

SAÚDE, DIREITOS SEXUAIS E DIREITOS REPRODUTIVOS:

GUIA PRÁTICO PARA
PROFISSIONAIS DA
SAÚDE E DA EDUCAÇÃO



Realização



PLAN INTERNATIONAL BRASIL

Cynthia Betti
CEO

Flávio Debique
Diretor de Programas e Advocacy

Camila Maia
Diretora de Operações

Vivian Fasca
Diretora de Marketing e Fundraising

Felipe Velasco
Gerente de Controladorias

Laura Vitto
Gerente de Mobilização de Indivíduos

Flávia Cuzziol
Gerente de Comunicação e Marketing

Glória Pires
Gerente de Pessoas e Cultura

Creuziane Barros
Head de Unidades de Programas e Patrocínio

Raquel Ribeiro
Gerente de Projetos

Rani Mello
Coordenadora de Projetos Interina

ONG GRUPO CURUMIM

Sueli Valongueiro
Coordenação

Ana Paula Viana
Coordenação

Lucineide Batista.
Coordenação

Daniele Braz.
Suplente de Coordenação.

Elisa Aníbal
Suplente de Coordenação

Alice Amorim
Assessora de Programa

Carol Flores
Assessora de Programa.

Aline Araújo
Assessora de comunicação

SERENAS

Amanda Sadalla
Co-fundadora e Diretora Executiva

Isabella Santiago
Diretora de Operações

Bruna Latrofe
Especialista em Proteção e Prevenção

Débora Lira
Especialista em Políticas Públicas e Gênero

Graziela Santos
Coordenadora de Políticas Educacionais

Jade Lopes
Coordenadora de Projetos

Marjana Borges
Coordenadora de Comunicação

Michelle Cortes
Analista de Projetos

Tháбата Wbalojá
Analista de Operações

Valéria Rezende
Designer

EQUIPE RESPONSÁVEL PELA PUBLICAÇÃO

Coordenação Técnica

Paula Alegria
Assessora de Advocacy e Direitos Sexuais e Reprodutivos da Plan International Brasil

Alice Amorim
Assistente Social - Assessora Técnica e Política do Grupo Curumim.

Bruna Latrofe
Especialista em Prevenção e Proteção da Serenas

Elisa Aníbal
Jurista - Suplente de Coordenação Colegiada Grupo Curumim.

Débora Lira
Especialista em Políticas Públicas e Gênero da Serenas

Sueli Valongueiro
Educadora - Coordenação do Grupo Curumim e do Programa Cunhatã.

Pesquisa, Redação e Edição

Maressa Noemia Rodrigues Queiroz
Consultora Responsável

Raoní Pires Mendonça
Designer

Ana Terra Sudário Gonzaga
Consultora Assistente

Sobre as organizações:

A Plan International Brasil luta para proteger meninas contra as violências, garantindo que cresçam livres, seguras, respeitadas e conscientes de seus direitos. Com mais de 25 anos de atuação no Brasil e presente em mais de 80 países ao redor do mundo, a Plan International está comprometida em romper os ciclos de violências que afetam as meninas, criando um futuro justo, seguro e equitativo para todas as pessoas. Nosso objetivo é construir uma sociedade onde crianças, adolescentes e jovens possam crescer protegidas, com acesso à educação de qualidade e autonomia para tomar decisões sobre seus corpos e suas vidas. Atuamos com protagonismo infanto-juvenil, assegurando que suas vozes sejam ouvidas e respeitadas.

Site: plan.org.br
Instagram: [@planbrasil](https://www.instagram.com/planbrasil)

A ONG Grupo Curumim é uma organização feminista e antirracista, com atuação de âmbito nacional, fundada de 1989. Tem como objetivo o fortalecimento da cidadania das mulheres, em todas as fases de sua vida, através da promoção dos direitos humanos, da educação, da saúde integral, dos direitos sexuais e dos direitos reprodutivos sob a perspectiva da igualdade étnico-racial e de gênero, da justiça social e da democracia. A ação do Grupo Curumim é realizada através de oito eixos de atuação: Enfrentamento às desigualdades de gênero e classe; Enfrentamento ao racismo; Direito a saúde integral e equânime; Direitos sexuais e reprodutivos; Direito a educação laica, antirracista com respeito a diversidades; Democratização da comunicação; Fortalecimento dos feminismos; Geração de renda e empoderamento das mulheres.

Site: grupocurumim.org.br
Instagram: [@grupocurumim](https://www.instagram.com/grupocurumim)

A Serenas existe para que nenhuma menina ou mulher tenha sua vida marcada pelas violências baseadas no gênero. Por meio de nossos programas, apoiamos governos no desenvolvimento de políticas educacionais antissextistas e voltadas à prevenção de violências, qualificamos serviços públicos para realizar um acolhimento humanizado de sobreviventes de violência e mobilizamos a sociedade civil, juventudes e governos em torno do tema.

Site: serenasbr.org
Instagram: [@serenas.br](https://www.instagram.com/serenas.br)

Prefácio

Este guia prático nasce da parceria entre três organizações comprometidas com a proteção de crianças e adolescentes, e a defesa de seus direitos: a Plan Brasil, com mais de 25 anos de atuação no país, atua para romper o ciclo de violências contra crianças e adolescentes e, por meio do Programa Adolescente Saudável, apoia o desenvolvimento deste material; o Grupo Curumim, organização feminista e antirracista com atuação nacional desde 1989; e a Serenas, dedicada a prevenir e enfrentar violências de gênero, em parceria com governos, para apoiar a elaboração de políticas públicas educacionais antissextistas. Embora tenham trajetórias próprias, as três organizações compartilham o compromisso inegociável com a promoção da autonomia, da dignidade e da proteção de meninas, meninos e adolescentes.

A parceria se consolidou por meio das ações do Programa Saúde na Escola (PSE), política pública do Ministério da Saúde e do Ministério da Educação que coloca a saúde sexual e reprodutiva como um de seus temas prioritários, e reconhece a escola como espaço estratégico de cuidado e promoção de direitos. É nesse terreno comum que surge este material: um guia prático, pensado para apoiar profissionais da saúde e da educação na construção de espaços de escuta, acolhimento e fortalecimento da autonomia de crianças e adolescentes.

Mais do que um guia, este caderno é uma ferramenta política e pedagógica. Reúne fundamentos conceituais, referências normativas e propostas práticas para apoiar profissionais da saúde e da educação na transformação de princípios em práticas cotidianas. Cada atividade, cada orientação e cada reflexão proposta têm o propósito de fortalecer a escuta, o acolhimento e a autonomia de crianças e adolescentes, respeitando suas diversidades e contextos.

Esperamos que este guia inspire e fortaleça a ação de cada profissional que, em seus territórios, se empenhe para que crianças e adolescentes tenham seus direitos garantidos, suas vozes ouvidas e suas escolhas respeitadas. Que ele seja um instrumento vivo, capaz de se adaptar às diferentes realidades e, ao mesmo tempo, de promover uma sociedade mais justa, segura e igualitária para todas e todos.

*Plan International Brasil, ONG Grupo Curumim e Serenas
2025*

Sumário

Apresentação	04
1. Direitos Sexuais e Direitos Reprodutivos: o que são e por que importam?	06
1.1. Teste Rápido	09
1.2. O que mostram os dados sobre os direitos sexuais e os direitos reprodutivos de adolescentes no Brasil?	10
2. Quando algo não vai bem: violências, violações e rede de proteção e cuidado	17
2.1. Teste Rápido	18
2.2 Violência sexual contra crianças e adolescentes	23
2.3 Abuso e exploração sexual no ambiente digital	27
3. Construindo Coletivamente: Propostas de atividades educativas	31
3.1. Dicas para quem facilita	33
4. Crescer e mudar: entendendo a puberdade	34
5. Menstruação sem tabu: cuidando do corpo com dignidade	41
6. Ser menino, tornar-se homem: conversando sobre masculinidades	47
7. Construindo relacionamentos saudáveis	52
8. Entendendo o consentimento sexual	57
9. Reconhecer a violência, buscar ajuda e apoiar quem precisa	67
10. Gravidez e adolescências: conhecer, refletir e escolher	72
11. Prevenindo ISTs e HIV com informação e consciência coletiva	77
12. Todas as cores, todos os corpos	81
Referências	85

Apresentação

Este caderno temático foi pensado como uma ferramenta de apoio a profissionais da saúde e da educação que atuam diretamente com adolescentes. Mais do que um guia de conteúdos, ele se propõe a ser um instrumento vivo, que dialoga com a realidade dos territórios e com as múltiplas formas de ser, viver e aprender.

Dividido em duas partes, o material apresenta, em sua primeira seção, uma base de contextualização sobre a saúde, os direitos sexuais e os direitos reprodutivos, destacando a importância do trabalho intersetorial entre educação e saúde. Nessa perspectiva, a escola é compreendida como um espaço privilegiado para a promoção de direitos, de vínculos seguros e do cuidado integral.

Nesse contexto, ganha destaque o Programa Saúde na Escola (PSE), política pública brasileira que propõe a integração entre as redes de educação e saúde, por meio de ações compartilhadas de cuidado, prevenção e promoção da saúde. Ao reconhecer a escola como território estratégico para o desenvolvimento integral de crianças e adolescentes, o PSE fortalece o compromisso intersetorial com a garantia de direitos e com a construção de ambientes protetivos. Este caderno temático foi elaborado em consonância com os princípios do PSE, mas sua aplicação não está restrita aos municípios em que o programa está formalmente pactuado. Seus conteúdos e propostas podem ser utilizados por profissionais de diferentes áreas e territórios que desejem promover espaços de escuta, acolhimento e fortalecimento da autonomia junto de adolescentes.

A segunda parte do caderno traz propostas educativas com sugestões práticas para o trabalho em grupo, respeitando o tempo, os saberes e os contextos de vida de cada adolescente. As atividades dialogam com os princípios da Educação Sexual Abrangente e foram elaboradas para promover conhecimentos, atitudes e habilidades relacionadas aos direitos sexuais e aos direitos reprodutivos. Essas propostas podem e devem ser adaptadas à realidade local, considerando os recursos disponíveis, os interesses das crianças e adolescentes e as especificidades culturais de cada território. Esperamos que este material inspire práticas transformadoras e incentive o compromisso coletivo com o cuidado, a escuta e a construção de uma sociedade mais justa, segura e igualitária para adolescentes de todo o Brasil.

Saiba +

O Programa Saúde na Escola (PSE)

Criado pelo Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007, o PSE completou 18 anos em 2025 como o maior programa de promoção da saúde para crianças, adolescentes e jovens no Brasil. Fruto da articulação entre os Ministérios da Saúde e da Educação, o programa propõe transformar o ambiente escolar em um espaço de cuidado, proteção e desenvolvimento integral, desde a Educação Infantil até a Educação de Jovens e Adultos (EJA). Para aprofundar seus conhecimentos e apoiar a implementação do programa nos territórios, consulte os materiais a seguir:

Passo a passo PSE: tecendo caminhos da intersetorialidade - Guia técnico com orientações sobre a organização e execução das ações do PSE nos territórios.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Passo a passo PSE : Programa Saúde na Escola : tecendo caminhos da intersetorialidade / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica, Ministério da Educação. – Brasília: Ministério da Saúde, 2011. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/passos_a_passo_programa_saude_escola.pdf

Curso Online: Implementando o PSE

Formação sobre os fundamentos, diretrizes e estratégias do programa, com foco na gestão intersetorial disponível na plataforma de cursos AVASUS. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pse/cursos/implementando-o-programa-saude-na-escola-pse>

Curso Online: Metodologias de Educação em Saúde para a Rede do PSE

Cursos voltados à qualificação de profissionais da saúde e educação com base na BNCC. Disponível na plataforma de cursos UNA-SUS. Disponível em: <https://www.unasus.gov.br/noticia/cursos-sobre-metodologias-de-educacao-em-saude-estao-com-matriculas-abertas>

1

Direitos Sexuais e Direitos Reprodutivos:
o que são e por que importam?

1. Direitos Sexuais e Direitos Reprodutivos: o que são e por que importam?

Você já se perguntou o que significa, na prática, ter o direito de fazer escolhas sobre o próprio corpo, viver a sexualidade com liberdade, decidir se deseja ou não ter filhos, se deseja ou não se casar, e quando? Muitas vezes, esses temas nos parecem distantes do cotidiano escolar ou difíceis de abordar, mas estão presentes nas falas, nos silêncios e nas experiências de meninas e meninos que convivem conosco todos os dias. Falar sobre sexualidade e planejamento reprodutivo não é antecipar vivências, mas apoiar que elas aconteçam com informação, cuidado e proteção.

Os Direitos Sexuais e os Direitos Reprodutivos (DSDR) são parte dos direitos humanos e dizem respeito à dignidade, à saúde e à autonomia de todas as pessoas. Esses direitos nos convidam a construir ambientes seguros onde adolescentes tenham direito à escuta, à orientação e ao apoio em suas escolhas.

Mas o que são, afinal, os Direitos Sexuais e os Direitos Reprodutivos (DSDR)?

Embora caminhem juntos, os **direitos sexuais** e os **direitos reprodutivos** não são a mesma coisa.

⚠ **Direitos sexuais** dizem respeito à liberdade de viver a sexualidade de forma segura, informada, prazerosa e consentida. Incluem o direito de conhecer o próprio corpo, de acessar informações confiáveis, de dizer sim ou não, de amar e se relacionar com quem se quiser (ou ninguém) sem sofrer violência, discriminação ou coerção.

⚠ **Direitos reprodutivos** referem-se à possibilidade de tomar decisões sobre se deseja ter filhos ou não, quantos, quando e com quem, assim como se deseja se casar ou não, quando e com quem. Envolvem também o acesso a métodos contraceptivos, ao pré-natal, à contracepção de emergência e ao aborto legal, bem como o direito de receber atendimento humanizado durante a gestação, parto e puerpério.

Essa compreensão foi reconhecida e fortalecida internacionalmente na **Conferência do Cairo (1994)**, quando representantes de 179 países, incluindo o Brasil, assumiram o compromisso de garantir que todas as pessoas possam exercer sua sexualidade e suas decisões reprodutivas com dignidade, saúde e autonomia.

"A gente ouve falar em 'direito reprodutivo' e pensa logo que é só coisa de mulher adulta. Mas é o direito do adolescente de dizer não? De saber que tem método de prevenção? Isso também é direito, e é direito sexual."

Professora



Muitas vezes, esses direitos parecem conceitos distantes, difíceis de visualizar. Mas basta prestar atenção no cotidiano para reconhecer como eles estão sendo violados ou protegidos. Vamos imaginar uma cena comum:

História de Ana

Ana tem 14 anos e estuda numa escola pública da periferia. Ela gosta de conversar com as amigas sobre o corpo, o que sente, os *crushes*. Outro dia, uma delas comentou que sentiu vergonha de comprar absorvente porque o caixa do mercado era um homem. Riram disso. Depois, Ana contou que sua prima engravidou aos 15 anos, teve medo de contar em casa e só procurou o posto de saúde quando a barriga já aparecia. Ela se perguntou se teria feito diferente. Mas... para onde ela mesma iria se precisasse de ajuda?



Essa história, que pode ser a da Ana, da Patrícia, da Jéssica ou de tantas outras pessoas reais, mostra como os direitos sexuais e os direitos reprodutivos estão presentes nas dúvidas, nos receios, nas escolhas e nos silêncios do dia a dia. E como é urgente que a escola seja um espaço confiável para esse diálogo, com escuta, acolhimento e responsabilidade.



Perguntas para reflexão com a equipe

Que tipo de situações envolvendo direitos sexuais e os direitos reprodutivos adolescentes trazem para a escola? Temos espaços para escutar essas vivências e orientar sem julgamento?

Falar sobre direitos sexuais e direitos reprodutivos é falar de dignidade, cuidado e justiça. É garantir que cada adolescente saiba que não está só, que tem direitos e que esses direitos podem e devem ser exercidos. Cabe à escola, como território de formação e cidadania, ajudar a transformar essa garantia em realidade concreta, na escuta, na informação, no acolhimento e na articulação com a rede de proteção e cuidado.

Teste rápido:

E na prática, como isso aparece na vida?

Os direitos sexuais e os direitos reprodutivos às vezes parecem conceitos distantes, mas, na verdade, fazem parte de escolhas, acessos e situações que atravessam a vida cotidiana de adolescentes. Para ajudar a perceber como eles se manifestam no dia a dia, propomos um pequeno exercício: a cada situação abaixo, tente identificar: é um direito sexual ou um direito reprodutivo? Ou os dois?

1. Um adolescente gay de 16 anos busca apoio da escola após sofrer bullying por conta de sua orientação sexual.

- ☐ Direito Sexual ☐ Direito Reprodutivo

2. Uma estudante de 15 anos procura a unidade de saúde para pegar preservativos, mas ouve que “isso não é coisa para sua idade”.

- ☐ Direito Sexual ☐ Direito Reprodutivo

3. Uma jovem de 17 anos descobre uma gravidez não planejada e deseja conversar com uma profissional sobre suas opções, mas teme ser julgada.

- ☐ Direito Sexual ☐ Direito Reprodutivo

4. Um menino trans de 14 anos é impedido de usar o nome social no cadastro da escola e no cartão do SUS.

- ☐ Direito Sexual ☐ Direito Reprodutivo

5. Uma adolescente relata que tem sofrido toques indesejados de um colega no transporte escolar e não sabe a quem recorrer.

- ☐ Direito Sexual ☐ Direito Reprodutivo

6. Um casal de adolescentes quer saber quais métodos contraceptivos estão disponíveis gratuitamente no SUS.

- ☐ Direito Sexual ☐ Direito Reprodutivo

7. Uma jovem procura a pílula do dia seguinte e é informada de que precisa estar acompanhada dos pais.

- ☐ Direito Sexual ☐ Direito Reprodutivo

8. Um aluno relata sentir medo de contar aos responsáveis que está se relacionando afetivamente com outra pessoa do mesmo gênero.

- ☐ Direito Sexual ☐ Direito Reprodutivo

9. Uma menina de 13 anos engravida após sofrer violência sexual e encontra barreiras para acessar o atendimento previsto em lei.

- ☐ Direito Sexual ☐ Direito Reprodutivo

10. Uma adolescente busca orientações sobre prazer e saúde menstrual, mas não encontra espaços seguros para tirar suas dúvidas.

- ☐ Direito Sexual ☐ Direito Reprodutivo

Conversa com a equipe

Esse exercício pode ser feito em rodas de conversa com os profissionais da escola. Que tal propor a reflexão: Como essas situações têm sido (ou poderiam ser) acolhidas por nossa equipe? Há espaço para escuta, apoio e encaminhamento seguro?

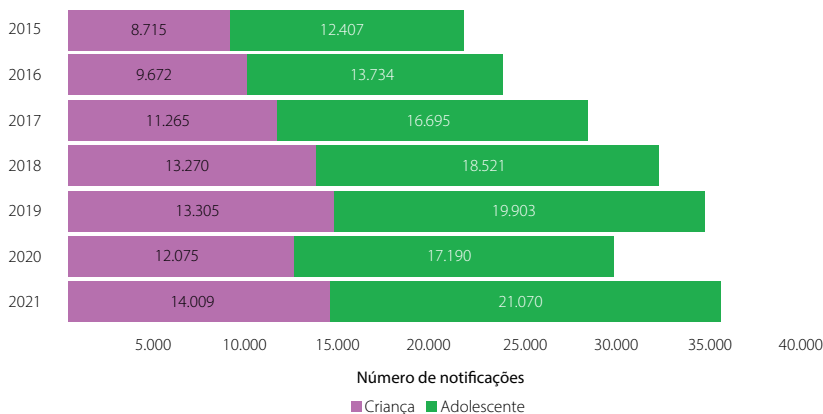
O que mostram os dados sobre os direitos sexuais e os direitos reprodutivos de adolescentes no Brasil?

Falar sobre os direitos sexuais e os direitos reprodutivos pode parecer, num primeiro momento, uma discussão abstrata, teórica ou distante da sala de aula. Mas basta olhar com atenção para o cotidiano e para os dados para perceber que esses direitos estão sendo ameaçados, negados ou negligenciados na vida de crianças e adolescentes em todo o Brasil.

A seguir, trazemos evidências que ajudam a refletir sobre **por que esse tema precisa estar na escola**, não como conteúdo isolado, mas como compromisso com a saúde, o cuidado e os direitos.

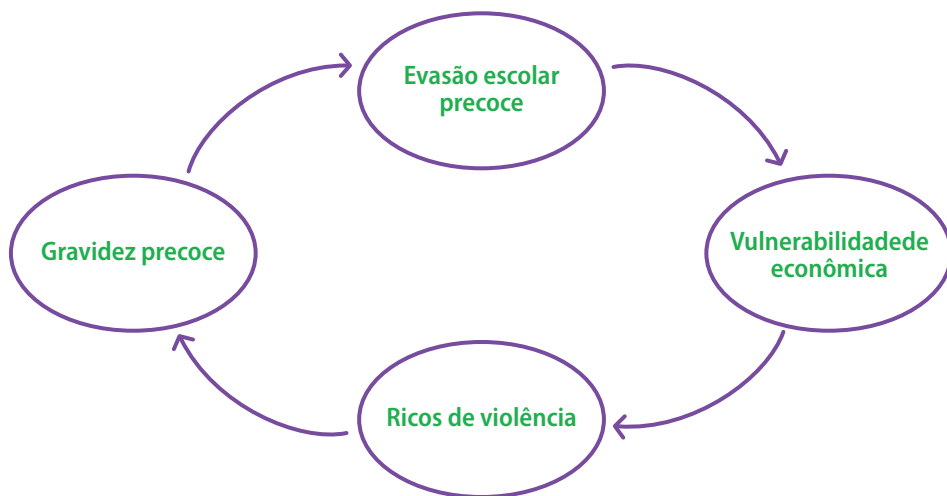
A violência sexual atinge milhares de crianças e adolescentes.

Entre 2015 e 2021, o Brasil registrou mais de 310 mil notificações de violência sexual contra crianças e adolescentes, segundo o Ministério da Saúde (2021). A maioria das vítimas é do sexo feminino e tem entre 10 e 14 anos. Os agressores, na maior parte das vezes, são pessoas conhecidas da vítima.



A gravidez na adolescência ainda é uma realidade marcante

Segundo o Centro Internacional de Equidade em Saúde da Universidade Federal de Pelotas (ICEH/UFPel), uma em cada 23 meninas brasileiras entre 15 e 19 anos tem um parto a cada ano, um índice quatro vezes maior que o de países desenvolvidos. Entre 2020 e 2022, foram mais de 1 milhão de partos nessa faixa etária, além de 49 mil nascimentos de bebês cujas mães tinham entre 10 e 14 anos, faixa etária em que toda gravidez é, pela lei brasileira, considerada decorrente de estupro de vulnerável (Barros, 2025). Muitas dessas crianças e adolescentes interrompem os estudos e enfrentam obstáculos para retornar à escola.



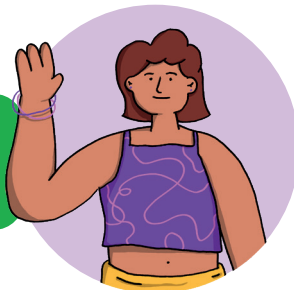
Muitas dessas gravidezes estão associadas a uniões precoces, formais ou informais, que também violam direitos. Mesmo com a proibição do casamento com crianças e adolescentes com menos de 16 anos desde 2019, o casamento infantil ainda acontece de forma invisibilizada, silenciosa e sem proteção institucional. O Brasil é um dos países com mais casos de casamento infantil no mundo, ocupando o quarto lugar no ranking global (UNFPA, 2024). A maioria dessas relações envolve homens mais velhos e se inicia pouco depois da gravidez. Em 2021, foram registrados 17 mil casamentos de meninas com menos de 18 anos, sem contar as inúmeras uniões informais que escapam das estatísticas (Brasil, 2022).

