



Programa M

Trabalhando com

Meninas e Mulheres

Empoderamento,
Cidadania
e Saúde



Programa M

Trabalhando com

Meninas e Mulheres

Empoderamento,
Cidadania
e Saúde

Créditos

Este manual foi elaborado pela equipe das seguintes instituições:

Promundo: Christine Ricardo e Vanessa Fonseca. Colaboração: Marcos Nascimento, Gary Barker e Fabio Verani.

Salud y Género: Gisela Sánchez Díaz de León, Emma María Reyes Rosas, Olivia Aguilar Dorantes, Pilar Herrera Ortiz, Carmela Flores Peña, Silvia del Pilar López Hernández. Colaboração de Gerardo Ayala Real, Raúl Morales Carrasc e, Benno de Keijzer Fokker.

ECOS: Vera Simonetti e Sylvia Cavasin. Colaboração: Isabel Costa e Sandra Unbehau.

Instituto PAPAI: Maristela Moraes, Benedito Medrado e Ricardo Castro. Colaboração: Jorge Lyra, Nara Vieira, Luciana Souza Leão, Ana Paula Melo, Mariana Azevêdo, Ana Roberta Oliveira e Andrea Araújo.

World Education: Valeria Rocha e Samuel Lira Gordenstein. Colaboração: David Kahler e Beth Gragg.

Projeto Gráfico: RECT758 Trabalhando com mulheres jovens: empoderamento, cidadania e saúde / Promundo; Salud y Género; ECOS; Instituto PAPAI; World Education – Rio de Janeiro: Promundo, 2008. 146p.

Edição gráfica: 1

ISBN: 978-85-61640-03-3

1. Mulheres – saúde pública. 2. Relações de Género. 3. direitos sexuais e reprodutivos.

4. Mulheres – metodologias de trabalho. I. Promundo. II. Salud y Género. III. ECOS.

IV. Instituto PAPAI. VI. World Education. VII. Título.

C D U 6 1 4 -

055.2

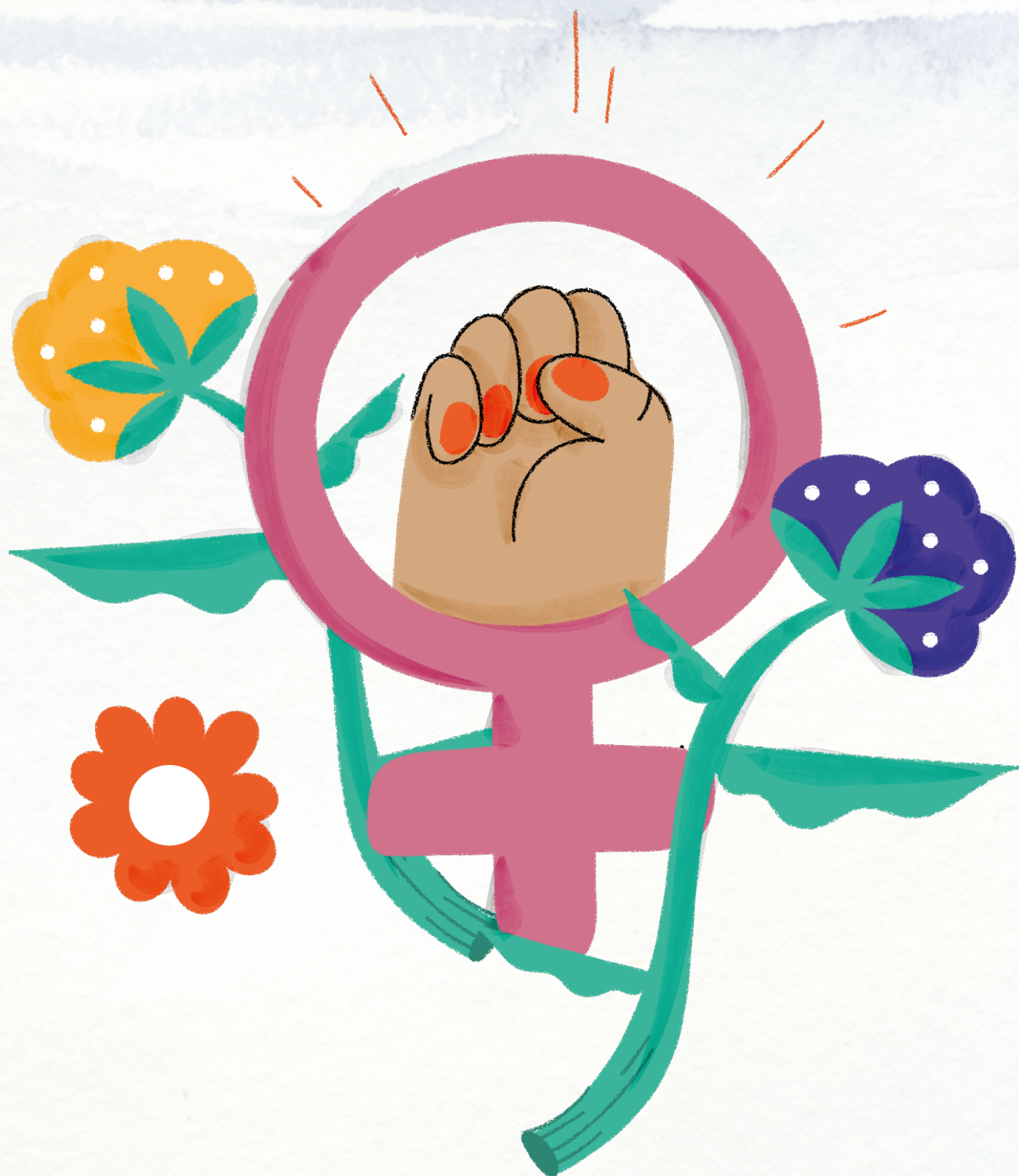
Ficha catalográfica elaborada pela Biblioteca do Instituto PAPAI.

Bibliotecário responsável: Thiago Rocha (CRB 4/P-1493).



Programa M Trabalhando com **Meninas e Mulheres**

Empoderamento,
Cidadania
e Saúde



AGRADECIMENTOS

Gostaríamos de agradecer o apoio e a participação de:

Alejandra Meglioli (IPPF), Andrea Provost, Bahby Banks, Bianca Alfano, Carlos E. Santos, Carolyn Elizabeth Vance, Casa Menina Mulher, Cecília Simonetti, Comunidade Chão de Estrelas, Comunidade Sete Mocambos, Cristina Trujillo Antonio, Curumim, Daruê Malungo, Escola Estadual Senador Novaes Filho, Hugo Corrêa (Promundo, Brasil), Isabel Costa, Isadora Garcia (Promundo, Brasil), Jessica Fehringer, Jovens Feministas de Pernambuco, Juny Kraiczky, Lena Franco, Katty Navarro (Entre Amigas, Nicarágua), Lina Cortes Rojas (tradutora), Luana Bessa, Luciana Rodrigues, Luz del Carmen Jiménez Portilla, Luz del Carmen Yáñez Campos, Margaret E. Greene (ICRW, U.S.A.), Marcos Nascimento (Promundo, Brasil), Márcio Segundo (Promundo, Brasil), Margarita Quintanilla (Entre Amigas/PATH, Nicarágua), Maria Elena Casanova (Tradutora), María Teresa Azuara Sánchez, Mariana Wagner, Mary Ellsberg, Omar J. Robles, Osmar Leite, Pauline Pennant (Famplan, Jamaica), Rosa Romero (AMUNIC, Nicarágua), Rosalba Azamar García, Rubén S. Alarcón Alarcón, Sandra Unbehaum, Sarah MacCarthy, Sara Marques, Sueli Ferreira, Suyanna Barker (NESA, Brazil), Vanitha Virudachalam, Yadira Santamaría Viveros.

Apoio Técnico e Financeiro:

Fundação Ford, Fundação MacArthur, Fundação Nike, Fundação Oak, International Planned Parenthood Foundation/Western Hemisphere Region (IPPF/WHR), Secretaria Especial de Políticas para Mulheres – Brasil.

Revisão 2022:

Julia Naomi, Luciano Ramos, Luiza Tanuri e Viviane Santiago.

