

bit.ly/prontospraessaconversa
@compasso.ufrj

PRECISAMOS TER AQUELA CONVERSA

Esse material pertence à Campanha de
Prevenção da Gravidez na Adolescência
do Compasso - UFRJ,

#ProntosPraEssaConversa



compasso
Ministério de Comunicação, Antropologia, Arte e História e à Juventude

ECO
ESCOLA DE COMUNICAÇÃO (UFRJ)



UNIVERSIDADE FEDERAL
DO RIO DE JANEIRO

COMO FALAR SOBRE SEXO DENTRO DE CASA

Agora que vocês já estão muito bem informados sobre o assunto, chegou a hora de **iniciar a conversa dentro de casa**. Mas calma, não precisa ter vergonha, nem medo!

Aqui nós vamos te ajudar a ter essa **conversa sincera e natural** de responsável para adolescente e vice-versa.



O PRIMEIRO PASSO

Sexo não é tabu, deixe essa ideia antiquada de lado. Pode (e deve) ser debatido dentro de casa. Os jovens fazem sexo, é um fato! Mas pensa comigo, as coisas não seriam mais saudáveis e seguras se a educação sexual começasse dentro do ambiente familiar? Com toda certeza! E pra isso, é preciso construir uma relação de confiança mútua entre pais e filhos. Tentar evitar, esconder e demonizar só vai prejudicar a comunicação e trazer possíveis traumas na vida sexual da galera. Lembre-se: honestidade em primeiro lugar! isso vale para os dois lados da moeda, hein...

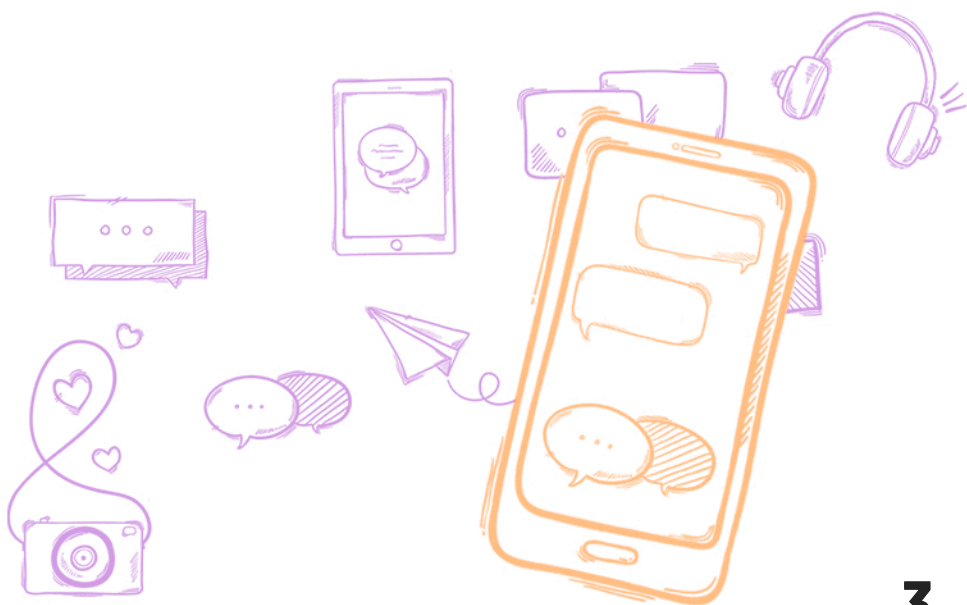
O SEGUNDO PASSO

Não espere que terceiros, como a escola, ensinem sobre sexo. Esse assunto deve ser iniciado no ambiente familiar. Claro que a escola também deve abordar o assunto, mas convenhamos que educação vem de casa! Por isso vá atrás de informações, procure materiais que possam lhe ajudar a iniciar essa conversa. Nossos personagens: Nanda, Edu, Rafa e Lia trazem muito conteúdo... #publi

E para os jovens de plantão, evitar o assunto com os pais e levar tudo para a rodinha dos amigos não é uma boa saída. Se liga galera, seus amigos sabem o mesmo (ou até menos) que você!

