

Vivendo com liberdade responsável

Saúde sexual e reprodutiva diz respeito ao direito de fazer escolhas voluntárias, informadas e responsáveis sobre corpo, sexualidade e reprodução, incluindo o cuidado um com o outro, sem violência e opressão, de forma responsável e saudável.

É o direito de ter acesso a informação adequada e a insumos para prevenir uma gravidez não-intencional e infecções sexualmente transmissíveis (IST) - como o acesso a métodos contraceptivos e o aconselhamento em planejamento familiar. Isso inclui, também, o atendimento em saúde por profissionais qualificados e acolhedores, devendo ser respeitados os princípios da privacidade e da confidencialidade - é seu direito receber atendimento com respeito!

Vale destacar que respeito é fundamental. Em qualquer relação: Não é não!

Saúde Sexual e Reprodutiva: você também tem Direitos

Se quiser conhecer os métodos contraceptivos disponíveis gratuitamente, buscar as informações necessárias para fazer escolhas ou esclarecer dúvidas sobre prevenção à gravidez e às IST, como sífilis e HIV/Aids, procure a Unidade de Saúde mais próxima ou ligue no Disque Saúde (136) para saber em qual serviço de saúde pode retirar preservativos, por exemplo.

Lembre-se: os preservativos internos e externos (também conhecidos como camisinha) são a única forma de prevenção que protege da gravidez e da IST ao mesmo tempo. Os preservativos são direitos da população e são gratuitos!

Retire quantos preservativos interno/externo e/ou gel lubrificante você julgar que necessite.

O que a saúde tem a ver com a sexualidade?

Tudo! A sexualidade faz parte do jeito de ser de cada pessoa. Sexualidade é muito mais do que ter ou não atividade sexual, envolve a dimensão do afeto e a forma como nos relacionamos (incluindo a orientação afetivo-sexual), envolve o corpo, a relação de intimidade corporal e a psiquê, e envolve também preocupações com a saúde e o autocuidado.

A sexualidade é construída desde o nascimento, atravessando aspectos biológicos, as fases do desenvolvimento psicológico e as experiências que vamos tendo ao longo da vida, incluindo nossas experiências nas relações com os nossos pais e familiares, com nosso entorno social e com nossa cultura mais ampla. Por isso, pode-se entender a sexualidade como uma unidade biopsicossocial que contribui para a formação da personalidade das pessoas e sua forma de estar e se expressar no mundo.

Dignidade menstrual também é um direito

Toda pessoa que menstrua tem o direito de vivenciar a menstruação com dignidade, informação, saúde e respeito. A menstruação é um fenômeno normal e não deve ser tratada com preconceitos.

As pessoas que menstruam têm o direito de viver suas vidas normalmente. Em caso de situação de vulnerabilidade socioeconômica, procure na sua escola informações sobre a distribuição gratuita de absorventes. Agora é lei federal!

Quando a gravidez acontece...

Calma! Você não está sozinha.

É importante procurar assistência médica o quanto antes. A Unidade de Saúde do seu bairro está preparada para tirar dúvidas e encaminhar o mais rápido para o pré-natal.

O pré-natal é importante para que a gestante e o bebê passem pela gestação com saúde, tendo acesso a todos os exames e medicamentos necessários. Mas também é uma oportunidade para saber mais sobre IST, refletir e entender sobre as situações que vêm pela frente e como melhor lidar com elas.

Procure também informações sobre apoio social para futuros pais e mães adolescentes. Vá até o CRAS (Centro de Referência de Assistência Social) mais próximo.

Não perca a oportunidade de saber e conhecer sobre a maternidade onde ocorrerá o parto.

É importante saber que é direito das adolescentes, como pessoas em situação peculiar de desenvolvimento:

- Prioridade de atendimento durante o parto e nascimento;
- Alojamento conjunto com o bebê;
- Garantia de condições adequadas ao aleitamento materno.

É também direito de toda menina grávida continuar seus estudos!