Revisão de texto:

Jaqueline Sant'ana

Apoio Financeiro:

Embaixada dos Países Baixos, Comic Relief e KNH Brasil.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	15
O Vídeo "Era uma vez outra Maria"	16
Organização das atividades	16
"Tempestade de ideias"	17
O Papel da Facilitadora	18
1 - GÊNERO, EMPODERAMENTO E DIREITOS HUMANOS	21
Atividade Acordos Básicos	32
Atividade 1: Pessoas e coisas	33
Atividade 2: O que é isso chamado "Gênero"?	37
Atividade 3: Aprendendo sobre os direitos humanos	40
2 - IDENTIDADE E RELAÇÕES	47
Atividade 4: Quem sou eu? O que quero fazer da minha vida?	52
Atividade 5: Como me relaciono com outras pessoas	54
Atividade 6: Uma história de amor	56
Atividade 7: Ser mulher... e homem... de várias formas	59
3 - VIOLÊNCIA	65
Atividade 8: O que é violência?	86
Atividade 9: Ciclo da violência	91
Atividade 10: Rompendo o silêncio e procurando ajuda	97
4 - CORPO E SEXUALIDADE	101
Atividade 11: Este é meu corpo	104
Atividade 12: O corpo feminino na mídia e sociedade	106
Atividade 13: Como os homens e as mulheres se expressam	109
Atividade 14: O corpo do homem e o da mulher	111

5 - DIREITOS SEXUAIS E DIREITOS REPRODUTIVOS	123
Atividade 15: O que são direitos sexuais e direitos reprodutivos?	129
Atividade 16: Prevenção e prazer	134
Atividade 17: Gravidez... Sim ou Não	140
Atividade 18: Os segredos de Alice	144
Atividade 19: Diversidade sexual	152
6 - MATERNIDADE	157
Atividade 20: Fotografia viva	160
Atividade 21: Ser mãe	165
Atividade 22: Tudo ao mesmo tempo	167
7 - PREVENINDO E VIVENDO COM HIV/AIDS	173
Atividade 23: Positivo e negativo	179
Atividade 24: Fazendo o teste	187
Atividade 25: Pare e pense	193
8 - DROGAS	199
Atividade 26: O que sei sobre as drogas? Atividade 27: Prazeres e riscos	204
Atividade 27: Drogas em nossas vidas e comunidades	207
Atividade 28: Drogas em nossas vidas e comunidades	211
9 - TRABALHO	221
Atividade 29: Trabalho de mulher?	228
Atividade 30: Ouvindo mulheres trabalhadoras	230
Atividade 31: Conhecendo os direitos trabalhistas	234
10 - PARTICIPAÇÃO COMUNITÁRIA	239
Atividade 32: Exercendo meus direitos	244
Atividade 33: Teatro comunitário	250

11 - FEMINISMO NEGRO	255
Atividade 34: Feminismo negro	261
Atividade 35: Feminismo negro: "ainda assim eu me levanto"	264
Atividade 36: Feminismo negro: nossos passos	267
12 - FEMINILIDADES TRANS	285
Atividade 37: Desconectar identidade de gênero e orientação sexual	314
Atividade 38: Mural da transfobia	316
Atividade 39: Lugar hostil.....	318
Atividade 40: Theatrum Reali (Teatro Real)	319
ANEXOS	321
Anexo 1: Dicas Para Facilitadoras	321
Anexo 2: Recursos Online	323
Anexo 3: Testagem Do Manual E Vídeo	326
REFERÊNCIAS.....	330

APRESENTAÇÃO

Por que um manual para trabalhar com mulheres jovens? Este manual, parte de uma iniciativa chamada *Programa M* (M de *mulheres*), foi desenvolvido para ajudar educadoras a envolverem mulheres jovens e adolescentes em discussões sobre como ideias rígidas a respeito do que significa ser homem e mulher afetam as opções e escolhas de mulheres, em sua vida, saúde e sexualidade. Aqui, serão encontradas atividades que partem das necessidades e da experiência de mulheres jovens para promover reflexões críticas sobre iniquidades de gênero e direitos sexuais e reprodutivos e para estimular sua autonomia em relacionamentos com familiares, no ambiente de trabalho e com seus parceiros íntimos.

Embora muito já tenha sido feito para estimular o empoderamento feminino, grande parte dos trabalhos está centrada, principalmente, nas experiências de mulheres adultas, que não são adequadas à compreensão das mulheres jovens e adolescentes, suas decisões, interesses e condições para o bem-estar (Greene, 2004). É na juventude que iniciamos nossos primeiros relacionamentos que são significativos para experiências futuras. Este é o momento ideal para promover reflexões e mudanças que vão ao encontro de relacionamentos mais equitativos entre homens e mulheres.

A idade referida a "mulheres jovens e adolescentes" neste manual abrange entre os 15 e os 24 anos, o que corresponde à definição etária da "juventude" estabelecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS), enquanto o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) limita "adolescência" até os 18 anos de idade incompletos.

Admitimos que essa faixa etária é muito ampla, e não recomendamos que se trabalhe com jovens de idades entre 15 e 24 anos necessariamente nos mesmos grupos. As atividades destinam-se a grupos de mulheres jovens e adolescentes, embora também possam ser utilizadas com mulheres mais jovens ou mais velhas, ou mesmo grupos mistos, com algumas adaptações. As atividades de grupo incluindo homens e mulheres podem ser espaços valiosos para a prática do respeito e do entendimento entre ambos, embora reconheçamos que seja importante manter espaços exclusivos para as mulheres.

Antes de iniciar o trabalho com as mulheres jovens, é importante que a facilitadora leia o manual por inteiro para entender como ele está organizado e o que ele contém. Como descrito mais detalhadamente a seguir, o manual é organizado em dez subseções, cada uma contendo atividades que duram de 45 minutos a 2 horas. Essas atividades podem ser desenvolvidas em diversos ambientes, incluindo escolas, clubes e organizações comunitárias, e são mais produtivas quando levadas a cabo com grupos reduzidos, com 10 a 20 participantes. É recomendável que a facilitadora, em primeiro lugar, trabalhe com o grupo para estabelecer e seguir regras básicas, visando a garantir a privacidade e o respeito a todos os participantes.

Este manual está dividido em doze seções temáticas:

SEÇÃO 1 – GÊNERO, EMPODERAMENTO E DIREITOS HUMANOS

Oferece atividades educativas para a construção coletiva de conceitos básicos, tais como gênero, sexo, sexualidade, poder e empoderamento.

SEÇÃO 2 – IDENTIDADE E RELAÇÕES

Esta seção discute como as construções de gênero influenciam o modo como homens e mulheres se expressam e se relacionam entre si.

SEÇÃO 3 – VIOLÊNCIA

Esta seção explora as várias formas de violência existentes, particularmente na vida e nos relacionamentos de mulheres jovens, e as relações entre gênero, poder e violência.

SEÇÃO 4 – CORPO E SEXUALIDADE

Esta seção promove uma reflexão crítica sobre como as mulheres constroem a imagem que têm de seu corpo e sexualidade, incluindo a influência da mídia, da sociedade e das normas de gênero.

SEÇÃO 5 – DIREITOS SEXUAIS E DIREITOS REPRODUTIVOS

Esta seção aborda a questão da saúde sexual e reprodutiva, comportamento e tomada de decisão, a partir da perspectiva dos direitos.

SEÇÃO 6 – MATERNIDADE

Esta seção concentra-se nas diferentes experiências de gravidez e maternidade, e a importância do envolvimento masculino.

SEÇÃO 7 – PREVENINDO E VIVENDO COM HIV/AIDS

Esta seção discute a vulnerabilidade das mulheres jovens ao HIV/AIDS e a importância da negociação e diálogo entre parcerias sexuais para a adoção de comportamentos mais saudáveis.

SEÇÃO 8 – DROGAS

Esta seção aborda os diferentes tipos de drogas que afetam as vidas e os relacionamentos de mulheres jovens, e explora o conceito de redução de danos.

SEÇÃO 9 – TRABALHO

Esta seção enfoca as tradicionais divisões de gênero existentes em diferentes funções e tipos de emprego e os direitos das mulheres no local de trabalho.

SEÇÃO 10 – PARTICIPAÇÃO COMUNITÁRIA

Esta seção envolve as mulheres jovens em ações individuais e coletivas para a realização de mudanças positivas em suas vidas e comunidades em temas relacionados a direitos e saúde.

SEÇÃO 11 - FEMINISMO NEGRO

Essa seção aborda as origens do movimento feminista negro, sua agenda e sua relação com a vida das mulheres.

SEÇÃO 12 – FEMINILIDADES TRANS

Esta seção fala sobre a transexualidade, sua historicidade e a relação entre sexo, gênero e identidades.

Sobre as atividades

Todas essas atividades educativas delineiam um modelo de aprendizagem no qual as mulheres jovens são encorajadas a questionar e analisar suas próprias experiências e crenças para entender como normas de gênero podem, às vezes, perpetuar desigualdades de poder nos relacionamentos e tornar jovens de ambos os sexos vulneráveis a problemas sexuais e reprodutivos, incluindo HIV/AIDS. Essas atividades têm, principalmente, o objetivo de estimular as mulheres jovens a compartilhar ideias e opiniões e pensar sobre como elas podem fazer mudanças positivas em suas próprias vidas e comunidades. Esse processo de questionamento e mudança leva tempo, e a experiência no uso deste manual tem demonstrado que é preferível utilizar estas atividades como um pacote completo (ou selecionar grupos de atividades de diferentes seções), em vez de utilizar apenas uma ou duas atividades. Muitas atividades são complementares, e quando realizadas em conjunto, propiciam reflexões mais enriquecedoras do que quando usadas isoladamente.

INTRODUÇÃO

O Programa M – 15 Anos Depois

Em 2008, o **Instituto Promundo**, em parceria com **Salud y Género, ECOS, Instituto Papai** e **World Education/Rio de Janeiro**, lançou a primeira edição do **Programa M**. O documento tornou-se conhecido e reconhecido no Brasil e em outros países como um modelo de metodologia transformadora para o empoderamento de meninas e mulheres. Ao longo de 14 anos, o material tornou-se referência para muitos profissionais, assim como lideranças de movimentos feministas e especialistas em Estudos de Gênero, e foi considerado vanguardista por sua abordagem de temas considerados "tabus". Ao longo desses anos, o **Programa M** capacitou milhares de profissionais no Brasil e no mundo, além de ter se tornado uma referência metodológica. O mundo avançou - ainda que em algumas temáticas e contextos esses avanços pareçam muito tímidos. Nesse sentido, o **Promundo** percebeu a necessidade de reeditar o **Programa M**, agregando a ele novos capítulos centrais que antes apareciam como temas e assuntos transversais. Nessa versão revisada do **Programa M** você encontra novas temáticas, tais como "Femininos Negros" e "Feminismos Trans", bem como a revisão de textos que foram previamente publicados em 2008. Todo o processo de revisão foi feito cuidadosa e respeitosamente ao material já existente. Dessa forma, o que temos nas páginas a seguir são a revisão do **Programa M** e a agregação de novas temáticas que contribuirão para que o programa siga pelas próximas décadas como uma grande referência no Brasil e no mundo.

O Vídeo "Era uma vez outra Maria"

Este manual é acompanhado de um desenho animado sem falas chamado "Era uma vez outra Maria". Este desenho conta a história de uma jovem que começa a questionar o "sim" e o "não" do mundo ao seu redor, e como eles influenciam seu modo de pensar e agir. Mostrando brincadeiras infantis, papéis nas tarefas domésticas, sexualidade e relacionamentos íntimos, o vídeo é uma ferramenta educativa ideal para a promoção de discussões acerca dos desafios que meninas e mulheres jovens enfrentam à medida que crescem. Serve como uma boa introdução aos temas e atividades deste manual, e quando utilizado em uma das primeiras seções, pode ilustrar as atitudes básicas das mulheres jovens e melhorar o entendimento dos temas. Muitas das atividades incluem sugestões de cenas do vídeo que podem ser utilizadas para reforçar ou desenvolver temas específicos.

ORGANIZAÇÃO DAS ATIVIDADES

As atividades são organizadas de modo a facilitar seu entendimento e realização. Cada uma compreende os seguintes itens:

Objetivo: Descrição da informação específica, das reflexões e habilidades que serão adquiridas na atividade. Ao menos que as instruções da própria atividade digam algo contrário, a facilitadora deve compartilhar a proposta com o grupo participante ao início de cada atividade.

Materiais requeridos: Os materiais necessários para a realização da atividade. Na maior parte dos casos, incluem materiais básicos como flip-chart e marcadores (caneta-pilot). Nos casos em que os materiais listados não puderem ser facilmente acessados, a facilitadora terá liberdade para improvisar. Por exemplo, flip-chart e marcadores podem ser substituídos por cartolinas, papel madeira, jornais ou quadro branco.

Tempo recomendado: Intervalo de tempo recomendado para a realização da atividade. As atividades do manual são projetadas para sessões de 45 minutos a 2 horas. Dependendo do número de participantes e outros fatores, o tempo para a realização de cada atividade pode variar. É importante trabalhar no ritmo do grupo participante. Em geral, as sessões não devem durar mais que duas horas, nem deve ser feita mais que uma sessão por dia, pois isso pode ser cansativo, tanto para a facilitadora como para as participantes.

Notas de planejamento: Informação de apoio e dicas para ajudar a facilitadora a se preparar para a atividade, como pesquisar fontes relacionadas ao tópico da atividade na comunidade.

Procedimento: As etapas para a realização da atividade. De modo geral, as atividades são redigidas para serem facilmente adaptáveis a grupos com diferentes níveis de domínio da leitura e da escrita, mas a facilitadora deve estar atenta para avaliar se as etapas são factíveis e apropriadas para o grupo participante. Por exemplo, se o procedimento exige a leitura de um texto, a facilitadora pode optar por ler o texto em voz alta. É também recomendável que a facilitadora execute 'aquecimentos' antes de cada atividade, sobretudo aqueles que consistam em conversação ou envolvam alguma atividade física.

"TEMPESTADE DE IDEIAS"

Em muitas seções, um dos passos para estimular a discussão é a "tempestade de ideias", uma técnica muito utilizada para a facilitação de discussões em grupos. "A tempestade de ideias" consiste em escrever em um papel ou quadro palavras ou ideias ditas pelas participantes sobre determinado assunto, como se fosse uma "tempestade". Esse quadro facilita a visualização do grupo de sua visão sobre o tema.

Questões para discussão: Sugestões de questões para ajudar a guiar a discussão sobre o tópico da atividade. A facilitadora deve sentir-se livre para adicionar novas questões ou reformulá-las de acordo com o contexto local. Sobretudo, não é necessário que o grupo discuta todas as questões sugeridas, ou que a facilitadora siga estritamente a ordem em que elas são listadas na atividade. A facilitadora deve, ao contrário, procurar encorajar o maior número possível de participantes a expressar suas opiniões. A facilitadora deve ser paciente, evidentemente. Algumas pessoas podem ser tímidas no início ou podem não se sentir à vontade discutindo esses tópicos com as demais, a facilitadora não deve jamais forçá-las a falar.

Encerramento: Textos curtos que fornecem um panorama dos principais pontos ou mensagens da atividade. Recomenda-se que a facilitadora os leia em voz alta para as participantes ao final da sessão.

Links: Referências a outras atividades no manual que reforçam ou desenvolvem tópicos similares.

Link – Programa H: Referências às atividades do manual *Programa H* que reforçam ou desenvolvem tópicos similares e podem ajudar mulheres jovens a considerar a perspectiva dos homens.

Vídeo de apoio: Referência a cenas específicas do vídeo Era uma vez outra Maria que podem ser usadas para desenvolver o tópico.

Folhas de apoio: Informação complementar ou adicional sobre o tópico de atividade. A facilitadora deve sempre revisar com os participantes a informação contida nesses folhetos. Se possível, a facilitadora deve fazer cópias para distribuir. Outra possibilidade é copiar as informações desses folhetos numa cartolina para as participantes usarem como referência durante a atividade, bem como em futuras atividades.

O PAPEL DA FACILITADORA

O papel da facilitadora é criar um ambiente aberto e respeitoso no qual as mulheres jovens e as adolescentes possam se sentir à vontade para compartilhar e aprender com suas próprias experiências. Como exposto acima, as atividades foram desenhadas para gerar um processo de reflexão e de aprendizagem participativa, cujo conteúdo não pode ser ensinado. Muitos dos temas abordados – violência, sexualidade, paternidade, HIV/AIDS - são complexos e delicados. Muitas participantes podem abrir seus sentimentos durante o processo, enquanto outras simplesmente não desejem falar. O elemento-chave nesse processo é a facilitadora. Uma jovem jamais deve ser forçada a participar das atividades seja como for, mas é papel da facilitadora buscar criar um ambiente em que as participantes se sintam à vontade para compartilhar suas opiniões e dúvidas. As experiências das adolescentes e mulheres jovens são a maior riqueza das atividades. Elas devem, portanto, ser sempre utilizadas de modo positivo. Por exemplo, se uma participante é mãe ou está grávida, a facilitadora deve convidá-la a compartilhar suas experiências para ajudar a desenvolver as reflexões e a compreensão do grupo sobre gravidez e maternidade. Isso não deve de modo algum ser usado como oportunidade para condenar ou criticar a gravidez na adolescência. Do mesmo modo, cabe à facilitadora prestar atenção no grau de relaxamento das jovens e perceber quando alguma delas estiver precisando de atenção individual, e em alguns casos, fazer encaminhamento a serviços ou aconselhamento profissional.

A facilitadora deve também ter em mente que a mudança de atitudes e comportamentos pode ser um longo processo e que a participação das mulheres jovens e adolescentes nestas atividades não levará necessariamente a uma súbita transformação de suas vidas e relacionamentos. O objetivo das oficinas é dar início a um processo de pensamento crítico sobre gênero, direitos e possibilidades de promoção de relacionamentos mais equitativos entre mulheres e homens. No entanto, esse processo em si mesmo não é suficiente - a menos que seja acompanhado por mudanças mais abrangentes nas oportunidades das mulheres jovens e adolescentes em acessar recursos e serviços. No nível individual, é importante que a facilitadora

seja sensível às realidades práticas das vidas das jovens e às limitações ou perigos que elas podem enfrentar ao tentar assumir uma maior autonomia em diferentes esferas de suas vidas. Em alguns casos, as jovens precisarão ser prudentes a respeito dos tipos de 'mudanças' que irão tentar promover em suas vidas e relacionamentos. Por exemplo, uma mulher jovem pode chegar à compreensão da importância de pedir que a pessoa com quem se relaciona faça um exame de HIV, mas temer que essa pessoa se irrite ou fique violenta caso ela sugira isso. A facilitadora deve estar atenta a essas questões e ajudar as participantes a pensar cuidadosa e pragmaticamente sobre como elas podem realizar e/ou negociar mudanças em suas vidas, inclusive em seus relacionamentos íntimos e familiares. Como mencionado acima, as atividades em Participação Comunitária promovem uma oportunidade para refletir em profundidade a respeito de possíveis ações individuais e coletivas relacionadas aos direitos e à saúde das mulheres jovens.

Recomenda-se que, antes de ler ou trabalhar com o manual, a facilitadora tenha adquirido noções básicas acerca de conceitos como 'gênero' e 'sexualidade', "diversidade" "antirracismo" e tenha atravessado um certo nível de autorreflexão a respeito de suas próprias experiências e lutas envolvendo os temas do manual. As facilitadoras se tornam, frequentemente, importantes modelos e fontes de informação e apoio para as mulheres jovens. Por essa razão, é importante que elas tenham recebido treinamento suficiente em trabalhar com mulheres nos temas em questão, e tenham uma estrutura de apoio e recursos de organizações e/ou outros educadores e facilitadores.

No anexo, incluímos uma folha de apoio com dicas para as facilitadoras. Esta folha não deve ser utilizada como substituta do treinamento, e sim como uma revisão de pontos importantes que se deve ter em mente ao trabalhar com mulheres jovens em atividades educativas de grupo.