O TERCEIRO E ÚLTIMO PASSO

Vá além da biologia! Sexo não se limita a como fazer bebê. Envolve também questões emocionais, psicológicas, sociais...é muito mais complexo do que parece, por isso a importância de conversar. Essa é a hora de falar sobre o respeito nas relações, que não se pode forçar o parceiro(a) e que **NÃO É NÃO**. Entender o sistema reprodutor de cada corpo é fundamental, aprender a como se proteger também, mas saber sobre seus limites e os limites do outro, é o ponto chave.



QUAL A IDADE IDEAL PARA ESSA CONVERSA?



Bom, sem querer te decepcionar masss... não existe uma idade certa. O ideal é que o nosso entendimento sobre sexualidade se inicie na infância, de um jeito mais sutil, sem ir direto ao ponto. Pode ser por meio de conversas sobre relacionamentos, mudanças no corpo, respeito ao próximo e outras questões relacionadas ao tema. De acordo com o amadurecimento de cada um, novas responsabilidades vão surgindo e com isso, novas dúvidas. Essa é a hora de retomar a conversa e abordar com mais detalhes, sempre respeitando o momento de cada um.

Tópico importante:

Não espere que seu filho(a) esteja em um relacionamento para tratar sobre o tema, esse é um erro muito comum. Lembre-se, não é porque você não vê, que eles não fazem...

ONDE ENTRA A ORIENTAÇÃO SEXUAL?



É impossível falar sobre sexo sem respeitar a orientação sexual de cada indivíduo. Mas o que seria orientação sexual? É o gosto de cada um. Há pessoas que se interessam pelo sexo oposto (heterossexuais), outras pelo mesmo sexo (homossexuais), algumas pelos dois (bissexuais) e há também aqueles que não sentem essa atração (axessuais).

Bom, deu pra perceber que são muitos os tipos e isso se aflora de acordo com o amadurecimento de cada um.

Mas o que queremos ressaltar é que: quando a conversa se baseia muito em noções heteronormativas, aqueles que não se identificam, acabam se afastando...e a gente não quer isso! Então, tente sempre manter uma conversa livre de preconceitos e inclusiva. Entenda os desejos do outro e paute suas falas de acordo com eles.

O DIÁLOGO É A SAÍDA



Agora vamos direto à prática! Se liga nessas dicas para não dar bobeira e perder o timing.

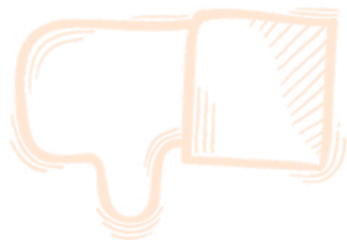
Como iniciar a conversa se você é o/a responsável?

Tenha em mente que fazer desse assunto um grande evento ou algo formal demais, vai assustar o seu filho(a). Então, parta do mais simples, busque ganchos em algum filme que tá passando na tv ou algum acontecimento recente e procure entender o que eles estão passando no momento. Mantenha sempre um papo transparente, sem rodeios e mentiras, essa é a oportunidade de estabelecer confiança na relação. Não se limite, ou limite o tema, fale sobre reprodução, prazer, segurança, mas vai de acordo com o timing. Se eles não estiverem mais interessados, tudo bem, deixe para outro dia. O que importa é mostrar que você está disposto a ter essa conversa.

Como iniciar a conversa se você é o/a adolescente?

Primeiro de tudo é procurar alguém com quem você se sinta confortável, nem sempre essa pessoa são os nossos pais, mas é importante ter algum adulto experiente e responsável para conversar. Na primeira curiosidade que surgir tente buscar respostas, vá além da internet e seus amigos. Peça ajuda mesmo, não tem porque se envergonhar, vocês estão se descobrindo, é normal não saber tudo. Outro ponto essencial é trazer acontecimentos da sua vida para a conversa, conte o que tá rolando na escola, de quem você está a fim, fale sobre alguma série e tire suas dúvidas. Esse é o seu momento, não deixe passar nada!