Mesmo antes ou depois que o bebê nascer, a gestante-adolescente-estudante pode continuar os estudos em regime domiciliar. Após o oitavo mês da gravidez e durante o período da licença-maternidade, a jovem tem o direito de continuar estudando em casa, enquanto concilia os cuidados com o bebê. É o que está na Lei Federal n.º 6.202/75.

Meninos e Gravidez

A prevenção de uma gravidez não intencional é também responsabilização masculina. Portanto é muito importante que os homens se envolvam nos temas de cuidado e prevenção, e que as escolhas sejam conversadas e pensadas com responsabilidade. Isso inclui o conhecimento adequado sobre os métodos contraceptivos disponíveis e o preservativo.

Se a gravidez acontecer, a presença e a participação ativa do pai durante a gestação e na criação da criança, por toda sua vida, é imprescindível.

Quando interromper a gravidez é uma opção?

No Brasil, o aborto é considerado crime, sendo permitido por lei apenas nas três seguintes situações:

- Quando a gravidez é resultado de uma violência sexual, um estupro.
- Quando é necessário para salvar a vida da mulher.
- Quando o feto for anencefálico, ou seja, não desenvolverá estruturas importantes do sistema nervoso central para o desenvolvimento normal do bebê.

Nesses casos, o SUS fornece gratuitamente o procedimento adequado. Procure a unidade de saúde mais próxima!

Lembre-se:

**Em caso de violência sexual,
doméstica ou familiar,
DENUNCIE!**

LIGUE 180 ou **MANDE MENSAGEM** por
WhatsApp para o número **61 99610-0180**

SECRETARIA DE POLÍTICA PARA MULHERES DA BAHIA

- instagram/spmbahia
- facebook/mulheres.govba
- twitter/spmbahia
- flickr/photos/spmba
- www.mulheres.ba.gov.br

Realização:



Apoio:



me **oxe,**
respeite!
nas escolas

**Mais inclusão,
IGUALDADE, JUSTIÇA
E HUMANIZAÇÃO NA EDUCAÇÃO!**

**PARTICIPE
DO PROJETO
NA SUA
ESCOLA**



Violência de gênero

O que é?

É qualquer atitude ou comportamento que cause morte, lesão ou sofrimento físico, sexual ou psicológico às pessoas baseado no seu gênero ou orientação sexual. Historicamente, dada as relações desiguais, as mulheres e meninas são as mais atingidas.

Acontece no mundo inteiro. Mulheres são agredidas nas mais diferentes sociedades, em todas as classes sociais, em todas as raças/etnias, em todas religiões ou orientações sexuais. Entretanto, as mulheres e meninas negras são as maiores vítimas, na Bahia e no Brasil.

De acordo com a estimativa da OMS (Organização Mundial da Saúde) em 2017, **uma em cada três mulheres** em todo o mundo, já foi vítima de violência física ou sexual durante a sua vida. Contudo, vale lembrar que homens e minorias sexuais e de gênero também podem ser alvos dessas agressões.

Se você sofre esse tipo de violência ou sabe que outra adolescente ou mulher sofre por isso, não se cale, denuncie, procure apoio e busque seus direitos.

É importante saber: conceito de gênero.

Por que utilizar o conceito de “gênero”? Por que não utilizar simplesmente sexo feminino e sexo masculino? Porque os papéis e responsabilidades atribuídos a mulheres e homens são influenciados pela sociedade e cultura nas quais estão inseridos. Assim, o conceito de gênero é mais amplo e abrange todas, todos e todes.

O que diz a lei?

No Brasil, a Lei Maria da Penha foi criada para dar mais proteção às mulheres. A Lei n.º 11.340 de 2006 estabelece que a violência doméstica, intrafamiliar (dentro de casa), é crime. Criada depois de muita luta e tendo como símbolo a farmacêutica Maria da Penha, que sofreu constantes agressões por parte do marido.

Importante: a lei abrange todas as pessoas que se identificam com o gênero feminino, incluindo as mulheres transexuais e travestis.