1

GÊNERO, EMPODERAMENTO E DIREITOS HUMANOS

Este primeiro capítulo contém atividades educativas para a promoção de uma reflexão coletiva sobre conceitos fundamentais para a compreensão das outras sessões deste manual: gênero, sua construção e sua relação com exercício de poder; equidade e empoderamento através da perspectiva dos direitos humanos.

São ferramentas para refletir acerca de como a socialização de gênero afeta a vida das mulheres jovens e adolescentes compreender como influencia suas vidas e que alternativas são possíveis nos diferentes temas tratados neste caderno: o processo de identidade e as relações afetivas, a violência, o corpo e a sexualidade, os direitos sexuais e reprodutivos, a maternidade, o HIV/ AIDS, o trabalho e a participação comunitária.

Gênero, uma construção social

Desde a primeira infância, as crianças desenvolvem uma forte noção das diferentes expectativas sobre como devem se comportar e se relacionar entre si. As meninas podem aprender que são valorizadas por sua obediência e aparência. Meninos, por outro lado, podem aprender que, para ser "verdadeiros" homens, devem sempre ser fortes e estar no controle. Esses ideais dividem todas as pessoas da sociedade em dois grupos: homens e mulheres, e além de ignorar que existem pessoas que se reconhecem em ambos os gêneros, não se reconhecem em nenhum dos dois gêneros e transitam, e que para além disso, determina como as pessoas devem se comportar na adesão a esses dois gêneros e por isso são chamados de normas de gênero e são ensinados e reforçados por pares, famílias, mídia e comunidades por meio de um processo chamado "socialização".

O gênero é uma questão importante para a compreensão de aspectos que tornam jovens mais vulneráveis, particularmente em relação à sexualidade e à saúde. Em relação às mulheres jovens, ainda existem normas socioculturais restritas para o comportamento sexual, principalmente associado à virgindade antes do casamento e ao número de parceiros sexuais (Weiss e Gupta, 1998), além da expectativa de relações heterossexuais. No momento da puberdade, o início da capacidade feminina de se reproduzir, pode, em muitas culturas, significar um período de grande exclusão social, em que as mulheres passam a ser mais vigiadas fora de casa e mais protegidas do contato com os homens (Mensch *et al.*, 1998). Para um homem jovem, por outro lado, as experiências sexuais são frequentemente associadas à iniciação da masculinidade e podem ser vistas, pelo grupo, como manifestação de êxito sexual, mais do que experiências que contribuem para a intimidade entre parceiros. (Marsiglio, 1988; Nzioka, 2001). Gênero – refere-se à forma como somos socializados – isto é, como atitudes, comportamentos e expectativas são formados com base no que a sociedade atribui ao que é ser homem ou o que é ser mulher. Estas características podem ser aprendidas de membros da família, amigos, instituições culturais e religiosas e no espaço de trabalho.

Conceitos básicos

SEXUALIDADE

Tem a ver com a maneira como você identifica, como você experiencia atração sexual e romântica (se você experiencia), e os seus interesses e preferências em torno de relacionamentos e comportamentos sexuais.

A sexualidade pode ser fluida, mudando em situações diferentes para algumas pessoas e mesmo ao longo dos anos para outras. Sexualidade tem mais a ver com quem nós somos do que com o que nós fazemos. Sexualidade é influenciada por indivíduos, famílias, culturas, religião/ espiritualidade, leis, profissões, instituições, ciência e políticas.

SEXO BIOLÓGICO

Refere-se aos atributos e características biológicas que identificam uma pessoa como sendo homem, mulher ou intersexual. Dizem respeito às partes anatômicas, hormônios e cromossomos que a gente tem ao nascer e nossa identidade sexual.

Ao mesmo tempo em que normas de gênero podem variar entre diferentes contextos culturais, existem semelhanças na forma como estas normas podem moldar o acesso das pessoas a recursos sociais e econômicos e ao poder de tomada de decisão (Mathur e Gupta, 2004). Na maioria dos contextos sociais, os homens são frequentemente os responsáveis por atividades produtivas fora do lar (ex.: trabalho pago), enquanto as mulheres são frequentemente responsáveis por atividades reprodutivas e produtivas dentro do lar (ex. planejamento familiar, puericultura e tarefas domésticas).

O fato de as mulheres terem em geral menos acesso à posse e ao controle dos recursos produtivos tem, por sua vez, implicações quanto ao poder de tomada de decisão das mulheres tanto na esfera pública quanto na privada. Na verdade, pesquisas mostram que mulheres com menos poder econômico são menos propensas a terem êxito na hora de negociar proteção, abandonar uma situação percebida por elas como arriscada ou mesmo a aceder a serviços de apoio formais (Heise e Elias, 1995; Weiss e Gupta, 1998). Os problemas de saúde das mulheres jovens se agravam quando vivem relacionamentos opressivos, quando elas não podem decidir sobre o cuidado de seu corpo, sua saúde, sua sexualidade ou quando são violentadas. Dessa forma, as mais amplas desigualdades sociais, políticas e econômicas entre homens e mulheres são inseparáveis das vulnerabilidades enfrentadas pelas mulheres em seu dia-a-dia e em suas relações íntimas.

Mas isso não é um problema apenas de algumas mulheres, vivemos em uma sociedade onde as mulheres são discriminadas, têm menos oportunidades, menos recursos em todos os âmbitos da vida social. A isto se chama inequidade de gênero. Este tipo de inequidade se articula com outras formas de desigualdades, como de raça, de classe, heterocentrismo e adultocentrismo. Em uma sociedade estratificada, com desigualdades sociais, mulheres jovens, pobres, indígenas, negras, com orientação diferente da heterossexual têm menos acesso e controle dos recursos pessoais e sociais que lhes permitiriam melhorar suas condições de vida e de saúde, ou seja, encontram-se em desvantagem nas relações de poder (Scott, 1990).

De acordo com a situação em que vivem as mulheres jovens e meninas com as quais trabalhamos, sua condição social se reflete na maneira com que se apropriam de seus espaços em sua vida privada e pública, na maneira como podem ou não distribuir seu tempo, no acesso que têm a recursos, em sua maneira de se apropriar ou não de seu corpo, de sua saúde, de sua vida reprodutiva, em exercer sua sexualidade livre de coerção, sem afetar sua integridade (Reyes, 1999). Na América Latina e no Caribe, as persistentes inequidades de gênero e a violência frequentemente privam as mulheres e meninas de sua voz na tomada de decisões nas relações sexuais: para prevenir uma gravidez não desejada e infecções sexualmente transmissíveis, incluindo HIV e AIDS.

Gênero e mulheres jovens e meninas

Para mulheres jovens e meninas, os efeitos complementares de gênero e idade podem reforçar ainda mais as dinâmicas de poder e vulnerabilidades que elas vivem. A idade, bem como o gênero, pode ser vista como um status social que confere poder de forma desigual entre jovens, adolescentes adultos. Como resultado, frequentemente alguns jovens - em particular, mulheres jovens e meninas adolescentes - têm acesso limitado a serviços e informações de saúde, redes político-sociais e outros recursos necessários para garantir saúde e desenvolvimento plenos (Mathur e Rao Gupta, 2004). As consequências se refletem no fato de que as causas principais de morte precoce entre mulheres - incluindo morte materna, HIV/ AIDS, câncer pulmonar e cardiopatia - são associadas a experiências e comportamentos que não raro se iniciam na adolescência (NCRW, 1998; UNFPA, 2005).

Ainda que a ênfase deste manual seja a construção de normas de gênero como uma questão chave na saúde de mulheres e meninas adolescentes e nas

vulnerabilidades que as acometem, é importante reconhecer que mulheres jovens são indivíduos multidimensionais com perspectivas e necessidades diversas e que seus comportamentos e vulnerabilidades também sofrem influência da interação de gênero com outros aspectos de suas identidades, os quais incluem raça, etnia, classe social e orientação sexual (NCRW, 1998). Alguns aspectos da identidade de gênero feminino, não apenas constroem as mulheres jovens e tornam sua saúde vulnerável, como, em interação com outras identidades podem diminuir ainda mais seu acesso e controle de recursos pessoais e sociais que poderiam melhorar suas condições de vida e saúde. Por exemplo, uma mulher com baixa renda tem muito menos chance de ter acesso a cuidados médicos e neonatais de qualidade, do que uma mulher com renda alta.



Mulheres jovens e meninas empoderadas...

- * São encorajadas a pensar de maneira ativa a respeito de seu futuro;
- * Possuem apoio para suas aspirações;
- * Tomam decisões autônomas sobre seu corpo, saúde e sexualidade;
- * Controlam sua renda e recursos pessoais;
- * Tomam decisões autônomas sobre educação e trabalho;
- * Têm oportunidades de lazer;
- * Têm acesso e usam serviços de saúde;
- * Sabem ler e escrever;
- * São capazes de falar em público;
- * São conscientes das inequidades de gênero e como elas afetam as vidas de mulheres e homens;
- * São conscientes de seus direitos;
- * São conscientes da influência cultural e da mídia sobre o sentido que as mulheres têm de si mesmas;
- * São capazes de dizer "não" quando não desejam sexo;
- * Reconhecem suas habilidades pessoais;
- * Creem que um homem não tem o direito de cometer violência contra elas;
- * Realizariam alguma ação se um homem cometesse violência contra elas;
- * Reconhecem e expressam necessidades e emoções;
- * Estão conscientes das consequências do uso e abuso de drogas;
- * Compartilham com seus parceiros e parceiras tarefas domésticas e cuidados com os filhos;
- * São conscientes de leis específicas que afetam a vida das mulheres;
- * Têm apoio de grupo de pares;
- * Têm acesso a modelos positivos de mulheres;
- * Reconhecem e expressam suas necessidades e emoções.

Trabalhando em prol de empoderamento, direitos e saúde de mulheres jovens e meninas adolescentes

O empoderamento é um processo pelo qual as mulheres e meninas podem acessar e controlar recursos e se tornar capazes de reconhecer e afirmar seus direitos e habilidades para tomar decisões sobre seu próprio território: seu corpo, sua saúde, sua subjetividade, sua sexualidade, seu tempo, seu trabalho, seus recursos. É um processo complexo e multifacetado que geralmente requer mudanças e suporte em vários níveis, do individual e interpessoal ao macroambiente das políticas públicas e das normas sociais.

O processo de empoderamento envolve três dimensões:

INDIVIDUAL:

Se refere a reconhecer os poderes internos, dimensioná-los, expandi-los e vivenciá-los como recursos próprios.

Relações próximas: consiste em desenvolver habilidades para negociar e influenciar no tipo, forma e condições nas quais se dá a relação, assim como em todas as suas dimensões.

Dimensão coletiva: se refere a mobilização e o empoderamento de um grupo de pessoas, por exemplo mulheres. Para que haja empoderamento individual, deve haver empoderamento de gênero coletivo e social.

As atividades educativas deste manual enfocam especificamente os níveis individual e interpessoal: ao sensibilizarem mulheres jovens e meninas adolescentes a respeito de desigualdades de gênero, direitos e saúde; ao encorajá-las a pensar e agir a respeito de seu futuro; ao proporcionar a abertura de espaços para que possam construir redes de pares, expressar sua opinião e se informar sobre o acesso a instituições de apoio; ao estimular habilidades necessárias para que mulheres jovens ajam com mais poder. Trabalhar com mulheres jovens e meninas adolescentes visando que questionem as normas sociais é certamente um passo significativo rumo ao empoderamento. Mas apenas isso não é o bastante se as e meninas adolcesce não tiverem os meios objetivos – liberdade de movimentação, acesso a serviços – para de

fato desafiam essas normas em seus relacionamentos e nas comunidades. Portanto, para reduzir os fatores estruturais e ambientais que criam vulnerabilidades de gênero, é importante levar à frente esforços de alcance mais amplo, desde mobilização em nível de comunidade até a luta por uma legislação igualitária

Falar de empoderamento das mulheres jovens implica: reconhecer o poder e a autoridade das mulheres para tomar decisões sobre seu próprio território: seu corpo, subjetividade, sua sexualidade, seu tempo, seu trabalho, seus recursos. Este aspecto de poder é entendido como capacidade para a autopreservação e desenvolvimento. É legítimo e necessário que nós mulheres nos fortaleçamos, desenvolvamos e reconheçamos capacidades, destrezas e habilidades para tomar decisões sobre nossa vida e que tenhamos acesso e controle de recursos. É de vital importância estimular o respeito e a aceitação de nós mesmas, desde o descobrimento da vontade, o desejo individual e coletivo para a construção de novas identidades femininas onde se potencializem habilidades e atitudes para transformar o entorno sociocultural – político e econômico, ou seja, desde uma visão positiva de poder (Scott, 1990).



Trabalhando com homens jovens e meninos adolescentes para apoiar o empoderamento das mulheres jovens

O **Programa H** (H para *hombres* em espanhol e *homens* em português) é uma intervenção multidimensional que demonstrou, em rigorosos estudos "quasi-experimentais", promover mais atitudes e comportamentos de equidade de gênero entre meninos e rapazes em diversos contextos. Inclui um currículo educacional de trabalho em grupo e vem acompanhado de um vídeo chamado "Minha vida de João" que apresenta a história de um rapaz desde a primeira infância, atravessando a adolescência, até o início da vida adulta.

Especificamente, o *Programa H* busca encorajar os homens jovens a se comportar da seguinte maneira:

- * Mostram respeito em suas relações íntimas e buscam relações baseadas na equidade e intimidade, em vez de conquistas sexuais. Isto inclui acreditar que homens e mulheres têm os mesmos direitos de decidir sobre seu corpo e atividade sexual.
- * Buscam participar de atividades como pais, não só como provedores econômicos, mas cuidando de seus filhos e suas filhas.
- * Assumem a responsabilidade por temas de saúde sexual e reprodutiva, incluindo a iniciativa para discutir estes temas com suas parceiras e parceiros usando o preservativo e/ ou acompanhando suas parceiras na escolha ou compra de um outro método contraceptivo.
- * Opõem-se a violência contra a mulher, incluindo os que foram violentos com suas parceiras no passado, e os que acreditam que a violência não é um comportamento aceitável (Barker, 2000).

Um dos elementos chave dessas atividades educativas em grupo é o questionamento dos estereótipos, masculinos rígidos e promotores da falta de equidade e como estes afetam as vidas e relacionamentos tanto de homens quanto de mulheres. importante reconhecer que normas de gênero são construídas e reforçadas tanto por homens quanto por mulheres, que têm recursos limitados para transformar de forma equitativa a vida social, econômica e cultural, pois suas decisões são fundadas numa cultura secular patriarcal e discriminadora. Mas, por meio de processos educativos

e de reflexão, tanto mulheres quanto homens podem contribuir para deixar de reproduzir crenças e expectativas opressivas com relação aos homens e mulheres com quem se relacionam.

Juntos, os currículos dos *Programas M e H*, além dos vídeos, constituem um conjunto de ferramentas que, através de uma noção relacional, estimula a reflexão dos jovens, buscando emponderá-los com equidade de gênero.

O direito das mulheres e equidade de gênero

Ao longo da história houve mulheres que questionaram a desigualdade de direitos entre mulheres e homens. Na Revolução Francesa, Olympe de Gouges (1748-1793) foi guilhotinada por seus companheiros de luta por ter sido redatora da *Declaração dos Direitos da Mulher e da Cidadã*, na qual reivindicava a igualdade de direitos das mulheres frente aos homens. Há mais de 100 anos, em diferentes partes do mundo, mulheres se mobilizam em lutas pelo direito ao voto, à liberdade, à cidadania e melhores condições de vida e de trabalho. De Sojourner Truth (falecida em 1883), mulher que libertou centenas de escravizados nos EUA, até Esperança Garcia, escravizada brasileira que nasceu em 1751, escreveu uma petição por melhores condições de vida e é considerada primeira advogada do Piauí, mulheres estão em luta por direitos. A *Convenção para Eliminação de todas as Formas de Discriminação contra a Mulher* (CEDAW), adotada em 1979 pela Assembleia Geral das Nações Unidas, é geralmente descrita como uma proposta de lei internacional pelos direitos das mulheres. Ela consiste em um preâmbulo de 30 artigos, que define o que constitui discriminação contra mulher e propõe um plano de ação nacional para eliminar a discriminação.

A Convenção define a *discriminação contra a mulher* como "toda distinção, exclusão ou restrição fundada no sexo e que tenha por objetivo ou consequência prejudicar ou destruir o reconhecimento, gozo ou exercício pelas mulheres, independentemente do seu estado civil, com base na igualdade dos homens e das mulheres, dos direitos humanos e liberdades fundamentais nos campos político, econômico, social, cultural e civil ou em qualquer outro campo".

As conferências internacionais da ONU sobre População e Desenvolvimento de 1994 e a Quarta Conferência Internacional sobre a Mulher em Beijing de 1995 são um divisor de águas no movimento em prol da saúde e dos direitos sexuais e reprodutivos das

mulheres. Nas agendas da ONU do Cairo e de Pequim, a saúde sexual e reprodutiva, a igualdade de gênero e os direitos sexuais e reprodutivos, entre outros conceitos, ocupam um lugar central. Um dos objetivos estratégicos na reunião de Pequim foi o de fortalecer programas de prevenção que promovam a saúde da mulher, dando prioridade a programas de educação formal e informal que apoiem a mulher e lhe permitam adquirir conhecimentos, tomar decisões e assumir responsabilidades quanto à própria saúde. As conferências do Cairo e de Pequim foram também parte de uma série de reuniões-marco e documentos que enfatizaram a necessidade de incluir os homens nos esforços para aprimorar o status de cidadania de mulheres, jovens e adultas. O Programa de Ação ICPD, por exemplo, busca "promover a equidade de gênero em todas as esferas da vida, incluindo a vida familiar e comunitária, bem como encorajar e capacitar os homens a assumirem responsabilidade por seu comportamento sexual e reprodutivo e por seus papéis sociais e familiares" (UNFPA, 1994). O fato é que a mudança somente é possível se o tema gênero for visto como algo relacional e os homens, adultos e jovens, bem como as mulheres, se engajarem na promoção do empoderamento das mulheres e da equidade de gênero.



ACORDOS BÁSICOS

Objetivos: Construir coletivamente um acordo para facilitar as discussões, a fim de que as participantes possam verbalizar livremente suas opiniões, desenvolver a habilidade de ouvir e expor as ideias, além de exercitar o respeito

Materiais necessários: Flip-chart, fita adesiva e marcadores.

Tempo recomendado: 30 minutos.

Notas para planejamento: Nenhuma.

Procedimento

- * Peça para se sentarem em círculo e informe que a proposta da atividade é construir coletivamente alguns acordos para as situações de discussão, a fim de que os momentos sejam respeitosos e que cada pessoa possa expressar suas dúvidas, curiosidades, opiniões ou pontos de vista sem constrangimento ou receio.
- * Solicite que deem sugestões do que acham importante para um trabalho de grupo funcionar bem. Por exemplo, não julgar; escutar o que o grupo tem a dizer, sem interromper; respeitar as diferentes opiniões; ninguém é obrigado a falar, quando não quiser; o que é falado nos encontros deve permanecer no grupo e não virar fofoca ou "comentário maldoso", etc.
- * Escreva as sugestões no flip-chart, discuta e peça para que o grupo vote nos itens que considerarem mais importantes.
- * As que representarem a vontade da maior parte do grupo devem ser copiadas em uma folha de flip-chart e fixadas na parede.

PASSO OPCIONAL: Convide as participantes para assinarem embaixo do acordo, como se fosse um contrato.

- * Reveja as regras tantas vezes quanto for necessário, especialmente antes da discussão de temas mais delicados.

Fechamento: Nas atividades a seguir, discutiremos diversos tópicos que afetam a vida diária de mulheres jovens e teremos a oportunidade de adquirir novas informações e perspectivas. Muitas de nós têm experiências e opiniões diferentes e é importante que tentemos ser tão abertas e respeitadas quanto possível. Muitas vezes, são essas diferenças que enriquecem a discussão. As regras básicas estabelecidas hoje serão um passo inicial importante para garantir que a opinião e a contribuição de todas sejam respeitadas e que o tempo passado juntas seja significativo e produtivo.

ATIVIDADE 1

PESSOAS E COISAS

Objetivos: Facilitar o reconhecimento da existência de relações de poder e seu impacto sobre os indivíduos e seus relacionamentos.

Materiais necessários: Nenhum.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento

Essa atividade traz consigo possibilidade de revitimização e gatilho, algumas participantes podem se sentir pouco confortáveis em relação ao papel que devem desempenhar nesta atividade. É importante que a facilitadora esteja atenta a como as participantes reagem ao assumirem o papel de "pessoas" ou "coisas", e esteja preparada para fazer as acomodações ou mudanças necessárias. Por exemplo, em vez de preparar as participantes para o desenvolvimento de seus papéis, a facilitadora deve propor que discutam em duplas como as "pessoas" deveriam tratar as "coisas" e quais sentimentos isto poderia gerar nas "pessoas" e nas "coisas". Além disso, é importante estar preparada para fazer referências a serviços de aconselhamento ou outros serviços de apoio, para as participantes que se sintam afetadas com esta atividade.

Procedimento

- * Divida as participantes em três grupos. Cada grupo deve ter o mesmo número de participantes. NOTA: Se o número de participantes não corresponder a uma divisão exata, coloque participantes extras para o terceiro grupo que, como descrito abaixo, serão observadoras.
- * Informe que o nome da atividade é "Pessoas e Coisas". Escolha, aleatoriamente, um grupo para ser "coisas," outro para ser "pessoas," e o último para atuar como "observadoras".
- * Leia as regras para cada grupo:
 - **COISAS:** As coisas não podem pensar, não sentem, não podem tomar decisões, têm que fazer aquilo que as pessoas ordenam. Se uma coisa quer se mover ou fazer algo, tem que pedir permissão à pessoa.
 - **PESSOAS:** As pessoas pensam, podem tomar decisões, sentem e, além disso, podem pegar as coisas que querem.
 - **OBSERVADORAS:** Observam em silêncio.

- * Peça para o grupo de "pessoas" pegar as "coisas" e fazer com elas o que quiser.
- * Dê ao grupo cinco minutos para que cumpram seus papéis de pessoas ou coisas.
- * A facilitadora pede que as participantes troquem de papel, isto é, quem foi coisa pode ser pessoa e vice-versa. Apenas é importante tomar cuidado para que a troca de papéis não seja vista como possibilidade de vingança de quem passou a ocupar o papel de pessoa, mas si com a oportunidade de todo o grupo se conecta com sua agência.
- * Peça ao grupo que volte ao seu lugar e use as palavras abaixo para facilitar a discussão.

Perguntas para discussão

Para o grupo "coisas":

- * Como foi tratada por sua "pessoa"? Como se sentiu sendo tratada como coisa? Você se sentiu impotente? Por que sim ou por que não?

Para o grupo "pessoas":

- * Como tratou sua "coisa"? Como se sentiu tratando alguém como coisa? Você se sentiu poderosa? Por que sim ou por que não?
- * Por que as "coisas" obedeceram às ordens das "pessoas"?
- * Houve pessoas do grupo de "coisas" ou "pessoas" que resistiram ao exercício?
- * Em nossa vida cotidiana, nós somos tratadas como coisas? Quem nos trata assim? Por quê?
- * Nós tratamos outras pessoas como coisas? Quem? Por quê?

Para o grupo "observadores":

- * Como se sentiu observando sem dizer nada? Você gostaria de ter interferido? Se sim, o que você poderia ter feito?
- * Na vida cotidiana, nós somos "observadores" de situações em que algumas pessoas tratam outras como coisas? Nós interferimos? Por que sim? Por que não?
- * Se você tivesse a chance de escolher entre os três grupos, o que você teria escolhido ser? Por quê?
- * Por que as pessoas tratam os outros dessa maneira?

- * Quais são as consequências de um relacionamento em que uma pessoa trata a outra como coisa?
- * Na sua comunidade, as mulheres costumam pertencer a um desses três grupos? A qual? Por quê? E os homens, costumam pertencer a um desses três grupos? Qual? (Veja Folha de Apoio1, sobre diferentes formas de poder e maneiras de usá-lo).
- * Como uma sociedade/cultura perpetua ou apoia esse tipo de relacionamento?
- * O que você aprendeu com esta atividade? Você aprendeu alguma coisa que poderia ser aplicada na sua própria vida ou em seus relacionamentos?

Fechamento: Existem muitos tipos diferentes de relacionamentos em que uma pessoa pode exercer poder sobre outra, por exemplo, nas relações entre homens e mulheres, jovens e adultos, pais e filhos, alunos e professores, chefes e empregados. Algumas vezes, o desequilíbrio de poder nesses relacionamentos pode levar uma pessoa a tratar a outra como objeto. Como discutiremos ao longo de várias dessas atividades, o poder desigual entre homens e mulheres em relacionamentos íntimos pode ter uma séria repercussão para a vulnerabilidade em relação às ISTs, HIV/Aids e gravidez não-planejada. Por exemplo, muitas vezes a mulher não tem poder para dizer quando e como o sexo deve ocorrer, ou mesmo se a camisinha deve ser usada, devido às crenças enraizadas de que o homem deve se encarregar das decisões sobre sexo e de que as mulheres devem ser passivas. Em outros casos, a mulher que é financeiramente dependente do parceiro masculino pode achar que ela não tem poder de dizer não ao sexo, e mesmo entre mulheres isso também pode acontecer.

É importante lembrar que o poder por si só não é ruim. É muito importante ter em conta a necessidade que todas as meninas adolescentes e mulheres jovens possam se conectar com seu próprio poder. O modo como esse poder é usado é que faz a diferença. Por meio dessas atividades, teremos a oportunidade de discutir como as mulheres jovens e meninas adolescentes podem usar seu poder individual e coletivamente para promover mudanças positivas em suas vidas e comunidades.

Diferentes tipos de poder

Existem diferentes formas de poder e maneiras de usá-lo. Aqui seguem alguns exemplos:

PODER SOBRE: implica ter o controle sobre alguém ou uma situação de maneira negativa, geralmente associado ao uso de repressão, força, corrupção, discriminação e abuso. Quando usamos este tipo de poder, não reconhecemos que todas as pessoas têm direitos, independente de gênero, raça, classe, etnia e orientação sexual, status migratório.

PODER COM: baseia-se na força coletiva - ter poder com outras pessoas ou grupos, encontrar um ponto comum entre diferentes interesses e construir uma meta comum que beneficie a todos. Este tipo de poder multiplica os talentos e conhecimentos individuais e está baseado no apoio, na solidariedade e na colaboração.

PODER PARA: refere-se à habilidade para conformar e influenciar a própria vida. Significa ter recursos, ideias, conhecimentos, ferramentas e habilidades para convencer a si mesmo e aos outros para fazer algo. Muitas pessoas com esta classe de poder formam o "poder com".

PODER INTERNO: está relacionado ao sentimento de auto-amor, auto-compaixão, e de autoconhecimento. Implica em ter um sentimento de auto-confiança e de valorização de si mesmo. Inclui a capacidade de percepção das diferenças individuais ao mesmo tempo em que se respeita aos outros. O "poder interno" ajuda as pessoas a se conectarem com o poder para e o poder com. Inclusos nesta forma de poder a habilidade de imaginar uma vida melhor para si, ter esperança ou a sensação de mudar o mundo, e ainda a consciência de que temos direitos como todos os seres humanos. Quando usamos o "Poder Interior" e o "Poder Com" estamos nos reconhecendo como *peçoas* e *cidadãs de direitos*, e estamos também reconhecendo os direitos dos outros.

ATIVIDADE 2

O QUE É ISSO CHAMADO "GÊNERO"?

Objetivo: Estimular a compreensão sobre a diferença entre gênero e sexo e refletir sobre como as normas sociais de gênero influenciam a vida e os relacionamentos de homens e mulheres.

Materiais necessários: Flip-chart, marcadores e fitas adesivas.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento: Antes de desenvolver esta atividade, a facilitadora deve compreender a diferença entre *gênero* e *sexo*. Definições gerais sobre estes conceitos estão incluídas aqui, mas é importante que a facilitadora leia a introdução deste manual para sua melhor compreensão.