O QUE NÃO FAZER...



- _ **Julgar.** Tente criar um espaço confortável para o assunto.
- _ **Usar termos pejorativos** dentro de casa para se referir a sexo.
- _ **Forçar a prática sexual.** Respeite o tempo de cada um, apenas eduque o seu filho(a).
- _ **Palestrar sobre o tema.** Os jovens não prestam atenção por muito tempo.
- _ **Guardar dúvidas para si.** Seus pais estão ali para te ajudar.
- _ **Consumir conteúdos pornográficos.** Isso não é educativo e é totalmente irreal.
- _ **Mentir.** Isso não vai ajudar e pode dificultar a comunicação no futuro.

CONHEÇA A CAMPANHA DO COMPASSO

O que é o Compasso - UFRJ?

O **COMPASSO** é o Laboratório de Comunicação Publicitária Aplicada à Saúde e à Sociedade, projeto de extensão da Escola de Comunicação da UFRJ.

A Campanha de Prevenção da Gravidez na Adolescência

A **Campanha de Prevenção da Gravidez na Adolescência do COMPASSO UFRJ** foi lançada no dia 24 de maio de 2021 com o objetivo de comunicar de forma efetiva sobre o tema para e com adolescentes de 15 a 19 anos, principal faixa etária relacionada à incidência da gestação precoce indesejada.

Com a missão de abordar o assunto a partir de orientações científicas, socioculturais e humanas, o COMPASSO buscou referências seguras, balizadas por especialistas de diversas áreas, como Medicina, Biologia, Psicologia, Serviço Social, Pedagogia, entre outros campos do saber que atravessam o assunto.

Realidade de 44 a cada mil adolescentes entre 15 e 19 anos no mundo de acordo com o Fundo de População das Nações Unidas, a gravidez na adolescência é um problema multidisciplinar, questão de saúde coletiva e com importantes implicações socioeconômicas, especialmente quanto à garantia de direitos e ao acesso justo à educação. No Brasil, os números superam a média mundial, com 62 mães para cada mil adolescentes, incidindo principalmente entre populações de vulnerabilidade social.

Referências: AZEVEDO, Evelin. Saiba quando e como falar sobre sexo com seu filho adolescente. O Globo, 14 fev. 2020. Disponível em: <<https://oglobo.globo.com/sociedade/saude/saiba-quando-como-falar-sobre-sexo-com-seu-filho-adolescente-1-24248195>>. Acesso em: 9 jun. 2021.

BEZERRA, Flávia. Como conversar com adolescentes sobre sexo? Dicas para um papo construtivo e sem tabu. Revista Glamour, 12 abr. 2020. Disponível em: <<https://revistaglamour.globo.com/Lifestyle/noticia/2020/04/-como-conversar-com-adolescentes-sobre-sexo-dicas-para-um-papo-construtivo-e-sem-tabu.html>>. Acesso em: 9 jun. 2021.

BREVIGLIERI, Alessandra. Como conversar sobre sexo com meu filho adolescente?. Portal Psicologia Viva, 5 abr. 2021. Disponível em: <<https://blog.psicologiaviva.com.br/conversar-sobre-sexo/>>. Acesso em: 9 jun. 2021.

ORGANIZAÇÃO

compasso
Universidade de Comunicação, Informação, Apuração e Saúde - UCAIS

ECO
ESCOLA DE COMUNICAÇÃO (ECC)



UNIVERSIDADE FEDERAL
DO RIO DE JANEIRO

PARCERIAS

 **NITERÓI**
SEMPRE À FRENTE

 **ICICT**
Instituto de Comunicação e Informação
Científica e Tecnológica em Saúde

Laboratório de
Comunicação e Saúde

LESex 



PROJETO
DIV.A.S.