Desde 2015, a Lei n.º 13.104/2015 torna o feminicídio (crime praticado contra a mulher por razões da condição de ser mulher) um homicídio qualificado e o coloca como crime hediondo, com penas mais altas que podem chegar a 30 anos de prisão. É importante que esses crimes sejam enquadrados nessa lei, para que esse tipo de violência continue sendo combatido.

Em 2018, entrou em vigor a Lei de Importunação Sexual (Lei n.º 13.718/2018), que é a prática de ato libidinoso contra alguém sem seu consentimento, como toques inapropriados, beijos forçados ou exposição dos órgãos sexuais.

Importante saber!

Lei n.º 12.650/2012 (Lei Joana Maranhão) - Estabelece que o prazo de prescrição de abuso sexual de crianças e adolescentes seja contado a partir da data em que a vítima completa dezoito (18) anos.

Se liga aí...

Exemplos de situações de violência de gênero:

Violência física: “Minha amiga chegou toda roxa hoje na escola. Disse que brigou com o namorado. Tomou soco, pontapé e puxão de cabelo.”

Violência psicológica: “Me arrumei toda pra ir no cinema com meu namorado. Ele odiou minha roupa, disse que eu tava ridícula e ficou me chamando de burra o tempo todo.”

Violência sexual: “Lá em casa não tem esse negócio de não querer... Quando meu marido quer, eu posso estar até com dor de cabeça... Ultimamente ele quer porque quer ter mais um filho, então jogou fora meu contraceptivo.”

Violência moral: “Meu padrinho não aceita a separação. Agora deu pra falar mal da minha madrinha no bairro. Anda dizendo que ela traiu ele, e roubava roupa da loja que ela trabalhava. Tô vendo a hora dela perder o emprego por isso.”

Violência patrimonial: “O noivo da minha prima não quer que ela faça faculdade. Justo agora que ela passou pra enfermagem. Ele ficou tão bravo que rasgou os documentos dela, só para ela não fazer a matrícula.”

Feminicídio: “Você viu que passou na TV hoje? O homem que matou a mulher por ciúmes. Ela não queria mais namorar ele...”

Importunação sexual: “Eu estava na festa ontem e quando estava indo no banheiro um homem me beijou à força. Empurrei ele longe.”

Violência virtual: ocorre quando se utilizam os ambientes virtuais para importunar, intimidar, perseguir, ofender ou chantagear alguém. Por exemplo, a **pornografia de vingança**, que consiste na divulgação, por meio de sites e redes sociais, de vídeos ou fotos com cenas íntimas, relação sexual ou nudez sem o consentimento da mulher. E a **perseguição on-line (stalking)**, quando o agressor persegue virtualmente de forma incansável, invadindo a privacidade da pessoa, com envio de mensagens indesejadas, exposição de fatos e boatos nas redes sociais. Denuncie a violência virtual acessando: www.denuncie.org.br

A **violência sexual** acontece em casos de assédio, estupro, passada de mão, beijo à força, obrigar a presenciar ou a praticar atos de violência sexual, obrigar a vender o corpo, impedir o uso de contraceptivo, ou seja, qualquer ato que cause danos ou sofrimento sexual. No caso de crianças e adolescentes, a violência sexual é classificada em abuso, exploração sexual e tráfico de pessoas para fins sexuais (Lei 13.431/2017).

A **exploração sexual** acontece quando a satisfação sexual é objeto de uma troca, que pode ser por dinheiro, cesta básica, favores ou presentes. O **abuso sexual** acontece quando uma criança ou adolescente é usado para satisfazer sexualmente um adulto, ou um adolescente mais velho. O abuso sexual acontece mesmo quando não existe toque!

E agora?

O que fazer em situações de violência

Denuncie!

Em casos de violência de gênero, procure a rede especializada em atendimento de mulheres vítimas de violência. Nesse caso, pode-se recorrer ao Centro de Referência de Atendimento à Mulher (CRAM) ou à Delegacia da Mulher (DEAM).

Se você for menor de idade, procure alguém da sua confiança ou acione a rede especializada, que pode ser a escola ou a Delegacia de Proteção à Criança e ao Adolescente (DERCCA).

Em caso de estupro, o primeiro passo é procurar um serviço de saúde para buscar orientação sobre prevenção de IST e gravidez indesejada (a profilaxia para prevenção de HIV e da gravidez precisa ser iniciada em até 72 horas após a violência), assim como assistência de saúde mental. Os procedimentos policiais podem ser realizados antes ou depois do atendimento na unidade de saúde.

Se você está com medo, procure um adulto de confiança, peça ajuda para denunciar.

E lembre-se! **A vítima nunca é culpada pela violência!**

Para denunciar...

Ligue 190 – Emergência Polícia Militar: utilizado em situações de crime quando potencial risco à vida ocorreu ou está em andamento, além de outras ocorrências que estão acontecendo naquele momento, como a violência doméstica.

Ligue 180 – Central de Atendimento à Mulher: utilizado em caso de informações e dúvidas. A ligação é gratuita e o serviço funciona 24 horas por dia, todos os dias da semana. Caso não possa ligar, mande um WhatsApp através do número **(61) 99610-0180**.

Ligue 100 – Denúncia do Ministério dos Direitos Humanos: para violência cometida contra crianças e adolescentes. Serviço anônimo, 24 horas por dia, todos os dias da semana, inclusive nos feriados. A denúncia ou o pedido de ajuda também podem ser realizados pelo WhatsApp do Disque 100. Basta mandar uma mensagem para o número **(61) 99656-5008**.



O seguinte é esse...

A cultura machista que naturalizou a violência de gênero também prejudica os homens.

Como assim?

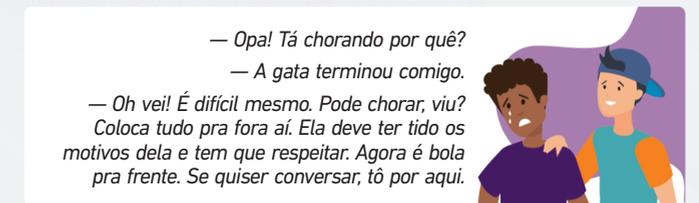
Por conta do machismo os homens são pressionados a não chorar, não demonstrar dificuldade ou fragilidade, o que pode fazer com que sofram com depressão e ansiedade.

Os homens trans também são afetados, afinal a cultura machista não os aceita e consequentemente eles sofrem com a violência física, psicológica e emocional.

O machismo afeta também a saúde mental dos homens, porque as emoções não baseadas na raiva são consideradas inferiores ou questões “de mulher” - como se os sentimentos e emoções tivessem gênero. Isso gera uma pressão psicológica interna grande em homens e meninos, por acharem que apenas podem expressar raiva e violência e não podem chorar ou até mesmo de cuidar da casa e de crianças.



— Ai! Fiquei sabendo que você e a filha da vizinha estão namorando.
— Sim, estamos juntos.
— Olha só, homem que é homem respeita a mulher e divide as responsabilidades com ela. Nada de deixar tudo nas costas dela, viu?



— Opa! Tá chorando por quê?
— A gata terminou comigo.
— Oh veí! É difícil mesmo. Pode chorar, viu? Coloca tudo pra fora aí. Ela deve ter tido os motivos dela e tem que respeitar. Agora é bola pra frente. Se quiser conversar, tô por aqui.



— Rapaz! O cara ficou tirando onda com você.. Nada a ver!
— Deixa pra lá, prefiro não perder tempo com isso.
— Pô, da hora! Melhor atitude é essa aí: focar nas coisas que importam.

É muita pressão. Esconder sentimentos, provar que é corajoso, que é forte e que não tem medo nunca, acaba cobrando um preço alto demais. Prejudica o desenvolvimento dos meninos e suas relações com as outras pessoas quando se tornam adultos.

Pense aí!

- Cuidar de si e dos que estão à sua volta não te faz menos homem.
- Chorar e mostrar emoções faz bem e é natural para todos os seres humanos.
- Respeitar e valorizar as mulheres contribui para que as relações sejam mais prazerosas, positivas e harmoniosas para todo mundo.