

Sexualidad, libido y calidad de vida

La **sexualidad humana** es un proceso fundamental porque es necesaria para identificar al ser humano como tal, ya que está íntimamente relacionada con la afectividad, la capacidad de amar y la aptitud para relacionarse con los demás.

De acuerdo con la **Organización Mundial de la Salud (OMS)**, la **sexualidad humana se define como:**

- ▶ “Un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de su vida. Abarca al sexo, las identidades y los papeles **de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción** y la orientación sexual”.

La sexualidad humana engloba una serie de condiciones culturales, sociales, anatómicas, fisiológicas, emocionales, afectivas y de conducta, que caracterizan de manera decisiva al ser humano en todas las fases de su desarrollo.

La **sexualidad forma parte de nuestra personalidad como seres humanos** e influye de manera decisiva en nuestra calidad de vida.

En definitiva, la sexualidad bien desarrollada a lo largo de la vida debe hacernos más felices, haciendo de esta manera una sociedad más balanceada.

Consulta a tu médico.

Esta página no exime por ningún motivo la consulta al médico. Este es un servicio cortesía de Grünenthal.

G **NEDUCA**
Educación en Ginecología



Referencias:

1. Velázquez SC. Sexualidad Responsable www.uaeh.edu.mx/virtual
2. La Sexualidad y la Calidad de vida. Universidad Nacional Autónoma del Estado de Hidalgo.
3. Rubio EA. Introducción al estudio de la Sexualidad Humana En: Antología de la Sexualidad Humana. 2002. Grupo Editorial Miguel Ángel Porrúa. México.

Programa de educación patrocinado por:

