org/schools-administrators/sexed>

#### **The Journey to Adulthood: What Every Parent Needs To Know**

The PACER Center's Family Advocacy and Support Training Project (FAST)

<http://www.fastfamilysupport.org/fasttraining/Adulthood/English/FAST%20-%20tools%20parents%20can%20use.pdf>

#### **Sexuality and Disability: Important Conversations to Have on the Way to Adulthood**

Sue Fager, Colorado Developmental Disability Council

<http://www.pacer.org/pride/sexualityanddisability.pdf>

### **About The National Autism Resource & Information Center**

**The National Autism Resource and Information Center** is a dynamic and interactive central point of quality resources and information for individuals with Autism Spectrum Disorders (ASD) and other developmental disabilities, and their families.

It is a national initiative of **The Arc**, and funded by the Administration on Developmental Disabilities. Grant number: 90DN0283/01.