A pobreza menstrual afasta meninas da escola.

No Brasil, 1 em cada 4 meninas brasileiras já faltou à escola por não ter acesso a absorventes e cerca de 4 milhões de meninas sofrem com pelo menos uma privação de higiene nas escolas (acesso a absorventes e instalações básicas tais como banheiros e sabonetes). Além disso, apenas 20% das alunas sentiam-se bem informadas na ocasião da primeira menstruação (Brasil, 2025).

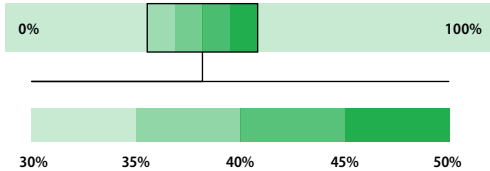
"Fico em casa quando não tenho absorvente. Na escola todo mundo percebe se vaza."

Adolescente

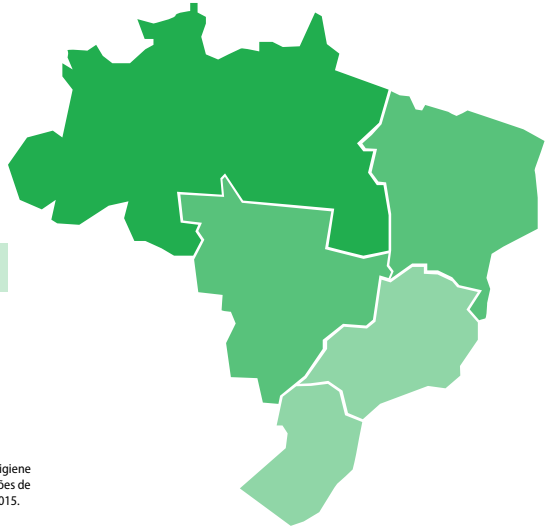


Porcentagem de escolas que não apresentam todas as condições mínimas necessárias para higiene menstrual

Por região, em 2015



Porcentagem de escolas que não apresentam todas as condições mínimas necessárias para a higiene menstrual, por região. Brasil, 2015. Fonte: "Pobreza menstrual no Brasil: desigualdades e violações de direitos", Fundo de População das Nações Unidas e Fundo das Nações Unidas para a Infância, 2015.



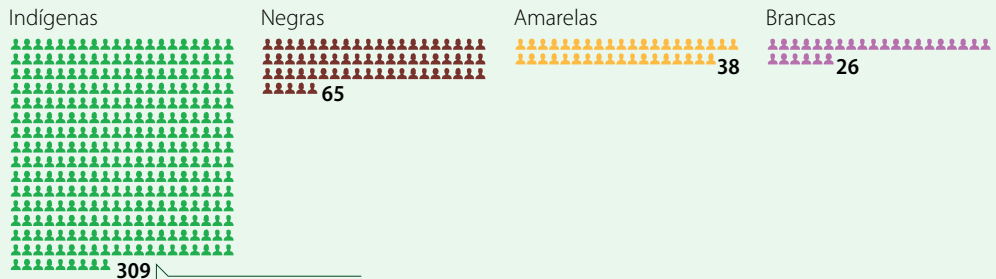
As desigualdades agravam os riscos

A Situação da População Mundial (UNFPA, 2024) mostra que adolescentes em situação de vulnerabilidade, como meninas com deficiência, em acolhimento institucional ou em situação de rua, têm acesso ainda mais limitado aos serviços de saúde sexual e reprodutiva.

O Atlas da Violência (2025) aponta que meninas negras estão mais expostas à violência sexual, enquanto meninas brancas tendem a encontrar mais acesso à contracepção. Em números totais, a gravidez entre crianças negras se destaca, mas proporcionalmente meninas indígenas enfrentam altíssimos índices de gravidez precoce e sub-registro de casos de violência sexual (Brasil, 2023).

Taxa de meninas de 10 a 14 anos que tiveram filhos entre 2015 e 2023 por raça

Em números totais, a gravidez entre crianças negras se destaca. Proporcionalmente, porém, o destaque são as crianças indígenas.



A cada 10 mil nascimentos entre mulheres indígenas de 10 a 15 anos.

Taxa de meninas de 10 a 14 anos que tiveram filhos entre 2015 e 2023 por raça. Fonte: Sistema de Informações sobre Nascidos Vivos (Sinasc).

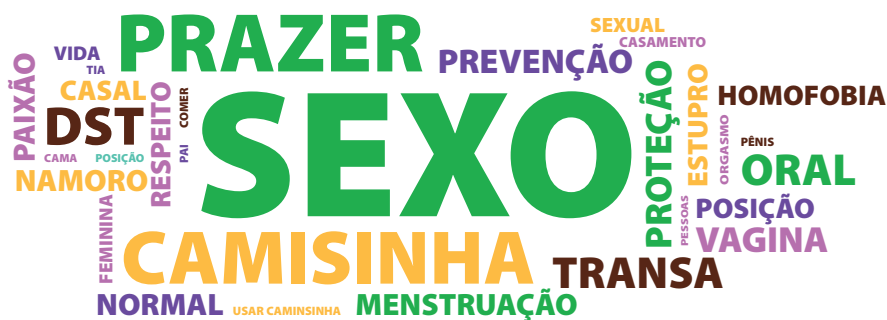
A Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE 2019) mostra que cerca de 27% de adolescentes de 13 a 17 anos já tiveram relação sexual, mas mais de 30% não usaram preservativo na última relação. Em revisão integrativa realizada pela UERJ (2023) destaca-se que adolescentes enfrentam vergonha, medo e julgamento moral ao buscar métodos contraceptivos ou tirar dúvidas sobre saúde sexual. Muitos profissionais de saúde ainda exigem a presença de responsáveis ou desencorajam o atendimento.

Adolescente



A internet se tornou a principal fonte de informação sobre sexualidade

A pesquisa Real Choices, Real Lives (Plan Internacional, 2023) aponta que **grande parte das meninas recorre à internet, e não à escola ou à família, para tirar dúvidas sobre sexualidade, corpo e saúde.**



Embora a internet possa facilitar o acesso à informação, ela também expõe crianças e adolescentes a riscos graves. Quando a busca por respostas acontece em espaços pouco confiáveis, sem mediação ou proteção, aumentam as chances de exposição a conteúdos enganosos, violência e abusos. Em 2023, o Brasil registrou **mais de 71 mil denúncias de imagens de abuso e exploração sexual infantil circulando online** (Safernet, 2024).



O que diz a legislação:

Adolescentes de 10 a 19 anos têm direito a um atendimento em saúde acolhedor, respeitoso e sigiloso, que considere sua autonomia. Esse direito está garantido em diferentes leis e normativas.

ECA – Estatuto da Criança e do Adolescente (Lei nº 8.069/1990):

Reconhece que crianças e adolescentes têm direito à saúde integral e à proteção contra qualquer forma de negligência ou discriminação. Isso inclui o direito de buscar orientação e cuidado sem constrangimento.

Portaria nº 1.820/2009 do Ministério da Saúde:

Reforça que o atendimento deve ser sigiloso, respeitoso e acolhedor, com escuta qualificada e sem julgamentos.

Nota Técnica nº 2/2022 COSAJ/CGCIVI/DAPES/SAPS/MS:

Reconhecem a autonomia progressiva como princípio central no cuidado de adolescentes. Orientam que, quando houver capacidade de compreensão, o atendimento pode e deve ser realizado mesmo sem a presença de responsáveis. A exigência indevida de acompanhantes, a recusa de atendimento ou qualquer forma de julgamento moral ferem o direito à saúde e ao cuidado digno.



Perguntas para reflexão com a equipe

Quais dessas situações você já presenciou, direta ou indiretamente, em sua escola? Que estratégias podem ser criadas para que adolescentes não precisem buscar ajuda sozinhas/os ou em fontes pouco confiáveis?

O papel da escola na promoção dos direitos sexuais e dos direitos reprodutivos: construindo caminhos com base nas leis.

Ao longo do tempo, o Brasil foi construindo um conjunto de leis, diretrizes e políticas públicas que reconhecem a importância da escola como espaço de garantia de direitos, inclusive os direitos sexuais e os direitos reprodutivos (DSDR). O que antes parecia um tema “polêmico” ou “fora de lugar” na educação, hoje é entendido como parte do cuidado com a saúde, da formação cidadã e da proteção de crianças, adolescentes e jovens.

A seguir, propomos uma linha do tempo, que ajuda a visualizar como esse caminho foi sendo trilhado e como a escola está respaldada para promover os direitos sexuais e os direitos reprodutivos com responsabilidade, acolhimento e diálogo.

Linha do Tempo: Educação, Saúde, Direitos Sexuais e Direitos Reprodutivos no Brasil.

■ **1990 – Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA – Lei nº 8.069)**

Reconhece crianças e adolescentes como sujeitos de direitos, com prioridade absoluta à saúde, à dignidade e à informação. A escola passa a ser corresponsável pela proteção integral, incluindo temas como sexualidade e violência.

■ **1994 – Conferência Internacional sobre População e Desenvolvimento – Cairo**

Reconhece pela primeira vez os direitos sexuais e reprodutivos como parte dos direitos humanos, com ênfase no acesso à informação, saúde e liberdade de escolha.

- **2006 – PNAISARI – Política Nacional de Atenção Integral à Saúde de Adolescentes em Conflito com a Lei**
Prevê ações voltadas à saúde sexual e reprodutiva de adolescentes em privação de liberdade, garantindo o acesso à informação, insumos e atendimento qualificado. Reforça o direito à educação e à escuta também nesses contextos.
- **2007 – Princípios de Yogyakarta (revistos em 2017)**
Documento internacional que orienta os Estados a garantirem os direitos de pessoas LGBTQIA+, incluindo no campo da educação. A escola deve promover a inclusão, combater a discriminação e assegurar o respeito à identidade de gênero e à orientação sexual.
- **2007 – Criação do Programa Saúde na Escola (PSE)**
Política intersetorial entre saúde e educação, que propõe ações educativas e de cuidado com foco na prevenção, promoção e atenção à saúde integral de estudantes, com destaque para a saúde sexual e reprodutiva e o enfrentamento da violência.
- **2010 – Diretrizes Nacionais para a Atenção Integral à Saúde de Adolescentes e Jovens (MS)**
Indicam que a escola deve se articular com a saúde para garantir escuta, acolhimento e sigilo, respeitando a autonomia de adolescentes nas decisões sobre seus corpos e sexualidade.
- **2013 – Estatuto da Juventude (Lei nº 12.852)**
Afirma que jovens têm direito à saúde sexual e reprodutiva, à diversidade e à informação qualificada. A escola tem papel central na efetivação desses direitos.
- **2014 – Plano Nacional de Educação (Lei nº 13.005)**
Estabelece metas para a superação das desigualdades de gênero, raça, orientação sexual e território no sistema educacional. Incentiva práticas pedagógicas que dialoguem com a realidade de estudantes.
- **2019 – Lei da Escuta Protegida (Lei nº 13.431)**
Entra em vigor o modelo de escuta especializada e depoimento especial para crianças e adolescentes vítimas ou testemunhas de violência. A lei orienta que esses relatos sejam acolhidos apenas por profissionais capacitados de forma ética, respeitosa e sem exposição ou repetição desnecessária da história.
- **2021 – Lei nº 14.164: Educação em direitos humanos e igualdade de gênero**
Inclui a educação em direitos humanos, a prevenção da violência contra a mulher e a promoção da igualdade de gênero como temas obrigatórios nos currículos escolares da educação básica, fortalecendo o compromisso das escolas com a construção de relações mais justas, respeitosas e seguras para meninas e meninos.
- **2024–2025 – Resoluções nº 258 e nº 265 do CONANDA**
Atualizam as diretrizes de proteção à infância e adolescência, destacando o papel da escola na promoção da equidade, da saúde e da prevenção da violência sexual e de gênero.

E qual é o papel da escola, afinal?

A escola não precisa (e nem deve) fazer esse caminho sozinha. Ela integra uma rede de cuidado que inclui unidades de saúde, serviços de assistência, conselhos tutelares, famílias e organizações da sociedade civil. Mas é, muitas vezes, o primeiro lugar onde adolescentes se sentem em segurança para falar, perguntar ou buscar ajuda.

Na escola, o papel de educadoras e educadores é abrir espaços de diálogo e confiança, onde adolescentes possam acessar informações seguras, compartilhar dúvidas e refletir sobre escolhas relacionadas à sexualidade e à reprodução. Esse trabalho pedagógico não substitui a atuação clínica da saúde, mas contribui para formar sujeitos críticos e conscientes de seus direitos. Profissionais da saúde, por sua vez, têm a responsabilidade de oferecer atendimento humanizado, acolhimento livre de preconceitos e acesso a métodos, insumos e serviços de saúde

sexual e reprodutiva. Quando esses dois campos se aproximam, o que se fortalece é a intersetorialidade: a escola e a saúde atuando de forma articulada, reconhecendo suas especificidades e construindo práticas colaborativas. De forma articulada, contribuem para uma rede de proteção que promove a dignidade, a equidade e a autonomia de crianças e adolescentes.

Promover os direitos sexuais e os direitos reprodutivos (DSDR) na escola é:

- Trabalhar os temas no currículo de forma transversal
- Fortalecer o vínculo com a rede de proteção e cuidado local
- Garantir acesso à informação qualificada e segura
- Criar espaços de escuta ativa e sem julgamento
- Encaminhar situações de violência com acolhimento e sigilo



Perguntas para reflexão com a equipe

O que já temos feito na escola que contribui para a garantia dos direitos sexuais e dos direitos reprodutivos? O que ainda podemos fortalecer? Com quem podemos contar no território?

2

Quando algo não vai bem:
violências, violações e rede de proteção e cuidado

2. Quando algo não vai bem: violências, violações e rede de proteção e cuidado

Em uma roda de conversa, numa atividade em sala de aula, no intervalo ou até mesmo em um bilhete deixado discretamente... às vezes, é assim que recebemos o sinal de que algo não vai bem.

Relatos de violência sexual, negligência, abandono, discriminação ou sofrimento emocional não são raros no cotidiano escolar. Muitas vezes, eles aparecem nas entrelinhas: em mudanças de comportamento, no rendimento escolar, na evasão silenciosa ou na repetição de frases que revelam medo ou confusão.

Nesses momentos, é comum que profissionais da escola enfrentem sentimentos como angústia, medo de errar ou de se envolver em algo “maior do que se pode dar conta”. E não estão errados em se preocupar: o cuidado com crianças e adolescentes exige responsabilidade, sigilo e articulação com a rede. Mas também é importante lembrar: ninguém precisa (nem deve) enfrentar isso de forma isolada.

Teste rápido:

E na prática, como isso aparece na vida?

Algumas falas de adolescentes e crianças soam como piadas, confissões casuais ou parte do cotidiano. Mas, por trás delas, pode estar o sinal de uma violência silenciosa, repetida, disfarçada de afeto ou disciplina. Este exercício convida você a refletir: isso pode ou não ser uma forma de violência?

Para cada situação, marque:

- ☐ Parece uma situação comum
- ☐ Pode ser uma forma de violência

1. Uma garota de 12 anos comenta que está namorando um rapaz de 19 anos “que a trata como princesa”.

- ☐ Situação comum
- ☐ Pode ser violência

2. Dois adolescentes da mesma idade trocam um abraço amigável no pátio da escola

- ☐ Situação comum
- ☐ Pode ser violência

3. Um aluno diz, sorrindo, que se tranca no quarto “porque o pai entra sem bater e fica encostando como se fosse brincadeira”.

- ☐ Situação comum
- ☐ Pode ser violência

4. Uma adolescente contou que o namorado quebrou seu celular “por ciúmes”, mas depois pediu desculpas.

- ☐ Situação comum
- ☐ Pode ser violência

5. Uma jovem conta que está ficando com um “tio da igreja” e que ele a leva de carro para “conversar melhor”.

- ☐ Situação comum
- ☐ Pode ser violência

6. Estudantes criam um perfil falso para divulgar imagens pessoais de um colega sem autorização.

- ☐ Situação comum
- ☐ Pode ser violência

7. No corredor, um estudante encosta sem querer em outro por causa da aglomeração.

- ☐ Situação comum
- ☐ Pode ser violência



Perguntas para reflexão com a equipe

Essas situações acontecem, muitas vezes, diante de nós e passam despercebidas por parecerem parte da rotina. Que tal perguntar: Que sinais temos ignorado? Como podemos melhorar nossa escuta para identificar violências que não gritam, mas ferem?

Quando escutar é o primeiro passo para proteger

O primeiro passo é escutar com atenção, acolher sem julgamento e reconhecer o relato como algo sério e legítimo. Isso não significa fazer perguntas em excesso, nem tentar confirmar os fatos, essa é uma tarefa da rede especializada.

O que se espera de profissionais da educação e da saúde é que ofereçam um espaço seguro, onde crianças e adolescentes se sintam respeitadas e protegidas, sem exposição indevida. Validar o sofrimento, agradecer pela confiança e dizer que a pessoa não está sozinha já é uma forma potente de proteção.

E o que fazer (ou não fazer) diante de um relato?

O que fazer	O que evitar
Escute com atenção, sem interromper.	Evite expressões como "Tem certeza?" ou "Você deve estar confundindo".
Valorize a coragem do relato.	Não culpe, questione ou duvide. "A culpa não é sua, você foi muito corajoso/a de me contar isso"
Informe que outras pessoas da rede irão ajudar.	Não prometa segredo absoluto: há limites legais para o sigilo.
Registre a informação conforme orientação da escola ou do serviço de saúde.	Não compartilhe o relato com pessoas que não fazem parte do fluxo de proteção.
Acione o serviço responsável no território (Centro de Referência da Assistência Social - CRAS, Centro de Referência Especializado de Assistência Social - CREAS, Conselho Tutelar, Unidade Básica de Saúde - UBS).	Não tente resolver isoladamente ou investigar sem acionar a rede de proteção.

Importante lembrar: a Lei nº 13.431/2017 organiza o atendimento de crianças e adolescentes vítimas ou testemunhas de violência, reforçando que o depoimento deve ser colhido uma única vez por profissionais com capacitação específica. O papel da escola é escutar com respeito e encaminhar com responsabilidade.

Ao identificar uma suspeita ou confirmação de violência, maus-tratos, negligência ou qualquer violação de direitos, o primeiro passo é notificar e acionar a rede. Isso não é apenas uma boa prática: é um dever previsto em lei, tanto para profissionais da saúde quanto da educação.

Notificar não significa "passar adiante", significa garantir que outras portas também se abram. É reconhecer que o cuidado começa naquele momento, mas deve continuar com o apoio de outros setores da rede.

Na saúde, a notificação é feita por meio da Ficha de Notificação de Violência Interpessoal e Autoprovocada, preenchida no sistema e-SUS ou manualmente. Essa notificação é obrigatória, sigilosa e essencial para a proteção da vítima e para o planejamento de políticas públicas.



O que diz a legislação:

Lei nº 10.778/2003:

Torna compulsória a notificação de violência contra a mulher nos serviços de saúde.

Portaria MS nº 1.271/2014:

Inclui a violência interpessoal e autoprovocada na lista nacional de agravos de notificação compulsória.

Portaria de Consolidação nº 4/2017 – Anexo V:

Reafirma o dever de notificar qualquer forma de violência, inclusive em caso de suspeita.

Na saúde e na educação, o dever é de **comunicar formalmente ao Conselho Tutelar** e, quando necessário, à gestão escolar, à Secretaria de Educação e a outros serviços da rede. A escola não **precisa confirmar os fatos**, basta acolher com escuta, registrar o essencial e acionar quem pode garantir a proteção.



O que diz a legislação:

Constituição Federal (art. 227):

Estabelece que é dever da família, da sociedade e do Estado assegurar à criança e ao adolescente, com absoluta prioridade, a efetivação de seus direitos, incluindo saúde, dignidade, educação, respeito e proteção contra qualquer forma de violência. Reforça que toda violação de direitos deve ser tratada com atenção imediata e prioridade nas ações e políticas públicas.

ECA – Estatuto da Criança e do Adolescente (Lei nº 8.069/1990, art. 13):

Obriga a comunicação ao Conselho Tutelar diante de qualquer suspeita ou confirmação de violações de direitos.

Lei nº 13.431/2017:

Cria o sistema de garantia de direitos para crianças e adolescentes vítimas ou testemunhas de violência e responsabiliza os profissionais pela comunicação formal.

Resoluções CONANDA nº 258/2024 e nº 265/2025:

Reforçam que a escola faz parte da rede de proteção e cuidado e tem o dever de agir com registro, comunicação e articulação com os serviços competentes.



Para refletir com a equipe

Quem encaminha ajuda a quebrar o ciclo de violências. Notificar é um gesto de responsabilidade compartilhada: é o que dá início à resposta do sistema e garante que ninguém fique sem escuta, sem apoio ou sem caminhos para interromper esse ciclo.

A escola e os serviços de saúde não resolvem tudo de forma isolada, mas podem ser a primeira porta aberta.

A escola não está isolada diante de situações de violência, e o serviço de saúde, o CRAS ou o Conselho Tutelar também não. Cada setor tem um papel importante, e a proteção se fortalece quando esses serviços atuam de forma articulada. Abaixo, apresentamos os principais serviços que podem (e devem) ser acionados diante de uma violação de direitos. Essa rede pode variar conforme o município, mas em geral, inclui:

SERVIÇO	O QUE FAZ	QUANDO ACIONAR
Conselho Tutelar	Zela pelos direitos de crianças e adolescentes. Pode aplicar medidas protetivas e acionar o Ministério Público.	Em toda suspeita ou confirmação de violência, abuso, negligência ou risco iminente de crianças e adolescentes de até 18 anos.
CRAS (Centro de Referência de Assistência Social)	Apoia famílias em situação de vulnerabilidade social, com foco na prevenção de riscos e no fortalecimento de vínculos.	Quando for necessário fortalecer vínculos familiares e prevenir violações.
CREAS (Centro de Referência Especializado de Assistência Social)	Atende diretamente vítimas de violência, abuso, negligência e violações de direitos.	Quando há confirmação da violência e necessidade de apoio psicossocial continuado.
UBS (Unidade Básica de Saúde)	Acolhe casos, escuta e encaminha. Oferece insumos, contracepção de emergência e atenção integral à saúde.	Quando crianças e adolescentes precisam de acolhimento clínico ou emocional, especialmente após situação de violência
Hospitais e UPAs	Realizam atendimentos de urgência/emergência. Nos casos de violência sexual, fazem coleta de vestígios, Profilaxia Pós-Exposição (PEP) e anticoncepção de emergência.	Em situações de violência sexual aguda (idealmente nas primeiras 72h), risco físico, ferimentos, tentativas de suicídio.
DEAM (Delegacia Especializada de Atendimento à Mulher)	Atua em casos de violência doméstica e sexual contra meninas e mulheres. Pode garantir medidas protetivas.	Quando a vítima for menina ou mulher e houver risco ou necessidade de responsabilização legal.
Delegacia da Criança e do Adolescente	Responsável por investigar crimes cometidos contra crianças e adolescentes.	Quando for necessário registrar boletim de ocorrência e iniciar investigação.

SERVIÇO	O QUE FAZ	QUANDO ACIONAR
Casa da Mulher Brasileira	Espaço integrado com serviços de justiça, saúde, acolhimento e apoio psicossocial para meninas e mulheres em situação de violência.	Para atendimentos integrados a crianças, adolescentes, mulheres e suas famílias em situação de violência.
Patrulha Maria da Penha	Realiza visitas periódicas a vítimas de violência doméstica com medida protetiva. Atua na proteção e prevenção da reincidência.	Quando a vítima já tem medida protetiva ou está em risco de sofrer novas violências.
Defensoria Pública / Ministério Público	Garante a defesa jurídica de pessoas em situação de violência e promove a responsabilização dos agressores.	Quando há necessidade de mediação legal, responsabilização do agressor ou ausência de rede protetiva familiar.
Organizações da sociedade civil, coletivos e movimentos locais	Podem oferecer acolhimento, escuta qualificada, atividades culturais e apoio à permanência na escola.	Para ações educativas, escuta comunitária e fortalecimento dos vínculos.
Canais de denúncia, Disque 190	Canal da Polícia Militar para atendimento imediato de emergências. Aciona o policiamento local para situações de risco iminente.	Quando houver urgência ou perigo imediato, como agressão em andamento, ameaças ou qualquer situação que exija resposta rápida da polícia.
Canais de denúncia, Disque 100	Canal nacional de denúncias de violações de direitos humanos, com foco em crianças, adolescentes e outros grupos vulneráveis. Funciona 24h, é gratuito e sigiloso.	Quando houver suspeita ou confirmação de violação de direitos e não se sabe ao certo como ou onde denunciar. Também pode ser acionado por qualquer pessoa, inclusive profissionais.
Canais de denúncia, Disque 180	Central de Atendimento à Mulher em Situação de Violência. Oferece escuta, orientação e encaminhamento para a rede. Gratuito, sigiloso e disponível 24h.	Em casos de violência contra mulheres, inclusive adolescentes, especialmente quando há barreiras de acesso à rede local. Pode ser acionado pela própria vítima ou por terceiros.



Dica prática:

Elabore com sua equipe um mapa da rede local, com contatos atualizados e referências de cada serviço. Disponibilizar esse mapa na sala da equipe ou no mural do serviço de saúde pode ser decisivo em momentos críticos.



O que diz a legislação:

Lei nº 13.431/2017:

Organiza o atendimento a crianças e adolescentes vítimas ou testemunhas de violência, com foco no depoimento especial e na escuta especializada.

Resoluções nº 258/2024 e nº 265/2025 do Conanda:

Reafirmam o dever da escola de articular com a rede e agir com cuidado e ética.

Nota Técnica nº 2/2022 - COSAJ/CGCIVI/DAPES/SAPS/MS:

Orienta o fluxo de atendimento no SUS, com foco na escuta qualificada e na articulação com outros setores.

Linha de Cuidado para Situações de Violência (2014):

Define os níveis de atenção e os papéis dos diferentes serviços diante da violência.

Encaminhar uma situação de violência ou vulnerabilidade não significa “lavar as mãos” ou sair de cena. Ao contrário: é justamente porque a escola ou o serviço de saúde se importam que acionam outros serviços, para que o cuidado não se interrompa naquele ponto. O encaminhamento é um passo importante, mas o **vínculo precisa ser mantido**.

Mesmo depois que o caso é notificado ou atendido por outro setor, **a presença da escola e da unidade de saúde continua fazendo diferença**: acolher, garantir que a pessoa não se sinta esquecida ou desamparada. Às vezes, o que mais protege é saber que existe alguém por perto, disponível para escutar.

Violência sexual contra crianças e adolescentes

A violência sexual contra crianças e adolescentes é uma das formas mais graves e, ao mesmo tempo, mais silenciadas, de violação de direitos. Ela pode ocorrer dentro de casa, nas relações afetivas, na escola, na comunidade, em espaços religiosos, esportivos, instituições de acolhimento ou qualquer outro ambiente onde deveria haver cuidado. Em muitos casos, o agressor é alguém próximo, o que **torna o relato ainda mais difícil e o silêncio ainda mais doloroso**.

Nem sempre a violência sexual é relatada de forma explícita. Às vezes, ela aparece em frases ditas entre risos desconfortáveis, no corpo retraído, na ausência repentina, nas queixas ginecológicas repetidas ou no olhar perdido de quem “não está bem, mas não sabe dizer por quê”. Em muitos casos, é um colega quem ouve primeiro. Ou uma professora, um agente de saúde, uma funcionária da limpeza, alguém que escuta com atenção e percebe: tem algo errado.

A maioria das vítimas de violência sexual no Brasil são meninas com idade entre 10 e 13 anos e negras. Entre 2015 e 2021, mais de **310 mil casos de violência sexual contra crianças e adolescentes foram notificados no Brasil**, número que, embora elevado, não reflete a realidade, já que **grande parte das situações de violência não é registrada**. Grande parte dos casos acontece no ambiente familiar ou envolve pessoas próximas, o que dificulta o rompimento do silêncio. Por isso, reconhecer os sinais e saber o que fazer é parte do compromisso com a proteção e cuidado.

Ao acolher uma situação de violência sexual, é fundamental lembrar que existe um caminho legal e ético que protege a vítima e orienta nossa atuação. Mais do que saber o número da lei, é preciso compreender o que ela garante e como isso deve se traduzir no cuidado cotidiano.

Se o relato surgir na escola ou na UBS, é importante lembrar: ela não precisa repetir a história várias vezes. **A Lei nº 13.431/2017** garante o direito à escuta protegida. O papel da escola e da saúde é escutar o necessário para encaminhar com responsabilidade e nunca fazer perguntas invasivas ou tentar “confirmar os fatos”.

E o próximo passo? Acionar o Conselho Tutelar. Esse é o órgão que tem o dever legal de proteger crianças e adolescentes diante de qualquer suspeita ou confirmação de violência. E a escola não está sozinha nesse processo: a rede de proteção e cuidado entra em cena para acompanhar e garantir cuidado integral.

Crianças e adolescentes têm o direito ao atendimento imediato, com acolhimento e sem julgamentos nos serviços de saúde. É isso que prevê a Lei do Minuto Seguinte (**Lei nº 12.845/2013**): ela pode receber orientação, anticoncepção de emergência, testagem e profilaxia para infecções sexualmente transmissíveis, sem a exigência de boletim de ocorrência.

Se a menina estiver grávida, ela tem o direito de continuar na escola, sem ser afastada ou constrangida por isso. **A Lei nº 6.202/1975** garante a permanência nos estudos durante e após a gestação, reconhecendo que a maternidade não deve ser motivo de exclusão. Caso deseje interromper a gestação em situações previstas em lei, como em caso de estupro, risco à vida da gestante ou anencefalia fetal, ela pode acessar a interrupção legal da gestação. Isso está garantido no **Art. 128 do Código Penal (Decreto-Lei nº 2.848/1940)**. Não é exigido boletim de ocorrência nem autorização judicial. A palavra da vítima basta, e o serviço deve acolher com ética e cuidado.

Caso opte por entregar a criança para adoção, essa também é uma decisão prevista em lei. **A Lei nº 12.010/2009** assegura o direito à entrega voluntária para adoção, que deve ser acompanhada por apoio psicossocial, sem julgamentos, respeitando os sentimentos e as escolhas da menina.

E se a vítima for desrespeitada dentro do próprio serviço ou escola? Se for desacreditada, ridicularizada ou exposta? Isso também é uma forma de violência, e tem nome: violência institucional. **A Lei nº 14.321/2022** reconhece essa violação e prevê que seja denunciada ao Ministério Público.

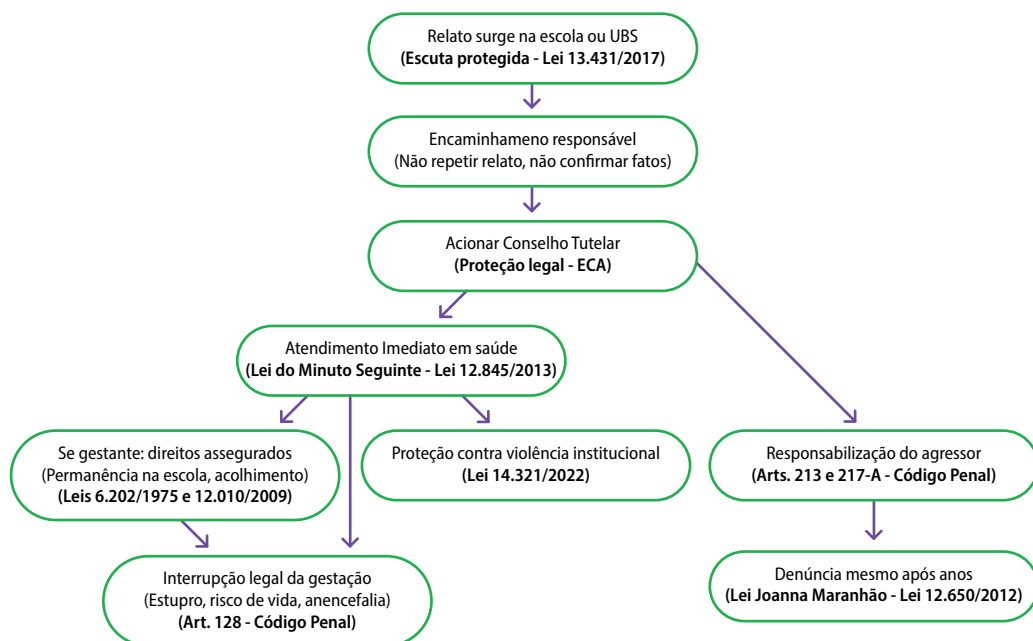
Também faz parte do cuidado garantir que a violência não fique impune. O Código Penal brasileiro (2021) considera crime qualquer ato sexual praticado com violência ou grave ameaça (**art. 213**), bem como qualquer relação sexual ou ato de natureza sexual com pessoas com menos de 14 anos (**art. 217-A**), considerado estupro de vulnerável. Por isso, toda gestação em pessoas com até 13 anos é, por si só, considerada uma evidência de violência sexual, pois a lei presume que houve violação (**Código Penal, art. 217-A; Lei nº 8.069/1990; Lei nº 13.431/2017; Resolução nº 258/2024 do CONANDA**). Por fim, é importante lembrar que o crime não se configura apenas pela conjunção carnal, mas também por qualquer ato de cunho sexual.



Para refletir com a equipe

Mesmo que uma criança ou adolescente diga que “quis”, “aceitou” ou “estava namorando”, isso **não descaracteriza a violência**. A lei estabelece que pessoas com menos de 14 anos **não possui maturidade para consentir** com práticas sexuais. Portanto, mesmo sem ameaça ou força física, o ato é crime. Além disso, o estupro de vulnerável também se aplica quando a pessoa, independentemente da idade, não possui capacidade de consentir, seja por enfermidade, deficiência ou qualquer condição que impeça o discernimento ou a resistência.

Se o crime tiver ocorrido no passado, a denúncia ainda é possível. A **Lei Joanna Maranhão (Lei nº 12.650/2012)** ampliou o prazo de prescrição para crimes sexuais contra crianças e adolescentes, permitindo que o processo se inicie mesmo anos depois, a partir da maioridade da vítima. Isso significa que a denúncia pode ser feita até 20 anos após a maioridade. A justiça entende que o tempo de cada pessoa para falar sobre a violência precisa ser respeitado e a proteção garantida.



Fluxograma de atendimento

Cuidar de uma adolescente em situação de violência sexual não é apenas ouvi-la. É garantir que seus direitos sejam respeitados, suas escolhas apoiadas, e sua proteção garantida com escuta, informação e rede.

Saiba +

Tá na hora de falar sobre exploração sexual com seus alunos

Campanha do Instituto Liberta com materiais didáticos, vídeos e recursos para apoiar educadoras e educadores na abordagem do tema da exploração sexual de crianças e adolescentes nas escolas.

Instituto Liberta. Tá na hora de falar sobre exploração sexual com seus alunos. Disponível em: <https://liberta.org.br/ta-na-hora/>

Sofri violência sexual e engravidei. E agora, quais são meus direitos?

Cartilha elaborada pelo Ministério Público do Piauí e Plan International com informações acessíveis sobre os direitos legais de vítimas de violência sexual que engravidaram, incluindo o acesso ao aborto legal.

Plan International Brasil; Ministério Público do Estado do Piauí. **Sofri violência sexual e engravidei. E agora, quais são meus direitos?** Disponível em: https://www.mppi.mp.br/internet/wp-content/uploads/2025/05/Plan_International_Brasil_MPSP_Cartilha_Sofri_Violencia_Sexual.pdf

Violência obstétrica no abortamento

Publicação voltada a profissionais de saúde, defensoras e usuárias dos serviços de saúde que aborda formas de violência obstétrica em contextos de abortamento, com foco na garantia de direitos e no cuidado humanizado.

Coletivo Margarida Alves; Grupo Curumim. **Violência Obstétrica no Abortamento. 2020.** Disponível em: <https://coletivomargaridaalves.org/cartilha-violencia-obstetrica-no-abortamento/>

#NãoEraCarinho – Campanha de enfrentamento à violência sexual

Ação do Grupo Curumim que visa dar visibilidade às formas naturalizadas de violência sexual contra meninas e adolescentes, promovendo escuta, proteção e informação.

Grupo Curumim. Campanha #NãoEraCarinho. Disponível em: <https://grupocurumim.org.br/wp-content/uploads/2025/09/Campanha-naoeracarinho.pptx>

Abuso e exploração sexual no ambiente digital

A internet faz parte do cotidiano de crianças, adolescentes e jovens. É onde se conectam, estudam, jogam, descobrem o mundo e constroem suas identidades. Mas o ambiente digital, embora cheio de possibilidades, também pode ser um espaço de vulnerabilidade, onde novas formas de violência se manifestam, muitas vezes de maneira silenciosa, sem marcas visíveis."

"Um colega da escola começou a me enviar mensagens pedindo fotos e me pressionava para que eu respondesse. Eu me senti insegura e não sabia o que fazer. Falei com minha professora, que me orientou sobre como agir e buscar ajuda. Hoje sei que não é minha culpa e que posso pedir ajuda sempre que me sentir pressionada ou ameaçada."

Adolescente



A exploração e o abuso sexual online ocorrem quando crianças e adolescentes são expostas, coagidas ou manipuladas a vivenciar situações de teor sexual por meio da internet. Isso pode envolver a troca forçada de imagens íntimas, ameaças, aliciamento por perfis falsos, chantagens emocionais ou o vazamento de imagens sem consentimento. Muitas vezes, o agressor é alguém conhecido, um colega, um adulto de confiança, o que torna a situação ainda mais difícil de reconhecer e denunciar.



Importante lembrar

Compartilhar, armazenar ou divulgar conteúdos de natureza sexual envolvendo crianças e adolescentes é crime. Mesmo que a imagem tenha sido enviada de forma espontânea, isso não diminui a gravidade da violação e não transfere a responsabilidade para a pessoa que foi exposta. O que está em jogo é o uso abusivo da imagem, a quebra de confiança, o desrespeito e, acima de tudo, a falha em garantir proteção.

Além de situações interpessoais, existe uma rede internacional de produção e disseminação de pornografia infantil que lucra com a exposição de crianças e adolescentes. Parte desse sistema se apoia na falta de regulação eficaz das plataformas digitais que, muitas vezes, não removem conteúdos ilegais e ofensivos à dignidade de crianças e adolescentes com a rapidez necessária, falham em identificar agressores e não oferecem canais acessíveis para denúncias e apoio.

Por isso, é papel da escola, das Unidades Básicas de Saúde e de toda a rede de proteção e cuidado criar ambientes de diálogo, informação e confiança. Conversar sobre segurança digital, limites, privacidade e consentimento é parte do cuidado. Mais do que controlar o uso da internet, é necessário educar para o uso seguro, ético e consciente, onde crianças e adolescentes saibam que podem pedir ajuda sem medo, sem culpa, sem julgamento.



O que diz a legislação:

ECA – Estatuto da Criança e do Adolescente (Lei nº 8.069/1990):

Proíbe a produção, divulgação ou posse de material pornográfico de pessoas com menos de 18 anos. Configura crime mesmo quando a imagem foi enviada pela própria vítima.

Lei nº 12.737/2012 – Lei Carolina Dieckmann:

Considera crime invadir aparelhos eletrônicos para obter ou divulgar dados pessoais, fotos ou conversas privadas.

Lei nº 13.185/2015:

Institui o Programa de Combate à Intimidação Sistemática (Bullying), incluindo o cyberbullying, definido como qualquer prática, no ambiente digital, que cause constrangimento, humilhação ou violência psicossocial.

Lei nº 12.965/2014 – Marco Civil da Internet: garante direitos como privacidade e proteção de dados, e reforça que empresas de tecnologia devem preservar os direitos de crianças e adolescentes.

Lei nº 13.718/2018:

Define como crime o compartilhamento de imagens íntimas sem consentimento, a importunação sexual e outros atos contra a dignidade sexual.

Lei nº 14.811/2024:

Estabelece novas diretrizes de proteção contra múltiplas formas de violência, como abuso, exploração sexual e cyberbullying, e prevê o aumento de penas quando as violências ocorrem em ambiente digital ou forem praticadas por pessoas em posição de confiança.

Resolução nº 245/2024 do CONANDA:

Afirma que o poder público, as escolas, as famílias e as empresas têm responsabilidade na criação de ambientes digitais seguros, devendo promover informação acessível sobre direitos, riscos e formas de proteção.

Lei nº 15.211, de 17 de setembro de 2025 - Estatuto da Criança e do Adolescente Digital:

Dispõe sobre a proteção de crianças e adolescentes em ambientes digitais, incluindo regras para plataformas, ferramentas de supervisão parental e remoção de conteúdos impróprios como exploração sexual.

Saiba +

Guia sobre usos de dispositivos digitais por crianças e adolescentes

Publicação do Governo Federal com orientações para famílias, educadores e profissionais sobre o uso de telas, riscos digitais e cuidados com o bem-estar no ambiente virtual. Brasil. Secretaria de Comunicação Social. Crianças, adolescentes e telas: guia sobre usos de dispositivos digitais. Brasília: SECOM, 2023. Disponível em:

https://www.gov.br/secom/pt-br/assuntos/uso-de-telas-por-criancas-e-adolescentes/guia/guia-de-telas_sobre-usos-de-dispositivos-digitais_versaoweb.pdf

Podcast: Pense Pequeno – Rádio Novelo Apresenta

Episódio que discute a ausência de regulação da internet, redes sociais e seus impactos na vida de crianças e adolescentes. Me explica como se eu fosse um adulto – episódio “Pense pequeno”, Rádio Novelo Apresenta. Disponível em: <https://open.spotify.com/episode/0gaj4eaE9o7bsitnL7JIpe?si=HMLkujl4TYy3JWCvK64MFA>

Guia para pais e responsáveis sobre o uso do Instagram por adolescentes

Material educativo com dicas práticas para apoiar a navegação segura de adolescentes na plataforma. SAFERNET BRASIL. Guia para pais do Instagram. 2020. Disponível em: <https://arquivos.safer-net.org.br/dap/guia-para-pais-do-instagram.pdf>

Curso online: Escolas ON, Violências OFF – Educação para Segurança Online de Meninas

Formação gratuita para profissionais da educação sobre segurança digital com foco na proteção de meninas.

ENAP – Escola Nacional de Administração Pública. Escolas ON, Violências OFF: Educação para Segurança Online de Meninas. Carga horária: 20h. Certificação: ENAP. Disponível em: <https://www.escolavirtual.gov.br/curso/1341>

Medo, sobrecarga e cuidado entre profissionais

É natural que profissionais de educação ou da saúde, ao receber um relato, sintam insegurança. Nem todas as pessoas receberam formação sobre como agir nessas situações. Além disso, as condições de trabalho nem sempre favorecem o cuidado: faltam tempo, estrutura e, muitas vezes, apoio institucional.

Por isso, é importante lembrar que o cuidado também precisa alcançar quem cuida. Se, por qualquer motivo, não for possível lidar diretamente com a situação, é essencial compartilhar com a gestão da escola ou da unidade de saúde, para que essa gestão possa conduzir as tratativas junto à rede de proteção. Reconhecer os próprios limites não é fraqueza, é responsabilidade.

Criar estratégias coletivas, como rodas de apoio entre docentes, grupos de escuta na escola ou articulação com a UBS do território, pode ajudar a dividir responsabilidades e fortalecer vínculos.

**Dica prática:**

As escolas podem organizar um **protocolo interno de escuta e encaminhamento**, construído junto com a rede local de saúde e assistência.

Perguntas que podem surgir**1. Tenho a obrigação de notificar uma situação de violência, mesmo sem certeza?**

Sim. Tanto na saúde quanto na educação, a notificação é obrigatória em casos de suspeita ou confirmação de violência. Na saúde, o registro é feito por meio da Ficha de Notificação no e-SUS/SINAN. Na educação e na saúde, a comunicação formal deve ser feita ao Conselho Tutelar. Não é preciso 'ter certeza'. Basta haver indícios ou sinais consistentes. A investigação é tarefa da rede especializada.

2. Há responsabilização se eu não notificar?

Sim. A omissão pode ser entendida como negligência funcional, segundo o ECA. Além disso, deixar de agir pode agravar a situação de risco da vítima. Notificar é uma forma de cuidado e também de proteção legal para quem atua na escola ou na saúde.

3. Preciso prestar queixa ou registrar boletim de ocorrência?

Não. O papel da escola e do serviço de saúde é notificar e encaminhar. Não é necessário que profissionais se dirijam à delegacia ou conduzam diretamente a denúncia criminal, pois isso é responsabilidade dos órgãos competentes.

4. E se eu não souber lidar com a situação ou me sentir emocionalmente abalada (o)?

Isso é legítimo. Relatos de violência podem acionar memórias dolorosas ou gerar insegurança. Se não estiver em condições, busque apoio na equipe gestora, em colegas de confiança ou na rede de saúde mental. Reconhecer seus limites não é falha, é responsabilidade.

5. O que significa escuta sigilosa? Eu posso contar para alguém?

Escuta sigilosa é proteger a privacidade da vítima e compartilhar o relato apenas com quem precisa agir para protegê-la (gestão escolar, UBS, Conselho Tutelar etc.). Jamais deve ser comentado com colegas fora desse contexto, com a turma ou em reuniões coletivas sem finalidade direta.

6. Como registrar o que foi dito sem expor a vítima?

Registre apenas o necessário: o que foi relatado espontaneamente, a data, quem estava presente e quais providências foram tomadas. Evite incluir julgamentos, interpretações ou repetir o relato com detalhes. Lembre-se: a escuta não é interrogatório. É acolhimento.

7. Posso conversar com a família antes de encaminhar?

Depende. Em alguns casos, isso ajuda; em outros, pode colocar a vítima em risco, especialmente quando há suspeita de que o agressor seja um familiar. O ideal é buscar orientação junto à rede (como o Conselho Tutelar ou do serviço de saúde) antes de qualquer contato com a família.

8. E se a situação envolver alguém da própria escola ou do serviço de saúde?

Nesse caso, é ainda mais importante seguir os protocolos formais de encaminhamento. Comunique imediatamente à gestão e acione o Conselho Tutelar. A rede deve garantir que a vítima seja protegida com prioridade.

9. Tenho medo de sofrer represálias. O que fazer?

A notificação é sigilosa e protegida por lei. Se houver risco pessoal, é importante que a gestão da escola ou do serviço de saúde busque apoio institucional junto à secretaria responsável ou aos órgãos de defesa (como Ministério Público ou Defensoria Pública).

10. Depois que notifico, ainda tenho responsabilidade sobre o caso?

Sim, mas em outro sentido: o vínculo com a vítima permanece importante. Mesmo após o encaminhamento, a escola ou o serviço de saúde pode (e deve) acompanhar, escutar e garantir que a vítima continue amparada.



3

Construindo Coletivamente:
Propostas de atividades educativas

3. Construindo Coletivamente: Propostas de atividades educativas

Esta segunda parte do caderno apresenta propostas de atividades voltadas ao diálogo com crianças e adolescentes de 10 a 18 anos sobre saúde, sexualidade, direitos e autocuidado. Elas não são um roteiro pronto ou único, mas caminhos possíveis que podem (e devem) ser adaptados conforme o território, o tempo disponível, os vínculos estabelecidos e a realidade de cada grupo.

Cada turma carrega seus próprios jeitos de perguntar, de silenciar, de brincar, de se emocionar. Por isso, as perguntas, dinâmicas, jogos e reflexões sugeridas aqui podem ser reorganizadas, ampliadas ou simplificadas conforme o contexto local e a sensibilidade de quem facilita. As propostas foram inspiradas nas orientações internacionais da Educação Sexual Abrangente e organizadas a partir de três dimensões fundamentais:

- **Conhecimento** – informações corretas e confiáveis, com base em direitos e evidências;
- **Habilidades** – competências práticas para lidar com situações reais, como negociar, recusar, comunicar, decidir;
- **Atitudes** – valores e comportamentos que promovem respeito, solidariedade e empatia.

Mesmo organizadas por faixa etária, as atividades não devem ser aplicadas de forma rígida. Cabe a quem conduz o processo avaliar o que é mais pertinente para cada grupo, respeitando a diversidade de contextos culturais, sociais e subjetivos.

As atividades não exigem formação especializada. O mais importante é garantir um espaço de confiança, escuta e construção coletiva de sentido. Em alguns momentos, será necessário acolher o silêncio; em outros, fazer perguntas que abram o diálogo sem impor respostas prontas. E, sempre que possível, trazer as experiências das crianças e adolescentes para dentro da roda: seus códigos, afetos, dúvidas e potências.

O que se espera ao final desse processo não é uma resposta certa, mas que cada menino e menina se sinta mais fortalecido(a) para fazer perguntas, buscar apoio, tomar decisões com mais consciência e exercer seus direitos de forma autônoma. Que eles e elas saibam que têm voz, que são parte do presente e não apenas do futuro, e que seus corpos, afetos e escolhas importam.

Vamos em frente?

Dicas para quem facilita

Inspirado no Manual de Ferramentas Criativas Atividades sobre puberdade (CEPIA, 2020).

Antes de tudo, prepare-se

Estude o tema. Isso ajuda a responder dúvidas com mais segurança e a criar um clima de confiança.

Cuide da diversidade na facilitação

Se possível, envolva diferentes perfis na condução das atividades (gêneros, idades, vivências). Isso amplia conexões e acolhimentos.

Conheça os protocolos da escola ou serviço

É importante saber quais são as diretrizes de proteção para crianças e adolescentes e articular com a equipe local.

Compartilhe responsabilidades

Incentive crianças e adolescentes a ajudarem na organização do tempo, do espaço ou na avaliação das atividades. Isso fortalece a autonomia.

Mediação com escuta e respeito

Conflitos podem surgir. Use o diálogo como ferramenta para mostrar que falas e gestos desrespeitosos também ensinam, desde que sejam enfrentados de forma construtiva.

Evite julgamentos

Não rotule, não moralize. Cada pessoa tem sua história, seus limites, suas descobertas.

Valorize o afeto e o humor

O riso e a leveza fazem parte do processo, desde que não haja desrespeito, preconceito ou violência.

Reconheça seus limites

Alguns temas podem ser delicados ou difíceis para você. Se for o caso, compartilhe com a equipe de gestão ou colegas, peça apoio ou reavalie os caminhos.

Esteja atenta/o os sinais de desconforto

Mudanças no comportamento durante uma atividade podem indicar que alguém está passando por uma situação de violência ou insegurança. Acolha com cuidado, sem forçar falas, e respeite o tempo de cada pessoa.

Fale sobre redes de apoio

Inclua, sempre que possível, informações sobre onde buscar ajuda no território. Conhecer os serviços disponíveis fortalece a autonomia e a proteção.

Contextualize os conteúdos

Evite “importar” ideias sem conexão com a realidade local. Use exemplos próximos à vivência dos grupos e valorize saberes comunitários.

Adapte a linguagem e os formatos

Nem todo grupo responde bem da mesma forma. Pode ser necessário transformar um debate em roda de conversa, ou uma escrita em desenho coletivo. Flexibilizar é sinal de escuta ativa.

Cuide do seu lugar de fala

Fale a partir da sua experiência e escute com abertura às experiências das outras pessoas. Reconhecer diferenças e limites enriquece o processo educativo.

Planeje, mas esteja disponível para o imprevisto

Uma conversa que começa com um jogo pode acabar revelando dúvidas ou dores profundas. Esteja presente e disponível para acompanhar esse percurso.

4

Crescer e mudar:
entendendo a puberdade

**Ideia chave:**

Ao longo da vida, todas as pessoas passam por mudanças. Mas a puberdade é especial: ela chega com transformações rápidas, muitas novidades e, às vezes, inseguranças. É uma fase cheia de descobertas, mas também de dúvidas, e está tudo bem sentir assim. Quando temos um espaço seguro, onde podemos falar livremente e ouvir sem julgamentos, enfrentamos essa fase com mais confiança. Nossa imagem corporal, formada em grande parte nessa época, influencia como nos sentimos por dentro e por fora. Aprender a questionar os “padrões de beleza” e a celebrar a diversidade de corpos nos ajuda a construir autoestima e autoaceitação.

**Objetivos de aprendizagem:**

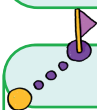
Conhecimento: compreender o que é a puberdade, suas mudanças físicas e emocionais, e como ela acontece de forma diferente para cada pessoa.

Habilidade: identificar mitos e informações equivocadas, aprendendo a buscar e compartilhar dados confiáveis.

Atitude/prática: desenvolver respeito pelo próprio corpo e pelo tempo de cada um, valorizando a diversidade.

**Materiais necessários:**

- Cartolina
- Pincéis atômicos coloridos
- Fita adesiva para fixar cartazes na parede
- Caderneta (versão menina e versão menino — uma para cada participante ou uma para cada grupo)

**Tempo estimado:** 1 hora**Passo a passo:****1. Acolhida e provocação inicial**

Receba o grupo de forma calorosa, olhando nos olhos e chamando as pessoas pelo nome sempre que possível. Explique que o encontro é para conversar sobre a puberdade, uma fase pela qual todas as pessoas passam, mas de um jeito único para cada um/a.

Comece com perguntas abertas:

“O que significa adolescência para você?”

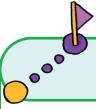
“Quando você ouve a palavra puberdade, o que vem à mente?”

“Quais sentimentos surgem quando se pensa nessa fase?”

Anote na cartolina as palavras que surgirem, sem corrigir ou julgar.

Explique que:

“O período entre 10 e 19 anos é cheio de mudanças no corpo, nas emoções e na forma como nos relacionamos com o mundo. A puberdade é uma parte dessa fase: é quando os hormônios fazem o corpo se preparar para a vida adulta, e cada pessoa vive isso no seu próprio tempo.”



Passo a passo:

2. Quebrando mitos e preparando o debate

Pergunte: “Vocês acham que todas as mudanças acontecem no mesmo momento para todo mundo?”

Explique que cada corpo tem seu ritmo. Comparar-se a outras pessoas pode gerar inseguranças desnecessárias. Lembre que algumas mudanças são específicas para meninos ou meninas, mas muitas acontecem para todas as pessoas.

3. Trabalho em grupos: mapeando as mudanças

Divida a turma em dois grupos mistos:

1. **Grupo 1:** mudanças que acontecem com as meninas.
2. **Grupo 2:** mudanças que acontecem com os meninos.

Entregue a cada grupo:

1. Entregue a cada participante a Caderneta (versão correspondente). Explique: “Essa caderneta é sua. Ela tem informações sobre saúde, corpo, direitos e autocuidado. Hoje vamos explorar a parte sobre puberdade e mudanças no corpo.”
2. Uma folha de cartolina e pincéis atômicos.

Oriente:

1. Ler juntos a seção “Estou diferente?” na Caderneta.
2. Destaquem as mudanças mais importantes, tanto físicas quanto emocionais.
3. Desenhe a silhueta de um corpo (menino ou menina, conforme o grupo).
4. Escrevam ao redor da silhueta todas as mudanças identificadas.
5. Incluam também o que acham que é comum para todas as pessoas.

Enquanto os grupos trabalham, circule pela sala. Esteja disponível para esclarecer dúvidas e incentivar que todas as pessoas falem.

4. Apresentações e construção coletiva

Reúna o grupo novamente.

1. **O Grupo 1** apresenta seu cartaz, explicando as mudanças das meninas.
2. **O Grupo 2** apresenta as mudanças dos meninos.

Depois de cada apresentação:

1. Abra espaço para perguntas.
2. Acrescente informações relevantes que não tenham aparecido.
3. Corrija mitos comuns, como “todo menino muda de voz na mesma idade” ou “toda menina precisa ter um corpo X ou Y”.

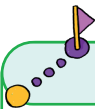
Finalize essa etapa perguntando:

1. “Quais mudanças são iguais para todas as pessoas?”
2. “Quais são diferentes?”
3. Anote alguns exemplos na cartolina.

5. Conversa sobre imagem corporal e o mito da beleza

Pergunte: “O que significa ter um corpo bonito?”

Escute sem interromper. Depois, provoque: “De onde vêm essas ideias?”; “Essas ideias são iguais em todos os lugares?”; “Essas expectativas ajudam ou atrapalham a autoestima?”.



Passo a passo:

Explique que padrões de beleza mudam com o tempo e entre culturas, e que nenhum padrão único representa a diversidade real. Ressalte que respeitar o próprio corpo e seu tempo é essencial.

6. Encerramento e mensagens-chave

Reforce que:

- A puberdade é uma fase natural que acontece com todas as pessoas, mas em tempos e ritmos diferentes.
- Mudanças físicas e emocionais são comuns e fazem parte do crescimento.
- Conhecer o próprio corpo fortalece a autoestima e ajuda a lidar melhor com essa fase.
- Respeitar o próprio tempo e o dos outros é fundamental.
- A Caderneta pode ser usada em casa, na escola ou nos serviços de saúde como fonte segura de informação.

Tarefa de casa:

Cada participante deve escrever uma carta para uma pessoa mais nova da família ou da vizinhança explicando, de forma acolhedora, o que é a puberdade, quais mudanças esperar e dicas para lidar bem com essa fase.

Sugestões de adaptação

10 a 12 anos: É possível transformar a montagem da silhueta em um “jogo da memória” adaptado: cada mudança física ou emocional só pode ser colada no cartaz após ser pareada com o cuidado ou informação correta. Isso torna o aprendizado mais lúdico, reforça a ligação entre mudanças corporais e cuidados adequados, e favorece a participação ativa.

13 a 15 anos: Para essa faixa etária, a atividade pode ser adaptada para um trabalho em grupo focado em mitos e verdades sobre puberdade, sexualidade e higiene. O grupo recebe um conjunto de cartões misturados, discutem e classificam cada afirmação como mito ou verdade, justificando suas escolhas. Em seguida, posicionam os cartões no desenho de um corpo humano, relacionando cada tema à parte correspondente, e acrescentam cuidados e orientações práticas que considerem importantes para aquela mudança ou situação.

16 anos ou mais: Para essa faixa etária, a atividade pode ser adaptada para um debate crítico sobre imagem corporal, padrões irreais de beleza e pressão social. O grupo recebe cartões com mitos e verdades sobre corpo, autoestima e aparência, classificam cada afirmação e discutem como esses conceitos afetam a saúde física, emocional e os relacionamentos. Em seguida, elaboram propostas de enfrentamento à pressão estética, incluindo estratégias de autocuidado, apoio entre pares e formas de contestar estereótipos nocivos, fortalecendo a consciência crítica e a valorização da diversidade corporal.

Material de apoio

BRASIL. Ministério da Saúde. Caderneta de Saúde da Adolescente – Feminina. 4. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde. Disponível em: https://bvsmms-saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta_saude_adolescente_feminina_4ed1rempr.pdf

BRASIL. Ministério da Saúde. Caderneta de Saúde do Adolescente – Masculina. 4. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde. Disponível em: https://bvsmms-saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta_saude_adolescente_masculino_4ed1rempr.pdf

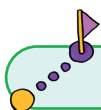
BRASIL. Ministério da Saúde. Orientações para o atendimento à saúde da adolescente. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2013. Disponível em: https://bvsmms-saude.gov.br/bvs/publicacoes/orientacoes_atendimento_saude_da_adolescente.pdf

CEPIA. Puberdade – Dúvidas e Descobertas. E-book em português, 2020. Disponível para download em: <https://cepia.org.br/produto/puberdade-duvidas-e-descobertas/>

NETFLIX. Eu nunca. Série. (trailer oficial). Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=6HEldbzG9Rs>

PIXAR ANIMATIONS STUDIOS. Divertida Mente 2. Direção de Pete Docter e Ronnie Del Carmen. Produção de Jonas Rivera. Burbank: Walt Disney Pictures, 2024. Filme. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=yAZx8t9zig&pp=ygUyYdHJhaWxiciBkaXZlcnRpZGltZW50ZSAy>

UNIFESP. Equipe Adolescente. O que é puberdade. Vídeo. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=870oYhwCmZl>



Sugestões de Cartões para o jogo da memória

Menstruação

Trocar absorventes regularmente

Crescimento dos pelos

Higiene diária

Mudança de voz

Acontece em tempos diferentes para cada um

Acne

Evitar espremer espinhas

Alterações de humor

Conversar com alguém de confiança

Ereção/ poluição noturna

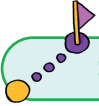
Reação normal do corpo

Crescimento rápido

Alimentação saudável e alongamento

**Sugestão de Cartões: Mitos e Verdades sobre a puberdade**

Mitos	Verdades
Todo menino muda de voz na mesma idade.	Cada corpo tem seu próprio ritmo de desenvolvimento.
A primeira menstruação significa que a menina já está pronta para ser mãe.	Higiene pessoal é importante para prevenir infecções e desconfortos.
Espinhas aparecem porque a pessoa não se lava direito.	Meninos e meninas passam por mudanças físicas e emocionais.
Ereção só acontece quando a pessoa está excitada.	O uso de absorventes ou outros itens de higiene menstrual deve ser feito de forma segura e confortável.
Menstruação é algo sujo.	Tanto meninos quanto meninas podem sentir insegurança com as mudanças corporais.
Meninos não precisam se preocupar com higiene íntima.	A menstruação é um processo natural e saudável.
Usar absorvente interno tira a virgindade.	Ereções e poluições noturnas são reações normais da puberdade.
Falar sobre sexualidade incentiva a começar a vida sexual mais cedo.	Alimentação equilibrada e atividade física ajudam no bem-estar.
Meninos não choram durante a adolescência.	Buscar informações em fontes confiáveis é importante para entender melhor as mudanças do corpo.
Se não menstruar todo mês, algo está errado.	Mudanças de humor fazem parte dessa fase, mas é importante falar sobre como nos sentimos.
A puberdade acontece exatamente na mesma idade para todo mundo.	Respeitar o próprio corpo e o tempo de cada pessoa é fundamental.

**Sugestão de Cartões: Mitos e Verdades sobre corpo, autoestima e aparência**

Mitos	Verdades
Existe um corpo perfeito e todas as pessoas devem buscá-lo.	Não existe um único padrão de beleza, a diversidade é parte da riqueza humana.
Para ser bonito(a), é preciso estar magro(a).	A aparência física não determina o valor de uma pessoa.
Musculatura grande é sinal de saúde.	Padrões de beleza mudam ao longo do tempo e variam entre culturas.
A cor da pele determina a beleza de uma pessoa.	Cuidar do corpo envolve saúde física, emocional e mental.
Só é atraente quem segue o padrão das redes sociais.	Ter marcas naturais como sardas, cicatrizes, estrias ou celulite é comum e saudável.
Ter estrias ou celulite é feio.	As imagens nas redes sociais muitas vezes são editadas e não refletem a realidade.
Para gostar do seu corpo, ele precisa estar igual ao das celebridades.	A autoestima não depende do peso ou da forma do corpo.
Usar filtros e edições nas fotos é essencial para ficar bonito(a).	Aceitar e respeitar o próprio corpo é fundamental para o bem-estar.
Quem se cuida sempre tem corpo 'perfeito'.	O corpo muda ao longo da vida e isso é natural.
Envelhecer significa perder a beleza.	Beleza e saúde não têm um formato único.

5

Menstruação sem tabu:
cuidando do corpo com dignidade



Ideia chave:

A menstruação é um processo natural do corpo humano, vivido por milhões de pessoas em todo o mundo. No entanto, ainda carrega mitos, preconceitos e barreiras que afetam a saúde, a autoestima e a participação plena de meninas, mulheres, homens trans e pessoas não-binárias. Falar sobre dignidade menstrual é falar sobre respeito, direitos e equidade, e todas as pessoas podem ser parte da solução.



Objetivos de aprendizagem:

Conhecimento: compreender o ciclo menstrual, os cuidados de higiene e o que significa dignidade menstrual.

Habilidade: identificar mitos e preconceitos sobre a menstruação e propor estratégias para superá-los.

Atitude/prática: promover o respeito e apoiar o acesso a produtos e condições adequadas para todas as pessoas que menstruam.

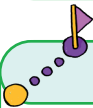


Materiais necessários:

- Cartolina
- Pincéis atômicos coloridos
- Fita adesiva para fixar cartazes na parede
- Ficha ou cartaz com um esquema do ciclo menstrual
- Exemplos de diferentes produtos menstruais (absorventes descartáveis, reutilizáveis, coletores, calcinhas absorventes, pano limpo)
- Canetas ou lápis



Tempo estimado: 1 hora



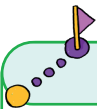
Passo a passo:

1. Acolhida e provocação inicial

- Receba o grupo de forma calorosa, crie um clima seguro para que se sintam à vontade para falar. Explique que o encontro é sobre menstruação e dignidade menstrual, temas que envolvem saúde, direitos, autoestima e respeito.

Convide-os a compartilhar suas percepções:

- Pergunte:
 - O que você já ouviu sobre menstruação?
 - Como as pessoas falam sobre isso na sua comunidade?
 - Você já presenciou situações de preconceito ou piadas relacionadas à menstruação?
- Anote na cartolina palavras ou expressões citadas.
- Explique que dignidade menstrual significa que todas as pessoas que menstruam devem ter acesso a informações, produtos adequados, locais limpos e seguros, e respeito para viver esse período sem constrangimento.



Passo a passo:

2. Conhecendo o ciclo menstrual e os cuidados

- Apresente uma ficha ou cartaz com um esquema do ciclo menstrual: fases, duração média e principais mudanças no corpo.
- Mostre diferentes tipos de produtos menstruais. Reforce que não existe um único 'produto ideal': cada pessoa escolhe o que funciona melhor para si.
- Peça que o grupo fale sobre vantagens e desvantagens de cada tipo, incluindo aspectos de conforto, custo e impacto ambiental.
- Explique a importância da higiene e de trocar regularmente o produto escolhido.

3. Trabalho em grupo: como garantir dignidade menstrual?

- Divida a turma em grupos diversos.
- Pergunte:
 - Que dificuldades existem na sua comunidade para garantir dignidade menstrual?
 - O que poderia ser feito para melhorar essa realidade?
- Oriente que façam um cartaz com suas respostas, usando palavras e desenhos.
- Depois, cada grupo apresenta suas ideias

4. Encerramento e mensagens-chave

- Reforce que:
 - A menstruação é um processo natural do corpo e não deve ser motivo de vergonha.
 - Dignidade menstrual é um direito humano e envolve acesso a produtos, informações e espaços adequados.
 - Combater preconceitos e falar abertamente sobre menstruação fortalece a saúde e a autoestima.
 - Todas as pessoas podem promover a dignidade menstrual, independentemente de menstruar ou não.

Tarefa de casa

Mapa pessoal de autocuidado: quem já menstrua pode escrever ou desenhar seus principais cuidados durante a menstruação (com o corpo, a higiene, a alimentação, a rotina). Quem ainda não menstrua pode registrar o que faria para apoiar alguém próximo nesse período.

Sugestões de adaptação

10 a 12 anos: Para essa faixa etária, a atividade pode ser adaptada para uma dinâmica de associação, em que o grupo relaciona cartões com as fases do ciclo menstrual a cartões com sintomas ou cuidados correspondentes. Além disso, podem ter um momento para compartilhar como se sentem em cada fase, usando palavras, expressões ou desenhos. O objetivo é garantir compreensão básica do ciclo, desmistificar a menstruação e estimular o respeito e a valorização das diferentes vivências de quem menstrua.

13 a 15 anos: Para essa faixa etária, a atividade pode ser adaptada para aprofundar cuidados de higiene, manejo da dor e estratégias para lidar com imprevistos durante a menstruação. O grupo pode trabalhar em subgrupos, recebendo cartões com situações-problema reais ou fictícias, como: "ficar menstruando na escola sem ter absorvente"; "sentir cólica intensa durante uma prova"; "não ter banheiro adequado por perto". Cada subgrupo discute soluções práticas: cuidados de higiene (troca regular, descarte adequado, higiene das mãos), formas seguras de aliviar a dor (exercícios leves, compressa morna, hidratação) e alternativas para improvisar em casos de urgência (buscar ajuda, usar materiais limpos temporariamente). Ao final, cada subgrupo compartilha suas soluções com a turma, permitindo que todas as pessoas construam um repertório coletivo de autocuidado e enfrentamento de situações inesperadas.

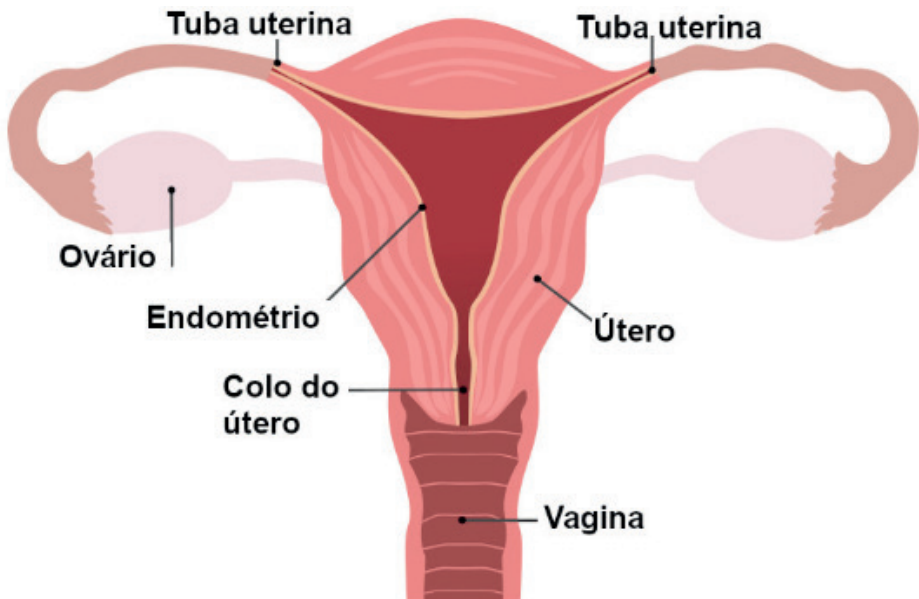
Passo a passo:

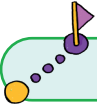
16 anos ou mais: Para essa faixa etária, a atividade pode ser adaptada para incluir debates sobre desigualdade no acesso a produtos menstruais, políticas públicas e direitos reprodutivos. O grupo recebe dados, notícias e casos reais que mostram como a falta de acesso a absorventes e condições adequadas de higiene afeta a saúde, a educação e a dignidade de pessoas que menstruam, especialmente em contextos de vulnerabilidade social. Em subgrupos, discutem as causas e consequências dessa desigualdade, analisam iniciativas de políticas públicas já existentes (como a distribuição gratuita de absorventes) e propõem ações que possam ser implementadas na escola, na comunidade ou no município. O foco é estimular pensamento crítico, engajamento social e a compreensão da menstruação como questão de equidade e de direitos humanos.

Material de apoio

BRASIL. Governo Federal. Como ter acesso gratuito a absorventes pelo SUS? 2024. Vídeo. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=Ywd-VIXr-8T0> e <https://www.gov.br/saude/pt-br/campanhas-da-saude/2024/dignidade-menstrual/acesse-as-pecas>
BRASIL. Ministério da Saúde. Caderneta de Saúde da Adolescente – Feminina. 4. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-do-adolescente/publicacoes/caderneta-de-saude-da-adolescente-feminina-4a-edicao>
PIXAR. Red: Crescer é uma fera. Filme. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=V2Xlg8WOS-Q>
PORVIR. O futuro se equilibra #004 – Quando falta o absorvente. Podcast. Disponível em: <https://open.spotify.com/episode/38rfjoA1cfrQEa2Tgj7s1?si=af88c8e1125e4b47>
UNICEF; UNFPA. Relatório Dignidade Menstrual no Brasil. Brasília, DF: UNICEF; UNFPA, 2021. Disponível em: https://www.unicef.org/brazil/media/14456/file/dignidade-menstrual_relatorio-unicef-unfpa_mai2021.pdf

Sistema Reprodutor Feminino





Cartões de associação: Ciclo menstrual

Menstruação	Cólicas e desconforto abdominal
	Cansaço
	Trocar absorvente ou outro produto menstrual regularmente
	Beber bastante água
Fase folicular (antes da ovulação)	Aumento da energia
	Disposição para aprender ou praticar esportes
	Cuidado com higiene íntima diária
	Alimentação equilibrada para manter energia
Ovulação	Corrimento mais claro e elástico
	Possível aumento da libido
	Pequena dor no baixo ventre (em algumas pessoas)
Fase lútea (após a ovulação)	Alterações de humor
	Sensibilidade nas mamas
	Retenção de líquidos
	Alimentação rica em frutas, legumes e água para aliviar sintomas

**Cartões: Situações-problema sobre menstruação**

Você está na escola e percebe que menstruou, mas não trouxe absorvente.

Você está na escola e sente cólica intensa durante a menstruação.

No intervalo da escola, o banheiro está sem papel higiênico e sem lixeira.

Ao chegar em casa, percebe que não há mais absorventes disponíveis.



6

Ser menino, tornar-se homem:
conversando sobre masculinidades



Ideia chave:

Ser menino ou homem não significa seguir uma receita pronta. Muitas vezes, a sociedade impõe cobranças como 'não chorar', 'ser forte o tempo todo' ou 'não demonstrar afeto'. Esses estereótipos de gênero limitam a liberdade e podem trazer impactos negativos para a saúde, a autoestima e os relacionamentos. Conversar sobre masculinidades de forma aberta ajuda adolescentes de diferentes gêneros a compreender essas pressões, questionar padrões e construir modos mais saudáveis de ser e conviver.



Objetivos de aprendizagem:

Conhecimento: compreender o que são masculinidades e identificar estereótipos de gênero.

Habilidade: reconhecer como esses estereótipos afetam a vida de todas as pessoas e exercitar formas alternativas e positivas de viver a masculinidade.

Atitude/prática: promover respeito, diversidade e cuidado mútuo entre diferentes gêneros.



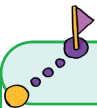
Materiais necessários:

- Cartolinas
- Pincéis atômicos coloridos
- Fita adesiva
- Cartões com frases (mitos e verdades)
- Caderno ou folha



Tempo estimado:

1h a 1h15



Passo a passo:

1. Acolhida e provocação inicial

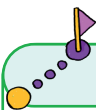
Receba o grupo de forma calorosa. Para iniciar a conversa, apresente algumas frases/trechos de música escritos em cartazes ou lidos em voz alta. Pergunte o que cada pessoa sente ou pensa ao escutar ou ler: Comece com perguntas abertas:

"Homem não chora, se segura e engole a dor."
 "Homem de verdade respeita, cuida e compartilha."
 "Seja homem!"
 "Meninos não brincam de boneca."
 "Homem que é homem divide as tarefas de casa."

Pergunte:

"Essas frases fazem sentido para vocês?"
 "Já ouviram ou viveram algo parecido?"
 "Como essas ideias influenciam meninos e meninas?"

Anote as respostas na cartolina, sem corrigir ou julgar.



Passo a passo:

2. Quebrando mitos

Mostre cartões com frases. Peça que o grupo, em círculo, classifique cada uma como mito ou verdade, justificando.

Explique: muitos desses mitos vêm de **estereótipos de gênero que limitam os meninos e também impactam meninas e toda a sociedade**. Questionar essas ideias abre espaço para viver masculinidades mais livres, diversas e saudáveis, em que homens possam sentir, cuidar, respeitar e ser respeitados.

3. Trabalho em grupos mistos: mapeando masculinidades

Divida o grupo em 2 ou 3 equipes mistas (meninos e meninas juntos).

Oriente:

- Cada equipe desenha a silhueta de uma pessoa no centro da cartolina.
- Dentro da silhueta: escrever características de uma masculinidade positiva (respeito, cuidado, coragem de pedir ajuda, solidariedade, responsabilidade).
- Fora da silhueta: escrever pressões ou estereótipos nocivos (ex.: “não chorar”, “ser agressivo”, “não demonstrar afeto”).

Depois, cada grupo apresenta seu cartaz.

4. Construção coletiva

- Converse:
 - “Como esses estereótipos influenciam meninos e meninas?”
 - “Quais consequências eles trazem para a saúde, amizades e família?”
 - “O que podemos fazer para viver masculinidades mais saudáveis?”

4. Construção coletiva

- Reforce que:
 - Não existe um único jeito de ser homem.
 - Ser homem não significa ser duro ou insensível, cuidar de si e dos outros é parte da vida.
 - Questionar estereótipos ajuda a construir relações mais felizes e respeitadas.
 - Meninos e meninas se beneficiam quando ninguém é limitado por regras rígidas de gênero.
 - Não se nasce pronto, portanto, é importante entender que tornar-se homem é uma construção, e não precisa ser feita de forma isolada.

Tarefa de casa

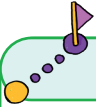
Mapa pessoal de autocuidado: quem já menstrua pode escrever ou desenhar seus principais cuidados. Cada participante pergunta a um homem do seu convívio:

“O que é, para você, ser um homem de verdade?”

O objetivo é que você possa continuar a conversa que se iniciou na atividade.

Sugestões de adaptação

10 a 12 anos: É possível transformar os cartões de mitos e verdades em um “jogo da memória” adaptado: cada par correto só pode ser validado após o grupo discutir e justificar se a frase corresponde a um mito ou a uma verdade. Isso torna a atividade mais lúdica, estimula a curiosidade e reforça a associação entre estereótipos e possibilidades de cuidado, favorecendo a participação ativa nessa idade.



Passo a passo:

13 a 15 anos: Para essa faixa etária, a atividade pode ser adaptada para o trabalho em grupo com situações do cotidiano, como escola, esporte ou vida familiar. Cada grupo recebe cartões com frases que expressam estereótipos de gênero, discute se correspondem a um mito ou verdade, e em seguida apresenta alternativas para lidar com a situação de forma mais justa e saudável. Essa adaptação promove reflexão crítica sobre a realidade próxima dos adolescentes, incentivando a empatia e o reconhecimento das diversas formas de viver a masculinidade.

16 anos ou mais: Para essa faixa etária, a atividade pode ser adaptada para um debate crítico sobre masculinidades tóxicas e seus impactos nas relações sociais. O grupo recebe cartões com mitos e verdades que reforçam padrões rígidos de masculinidade, discute os efeitos dessas ideias na saúde física, emocional e nos vínculos afetivos, e elabora propostas de enfrentamento, como valorização do cuidado, apoio entre pares e incentivo a relações mais igualitárias. Essa versão fortalece a consciência crítica e estimula o protagonismo juvenil na construção de masculinidades positivas e diversas e livres de estereótipos.

Material de apoio

NETFLIX. Adolescência. Minissérie. Direção: Philip Barantini. Criação: Jack Thorne e Stephen Graham. Reino Unido, 2025. Disponível em:

<https://www.youtube.com/watch?v=Wk5OxqtpBR4>

PLAN INTERNATIONAL BRASIL. Além dos estereótipos: repensando as masculinidades na juventude. Reportagem. São Paulo, 2025. Disponível em:

<https://plan.org.br/noticias/alem-dos-estereotipos-repensando-masculinidades>

LACUNA FILMES. Eu não quero voltar sozinho. Curta-metragem. Direção: Daniel Ribeiro. São Paulo, 2010. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=1Wav5Kj8Hbl&ab_channel=

PROMUNDO. Manual H: Trabalhando com Homens Jovens. Manual. Rio de Janeiro, 2025. Disponível em: <https://promundo.org.br/wp-content/uploads/2025/06/ManualHTrabalhandocomHomensJovens-1.pdf>

PAPO DE HOMEM. O silêncio dos homens. Documentário. São Paulo, 2019. Disponível em: <https://papodehomem.com.br/o-silencio-dos-homens-documentario-completo/>

FUNDAÇÃO ROBERTO MARINHO. Masculinidades Negras. Trilha. Rio de Janeiro, 2023. Disponível em: <https://futura.frm.org.br/conteudo/mobilizacao-social/trilha/masculinidades-negras>

**Cartões de mitos e verdades**

Mitos	Verdades
Homem de verdade não chora.	Homens também têm emoções e podem expressá-las.
Meninos não brincam de boneca.	Homens podem cuidar de filhos, família e amigos.
Se um menino cuida da aparência, é “menos homem”.	Homens podem gostar de arte, moda, dança ou de qualquer atividade.
Menino tem que ser forte e agressivo.	Cuidar da própria saúde é sinal de responsabilidade.
Homem não pode falar sobre sentimentos.	Respeitar e valorizar outras pessoas é parte de ser homem.
Homens não fazem tarefas domésticas.	Homens também precisam de apoio e podem pedir ajuda.
Todo menino gosta de esportes e de competir.	Não existe um único jeito de ser homem.



Construindo relacionamentos saudáveis



Ideia chave:

Nós vivemos diferentes tipos de relacionamentos ao longo da vida com amizades, pessoas da escola, vizinhança e, às vezes, parcerias afetivas. Alguns desses vínculos nos fortalecem e nos fazem sentir em segurança. Outros, porém, podem nos deixar tristes ou até colocar nossa saúde e bem-estar em risco. Saber identificar sinais de relacionamentos saudáveis e não saudáveis é fundamental para fazer escolhas conscientes, se proteger e cultivar conexões que nos façam bem.



Objetivos de aprendizagem:

Conhecimento: compreender os elementos que tornam um relacionamento saudável ou não saudável, reconhecendo os sinais de respeito, apoio e confiança.

Habilidade: analisar situações reais ou fictícias e identificar comportamentos saudáveis e problemáticos, propondo formas de melhoria.

Atitude/prática: valorizar o diálogo, o respeito e o cuidado mútuo, adotando atitudes que promovam relações saudáveis e evitando comportamentos prejudiciais.



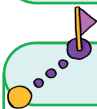
Materiais necessários:

- Cartolina
- Pincéis atômicos coloridos
- Fita adesiva para fixar cartazes na parede
- Cartões com exemplos de comportamentos em relacionamentos
- Canetas ou lápis



Tempo estimado:

1 hora



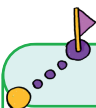
Passo a passo:

1. Acolhida e provocação inicial

- Receba o grupo de forma acolhedora, criando um clima de confiança. Diga que hoje vão conversar sobre relacionamentos saudáveis e não saudáveis, um tema que diz respeito a todas as pessoas, independentemente da idade ou do tipo de vínculo.
- Pergunte:
 - O que é um relacionamento para você?
 - Você acha que todos os relacionamentos fazem bem? Por quê?
 - Que tipos de relacionamentos existem na vida? (família, amizades, parcerias afetivas, colegas de escola ou trabalho, vizinhança etc.)
- Explique: "Relacionamentos podem ter muitas formas, mas em todos é importante sabermos reconhecer quando eles nos fortalecem e quando podem estar nos fazendo mal."

2. Características de relacionamentos saudáveis e não saudáveis

- Na cartolina, faça duas colunas: Saudáveis e Não Saudáveis.
- Pergunte ao grupo: "O que faz um relacionamento ser saudável?" e anote as respostas na primeira coluna. Depois, "O que faz um relacionamento ser não saudável?" e anote na segunda.



Passo a passo:

- Inclua elementos importantes caso não apareçam:
 - Saudáveis: respeito, confiança, comunicação aberta, apoio mútuo, liberdade para ser quem você é, alegria e segurança.
 - Não saudáveis: ciúmes excessivos, falta de respeito, controle, agressões físicas ou verbais, isolamento de amigos e família, manipulação.

3. Atividade em grupos: analisando situações

- Divida o grupo em 4 ou 5 equipes.
- Entregue para cada equipe **cartões com situações fictícias**.
- Peça que classifiquem cada situação como **relacionamento saudável, não saudável ou precisa conversar/melhorar**.
- Cada grupo cola seus cartões na cartolina em cada coluna correspondente.
- Após 10 minutos, cada grupo explica suas escolhas, permitindo que o restante do grupo comente.

4. Reflexão individual: o que é importante para mim

- Entregue uma folha ou peça para escreverem no caderno: “Liste três características que são essenciais para você em um relacionamento saudável.”
- Peça que reflitam sobre o motivo de cada escolha.
- Quem quiser pode compartilhar com o grupo.

5. Encerramento e mensagens-chave

- Reforce que:
 - Relacionamentos saudáveis são baseados em respeito, confiança e apoio mútuo.
 - Reconhecer sinais de relacionamentos não saudáveis ajuda a se proteger e buscar ajuda quando necessário.
 - Todo relacionamento pode melhorar com diálogo e limites, mas em casos de violência ou abuso é importante buscar apoio.

Tarefa de casa

Cada participante deve entrevistar uma pessoa (alguém da família, da amizade ou da comunidade) sobre o que considera essencial para um relacionamento saudável e trazer as respostas para compartilhar na próxima atividade.

Sugestões de adaptação

10 a 12 anos: Cada participante deve entrevistar uma pessoa (alguém da família, da amizade ou da comunidade) sobre o que considera essencial para um relacionamento saudável e trazer as respostas para compartilhar na próxima atividade.

Material de apoio

BRASIL. Ministério da Saúde. Família e Adolescentes. 1.ª ed., versão eletrônica, Brasília, 2016. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/familia_adoloscetes.pdf

MAURICIO DE SOUSA PRODUÇÕES. Turma da Mônica Jovem em “Papo Reto”. Vídeo. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=OpFLQ7JELo>

NETFLIX. Heartstopper. Série. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=hTyXVn9t0ig>

TRIBUNAL DE JUSTIÇA DE SANTA CATARINA (TJSC). Cartilha Crush Perfeito (Coordenadoria da Mulher em Situação de Violência Doméstica e Familiar – Cevid). Florianópolis, 8 de julho de 2020. Disponível em: https://www.tjsc.jus.br/documents/3380888/4350900/cartilha_crush_perfeito/f1a42787-d6bd-37f7-dafc-34c558fa85ff

**Cartões: Situações fictícias**

Um(a) amigo(a) comemora suas conquistas e te incentiva a seguir seus planos.

Sua parceira(o) decide o que você pode vestir e critica suas roupas.

Uma colega da escola te defende quando alguém faz piadas sobre você.

Seu namorado(a) insiste em saber onde você está a todo momento e com quem.

Um(a) amigo(a) respeita quando você diz que não quer conversar sobre um assunto.

Sua parceira(o) lê suas mensagens no celular sem pedir.

Um(a) colega de trabalho ou escola espalha boatos sobre você para outras pessoas.

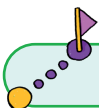
Um(a) amigo(a) pede desculpas quando erra e tenta corrigir a situação.

Sua parceira(o) grita e te xinga quando fica irritada(o).

Um(a) amigo(a) te ouve com atenção e guarda suas confidências.

Seu namorado(a) ou amigo(a) tenta te afastar da sua família ou outros amigos.

Você e um(a) amigo(a) conseguem resolver um desentendimento conversando com calma.

**Cartões: Atitudes que fortalecem a amizade**

Um(a) amigo(a) compartilha o lanche com você quando esquece o seu.

Uma colega pega um brinquedo seu sem pedir e não devolve.

Uma colega te chama para brincar mesmo quando outras crianças não querem.

Um(a) amigo(a) espalha para os outros um segredo que você contou.

Um(a) primo(a) te ajuda a estudar para a prova.

Um(a) colega ri de você na frente de outras pessoas.



8

Entendendo o consentimento sexual



Ideia chave:

Consentimento é o direito que cada pessoa tem de decidir sobre o seu próprio corpo e suas escolhas, especialmente em situações que envolvem intimidade e sexualidade. Ele é válido apenas quando é dado de forma livre, consciente, informada e sem nenhum tipo de pressão. Aprender sobre consentimento é aprender sobre respeito, sobre dizer e ouvir “não” e “sim”, e sobre reconhecer os próprios limites e os limites das outras pessoas.



Objetivos de aprendizagem:

Conhecimento: compreender o que é consentimento significativo, seus elementos essenciais e como reconhecê-lo ou identificá-lo ausente em diferentes situações.

Habilidade: analisar exemplos práticos, identificar situações de coerção ou violência e saber onde buscar ajuda.

Atitude/prática: valorizar e respeitar os limites próprios e alheios, promovendo relações saudáveis e seguras.



Materiais necessários:

- Cartolina
- Pincéis atômicos coloridos
- Fita adesiva para fixar cartazes na parede
- Barbante ou corda
- Cartões ou folhas com estudos de caso (adaptados para a faixa etária)
- Fichas de “Consentimento Significativo” (versão para diferentes idades)
- Ficha “Apoiando Pares”
- Ficha “Estou pronta para o sexo?” (para participantes mais velhas)



Tempo estimado:

- 1h30 a 2h (atividade longa, podendo ser dividida em dois encontros)



Passo a passo:

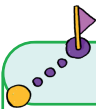
1. Acolhida e provocação inicial

Receba o grupo de forma acolhedora, olhando nos olhos e chamando as pessoas pelo nome quando possível. Explique que o encontro é para conversar sobre consentimento, algo que está presente em todo momento que envolve o nosso corpo e nossas decisões.

- O que significa “consentir” para você?
- Você lembra de uma situação em que disse “sim” para algo que realmente queria fazer? E de outra em que disse “não” ou não quis participar?

Reforce que consentimento é sobre respeito e liberdade de escolha.

Adaptada de Campeãs e Campeões da Mudança para os Direitos das Meninas e Jovens Mulheres e Igualdade de Gênero - PLAN INTERNATIONAL. Champions of Change for Gender Equality and Girls' Rights. Disponível em: <https://plan-international.org/youth-empowerment/champions-of-change/>



Passo a passo:

2. O que é consentimento significativo?

- Apresente na cartolina a mensagem-chave: Consentimento significa dizer “sim” a algo porque realmente se quer, de forma livre, sem pressão, coerção ou medo.
- Distribua e leia junto a ficha de Consentimento Significativo (de acordo com a maturidade do grupo) e explique que só é válido quando a pessoa:
 1. Está decidindo livremente.
 2. Compreende o que está acontecendo.
 3. Tem informações para decidir.
 4. Está em situação segura e respeitosa.
 5. Está sóbria e consciente.
 6. Pode mudar de ideia a qualquer momento.

3. Consentimento e gênero

- Pergunte: “Vocês acham que meninos e meninas, ou pessoas de diferentes identidades de gênero, enfrentam as mesmas pressões quando se trata de consentimento?”. Registre na cartolina exemplos citados pelo grupo.
- Aponte que normas de gênero podem fazer com que meninas sejam mais pressionadas a dizer “sim” e meninos a sempre querer sexo, o que é um mito prejudicial.

4. Motivos positivos e negativos para se envolver em atividade sexual (atividade indicada para grupos de adolescentes que já possuem maior maturidade emocional e cognitiva).

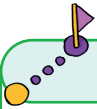
- Prepare duas cartolinas: Razões Positivas e Razões Negativas.
- Peça que o grupo sugira motivos que já ouviram ou imaginaram para alguém decidir ter relações sexuais.
- Inclua exemplos equilibrados:
 - Positivas: amor, afeto, prazer, conexão emocional.
 - Negativas: pressão do parceiro, medo de perder o relacionamento, troca por favores, medo de julgamento.
- Para participantes mais velhas, distribua a ficha Estou pronta para o sexo? e explique que é uma ferramenta de reflexão, não um teste com “certo” ou “errado”.

5. Linha do consentimento: estudos de caso

- Coloque uma corda no chão com uma placa em cada extremidade: Consentimento e Sem Consentimento.
- Divida o grupo em pequenos times e entregue a cada um estudo de caso (adapte conforme a idade).
- Peça que discutam e posicionem o caso no lado da corda que considerarem correto.
- Após cada apresentação, abra para debate:
 - A decisão foi livre?
 - Houve pressão, manipulação ou medo?
 - Quais sinais mostram falta de consentimento?

6. Violência sexual e apoio entre pares

- Explique que violência sexual é qualquer ato sexual sem consentimento.
- Distribua a ficha Apoiando Pares e leia os pontos-chave: ouvir sem julgar, apoiar, incentivar a buscar ajuda, manter a confidencialidade.
- Apresente serviços e canais de apoio disponíveis no território.



Passo a passo:

7. Encerramento e mensagens-chave

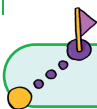
- Reforce que:
 - O consentimento é livre, informado e pode ser retirado a qualquer momento.
 - Ninguém deve ser pressionado a fazer algo que não quer.
 - Respeitar o “não” é tão importante quanto ouvir o “sim”.

Tarefa de casa

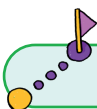
Pense em três situações do dia a dia (podem ser reais ou inventadas) em que alguém precisa dar ou pedir consentimento. Exemplo: emprestar um objeto, receber um abraço, participar de uma brincadeira, aceitar compartilhar uma foto, decidir sobre intimidade. Para cada situação, responda: 1. Qual seria um jeito respeitoso de pedir consentimento? 2. O que a pessoa poderia dizer se quisesse participar? 3. O que a pessoa poderia dizer se não quisesse participar? Para finalizar, escreva em frases curtas ou faça em formato de quadrinhos/ilustrações.

Material de apoio

BARROS, Odívia. Segredo segredíssimo. São Paulo: Geração Editorial, 2011.
CHILDHOOD BRASIL, SECRETARIA NACIONAL DOS DIREITOS DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE – MINISTÉRIO DOS DIREITOS HUMANOS E DA CIDADANIA (MDHC). Guia de Escuta Especializada: conceitos e procedimentos éticos e protocolos/Benedito Rodrigues dos Santos, Itamar Batista Gonçalves – São Paulo, Brasília: Childhood Brasil: SNDCA; 2022 – 2023, 127p. https://www.gov.br/mdh/pt-br/navegue-por-temas/crianca-e-adolescente/acoes-e-programas/GuiaEscutaEspecializada_ConceitoseProcedimentosticoseProtocolares.pdf
Consentimento é tudo. Vídeo. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=xkekbNLeEEU&t=21s>.
Defenda-se: Carinhos. Série. Vídeo. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=vjwSPkguQxc&t=1s>.
MINISTÉRIO PÚBLICO DO ESTADO DE GOIÁS. Saliência Comigo Não! Centro de Apoio Operacional às Promotorias de Infância e Juventude, 2021. Disponível em: https://www.mpggo.mp.br/portal/arquivos/2021/05/19/14_43_32_123_Cartilha_Saliencia_Comigo_Nao_CAQIJE_MPGO.pdf
TAUBMAN, Andrea Viviana. Não me toca, seu bobocal ed. Aletria, 2017.

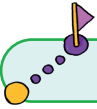
**FICHA: Consentimento significativo (participantes mais novas)³****O consentimento significativo só pode acontecer quando:**

- ☐ Você acredita que tem o direito de decidir por si mesma se deseja ou não participar de uma determinada atividade.
- ☐ Você tem um senso suficiente de poder e controle sobre sua própria vida para poder comunicar e implementar suas decisões.
- ☐ Você entende perfeitamente o que uma atividade acarreta e quais consequências ela pode trazer, e tem a maturidade para se comunicar sobre estas questões.
- ☐ Você está em uma situação ou relacionamento em que sua decisão será reconhecida e respeitada pela outra pessoa.
- ☐ Você sabe o que a atividade envolve e quais são seus sentimentos sobre isso; quais são os riscos; e como se proteger e a sua parceria.
- ☐ Você tem informações precisas para poder tomar uma decisão informada.

**FICHA: Consentimento significativo (participantes mais velhas)⁴****O consentimento significativo só pode acontecer quando:**

- ☐ Você acredita que tem o direito de decidir por si mesma se deseja ou não participar de uma atividade de sexual específica.
- ☐ Você tem um senso suficiente de poder e controle sobre sua própria vida para poder comunicar e implementar suas decisões.
- ☐ Você compreende perfeitamente o que uma atividade acarreta e que consequências pode trazer, e tem a maturidade para se comunicar com sua parceria sobre estas questões.
- ☐ Você está em uma situação ou relacionamento em que sua decisão será reconhecida e respeitada pela sua parceria.
- ☐ Você sabe o que a atividade envolve e quais são seus sentimentos sobre isso; quais são os riscos; e como se proteger e a sua parceira (ou seja, de gravidez não intencional e infecções plan sexualmente transmissíveis).
- ☐ Você tem a mente clara, não prejudicada por álcool ou drogas no momento da tomada de decisão.
- ☐ Você tem informações precisas sobre o status atual de saúde sexual de sua parceria (incluindo qualquer exposição sexual anterior ou uso de drogas que possa representar um risco para você).

³⁻⁴ Adaptada de Campeãs e Campeões da Mudança para os Direitos das Meninas e Jovens Mulheres e Igualdade de Gênero - PLAN INTERNATIONAL. Champions of Change for Gender Equality and Girls' Rights (Disponível em: <https://plan-international.org/youth-empowerment/champions-of-change/>)



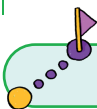
FICHA: Estou pronta para o sexo?⁵

Se você está pensando em fazer sexo, seja via intercurso (ou seja, quando existe penetração) ou outra forma de contato sexual, cabe a você decidir quando é a hora certa. Não importa se esta é sua primeira vez ou se você já fez sexo antes; é perfeitamente natural imaginar se você está pronta para fazer sexo com alguém ou se deseja continuar a fazer sexo com esta pessoa. Não há regras definidas para quando você está pronta para o sexo, e isto é diferente para cada pessoa, a cada vez, mas as perguntas a seguir podem ser úteis para ajudar você a decidir. Se todas as afirmações abaixo forem verdadeiras, você pode estar pronta para fazer sexo... Se não, você provavelmente não está pronta para começar a fazer sexo ou para fazer sexo novamente. **LEMBRE-SE:** Deve sempre ser sua decisão final se você está pronta para fazer sexo ou não, e isto deve depender do quão pronta VOCÊ se sente!

- ☐ Vocês confiam um/a na/o outra/o?
- ☐ Vocês se sentem seguras/os juntas/os?
- ☐ Vocês conseguem conversar sobre algo que as/os está incomodando?
- ☐ Vocês ouvem um/a à/ao outra/o?
- ☐ Você pode falar abertamente sobre sexo: sobre o que quer deste relacionamento, sobre o seu estado de saúde sexual do ou de sua parceria, sobre infecções sexualmente transmissíveis (ISTs), sobre o que você gosta e o que não gosta, ou sobre o uso de contraceptivos?
- ☐ Você tem informações suficientes sobre sexo?
- ☐ Você compreende totalmente para o que está dizendo "sim"?
- ☐ O sexo se encaixa nas suas crenças pessoais, e nas de sua parceria?
- ☐ Você sente que precisa de álcool ou drogas para fazer sexo?
- ☐ Você tem informações suficientes para praticar sexo seguro?
- ☐ Você sabe onde obter e como usar preservativos?
- ☐ Você se sente pronta, vocês duas/dois o querem, e ninguém está pressionando a outra pessoa?

Circule as perguntas que você considera mais importantes e escreva quaisquer outras perguntas que você acha que devem ser respondidas antes de você se sentir pronta para o sexo:

⁵ Adaptada de Campeãs e Campeões da Mudança para os Direitos das Meninas e Jovens Mulheres e Igualdade de Gênero - PLAN INTERNATIONAL. Champions of Change for Gender Equality and Girls' Rights (Disponível em: <https://plan-international.org/youth-empowerment/champions-of-change/>)

**FICHA: Estudos de caso ⁶**

Esmalte de unhas

Ana, que tem 11 anos, está visitando a casa da amiga Julia (13 anos). Julia mostra suas mãos a Ana e diz: "Olha, minha irmã mais velha passou esmalte nas minhas unhas, não estão lindas?" Ana responde dizendo: "Sim, fica muito bem em você, Julia." Julia propõe ir à casa de sua irmã e pedir-lhe para fazer as unhas de Ana também. Ana não gosta muito da ideia; ela se sente desconfortável e acha que é muito nova para usar algo assim. No entanto, ela tem medo de que Julia possa rir dela ou achá-la rude se ela disser "não", então elas vão juntas até a casa da irmã de Julia para fazer as unhas.

O beijo

Paulo convida Sandra (ambos têm 15 anos) para ir ao cinema com ele. A maioria dos amigos de Paulo já tem namorada, então ele acha que também deveria tentar ter uma. Sandra fica satisfeita por ele convidá-la para sair e eles se divertem juntos. Ambos realmente gostam do filme e conversam sobre o que assistiram enquanto fazem um lanche. No dia seguinte, na escola, os amigos de Paulo perguntam: "Vocês se beijaram?!" Eles riem de Paulo quando ele diz que não. Portanto, da próxima vez que vão ao cinema, Paulo decide beijar Sandra. Ele se sente estranho, e acha que Sandra também não gostou.

Tranças

Roberto se senta atrás de Eva na sala de aula. Todos os dias, Roberto puxa as tranças de Eva. Eva odeia quando ele faz isso – é difícil para ela se concentrar no professor, e dói quando ele puxa com força! Ela lhe diz para parar, mas ele nunca a escuta. Quando ela conta ao professor, ele diz apenas: "Ele deve gostar de você!"

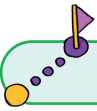
Tarefa de casa

Elisa, de 13 anos, está estudando para as provas e realmente espera obter boas notas. Quando sua mãe propõe que ela vá à casa do vizinho, Mario, de 29 anos, lhe pedir ajuda com a matemática, ela acha que é uma boa ideia. Mario está disposto a ajudar Elisa. Eles se sentam um ao lado do outro e Mario começa a explicar os primeiros exercícios. Quando Elisa está trabalhando nos exercícios, Mario não tira os olhos do corpo dela, o que a deixa muito desconfortável. Quando ela termina o exercício, ele lhe diz: "Muito bom trabalho, linda" e acaricia seu cabelo e rosto. Ela quer ir embora e diz a ele: "Desculpe, preciso ir para casa agora e ajudar minha mãe." Mario responde: "Ah, não, sua mãe lhe disse para estudar matemática por pelo menos uma hora, então não a desaponte." Elisa se sente confusa e decide ficar.

O caminho de volta para casa

Ana, uma menina de 11 anos, e Bia, outra menina de 13, vão juntas para a escola todos os dias. Um dia, Sidnei, um menino de 16 anos da aldeia, para e lhes oferece uma carona de volta para casa em seu táxi. Bia o conhece muito bem e está prestes a entrar. Ana não sabe o que fazer, já que não sabe se pode confiar em Sidnei. Bia diz: "Sidnei é um bom amigo dos meus pais, então está tudo bem, Ana, vamos lá!" Ana tem medo de ter de voltar sozinha, já que Bia já está no táxi, então decide se juntar a ela. Ana fica aliviada quando elas chegam à aldeia em segurança.

⁶ Adaptada de Campeãs e Campeões da Mudança para os Direitos das Meninas e Jovens Mulheres e Igualdade de Gênero - PLAN INTERNATIONAL. Champions of Change for Gender Equality and Girls' Rights (Disponível em: <https://plan-international.org/youth-empowerment/champions-of-change/>)



FICHA: Estudos de caso ⁶

De mãos dadas

Marco é o irmão do melhor amigo de Adriana. Eles se conhecem há muito tempo. Um dia, Marco está acompanhando Adriana até sua casa e lhe diz que gosta dela. Ela não havia pensado nisso antes, mas se sente feliz por Marco gostar dela. Eles andam em silêncio por um tempo, e Marco toma a mão de Adriana. Ela olha para ele e sorri, e aperta a mão dele. Eles andam de mãos dadas pelo resto do caminho até a casa dela.

Tarefa de casa

Elisa, de 13 anos, está estudando para as provas e realmente espera obter boas notas. Quando sua mãe propõe que ela vá à casa do vizinho, Mário, de 29 anos, lhe pedir ajuda com a matemática, ela acha que é uma boa ideia. Mário está disposto a ajudar Elisa. Eles se sentam um ao lado do outro e Mário começa a explicar os primeiros exercícios. Quando Elisa está trabalhando nos exercícios, Mário não tira os olhos do corpo dela, o que a deixa muito desconfortável. Quando ela termina o exercício, ele lhe diz: "Muito bom trabalho, linda" e acaricia seu cabelo e rosto. Ela quer ir embora e diz a ele: "Desculpe, preciso ir para casa agora e ajudar minha mãe." Mário responde: "Ah, não, sua mãe lhe disse para estudar matemática por pelo menos uma hora, então não a desaponte." Elisa se sente confusa e decide ficar.

Jantar chique

Alexandre, de 22 anos, convida Carla, de 18, para sair. Ele a leva a um restaurante chique e eles têm uma noite divertida. Quando Alexandre a leva de volta para casa, ele começa a acariciar seus ombros e seios. Carla não se sente pronta para isto, mas imagina que faz parte de ir a um encontro, portanto não diz nada. Ele diz que vai estacionar o carro antes de levá-la para casa "para que possamos nos divertir um pouco mais". Alexandre continua a tocá-la, embora ela não retribua. Eles têm relações sexuais no banco de trás do carro. Carla não gosta e sente-se desconfortável o tempo todo. No entanto, quando Alexandre pergunta: "Você se divertiu esta noite, querida?", ela assente e corre para a porta.

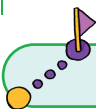
Notas de inglês

Sarah, de 16 anos, é a filha mais velha de uma família pobre em uma área rural. Após as provas finais, sua mãe e seu pai decidem mandá-la para viver com uma família na cidade para continuar sua educação. Sarah está realmente satisfeita com a oportunidade e se esforça muito na escola. Ela está obtendo boas notas, mas tem problemas com inglês. Um dia, seu professor de inglês, um homem de 35 anos, lhe pede para ficar na sala quando a aula termina e diz a ela: "Se você quiser, talvez possamos encontrar uma maneira diferente de obter uma nota mais alta?" Sarah não entende realmente o que o professor quer dizer. Ele pega a mão dela e a move até seu pênis. Sarah fica muito chocada com o que está acontecendo, e não faz nada. Ela deixa o professor mover sua mão e não diz nada. Ela se sente mal depois, mas não se atreve a contar a ninguém, pois tem medo de prejudicar suas notas de inglês.

Uma noite agradável

Rafaela, de 18 anos, conhece Debora, de 19 anos, há algum tempo, e gosta dela. Ela acha que Debora também gosta dela e decide convidá-la para ir à sua casa para assistirem a um filme juntas. Debora concorda e na noite seguinte ela vai à casa de Rafaela. Elas sentam-se juntas, curtem o filme e antes de Debora ir embora, elas se beijam. Juntas, elas concordam em se ver de novo, mas não contam a ninguém sobre o que está acontecendo, pois têm medo de reações de sua família, amigas e amigos.

⁶ Adaptada de Campeãs e Campeões da Mudança para os Direitos das Meninas e Jovens Mulheres e Igualdade de Gênero - PLAN INTERNATIONAL. Champions of Change for Gender Equality and Girls' Rights (Disponível em: <https://plan-international.org/youth-empowerment/champions-of-change/>)

**FICHA: Estudos de caso ⁶**

Marido e esposa

Manoel, de 42 anos, e Andrea, 40 anos, são casados há 15 anos e, em geral, vivem felizes com seus quatro filhos. Uma noite, Manoel quer fazer sexo, mas Andrea não está com vontade. No entanto, ela foi ensinada que é um dever da esposa ter relações sexuais sempre que o marido quiser, a menos que ela esteja doente ou menstruada, então ela faz sexo com Manoel.

Uma vez

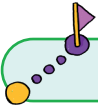
Gabi, de 19 anos, e Angelo, de 20, fizeram sexo uma vez e os dois realmente gostaram. Hoje à noite, Gabi diz a Angelo que ela o desejou o dia inteiro. Angelo preferiria apenas sair e conversar, mas teme que Gabi não o considere um homem de verdade se não fizer sexo. Como ele e ela já o fizeram uma vez, não há como voltar atrás. Gabi começa a tirar suas roupas, então ele decide não dizer nada e eles fazem sexo novamente.

Ter medo

Nina, de 22 anos, está saindo com Carlos, de 21, há cerca de seis meses e realmente gosta de passar seu tempo com ele. Ele lhe disse várias vezes que gostaria muito de fazer sexo com ela, mas apenas se ela quiser. Eles falam sobre sexo com frequência, e foram até a unidade básica de saúde para fazer exames de infecções sexualmente transmissíveis (ISTs). Depois de algum tempo, Nina decide que está pronta. Da próxima vez que ficam a sós, ela e ele fazem sexo.

Tomates

Um dia, quando Cecilia, de 16 anos, vai ao mercado para vender tomates, um homem atraente de cerca de 40 anos se aproxima dela e diz: "Menina linda, você parece cansada, deixe-me comprar todos os seus tomates para você poder ir para casa." Cecilia fica satisfeita e embala os tomates para ele. O homem até lhe dá algum dinheiro extra. No dia seguinte, no mercado, ele apenas lhe dá algum dinheiro novamente e lhe diz para ir até sua casa no fim da rua, se ela precisar de um pouco mais. No final da tarde, Cecilia decide ir até lá, mesmo que seja só para agradecer ao homem. Ele a convida para entrar e, antes que ela perceba, ele está tirando as roupas dela. Ele pergunta a ela: "Está tudo bem para você?" Ela fica confusa e chocada demais para fazer qualquer coisa, então permite. Quando termina, ele lhe dá mais dinheiro e diz para ela ir embora.

**FICHA: Apoiando Pares ⁷****O que fazer se alguém lhe contar sobre uma experiência de coerção ou violência:****Reconhecer a violência, buscar ajuda e apoiar quem precisa**

- Ouça com atenção, mantenha a calma e valide os sentimentos da pessoa (ou seja, não tente minimizar a dor ou sentimento dela, dizendo que “isso é uma bobagem” ou “não pode ter sido tão ruim”).
- Leve o que ouviu a sério, e diga à pessoa que você está do seu lado, mas não faça promessas que não pode cumprir.
- Não a force a falar sobre o assunto, se ela não quiser.
- Não julgue a vítima nem a pessoa que agrediu.
- Ofereça a garantia de que a pessoa não deve se sentir culpada ou envergonhada.
- Mantenha a confidencialidade, mas incentive-a a procurar apoio de uma pessoa adulta em quem possa confiar.
- Se você estiver preocupada com a segurança imediata de uma pessoa e não souber o que fazer, consulte um serviço de apoio confidencial e peça ajuda a uma pessoa adulta.
- Se você tiver informações precisas, forneça a ela informações sobre serviços de apoio relevantes que ela possa contatar.
- Se você não tiver informações precisas sobre serviços de apoio relevantes, ofereça-se para procurá-los junto com ela, e peça a uma pessoa adulta em quem você possa confiar para ajudar.
- Ofereça-se para ir com ela a um serviço de apoio relevante.
- Encontre apoio para si mesma, pois pode ser angustiante lidar com o apoio a outra pessoa que tenha experimentado algo traumático.

⁷ Adaptada de Campeãs e Campeões da Mudança para os Direitos das Meninas e Jovens Mulheres e Igualdade de Gênero - PLAN INTERNATIONAL. Champions of Change for Gender Equality and Girls' Rights (Disponível em: <https://plan-international.org/youth-empowerment/champions-of-change/>)

9

**Reconhecer a violência,
buscar ajuda e apoiar quem precisa**



Ideia chave:

A violência pode ter muitas formas (física, psicológica, moral, sexual ou exploração sexual) e todas afetam profundamente a vida das pessoas. Aprender a reconhecer os sinais, identificar serviços e pessoas de confiança e apoiar colegas que passam por isso é um passo essencial para quebrar o silêncio, proteger direitos e construir redes de cuidado.



Objetivos de aprendizagem:

Conhecimento: compreender os diferentes tipos de violência e os direitos de proteção garantidos por lei.

Habilidade: identificar sinais de violência, classificar situações e mapear serviços e pessoas de apoio.

Atitude/prática: adotar uma postura solidária e segura, incentivando pares a buscar ajuda sem julgamento e respeitando a confidencialidade.

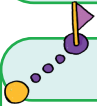


Materiais necessários:

- Cartolina
- Pincéis atômicos coloridos
- Fita adesiva para fixar cartazes na parede
- Conjunto de cartões com exemplos de situações (verdadeiras ou fictícias)
- Ficha "Apoiando Pares"
- Mapa local ou lista de serviços de apoio (saúde, assistência social, polícia, canais de denúncia)



Tempo estimado: 1h a 1h15



Passo a passo:

1. Acolhida e provocação inicial

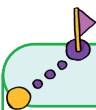
Receba o grupo de forma acolhedora e explique que hoje vocês vão conversar sobre violência, entender como ela se manifesta, como identificar sinais e o que fazer para buscar ajuda ou apoiar quem precisa.

Pergunte:

- O que vem à sua mente quando ouve a palavra "violência"?
- Será que violência é só quando alguém bate em outra pessoa?

Anote na cartolina as respostas.

Explique que existem diferentes tipos de violência: física, psicológica, moral, sexual e exploração sexual e que todas são graves e ferem direitos.



Passo a passo:

2. Conhecendo os tipos de violência

- Na cartolina, desenhe uma tabela com cinco colunas: Física, Psicológica, Moral, Sexual, Virtual, Exploração Sexual.
- Peça que o grupo sugira exemplos para cada tipo.
- Apresente os Tipos de Violência e Exemplos com definições simples:
 - **Violência Física:** agredir fisicamente (empurrar, bater, ferir, machucar).
 - **Violência Psicológica:** ameaçar, humilhar, isolar.
 - **Violência Moral:** espalhar boatos, caluniar, difamar.
 - **Violência Sexual:** qualquer ato de natureza sexual sem consentimento.
 - **Violência em Ambiente Digital:** envio ou solicitação de fotos íntimas sem consentimento, exposição de imagens privadas, assédio em redes sociais ou aplicativos.
 - **Exploração Sexual:** troca de favores, dinheiro ou presentes por práticas de natureza sexual.

3. Jogo dos cartões: identificando sinais

- Entregue a cada grupo um conjunto de **cartões com situações fictícias**.
- Peça que classifiquem cada situação:
 1. Tipo de violência (ou “não é violência”).
 2. Sinais de que é um ato de violência.
 3. A quem a pessoa poderia pedir ajuda.
- Depois, cada grupo apresenta um exemplo e o classifica, estimulando o debate.

4. Mapeando pessoas e serviços de apoio

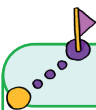
- Em duplas, quem participa faz uma lista de pessoas e lugares em que confiam para buscar ajuda (amizades, familiares, pessoas de confiança na escola (como docentes ou equipe), serviços de saúde, CRAS/CREAS, canais como Disque 100, 180, 190).
- Monte um grande “Mapa de Apoio” na cartolina, colando todas as sugestões.
- Apresente o direito de toda pessoa a viver livre de violência, reforçando leis e políticas de proteção à criança e ao adolescente (ECA, Lei Maria da Penha etc.).

5. Apoio entre pares

- Distribua a ficha “Apoiando Pares” (utilizada na atividade “Entendendo o Consentimento”) e discuta os passos: ouvir, acreditar, não julgar, não expor, incentivar a buscar ajuda e, se necessário, acompanhar até um serviço seguro.

6. Encerramento e mensagens-chave

- Reforce que:
 - Violência pode assumir muitas formas, todas são sérias.
 - Reconhecer sinais é o primeiro passo para quebrar o ciclo de violência.
 - Buscar ajuda é um direito e apoiar faz diferença.



Passo a passo:

Tarefa de casa:

Peça aos adolescentes que, individualmente, elaborem um pequeno mapa (com cores, símbolos ou desenhos) ou lista em que identifiquem:

1. Pessoas de confiança com quem poderiam conversar ou pedir ajuda se vivenciassem ou presenciassem alguma forma de violência.
2. Serviços de apoio disponíveis na comunidade ou online (ex.: Disque 100, Disque 180, CREAS, CRAS, escolas de referência, unidades de saúde).
3. Sinais de violência que aprenderam durante a atividade.

Sugestões de adaptação

10 a 12 anos: Para essa idade, a atividade pode ser adaptada em formato de jogo de situações ilustradas. Os cartões podem trazer exemplos de bullying, cyberbullying, assédio ou violência em casa com linguagem simples e desenhos (ex.: “um colega espalhou boatos sobre você na escola”; “alguém pediu para ver fotos íntimas no celular”). Em grupo, as crianças classificam se aquilo é violência ou não, e depois discutem a quem poderiam pedir ajuda (docente, familiar, amizade de confiança, serviços). A ênfase deve ser: identificar o que é errado, entender que não é culpa da vítima e praticar pedir ajuda a uma pessoa adulta de confiança.

13 a 15 anos: Para adolescentes, a proposta pode evoluir para um debate estruturado com estudos de caso mais complexos, envolvendo redes sociais, namoro e situações de pressão de pares (ex.: “um(a) namorado(a) compartilhou prints de conversas privadas”; “um colega força a senha de redes sociais”). O grupo deve analisar se é violência, que direitos estão sendo violados, e como buscar apoio. Essa faixa pode também simular a denúncia em diferentes canais (Disque 100, 180, Conselho Tutelar), reforçando que a vítima nunca é culpada.

16 anos ou mais: Para os mais velhos, a atividade pode ser adaptada em forma de roda de diálogo crítico sobre violência estrutural e desigualdades de poder (gênero, raça, classe, orientação sexual). O grupo pode trabalhar com notícias reais ou campanhas públicas para analisar como a violência é retratada, discutir políticas públicas de proteção, e propor ações coletivas de prevenção (como campanhas escolares ou comunitárias). O foco deve ser: entender a violência como violação de direitos humanos e incentivar o engajamento para ambientes seguros e equitativos.

Material de apoio

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente. Orientações aos profissionais da saúde em situações de emergências em saúde pública – Violência sexual (tamanho A4). Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/emergencia-em-saude-publica/orientacoes-aos-profissionais-da-saude-em-situacoes-de-emergencias-em-saude-publica-violencia-sexual-tamanho-a4>

BRASIL. Ministério dos Direitos Humanos. Secretaria Nacional de Proteção dos Direitos da Criança e Adolescente. Violência contra Crianças e Adolescentes: análise de cenários e propostas de políticas públicas. Elaboração de Marcia Teresinha Moreschi. Documento eletrônico. Brasília, DF: Ministério dos Direitos Humanos, 2018. Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/pt-br/centrais-de-conteudo/consultas/conada/violencia-contra-criancas-e-adolescentes-analise-de-cenarios-e-propostas-de-politicas-publicas.pdf>.

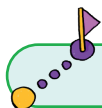
CENTRO MARIETA DE DEFESA DA INFÂNCIA. Campanha Defenda-se – vídeos educativos sobre autodefesa contra violência sexual. [S. l.], desde 2014. Disponível em: <https://defenda-se.com/videos/>

RÁDIO NOVELA APRESENTA. Me explica como se eu fosse um adulto: Pense pequeno. Podcast. Disponível em: <https://open.spotify.com/episode/0ga-j4eaE9o7bsitnL7JIpe?si=HMLkuj4TYy3JWCyK64MFA>

TRIBUNAL DE JUSTIÇA DO ESTADO DO PARÁ. Papo Justo TJPA: Brasil registra quase meio milhão de agressões contra crianças. Podcast. Disponível em: <https://open.spotify.com/episode/3HQRJOWdackAxjUjuvWFeg>

UNICEF. Proteção de crianças e adolescentes contra as violências. Matéria. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/pt/ptecao-de-criancas-e-adolescentes-contra-violencias>

UNICEF BRASIL. Comunidade escolar na prevenção e resposta às violências contra crianças e adolescentes. Brasília, DF: UNICEF, 2022. Disponível em: https://www.unicef.org/brazil/media/19281/file/comunidade_escolar_prevencao_resposta_violencia.pdf



Sugestão de Cartões: Mitos e Verdades sobre a puberdade

Um colega empurra outro durante o intervalo, repetidamente, fazendo-o cair e se machucar. Outros alunos riem da situação, aumentando o desconforto.	Uma estudante recebe mensagens repetidas de um colega dizendo que ela não é capaz e que ninguém gosta dela, mesmo quando tenta ignorar.
Um grupo de alunos espalha boatos falsos sobre a vida pessoal de uma colega nas redes sociais, causando constrangimento e afastamento dos amigos.	Durante uma festa, alguém tenta forçar contato físico com outro adolescente sem que ele queira participar, gerando medo e desconforto.
Uma estudante pede ajuda a um colega para entender um exercício, e ele explica pacientemente, trabalhando em equipe.	Amigos organizam uma surpresa de aniversário, decorando o ambiente e celebrando juntos, de forma positiva e inclusiva.
Amigos pressionam uma colega a fazer algo que ela não quer, dizendo que ela perderá a amizade se não aceitar.	Dois colegas debatem sobre esportes de forma respeitosa, trocando opiniões e brincadeiras leves sem ofender um ao outro.
Um colega pede fotos privadas de outro adolescente, insistindo e dizendo que as divulgará se ele não enviar.	Um adolescente é pressionado a realizar tarefas ou favores indesejados em troca de presentes ou recompensas.
Um responsável bate em você quando tira nota baixa na escola.	Seu namorado aperta seu braço com força quando você tenta sair de perto.
Sua namorada ameaça terminar o relacionamento se você conversar com outras pessoas.	Seu namorado insiste em ter relações sexuais mesmo quando você diz que não está confortável.
Um adulto mais velho oferece presentes caros e depois pressiona você a manter relações sexuais como “retribuição”.	Um primo mais velho tenta te tocar de forma inapropriada e pede segredo.



10

Gravidez e adolescências:
conhecer, refletir e escolher



Ideia chave:

A gravidez é um evento que envolve corpo, emoções, sonhos e escolhas. A adolescência é um tempo de descobertas e desenvolvimento, e é importante que adolescentes tenham acesso a informações, apoio e recursos para tomar decisões conscientes sobre sua vida reprodutiva.



Objetivos de aprendizagem:

Conhecimento: compreender diferenças entre gravidez desejada, indesejada e planejada; conhecer métodos contraceptivos e seus usos corretos; reconhecer direitos sexuais e reprodutivos.

Habilidade: analisar situações reais, desconstruir mitos sobre contracepção, exercer corresponsabilidade e propor formas de apoio a pares.

Atitude/prática: valorizar o direito de cada pessoa decidir sobre seu corpo e futuro, respeitar quem já vive a maternidade/paternidade adolescente e adotar práticas de cuidado, contracepção e prevenção.



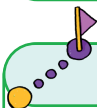
Materiais necessários:

- Cartolina
- Pincéis atômicos coloridos
- Fita adesiva para fixar cartazes na parede
- Pôsteres dos sistemas reprodutivos
- Exemplos (reais ou ilustrativos) de métodos contraceptivos disponíveis na comunidade
- Fichas "Mitos e Fatos sobre Reprodução e Contracepção"



Tempo estimado:

1h30 a 1h45 (pode ser dividida em dois encontros)



Passo a passo:

1. Acolhida e provocação inicial

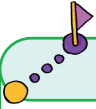
Dê as boas-vindas ao grupo e explique que o encontro será sobre gravidez na adolescência, um tema que envolve corpo, saúde, sonhos e escolhas.

Pergunte de forma acolhedora:

- "Todas as gestações são planejadas?"
- "Ter a capacidade física de engravidar significa estar pronta para ser mãe ou pai? Por quê?"

Explique que falar sobre isso é também falar sobre direitos:

- O direito de se relacionar sem querer ter filhos.
- O direito de decidir livremente se, quando e quantos filhos ter.



Passo a passo:

2. Gravidez desejada, indesejada e planejada

- Peça ao grupo para, em duplas, pensar em situações reais ou fictícias que representem cada tipo.
- Cole as respostas em três colunas na cartolina: Desejada, Indesejada, Planejada.
- Explique os conceitos e dê exemplos simples.

Gravidez desejada, indesejada e planejada

Gravidez Desejada

É aquela que acontece no momento em que a pessoa ou o casal gostaria de ter uma criança, correspondendo a um desejo presente de engravidar. Pode não ter sido planejada com métodos contraceptivos, mas é acolhida como algo positivo.

Referência: UNFPA, 2022. State of World Population Report.

Gravidez Indesejada

É quando a pessoa engravida sem querer ter filhos em nenhum momento da vida, ou quando ocorre em circunstâncias que não correspondem ao seu desejo — por exemplo, em situação de violência sexual. Esse tipo de gravidez costuma estar associado a impactos negativos para a saúde física, mental e social.

Referência: WHO, 2020. Preventing Unsafe Abortion; Ministério da Saúde, 2013. Atenção ao Pré-Natal de Baixo Risco.

Gravidez Planejada

É aquela em que a pessoa ou o casal decide conscientemente engravidar, considerando fatores como saúde, estabilidade emocional, condições sociais/financeiras e apoio disponível. Normalmente envolve o uso ou a interrupção intencional de métodos contraceptivos.

Referência: WHO, 2018. Family Planning Evidence Brief; Ministério da Saúde, 2018. Protocolo de Atenção à Saúde Sexual e Reprodutiva

- Discuta como cada situação impacta a vida da pessoa.

3. Gravidez desejada, indesejada e planejada

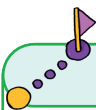
- Divida o grupo em 4 equipes e atribua um tema a cada uma:
 1. Educação
 2. Saúde e corpo
 3. Desenvolvimento emocional
 4. Situação social e financeira
- Cada equipe lista razões pelas quais adolescentes podem planejar a gravidez considerando seu tema.

4. Mitos e fatos sobre contracepção

- Pergunte: “O que vocês já ouviram sobre formas de prevenir a gravidez?”
- Anote todas as respostas (inclusive as incorretas) na cartolina, use a ficha “Mitos e Fatos” como apoio.
- Explique a diferença entre mito e fato.
- Com a ajuda do grupo, marque “M” ou “F” para cada item.
- Destaque que somente preservativos oferecem dupla proteção (gravidez + IST/HIV).

5. Mitos e fatos sobre contracepção

- Reforce que prevenir a gravidez é responsabilidade compartilhada entre homens e mulheres.
- Pergunte:
 - Como os parceiros podem apoiar na prevenção?
 - O que significa tomar decisões juntos?
- Registre contribuições na cartolina.



Passo a passo:

6. Apoio a mães adolescentes

- Converse sobre como mães adolescentes devem ser tratadas sem julgamento, com apoio e inclusão.
- Discuta como combater estigma e discriminação.
- Reforce a mensagem-chave.

A maternidade na adolescência não deve impedir uma jovem de sonhar, estudar e construir seu futuro.

7. Encerramento e mensagens-chave

- Reforce que:
 - Toda pessoa tem direito a decidir sobre seu corpo e seu futuro.
 - Prevenir é possível e envolve informação, diálogo e acesso a métodos seguros.

Tarefa de casa:

Cada estudante deve entrevistar uma pessoa de confiança (pode ser familiar, amizade, pessoa adulta da comunidade ou profissional de saúde) com as seguintes perguntas:

- O que você entende por gravidez desejada, indesejada e planejada?
- Quais métodos contraceptivos você conhece e acha mais importantes para adolescentes?
- Quais conselhos daria para um(a) adolescente que está aprendendo sobre esse tema?

A partir da conversa, cada estudante deve produzir um registro escrito ou visual (um pequeno texto, um desenho, uma colagem ou até um áudio se preferirem).

Sugestões de adaptação

16 anos ou mais: Nessa idade, pode-se propor uma roda de debate crítico sobre os direitos sexuais e os direitos reprodutivos, desigualdades de gênero e acesso a serviços de saúde. O grupo pode receber notícias, depoimentos ou dados reais sobre gravidez na adolescência e discutir:

- Quais barreiras sociais, econômicas e culturais influenciam as decisões sobre contracepção?
- Como políticas públicas (acesso a contraceptivos, programas de saúde, proteção contra violências) podem apoiar adolescentes?
- Como combater estigmas e apoiar adolescentes que engravidam?

Também é importante abordar temas como aborto legal e seguro, direitos educacionais de mães adolescentes e o papel da rede de apoio. O foco é estimular o protagonismo juvenil, desenvolver pensamento crítico e reforçar a noção de que prevenir a gravidez é um direito e uma responsabilidade compartilhada.

Material de apoio

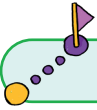
BRASIL. Ministério da Cidadania. Informativo: gravidez na adolescência. Brasília, DF: Ministério da Cidadania, 2025. Disponível em: https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/assistencia_social/informe/informativo%20Gravidez%20adolesc%C3%Aancia%20final.pdf

BRASIL. Ministério da Saúde. Nota Técnica nº 2/2025 – COSAJ/CGCRIAJ/DGCI/SAPS/MS: boas práticas para prevenção da gravidez na adolescência. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2025. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/notas-tecnicas/2025/nota-tecnica-no-2-2025-cosaj-cgcriaj-dgci-saps-ms>

GELEDÉS – INSTITUTO DA MULHER NEGRA. Gravidez na adolescência. Documentário. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=fOG8Dkw-Kwo>

LUZ, A. M. H.; BERNI, N. I. O. Processo da paternidade na adolescência. Revista Brasileira de Enfermagem, Brasília, v. 63, n. 1, p. 8–14, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0034-71672010000100008>

MATERNIDADE DIVERSA. Gravidez na adolescência. Podcast. Episódio que discute a gravidez na adolescência e os desafios enfrentados por jovens mães. Disponível em: [https://open.spotify.com/episode/37Fms3QUXbK7iodYfdt6O?si=MX7HqCmq\\$-2z8CsvCImrvQ](https://open.spotify.com/episode/37Fms3QUXbK7iodYfdt6O?si=MX7HqCmq$-2z8CsvCImrvQ)

**FICHA: Mitos e Fatos sobre Contracepção****Marque cada afirmação como Mito (M) ou Fato (F)**

- ☐ A primeira relação sexual não engravida.
- ☐ É possível engravidar mesmo na primeira vez.
- ☐ Tomar chá ou coca-cola depois da relação evita gravidez.
- ☐ Pílula anticoncepcional deve ser tomada todos os dias, no mesmo horário, para funcionar bem.
- ☐ O preservativo masculino pode ser usado mais de uma vez, se lavado.
- ☐ Somente preservativos (masculinos ou femininos) oferecem dupla proteção: gravidez + IST/HIV.
- ☐ O coito interrompido (retirar antes de ejacular) é um método seguro para evitar gravidez.
- ☐ Existem vários métodos modernos de contracepção, e cada pessoa pode escolher o que melhor se adapta à sua realidade.
- ☐ A pílula do dia seguinte pode ser usada como método regular de prevenção.
- ☐ Implantes, injeções e DIU são métodos de longa duração que também previnem a gravidez.
- ☐ O corpo precisa de 'descanso' do uso da pílula, fazendo pausas.
- ☐ A camisinha pode estourar se não for usada corretamente ou se estiver vencida.
- ☐ Tomar banho ou urinar depois da relação impede a gravidez.
- ☐ Meninas podem engravidar logo após a primeira menstruação, caso tenham uma relação sexual desprotegida.
- ☐ Contracepção é uma responsabilidade compartilhada: meninas e meninos devem se envolver na prevenção.

11

**Prevenindo ISTs e HIV com informação
e consciência coletiva**



Ideia chave:

Falar sobre Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs) e do Vírus da imunodeficiência humana (HIV) é essencial para que adolescentes entendam como proteger a própria saúde e a de outras pessoas. Muitas infecções não apresentam sinais visíveis; por isso, conhecer as formas de transmissão, prevenção e cuidados disponíveis é fundamental para tomar decisões seguras. É importante refletir sobre sexo seguro e perceber que a vulnerabilidade não depende apenas de escolhas individuais, mas também de relações, contextos sociais e estratégias de cuidado coletivo.



Objetivos de aprendizagem:

Conhecimento: Compreender o que são as ISTs e HIV/AIDS e as formas de transmissão.

Habilidade: Compreender o que são as ISTs e HIV/AIDS e as formas de transmissão.

Atitude/prática: Praticar empatia e cuidado coletivo, reconhecendo que o risco de ISTs envolve relações e contextos sociais, não apenas escolhas individuais.

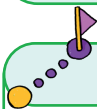


Materiais necessários:

- Cartões em formato de crachá e cartões de visita com quatro símbolos:
 - ▲ Pessoa com IST que usa preservativo em todas as relações
 - Pessoa com HIV que não usa preservativo nem outras estratégias
 - ★ Pessoa sem diagnóstico conhecido que usa preservativo
 - Pessoa sem diagnóstico conhecido que não usa preservativo
- Música ambiente e som (opcional)
- Espaço livre para circulação
- Cartolinas com o significado dos símbolos (coberto até o final)
- Fichas com informações sobre as ISTs mais prevalentes



Tempo estimado: 1h a 1h30



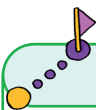
Passo a passo:

1. Acolhida e provocação inicial

- Inicie a atividade com o Meu Momento Atual (MMA)⁸. Organize as cadeiras em roda e convide cada participante, inclusive a facilitação, a compartilhar brevemente seu momento pessoal e/ou profissional, sem interrupções. A fala é opcional e o foco é a escuta respeitosa para preparar o grupo para a atividade.
- Receba o grupo com acolhimento e explique que hoje vão conversar sobre ISTs e HIV, não para assustar, mas para refletir coletivamente sobre formas de cuidado e escolhas seguras.

Adaptada de Campeãs e Campeões da Mudança para os Direitos das Meninas e Jovens Mulheres e Igualdade de Gênero - PLAN INTERNATIONAL. C"Inspiração no "Do Cunchatã para a América Latina: disseminando a experiência e metodologia do trabalho com/para jovens utilizada pelo Grupo Curumim" (2010)."

⁸ O "Meu Momento Atual (MMA)" é uma metodologia de acolhimento utilizada pelo Grupo Curumim em todas as atividades. Para mais informações, ver Do Cunchatã para a América Latina: disseminando a experiência e metodologia do trabalho com/para jovens utilizada pelo Grupo Curumim (2010). Disponível em: <https://grupocurumim.org.br/wp-content/uploads/2025/09/Publicacao-do-Cunchata-para-América-Latina.pdf>



Passo a passo:

- Pergunte:
 - O que vocês entendem por IST?
 - O que vocês já ouviram falar sobre HIV?
 - O que significa para vocês ter “sexo mais seguro”?
- Escute com atenção, valorize cada resposta e depois complemente com as definições básicas na cartolina. Reforce que falar sobre prevenção é um direito e deve ser feito sem vergonha ou preconceito.

2. Preparação da atividade “Festa dos Sinais”

- Explique que farão uma simulação para refletir sobre riscos e vulnerabilidades.
- Distribua um crachá com um símbolo (sem explicar o significado) e três cartões iguais ao símbolo do crachá para cada participante.
- Peça que guardem sigilo sobre o símbolo que receberam.

3. Simulação

- Coloque música e diga que eles estão numa “festa” fictícia.
- Cada vez que interagirem em um “ficar” fictício, devem entregar um cartão à outra pessoa.
- Podem interagir com mais de uma pessoa, mas não podem devolver cartões recebidos e nem redistribuir.
- Faça pelo menos 4 a 5 rodadas rápidas de interações.

4. Revelação e reflexão inicial

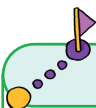
- Pare a música e peça que se sentem em círculo, colocando na frente todos os cartões recebidos.
- Revele o significado dos símbolos na cartolina.
- Pergunte:
 - Quem ficou em situação mais vulnerável?
 - Quem fez escolhas mais seguras?
 - É possível saber pela aparência se uma pessoa tem uma IST ou vive com HIV?
 - O uso de preservativo muda esse cenário?
 - Que fatores sociais aumentam ou reduzem o risco?

5. Conteúdo técnico e aprofundamento

- Distribua as fichas das ISTs mais prevalentes e peça que, em trios, leiam e destaquem 3 informações novas ou importantes.
- No grande grupo, discuta:
 - Principais ISTs e sintomas (lembrando que muitas não apresentam sinais visíveis).
 - Formas de transmissão.
 - Prevenção combinada (preservativo externo e interno, testagem, tratamento de ISTs, PrEP, PEP, vacinação contra HPV e Hepatite B).
 - Direitos à saúde sexual e ao atendimento sem discriminação.

6. Encerramento e mensagens-chave

- Reforce que:
 - O risco de infecção por ISTs não depende só de escolhas individuais, mas também de contextos, relações e oportunidades de cuidado.
 - Prevenção é direito, cuidado coletivo e responsabilidade compartilhada.



Passo a passo:

Material de Apoio:

BRASIL. Ministério da Educação. Negociando o uso do preservativo. Disponível em: <http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=19787>

BRASIL. Ministério da Saúde. Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas para Manejo da Infecção pelo HIV em Crianças e Adolescentes – Módulo II: diagnóstico, manejo e tratamento de crianças e adolescentes vivendo com HIV. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2024. Disponível em: https://www.gov.br/aids/pt-br/central-de-conteudo/pcdts/PCDT_HIV_Crianas_Modulo_II_2024_e.pdf

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Programa Nacional de DST e Aids. Manual de rotinas para assistência de adolescentes vivendo com HIV/Aids. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/10001021667.pdf>



12

Todas as cores, todos os corpos



Ideia chave:

A diversidade faz parte da vida: cada pessoa tem sua história, sua cor, seu corpo, sua forma de ser e de amar. Essas diferenças entre as pessoas não são um problema, mas sim uma riqueza que torna o mundo mais criativo, justo e bonito. No entanto, muitas vezes, o preconceito e a discriminação, como o racismo, a LGBTfobia, o machismo, a exclusão por causa da aparência, da religião ou de outras características, acabam transformando diferenças em motivo de violência e dor. Por isso, precisamos falar sobre respeito e sobre como enfrentar essas situações.



Objetivos de aprendizagem:

Conhecimento: Reconhecer o conceito de diversidade humana em seus diferentes aspectos, como por exemplo: raça/etnia, identidade de gênero, orientação sexual, religião, deficiência, corpos e culturas.

Habilidade: Comunicar compromissos individuais e coletivos para a promoção do respeito.

Atitude/prática: Comprometer-se com práticas inclusivas em ambientes escolares, familiares e comunitários.



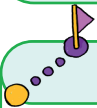
Materiais necessários:

- Cartões com frases/situações reais ou fictícias relacionadas a preconceito e discriminação (envolvendo raça/cor, orientação sexual, identidade de gênero, religião, aparência física, deficiência etc.)
- Cartolinas coloridas
- Canetas coloridas
- Post-its em várias cores
- Fita adesiva para fixar cartazes na parede
- Textos breves ou imagens que representem diversidade positiva (famílias diversas, povos e culturas, diferentes identidades de gênero, expressões de sexualidade e corpos diversos etc.)



Tempo estimado:

1h a 1h15



Passo a passo:

1. Acolhida e provocação inicial

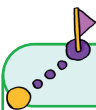
Receba o grupo com escuta aberta e explique que hoje vão falar sobre diversidade e respeito. Para começar, faça uma pergunta simples:

- Quando você ouve a palavra “diversidade”, o que vem à sua mente?
- É possível conviver com respeito mesmo quando as pessoas são diferentes? Como?

Valorize as respostas, mostrando que cada perspectiva é importante para a construção coletiva da atividade.

2. Jogo “Na Minha Pele”

- Entregue a cada participante um cartão com uma situação de preconceito ou discriminação



Passo a passo:

- Peça que leiam em silêncio e reflitam:
 - Como essa situação faria você se sentir?
 - O que você faria?
 - Quem poderia te apoiar?
- Formem grupos de 4 a 5 pessoas para compartilhar (de forma voluntária) e listar sentimentos e possíveis respostas.

3. Mapeando as opressões e resistências

- Na cartolina, crie duas colunas: Opressões e Resistências.
 - Na coluna Opressões, registre exemplos trazidos pelos grupos, categorizando (racismo, LGBTfobia, machismo, xenofobia, capacitismo etc.).
 - Na coluna Resistências, registre ações coletivas e individuais para enfrentar essas situações (denunciar, apoiar a vítima, promover diálogos, criar grupos de acolhimento, exigir políticas inclusivas).

4. Construindo compromissos de respeito

- Entregue post-its coloridos para que cada participante escreva uma ação concreta que pode adotar para promover respeito e combater opressões no seu ambiente (escola, bairro, grupos de amizades).
- Cole os post-its numa cartolina com o título “Nossas Cores, Nossos Compromissos”.
- Leia alguns compromissos em voz alta, reforçando o poder das pequenas ações.

5. Encerramento e mensagens-chave

- Reforce que:
 1. Diversidade é parte da humanidade e deve ser celebrada.
 2. Racismo, LGBTfobia, machismo, capacitismo e outras formas de discriminação são violências que afetam vidas e violam direitos.
 3. Respeito se constrói na prática, com ações diárias e posicionamento contra injustiças.

Tarefa de casa:

Escolha um exemplo positivo de diversidade e respeito que você já viu ou viveu (na escola, na família, na comunidade, em filmes, músicas ou redes sociais). Pode ser uma situação, uma pessoa inspiradora, uma cena de filme, um texto, uma música ou até uma experiência própria.

Escreva em um parágrafo curto:

- O que aconteceu?
- Por que isso representa respeito à diversidade?
- O que você aprendeu ou gostaria que outras pessoas também aprendessem com esse exemplo?

Se preferir, pode ser feito em formato criativo: desenho, poema, meme, tirinha, música ou colagem de imagens que representem a mensagem

Material de Apoio:

ARIGATOU INTERNATIONAL. Aprender a viver juntos. Genebra: Arigatou Foundation, 2008. Disponível em: https://elf.org.br/wp-content/uploads/2023/06/Arigatou_APRENDER%20A%20VIVER%20JUNTOS.pdf

BRASIL. Controladoria-Geral da União (CGU); OUVIDORIA-GERAL DA UNIÃO (OGU); MINISTÉRIO DA IGUALDADE RACIAL (MIR); CONSULTORIA E EDUCAÇÃO EM DIVERSIDADE E INCLUSÃO (TREE); ORGANIZAÇÃO DOS ESTADOS IBERO-AMERICANOS PARA A EDUCAÇÃO, A CIÊNCIA E A CULTURA (OEI). Cartilha – Educando para as Relações Étnico-Raciais. Brasília, DF: CGU/MIR/TREE/OEI, 2024. Disponível em: https://www.gov.br/ouvidorias/pt-br/ouvidorias/eventos/cursos_educacao_etnico_racial/cartilha-educando-para-as-relacoes-etnico-raciais.pdf

DUK, Cynthia (org.). Educar na diversidade: material de formação docente. 2. ed. revisada. Brasília, DF: Ministério da Educação, Secretaria de Educação Especial, 2005. Disponível em: <https://portal.mec.gov.br/seesp/arquivos/pdf/educar%20na%20diversidade.pdf>

FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA. Atlas da violência 2025. São Paulo: FBSP, 2025. Disponível em: <https://forumseguranca.org.br/publicacoes/atlas-da-violencia/>

Gente diversidade é o futuro. Vídeo. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=q_v7N2VFwec

PIXAR. Luca. Filme. Disney+, 2021. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=YdAIBIPVe9s>

Se a escola fosse minha. Documentário. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=NHJMDuhrz8>



Cartão para situações de preconceito e discriminação

Um professor diz que engenharia não é curso para mulher.

Colegas tratam seu pronome com ironia ou se recusam a usá-lo.

No trabalho, você recebe tarefas administrativas enquanto os homens ficam com as decisões.

Um colega te exclui de uma conversa porque você falou do seu namorado do mesmo gênero.

Na escola, fazem piadas sobre você 'virar' gay por conviver com amigos LGBTQIA+.

Alguém diz que você não deveria demonstrar afeto em público com seu parceiro(a).

Você é seguido dentro de uma loja por um segurança.

Um vizinho comenta que você 'fala bem' para alguém da sua cor.

No trabalho, sugerem que você corte o cabelo crespo para parecer 'mais profissional'.

Durante uma palestra, o conteúdo não tem tradução em Libras.

Você é tratado como incapaz de decidir por si só por usar cadeira de rodas.

Fazem piadas imitando dificuldades de fala.

Você é chamado de 'velho demais' para aprender tecnologia.

Em uma reunião, ignoram suas ideias por ser o mais jovem.

No transporte, reclamam que você ocupa espaço mesmo tendo direito ao assento.

Colegas tiram sarro do seu uso de véu ou turbante.

Você é pressionado a comer algo que vai contra sua religião.

Dizem que sua fé é 'atrasada' ou 'coisa do passado'.

Referências

ALWAYS. Always contra a pobreza menstrual. Always Brasil, 2025. [documento eletrônico]. Disponível em: <https://www.alwaysbrasil.com.br/pt-br/sobre-nos/nossa-batalha/always-contr-a-pobreza-menstrual>. Acesso em: 19 ago. 2025.

ALVES, Isabela Almeida; FERREIRA, Victória Caroline Alves; OLIVEIRA, Karyne Gleyce Zemf; ARAGÃO, Mônica Andréa Miranda. O impacto do uso de métodos contraceptivos na adolescência: uma revisão integrativa. Research, Society and Development, v. 11, n. 2, e43711225949, 2022. DOI: 10.33448/rsd-v11i2.25949

BARROS, Aluisio J. D.; BLUMENBERG, Cauane; COSTA, Janaína Calu; RUAS, Luis Paulo Vidaletti; LIMA, Natália Peixoto; WEHRMEISTER, Fernando C.; COSTA, Francine dos Santos; SILVA, Luiza Eunice Sá da; VICTORA, Cesar G. Maternidade na adolescência no Brasil: altas taxas de fecundidade e desigualdades marcantes entre municípios e regiões. SciELO Preprints, 2025. [documento eletrônico]. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.11537>. Acesso em: 19 ago. 2025.

BRASIL. Código Penal. 4. ed. Brasília, DF: Senado Federal, 2021. Disponível em: https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/585476/Codigo_penal_4ed.pdf

BRASIL. Constituição da República Federativa do Brasil de 1988. Promulgada em 5 de outubro de 1988. Brasília, DF. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Constituicao/Constituicao.htm

BRASIL. Decreto-Lei nº 2.848, de 7 de dezembro de 1940. Código Penal. Parte Geral. Diário Oficial da União: Seção 1, Brasília, DF, 31 dez. 1940. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto-lei/del2848compilado.htm

BRASIL. Lei nº 6.202, de 17 de abril de 1975. Atribui à estudante em estado de gestação o regime de exercícios domiciliares instituído pelo Decreto-lei nº 1.044, de 1969, e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 17 abr. 1975. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Leis/1970-1979/L6202.htm.

BRASIL. Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007. Institui o Programa Saúde na Escola – PSE, e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, Seção 1, p. 2, 6 dez. 2007. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2007/decreto/d6286.htm

BRASIL. Estatuto da Criança e do Adolescente – ECA (Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990). Dispõe sobre a proteção integral à criança e ao adolescente. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 16 jul. 1990. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm

BRASIL. Crianças, adolescentes e telas: Guia sobre usos de dispositivos digitais. Disponível em: https://www.gov.br/secom/pt-br/assuntos/uso-de-telas-para-criancas-e-adolescentes/guia-de-telas_sobre-usos-de-dispositivos-digitais-versaoweb.pdf

BRASIL. Lei nº 10.778, de 24 de novembro de 2003. Estabelece a notificação compulsória, em todo o território nacional, dos casos de violência contra a mulher atendidos em serviços de saúde públicos ou privados. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 25 nov. 2003. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/2003/L10778.htm

BRASIL. Lei nº 12.010, de 3 de agosto de 2009. Dispõe sobre adoção. Diário Oficial da União: Seção 1, Brasília, DF, 4 ago. 2009. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2009/lei/l12010.htm

Referências

BRASIL. Lei nº 12.650, de 17 de maio de 2012. Altera o Decreto-Lei nº 2.848, de 7 de dezembro de 1940 – Código Penal, com a finalidade de modificar as regras relativas à prescrição da pena. Diário Oficial da União: Seção 1, Brasília, DF, 18 maio 2012. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/112650.htm

BRASIL. Lei nº 12.737, de 30 de novembro de 2012. Dispõe sobre a tipificação criminal de delitos informáticos (Lei Carolina Dieckmann). Diário Oficial da União, Brasília, DF, 3 dez. 2012. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/112737.htm

BRASIL. Lei nº 12.845, de 1º de agosto de 2013. Dispõe sobre o atendimento obrigatório e integral de pessoas em situação de violência sexual. Diário Oficial da União, Brasília, Seção 1, p. 1, 2 ago. 2013. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2013/lei/112845.htm

BRASIL. Lei nº 12.852, de 5 de agosto de 2013. Institui o Estatuto da Juventude. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 6 ago. 2013. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2013/lei/112852.htm

BRASIL. Lei nº 12.965, de 23 de abril de 2014. Marco Civil da Internet. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 24 abr. 2014. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2014/lei/112965.htm

BRASIL. Lei nº 13.005, de 25 de junho de 2014. Aprova o Plano Nacional de Educação – PNE. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 26 jun. 2014. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2014/lei/113005.htm

BRASIL. Lei nº 13.185, de 6 de novembro de 2015. Institui o Programa de Combate à Intimidação Sistemática (Bullying). Diário Oficial da União, Brasília, DF, 9 nov. 2015. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/113185.htm

BRASIL. Lei nº 13.431, de 4 de abril de 2017. Estabelece o sistema de garantia de direitos da criança e do adolescente vítima ou testemunha de violência. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 5 abr. 2017. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2017/lei/113431.htm

BRASIL. Lei nº 13.718, de 24 de setembro de 2018. Altera o Código Penal para tipificar crimes contra a dignidade sexual, como importunação sexual e divulgação de imagens sem consentimento. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 25 set. 2018. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2018/lei/113718.htm

BRASIL. Lei nº 14.164, de 10 de junho de 2021. Altera a Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996 (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional), para incluir conteúdo sobre a prevenção da violência. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 10 jun. 2021. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2021/Lei/L14164.htm

BRASIL. Lei nº 14.321, de 31 de março de 2022. Altera a Lei nº 13.869, de 5 de setembro de 2019, para tipificar o crime de violência institucional. Diário Oficial da União: Seção 1, Brasília, DF, 1 abr. 2022. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2022/Lei/L14321.htm

BRASIL. Lei nº 14.811, de 12 de janeiro de 2024. Estabelece medidas de proteção contra múltiplas formas de violência, incluindo o ambiente digital. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 15 jan. 2024. Disponível em: http://planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2024/lei/114811.htm

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Boletim Epidemiológico: notificações de violência sexual contra crianças e adolescentes no Brasil, 2015 a 2021. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/edicoes/2023/boletim-epidemiologico-volume-54-no-08>

BRASIL. Ministério da Saúde. Diretrizes nacionais para a atenção integral à saúde de adolescentes e jovens na promoção, proteção e recuperação da saúde. Nota Técnica. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2010. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-do-adolescente/diretrizes>

BRASIL. Ministério da Saúde. Linha de cuidado para a atenção integral à saúde de crianças, adolescentes e suas famílias em situação de violências: orientação para gestores e profissionais de saúde. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-da-crianca/publicacoes/linha-de-cuidado-para-a-atencao-integral-a-saude-de-criancas-adolescentes-e-suas-familias-em-situacao-de-violencias-orientacao-para-gestores-e-profissionais-de-saude/view>

BRASIL. Ministério da Saúde. Marco teórico e referencial: saúde sexual e saúde reprodutiva de adolescentes e jovens. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2007. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/07_0471_M.pdf

BRASIL. Ministério da Saúde. Nota Técnica nº 2/2022 – COSAJ/CGCIVI/DAPES/SAPS/MS. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/notas-tecnicas/2022/nota-tecnica-no-2-2022.pdf/view>

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Integral à Saúde de Adolescentes em Conflito com a Lei – PNAISARI. Brasília, DF: Ministério da Saúde, [s.d.]. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prc0002_03_10_2017.html#ANEXOVII

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria de Consolidação nº 4, de 28 de setembro de 2017. Consolidação das normas sobre os sistemas e os subsistemas do Sistema Único de Saúde. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 3 out. 2017. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/z/zika-virus/legislacao/portaria-de-consolidacao-no-4-de-28-de-setembro-de-2017.pdf>

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 1.820, de 13 de agosto de 2009. Aprova as Diretrizes Nacionais para a Prevenção da Violência Sexual contra Crianças e Adolescentes. Brasília, 2009. Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/pt-br/centrais-de-conteudo/consultorias/conada/violencia-contra-criancas-e-adolescentes-analise-de-cenarios-e-propostas-de-politicas-publicas.pdf>

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 1.271, de 6 de junho de 2014. Define a Lista Nacional de Notificação Compulsória de doenças, agravos e eventos de saúde pública nos serviços de saúde públicos e privados em todo o território nacional, e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, 2014. Disponível em: https://www.bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2014/prt1271_06_06_2014.html

BRASIL. Ministério da Saúde. Sistema de Informações sobre Nascidos Vivos (Sinasc). Brasília: Ministério da Saúde, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/svsa/sistemas-de-informacao/sinasc/sistema-de-informacoes-sobre-nascidos-vivos>

BRASIL. Ministério das Mulheres. Dignidade menstrual. Brasília, DF: Ministério das Mulheres, 2025. [documento eletrônico]. Disponível em: <https://www.gov.br/mulheres/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/dignidade-menstrual>.

Referências

- COLETIVO MARGARIDA ALVES; GRUPO CURUMIM. Violência Obstétrica no Abortamento. 2020. Disponível em: <https://coletivomargaridaalves.org/cartilha-violencia-obstetrica-no-abortamento/>. Acesso em: 8 set. 2025.
- CONANDA – CONSELHO NACIONAL DOS DIREITOS DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE. Resolução nº 245/2024. Brasília, DF: Conanda, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/participamaisbrasil/blob/baixar/48630>
- CONANDA – CONSELHO NACIONAL DOS DIREITOS DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE. Resolução nº 258/2024. Brasília, DF: Conanda, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/participamaisbrasil/resolucao-do-conanda-n-258-de-23-de-dezembro-de-2024>
- CONANDA – CONSELHO NACIONAL DOS DIREITOS DA CRIANÇA E DO ADOLESCENTE. Resolução nº 265/2025. Brasília, DF: Conanda, 2025. Disponível em: <https://www.gov.br/participamaisbrasil/blob/baixar/69836>
- CONFERÊNCIA INTERNACIONAL SOBRE POPULAÇÃO E DESENVOLVIMENTO. Cairo, 1994: plano de ação. Nova York: Nações Unidas, 1994. Disponível em: <https://brazil.unfpa.org/pt-br/publications/relat%C3%B3rio-da-confer%C3%A2ncia-internacional-sobre-popula%C3%A7%C3%A3o-e-desenvolvimento-confer%C3%A2ncia-do>
- DOS SANTOS, Catele; ROSO, Adriane. Saúde Sexual e Reprodutiva nas Adolescências no Contexto Brasileiro: Indicadores, Potencialidades e Desafios. Estudos e Pesquisas em Psicologia, Rio de Janeiro, v. 24, 2024. DOI: 10.12957/epp.2024.67677. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/revispsi/article/view/67677>.
- ENAP – ESCOLA NACIONAL DE ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA. Escolas ON, Violências OFF: Educação para Segurança Online de Meninas. Escola Virtual de Governo (EV.G), curso online gratuito, 20 h. Conteudista: Serenas. Certificação: ENAP. Disponível em: <https://www.escolavirtual.gov.br/curso/1341>
- FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA. Atlas da violência 2025. São Paulo: FBSP, 2025. Disponível em: <https://forumseguranca.org.br/wp-content/uploads/2025/05/atlas-violencia-2025.pdf>
- FUNDO DE POPULAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS; FUNDO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A INFÂNCIA (UNICEF). Pobreza menstrual no Brasil: desigualdades e violações de direitos. Brasília, DF: UNICEF; UNFPA, 2021. Disponível em: https://www.unicef.org/brazil/media/14456/file/dignidade-menstrual_relatorio-unicef-unfpa_mai2021.pdf.
- INSTITUTO LIBERTA. TÁ NA HORA de falar sobre exploração sexual com seus alunos. Disponível em: <https://liberta.org.br/ta-na-hora/>
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Pesquisa Nacional de Saúde – PNS 2019. Rio de Janeiro: IBGE, 2021. Disponível em: <https://www.pns.ict.fiocruz.br/wp-content/uploads/2021/12/liv101846.pdf>
- INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar – PeNSE 2019. Rio de Janeiro: IBGE, 2021. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/sociais/justica-e-seguranca/9134-pesquisa-nacional-de-saude-do-escolar.html>
- ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE; BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde e sexualidade de adolescentes: construindo equidade no SUS. Brasília, DF: OPAS; MS, 2017. Disponível em: <https://iris.paho.org/handle/10665.2/34279>
- PLAN INTERNATIONAL BRASIL; MINISTÉRIO PÚBLICO DO ESTADO DO PARÁ. Sofri violência sexual e engravidei. E AGORA, QUAIS SÃO MEUS DIREITOS? Belém: MPSP, 2025. Disponível em: https://www.mppi.mp.br/internet/wp-content/uploads/2025/05/Plan_International_Brasil_MPSP_Cartilha_Sofri_Violencia_Sexual.pdf

Referências

PLAN INTERNATIONAL. Real choices, real lives. Woking: Plan International, 2023. Disponível em: <https://plan-uk.org/about-us/advocacy-policy-and-research/publications/real-choices-real-lives>

PRINCÍPIOS DE YOGYAKARTA. Princípios sobre a aplicação da legislação internacional de direitos humanos em relação à orientação sexual e identidade de gênero. 2007. Revistos em 2017. Disponível em: <https://yogyakarta-principles.org/>.

RÁDIO NOVELO APRESENTA. Me explica como se eu fosse um adulto: episódio “Pense pequeno”. Podcast. Disponível em: <https://open.spotify.com/episode/0gaj4eaE9o7bsitnL7JIpe?si=HMLkujl4TYy3JWCvK64MFA>

SATZ-BR. Direitos humanos e saúde sexual e reprodutiva. Brasília, DF: Satz-BR, 2025.

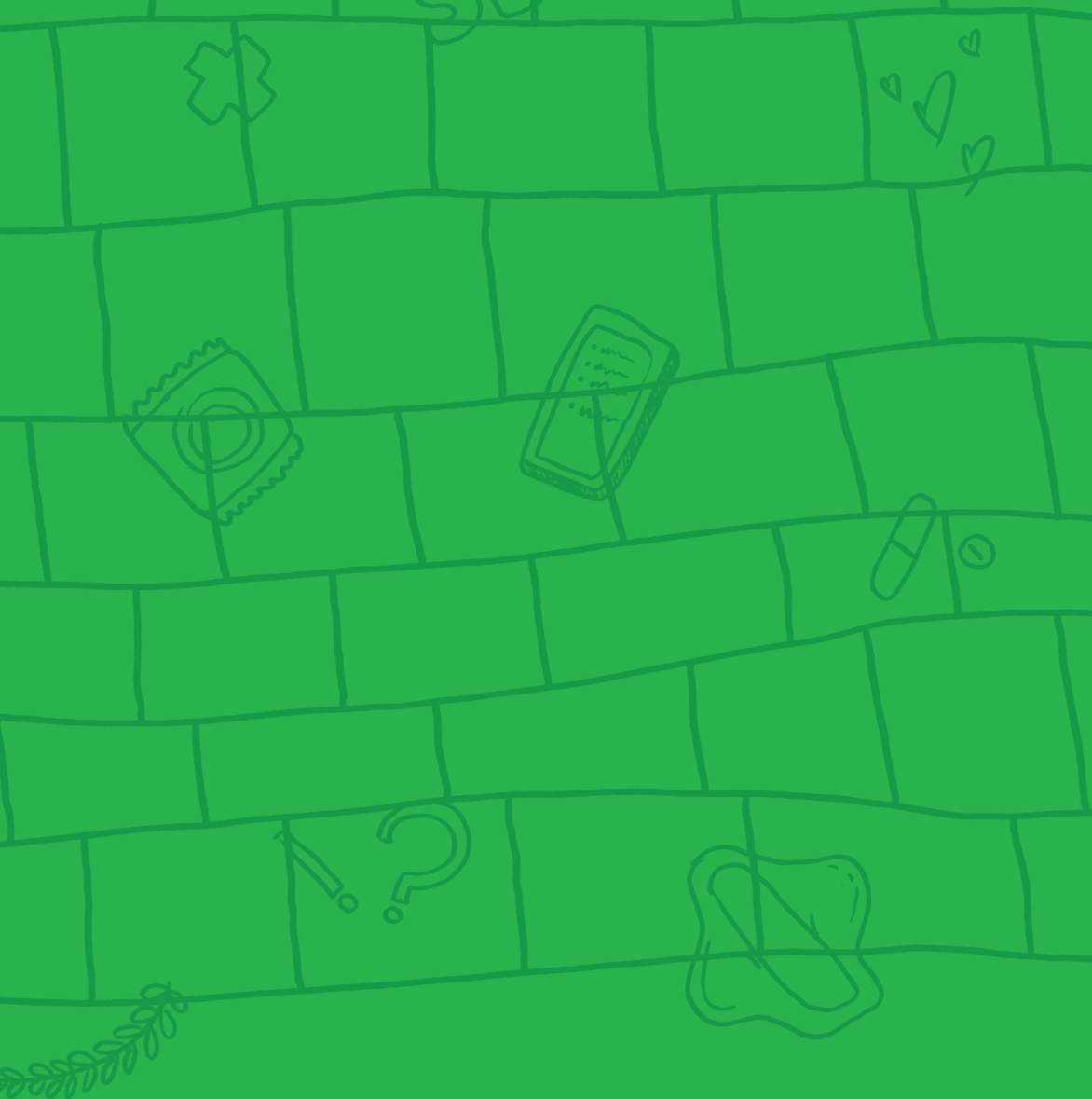
SAFERNET BRASIL. Guia para pais do Instagram. São Paulo: SaferNet Brasil, 2020. Disponível em: <https://arquivos.-safernet.org.br/dap/guia-para-pais-do-instagram.pdf>

SAFERNET BRASIL. Safernet recebe recorde histórico de novas denúncias de imagens de abuso e exploração sexual infantil na internet. SaferNet Brasil, 2024. Disponível em: <https://new.safernet.org.br/content/safernet-recebe-recorde-historico-de-novas-denuncias-de-imagens-de-abuso-e-exploracao-sexual>.

UNESCO. Direito à educação em sexualidade e relações de gênero. Paris: UNESCO, 2023. Disponível em: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000384680>

UNFPA. Sete coisas que você não sabia sobre o casamento infantil. Brasília, DF: UNFPA Brasil, 4 fev. 2020. Disponível em: <https://brazil.unfpa.org/pt-br/news/sete-coisas-que-voc%C3%AA-n%C3%A3o-sabia-sobre-o-casamento-infantil>.

UNFPA. Situação da população mundial 2024. Nova York: UNFPA, 2024. Disponível em: https://brazil.unfpa.org/pt-br/SWOP24_pt



ESCANEE PARA ACESSAR
A VERSÃO ELETRÔNICA DESTA GUIA

