



EDUCAÇÃO SEXUAL E AUTOCUIDADO PARA A SAÚDE DE JOVENS GINASTAS

Bárbara Adeline Ramalho Faro¹
Bruna Mendonça Dória de Jesus¹
Clarisse Andrielly da Silva Gorgonho¹
Maria Eduarda Araújo Mendonça¹
Maria Fernanda Lima Bezerra Santos¹
Raissa Gabrielle Alves Silva¹
Viktória Solange Novais de Barros Costa¹
Yasmin Gabriele Ferreira Santos¹

Orientadora: Profa. Ma. Aline Barreto Hora²

INTRODUÇÃO

A educação sexual, quando incluída de maneira eficaz na construção do indivíduo, possibilita uma sociedade mais consciente quanto ao respeito ao próprio corpo e ao do outro, principalmente, no que se refere à privacidade e ao consentimento. Desta forma, já é evidenciado que crianças as quais possuem melhores noções sobre autoconhecimento detém maior capacidade em sinalizar situações de potencial abuso. Para isso, faz-se necessário o debate frequente e integral sobre a temática, tanto no ambiente escolar, quanto fora dele, para que os fatores protetivos- acolhimento, escuta ativa, alfabetização emocional, ensino sobre o corpo- estejam sempre engajados e em constante melhora (Riker et al., 2022).

A segurança, o conhecimento e o autoconhecimento são bases fortes para uma eficaz educação sexual e autocuidado, também quando vistas no âmbito de jovens atletas. Apenas nos quatro primeiros meses de 2023, mais de 17,5 mil violações sexuais contra crianças e adolescentes foram registradas (Ministério dos Direitos Humanos, 2023). Sendo assim, torna-se evidente a vulnerabilidade desse público e a necessidade de interferência didática para essas jovens, o que lhes dá, assim, possibilidade de uma aplicação, também, em ambientes esportivos, para que seja possível uma percepção e verbalização sobre abusos, se necessário, promovendo, então, a garantia de um espaço acolhedor para o melhor desenvolvimento das competências dos atletas (Riker et al., 2022).

No entanto, ainda que seja uma temática importante para o pleno desenvolvimento do ser humano, é pouco debatida no Brasil devido aos aspectos culturais e religiosos da sociedade que construíram e mantiveram o tabu acerca do tema. Desse modo, a população brasileira, principalmente os jovens, carecem de conhecimento sobre as questões sexuais de forma que, aspectos como o autoconhecimento e o consentimento frente às relações sexuais não são discutidos socialmente. Assim, a responsabilidade da discussão das temáticas sexuais é transferida para a escola, entretanto existem diversos desafios para a abordagem da sexualidade no ensino escolar, como a falta de materiais didáticos, de treinamento para a equipe pedagógica

¹ Acadêmica do curso de Medicina da Universidade Tiradentes

² Mestra em Saúde e Ambiente. Professora da Universidade Tiradentes

e de políticas públicas que assegurem o debate da educação sexual no Brasil (Cerqueira; Mendes,2023).

O presente projeto de extensão visa, dessa forma, estabelecer o debate acerca do tema sexualidade e autocuidado nos âmbitos esportivos. Promovendo a conscientização de jovens ginastas sobre respeito, segurança sexual e planejamento familiar.

REFERENCIAL TEÓRICO

A prática do esporte de modo profissional requer a superação de inúmeros obstáculos, como treinamentos intensos, lesões e pressão psicológica para obtenção de resultados (Fiatkoski et al., 2021). Dentro desse quadro, em meio a tal realidade, jovens ginastas, por exemplo, deparam-se com o universo de autoconhecimento e de sexualidade próprios da adolescência, havendo a necessidade de uma educação sexual para orientá-las. Dessa forma, a educação sexual aborda pontos importantes que auxiliam os indivíduos a ampliarem seus conhecimentos acerca da saúde e do bem-estar, proporcionando um melhor entendimento sobre si mesmo, bem como sobre sua vida sexual. (Albrecht; Cassiavillani, 2023).

Sob essa ótica, a relevância da temática se deve ao fato de tornar acessível questões relativas à saúde sexual, como, por exemplo, o autoconhecimento corporal, a diversidade dos métodos contraceptivo, a prevenção de IST's e a segurança sexual, e evitar, com isso, situações de vulnerabilidade, uma vez que estima-se que a iniciação sexual ocorre cada vez mais antecipadamente, de modo que jovens ficam mais suscetíveis à doenças sexualmente transmissíveis e à gravidez precoce. Dessa maneira, a educação sexual é imprescindível, visto que funciona como mecanismo que influencia a sociedade a ter mudanças de posicionamentos relativos à sexualidade (Furlanetto et al., 2018). “Conciliar a prática esportiva com preceitos da educação sexual é essencial, pois mais do que outras matérias, a atividade física proporciona a vivência de situações de interação social carregadas de mobilizações afetivas que influenciam as atitudes e concepções a serem formadas” (Areias, 2006, p.40).

PROCEDIMENTOS DE OPERACIONALIZAÇÃO DO PROJETO DE EXTENSÃO

A experiência foi composta por 10 participantes que desempenharam papéis igualmente distribuídos para a idealização da ação. O projeto baseou-se nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 3 e 4, focados na promoção de saúde e educação de qualidade, os quais foram idealizados pela Organização das Nações Unidas e que fazem parte de uma agenda global cuja finalidade reside na edificação de um planeta mais equitativo, próspero, sustentável e equânime, a ser alcançada até o ano de 2030. A ação foi planejada de forma a corresponder a uma trilha de aprendizado, a qual orienta o trabalho com base na curricularização da extensão, e foi realizada em parceria à Secretaria de Esportes de Sergipe.