Sexo se relaciona com características biológicas e ou cromossômicas que, ao nascermos, são lidas pelo saber médio e sociedade como "feminino" ou "masculino".

Gênero diz respeito à forma como somos socializadas, isto é, como atitudes, comportamentos e expectativas são formados com base no que a sociedade atribui ao que é *ser homem* ou o que é *ser mulher*. Estas características podem ser aprendidas de membros da família, amigos, instituições culturais e religiosas e no espaço de trabalho.

É possível que algumas participantes confundam *gênero* com *orientação sexual*. É importante esclarecer que *gênero* é uma construção sociocultural através da qual certas atitudes e comportamentos são designados às pessoas, caracterizando-as como homens ou mulheres. Por outro lado, a *orientação sexual* está relacionada à capacidade de se relacionar romanticamente ou sexualmente com alguém do sexo oposto (heterossexual), alguém do mesmo sexo (homossexual) ou com pessoas de ambos os sexos (bissexual), ou mesmo com pessoas independente de seu sexo e gênero (panssexual). Seja qual for a sua orientação sexual, cada indivíduo é influenciado pelas expectativas sociais de gênero. Veja a **Atividade 19** para uma discussão mais aprofundada sobre orientação sexual e diversidade.

Também é importante que *sexo* e *gênero* não sejam apresentados como identidades rígidas e dicotômicas. Durante a atividade, a facilitadora poderá discutir como transgêneros e transexuais não se encaixam dentro das categorias tradicionais de gênero e sexo, estão dentro de definições mais fluidas. Pessoas transgêneras não se identificam com o gênero que lhes foi designado pela sociedade, tal qual um indivíduo que ao nascer com genitais reconhecidos como femininos, é lido pela

sociedade como mulher, mas se identifica como homem (e o mesmo acontecendo com homens que se reconhecem como mulher).

Procedimento

- * Desenhe duas colunas em um papel de flip-chart.
- * Na primeira coluna escreva "mulher". Na segunda coluna escreva "homem".
- * Peça às participantes para falarem o nome de coisas associadas à ideia de "ser mulher". Escreva os nomes na primeira coluna, conforme as participantes sugerirem. As respostas podem ter características positivas ou negativas. Auxilie as participantes a nomearem atributos tanto sociais como biológicos.
- * Repita a mesma atividade para a coluna "homem".
- * Cite brevemente algumas das características listadas em cada coluna para reforçar o que as participantes disseram.
- * Troque os títulos de cada coluna, isto é, substitua a palavra mulher pela palavra homem na primeira coluna e vice-versa em relação à terceira. Pergunte às participantes se as características listadas para as mulheres poderiam ser atribuídas aos homens e vice-versa.
- * Use as questões abaixo para facilitar a discussão sobre quais características as participantes pensam não poder ser atribuídas a ambos, homens e mulheres, e por quê. Entretanto, como mencionado abaixo, é importante que as categorias de sexo e gênero não sejam apresentadas como sendo rígidas ou uma estrita dicotomia.

PASSO OPCIONAL: Para ajudar a reforçar a diferença entre sexo e gênero você pode preparar imagens de homens e mulheres que refletem exemplos de funções biológicas (sexo) ou papéis sociais (gênero). Entre estas imagens, podem ser incluídos: uma mulher lavando louça, uma mulher amamentando, um homem dirigindo um carro ou lutando.

Perguntas para discussão

- * O que significa ser uma mulher?
- * O que significa ser um homem?
- * Vocês acham que homens e mulheres são criados da mesma forma? Por quê?
- * Que características atribuídas ao homem ou a mulher são avaliadas como positivas ou negativas em nossa sociedade?
- * Como seria para uma mulher assumir características atribuídas

tradicionalmente ao homem? Seria fácil ou difícil? Como seria para um homem assumir características relacionadas tradicionalmente a uma mulher?

- * Qual a influência que as nossas famílias e amigos exercem sobre percepções do significado de ser homem ou mulher?
- * Quais os efeitos que os meios de comunicação (televisão, revistas, rádio etc.) têm sobre as nossas percepções do que significa ser homem ou ser mulher? Como é que a mídia mostra o que é ser mulher? E ser homem?
- * Existe alguma relação entre gênero e poder? Explique.
- * Como essas diferenças entre o significado de ser mulher ou homem afetam o nosso dia-a-dia? E as nossas relações com a família? E as nossas relações com parceiros íntimos?
- * Como podemos, em nossas próprias vidas, mudar algumas expectativas negativas ou não-equitativas de como um homem deve agir? Como poderíamos mudar algumas expectativas negativas ou não-equitativas sobre como uma mulher deve agir?
- * O que aprendemos durante esta atividade? Existe algo que poderia ser aplicado em nossas próprias vidas e relacionamentos?

Fechamento: Ao longo de suas vidas, mulheres e homens recebem mensagens da família, da mídia e da sociedade sobre como devem agir e como devem se relacionar com os outros. É importante entender que, embora haja diferenças entre homens e mulheres, muitas dessas diferenças são construídas pela sociedade e não são parte de nossa natureza ou de nossa constituição biológica. Mesmo assim, essas diferenças podem ter um impacto fundamental sobre a vida diária e os relacionamentos de mulheres e homens. Por exemplo, normalmente se espera que o homem seja forte e dominante ao se relacionar com os outros, inclusive com as(os) parceiras(os) íntimas(os). Ao mesmo tempo, espera-se que a mulher seja submissa à autoridade do homem. Muitos desses estereótipos rígidos de gênero têm consequências tanto para os homens como para as mulheres, conforme discutiremos nas oficinas. Quando nos tornamos mais conscientes de como os estereótipos de gênero podem influenciar negativamente nossas vidas e nossa comunidade, podemos pensar de forma construtiva sobre como combatê-los e como promover papéis de gênero e relacionamentos mais positivos em nossas vidas e em nossa comunidade.

Mencione ainda que há muitas e variadas de ser homem e ser mulher em nossa sociedade, que há pessoas de **gênero fluido** (que podem transitar entre os dois gêneros), **pessoas não-binárias** (que não vão se reconhecer em nenhum dos dois gêneros) e pessoas de gênero neutro ou agêneras (que não se identificam com a categoria "gênero").

Link – Manual

A **“Atividade 29: Trabalho da mulher?”** promove a oportunidade de discutir de maneira mais aprofundada os papéis de gênero em contextos de trabalho tradicionalmente associados a homens ou mulheres.

ATIVIDADE 3

APRENDENDO SOBRE OS DIREITOS HUMANOS

Objetivos: Promover discussão sobre o significado dos direitos humanos e como eles afetam as vidas de mulheres jovens e adolescentes outras pessoas em suas comunidades.

Materiais necessários: Flip-chart, canetas e cópias suficientes da Folha de Apoio 3 para distribuir para as participantes.

OPCIONAL: Matérias de jornais pertinentes ao tema.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento: É importante que para facilitar você se familiarize com os direitos apresentados na Folha de Apoio 3 e, se possível, leis regionais e nacionais relativas aos direitos humanos. Em relação aos locais de apoio ou denúncia, isto depende de cada contexto, mas algumas possibilidades são: delegacia da mulher, Ministério Público, ONG local, clínica de saúde, editorial de um jornal municipal ou possibilidades que o grupo apresentar. Durante a discussão, a facilitadora pode encorajar o grupo a usar exemplos de violação aos direitos humanos vivenciados por elas em suas comunidades.

Procedimento

- * Pergunte às participantes o que lhes vem à cabeça quando escutam falar em “direitos humanos”. Em um flip-chart escreva as palavras e frases citadas pelas participantes.
- * Distribua cópias da Folha de Apoio 3. Revise as definições de direitos humanos e os exemplos de direitos mencionados pelas participantes.
- * Divida as participantes em dois ou três grupos. Diga-lhes que terão 20 minutos para pensar em uma história, de suas próprias vidas, de sua comunidade ou uma nova história em que os direitos listados na Folha de Apoio 3 são violados ou não respeitados (veja abaixo a sugestão de uma história que se passou no Brasil).

PASSO ALTERNATIVO: Para estimular as participantes a criarem sua história, você pode distribuir jornais e revistas de onde elas podem selecionar uma história relevante ou preparar histórias com antecedência, baseadas no contexto local. Peça a cada grupo para preparar uma apresentação ou esquete baseada na história identificada (para sugestão de esquetes veja o quadro “Usando drama para discutir direitos”).

- * Após cada apresentação, deverão ser dirigidas a cada grupo, as seguintes questões:
- * Os direitos de quem foram violados?
- * Quais direitos foram violados?
- * Como esses direitos foram violados?
- * Gênero, faixa etária, raça, etnia ou religião, classe e atração sexual foram fatores determinantes nesta história? Como?
- * O que a protagonista (a pessoa principal desta história) ou outra pessoa poderia ter feito de forma diferente? (Se o grupo desejar, esta forma diferente pode ser apresentada por meio de uma dramatização).
- * Este tipo de situação é comum em sua comunidade?

NOTA: Para ajudar, escreva estas questões em um flip-chart para que as participantes as levem em consideração durante as discussões em grupos e em suas apresentações. Use as questões abaixo para facilitar a discussão sobre direitos humanos e como eles podem ser protegidos ou não, na vida das participantes ou em suas comunidades.