Inicialmente, houve um trabalho em equipe para o planejamento do tema e da realização da ação. Posteriormente, o grupo realizou uma visita à escola que sediaria o projeto, onde houve um diagnóstico social. Finalmente, ocorreu a atividade de intervenção por meio de uma roda de conversa, da qual participaram 16 crianças e jovens, realizada por psicóloga especializada em sexologia, por uma liga acadêmica de saúde sexual e pelas próprias idealizadoras do projeto e através da distribuição de cartilhas informativas sobre conceitos chave para o autocuidado e para a educação sexual. A ação foi registrada num relatório, que foi entregue à professora orientadora da ação.

Figura 1 - Execução do Projeto



Fonte: Acervo do projeto, 2023.

ANÁLISE DOS RESULTADOS

A dinâmica realizada, de forma integrativa e lúdica, permitiu ampliar os conhecimentos das 16 jovens ginastas acerca da educação sexual e de sua importância para a saúde. Nessa perspectiva, a roda de conversa com a psicóloga foi de extrema relevância no que se refere à discussão sobre o que é sexualidade e qual a importância de conhecê-la, através de analogias e de exemplos do cotidiano, os quais puderam desmistificar o tabu social que silencia o tema.

Ainda, foi possível perceber como o conhecimento sobre a temática sexual era, de fato, estigmatizado entre o público, o qual, apenas após a exposição de informações esclarecedoras, sentiu-se livre para expressar suas ideias e opiniões sem receio de ser julgado. Acerca disso, a roda de conversa possibilitou um ambiente confortável para o esclarecimento de dúvidas a respeito da educação sexual, como métodos contraceptivos e o autocuidado, o qual, muito bem explicado pela sexóloga, está intrinsecamente relacionado aos aspectos psicológicos e emocionais, não somente ao físico.

Ademais, o grupo de estudantes de Medicina se encarregou de explicar e orientar sobre a importância que a Atenção Primária à Saúde exerce, sobretudo as Unidades Básicas de Saúde (UBS), no que tange à oferta de cuidados para as mulheres, como a presença de profissionais especializados e que acolhem as pacientes com zelo, com conversas explicativas que reforçam a relevância dos exames de lâmina e dos métodos contraceptivos, que devem ser selecionados de forma específica.

Por fim, foi realizada a distribuição de cartilhas informativas didáticas que explicam, de forma sintetizada, as principais informações sobre a temática, além de divulgar o contato e o nome da UBS mais próxima, para garantir que as informações sobre a educação sexual e o autocuidado fossem plenamente absorvidas, tanto no campo teórico, quanto no campo prático.

CONCLUSÃO

Portanto, o projeto “A importância da educação sexual e do autocuidado para o desempenho de jovens ginastas”, articulou a extensão, a pesquisa e o ensino em busca da aprendizagem efetiva das atletas, através de uma ação dinâmica, a qual teve como objetivo esclarecer as dúvidas sobre o assunto, tornando essas jovens as protagonistas do próprio conhecimento. Como consequência, houve o desenvolvimento de macro competências tanto para esses jovens, acerca do autocuidado e da educação sexual, quanto para o grupo, com experiências vivenciadas e com a elaboração de produções científicas que unem conhecimento, valores, prática, atitudes e integram a especialização do currículo acadêmico.

REFERÊNCIAS

CERQUEIRA, C.O; MENDES,M.P. **Educação sexual nos documentos oficiais : uma breve análise.** Universidade do Estado de Minas Gerais, V. 26, n. 49, jul,2023. Acesso em: 13 out. 2023

DINIS, N.; ASINELLI-LUZ, A. **Educação sexual na perspectiva histórico-cultural.** Educar em Revista, n. 30, p. 77–87, 2007. Acesso em: 13 out. 2023

FIATKOSKI, L. ; MACEDO, D. C. ; PENHA, P. **Intervenções da psicologia do esporte em atletas de alto rendimento.** Revista Uniandrade, [s.l.]. Acesso em: 13 out. 2023.

FIGUEIRÓ, M. N. **Educação sexual no dia a dia.** 2. ed. Londrina: Eduel, 2020. Acesso em: 13 out. 2023

FIATKOSKI, L. ; MACEDO, D. C. ; PENHA, P. **Intervenções da psicologia do esporte em atletas de alto rendimento.** Revista Uniandrade, [s.l.]. Acesso em: 13 out. 2023.

FURLANETTO, M. F.; LAUERMANN, F. ; COSTA, C. B. da; MARIN, A. H. **Educação sexual em escolas brasileiras: revisão sistemática da literatura.** Cadernos de Pesquisa, São Paulo, v. 48, n. 168, p. 550–571, 2018. Acesso em: 13 out. 2023

RIKER, B. ; ÂNGELO, A. ; CARVALHO, M. **A Educação Sexual como instrumento de prevenção à violência sexual infanto-juvenil.** 2022. Acesso em: 13 out. 2023

SANTOS, I. L. **A “orientação sexual” e a Educação Física: sobre a prática pedagógica do professor na escola.** 2013. Acesso em: 13 out. 2023

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DAS NAÇÕES UNIDAS. **Transformando Nosso Mundo: A Agenda 2023 para o Desenvolvimento Sustentável.** 2015. Acesso em: 20 out. 2023