PASSO OPCIONAL: Encoraje as participantes a refletirem sobre como elas podem organizar e defender seus direitos em suas próprias comunidades. Sugira que o grupo escreva uma carta para o editorial de um jornal ou revista ou uma organização envolvida com a defesa dos direitos da comunidade, para denunciar um potencial abuso dos direitos humanos em sua própria comunidade. A facilitadora pode fornecer informação sobre fontes locais e contatos para ajudar as participantes, ou pode ajudar com a redação da carta. Este passo também pode ser desenvolvido na Atividade 32 – Exercendo meus direitos.

Sugestão de discussão: Uma história que se passou no Brasil...

Depois de fazer um aborto ilegal e sofrer complicações de saúde e muita dor, Maria foi a um hospital. Ao chegar lá, foi colocada em uma maca onde teve que esperar dez horas para ser atendida. Maria acredita que foi punida pelos profissionais de saúde, que não quiseram atendê-la porque havia feito um aborto. Quais os direitos de Maria que foram violados?

Usando drama para discutir direitos

Escolha voluntárias para criar e encenar personagens de uma situação apresentada em jornal ou revista - as jovens que não estiverem atuando farão parte da audiência. Depois da primeira encenação, peça às participantes para a refazerem, solicitando às jovens na audiência que parem a cena no momento em que queiram substituir um dos atores e mudar a ação em cena. A audiência deve pensar em "como a situação mudaria se houvesse respeito aos direitos humanos" e "como quero que essa estória termine". A audiência deve usar a informação nova apresentada na folha de apoio como uma ferramenta para interferir na cena e produzir um resultado mais positivo.

Perguntas para discussão

- * Que outros direitos são violados ou não respeitados em sua comunidade?
- * Existem outros direitos, além dos descritos na Folha de Apoio 3, que são importantes para o bem-estar e a vida de uma mulher jovem e de uma adolescente?
- * Mulheres e homens de sua comunidade têm os mesmos direitos?
- * Por quê? Por que não? e meninos e meninas
- * Jovens e adultos de sua comunidade têm os mesmos
- * direitos? Por quê? Por que não?
- * Existe conexão entre poder e direitos? Explique.
- * Quem é o responsável por proteger os direitos das pessoas em sua comunidade?
- * Como podemos ajudar a proteger os seus direitos e os direitos de outras pessoas em sua comunidade?
- * O que aprendemos durante esta atividade? Existe algo que poderia ser aplicado em nossas próprias vidas e relacionamentos?

Fechamento: Toda pessoa humana independente de seu gênero, raça, classe, orientação sexual, ide, religião, status migratório... - tem direitos que incluem o direito a uma opinião própria, o direito à educação, à saúde e a uma vida livre de violência e discriminação.

Infelizmente, muitas pessoas em diversos lugares, sobre- tudo nós mulheres, não temos nossos direitos respeitados. Nas últimas décadas houve conquistas significativas no que se refere à luta pelos direitos da mulher, mas ainda há muito a ser feito. Uma etapa importante é garantir que mais mulheres tenham consciência de seus direitos e de como exercê-los.

Nessas atividades, teremos a oportunidade de explorar mais a fundo os diferentes direitos, incluindo direitos sexuais e reprodutivos e direitos do trabalho. É importante que compartilhem essas informações com outras pessoas no seu dia-a-dia e na comunidade.

Link – Manual

A "**Atividade 15: O que são direitos sexuais e reprodutivos?**" promove discussão sobre os direitos humanos e dá a oportunidade para aprofundar a discussão dos direitos que envolvem sexualidade e reprodução.

A aplicação dos direitos humanos para a participação da mulher no mercado de trabalho pode ser explorada na Atividade 31 Conhecendo os Direitos Trabalhistas.

Link – Vídeo

No vídeo "Era uma vez outra Maria", identifique e discuta as diferenças entre que tipos de comportamentos eram esperados para a personagem principal e para seu irmão e como estas diferenças estão relacionadas aos papéis de gênero.

FOLHA DE APOIO 2

O que são direitos humanos?

Direitos Humanos são direitos básicos que pertencem a todas as pessoas. Em 1948, a *Declaração Universal dos Direitos do Homem*, base para a proteção e defesa de todo mundo, foi aprovada por todos os países que compõem a Organização das Nações Unidas (ONU). A ONU foi criada em 1945 com a intenção de preservar a paz mundial. Hoje, todos os países do mundo estão associados a ela. Quando um país vira membro da ONU, ele aceita as obrigações de um documento, criado por esta organização, que determina os princípios das relações internacionais entre nações.

Em 1979, as Nações Unidas adotaram a Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação contra a Mulher (CEDAW). Discriminação foi definida como qualquer forma de distinção, exclusão ou restrição, tomando como base o sexo, tendo como efeito ou propósito dificultar ou anular o reconhecimento, reivindicação ou o exercício de seus direitos pela mulher, independentemente de sua condição econômica, social, cultural, civil ou em qualquer outro campo.

Partes da Declaração Universal dos Direitos Humanos (1948)

Artigo 1 - Todas as pessoas nascem livres e iguais em dignidade e direitos. São dotadas de razão e consciência e devem agir em relação umas às outras com espírito de fraternidade.

Artigo 2 - Toda pessoa tem capacidade para gozar os direitos e as liberdades estabelecidas nesta Declaração, sem distinção de qualquer espécie, seja de raça, cor, sexo, língua, religião, opinião política ou de outra natureza, origem nacional ou social, riqueza, nascimento, ou qualquer outra condição.

Não será tampouco feita qualquer distinção fundada na condição política, jurídica ou internacional do país ou território a que pertença uma pessoa, quer se trate de um território independente, sob tutela, sem governo próprio, quer sujeito a qualquer outra limitação de soberania.

(...)

Artigo 5 - Ninguém será submetido à tortura, nem a tratamento ou castigo cruel, desumano ou degradante.

(...)

Artigo 10 - Toda pessoa tem direito, em plena igualdade, a uma audiência justa e pública por parte de um tribunal independente e imparcial, para decidir seus direitos e deveres ou o fundamento de qualquer acusação criminal contra ele.

(...)

Artigo 16 - Os homens e mulheres maiores de idade, sem qualquer restrição de raça, nacionalidade ou religião, têm o direito de contrair matrimônio e fundar uma família. Gozam de iguais direitos em relação ao casamento, sua duração e sua dissolução.

1. O casamento não será válido senão com o livre e pleno consentimento dos nubentes.

2. A família é o núcleo natural e fundamental da sociedade e tem direito à proteção da sociedade e do Estado.

(...)

Artigo 23

1. Toda pessoa tem direito ao trabalho, à livre escolha de emprego, a condições justas

e favoráveis de trabalho e à proteção contra o desemprego.

2. Toda pessoa, sem qualquer distinção, tem direito a igual remuneração por igual trabalho.

3. Toda pessoa que trabalha tem direito a uma remuneração justa e satisfatória, que lhe assegure, assim como à sua família, uma existência compatível com a dignidade humana, e a que se acrescentarão, se necessário, outros meios de proteção social.

4. Toda pessoa tem direito a organizar sindicatos e a neles ingressar para a proteção de seus interesses.

Artigo 24 - Toda pessoa tem direito a repouso e lazer, inclusive a limitação razoável das horas de trabalho e a férias periódicas remuneradas.

Artigo 25

1. Toda pessoa tem direito a um padrão de vida capaz de assegurar a si e a sua família saúde e bem-estar, inclusive alimentação, vestuário, habitação, cuidados médicos e os serviços sociais indispensáveis, e direito à segurança em caso de desemprego, doença, invalidez, viuvez, velhice ou outros casos de perda dos meios de subsistência em circunstâncias fora de seu controle.

2. A maternidade e a infância são momentos em que as pessoas têm direito a cuidados e assistência especiais. Todas as crianças, nascidas dentro ou fora de matrimônio, gozarão da mesma proteção social.



2

IDENTIDADE E RELAÇÕES

Reconhecer quem somos, nossas aspirações, talentos e fraquezas é a chave para o processo de autocuidado e empoderamento. Para uma mulher jovem, gerar reflexões sobre sua identidade implica em questionar e dar um novo significado ao que a sociedade, nossa família ou nossos pares nos dizem sobre o que as mulheres devem ser ou devem fazer.

Identidade compreende as memórias, experiências, relacionamentos e valores que criam a concepção que temos de nós mesmos. Identidade inclui muitos relacionamentos que uma pessoa cultiva, como sua identidade de filho/a amigo/a, companheiro/a, pai, mãe. Também envolve características externas, sobre as quais a pessoa tem pouco, nenhum, ou algum controle, como altura e raça, e classe social. Identidade também engloba opiniões políticas, valores, moral, crenças religiosas, que guiam as escolhas que as pessoas fazem no seu cotidiano. Essa fusão cria um sentido estável de quem a pessoa é no passar do tempo, mesmo quando novas facetas são desenvolvidas e incorporadas a sua identidade.

Em um nível individual, a identidade pode ser entendida como um processo íntimo e subjetivo onde a pessoa, através de sua própria experiência vivida e em interação com outras pessoas, se concebe e se relaciona consigo mesma e com os outros à sua volta. Não nascemos com uma identidade única e fixa, nem esta construção ocorre automaticamente. Desta maneira, a construção da identidade não é automática, mas

relacional, pois é definida através de um processo de interação e diferenciação em relação ao outro, no qual reafirmamos ou recriamos nossa identidade a partir da identificação ou percepção de similaridades e diferenças com os outros. Ou seja, no contexto das interações os indivíduos podem complementar e repensar o senso que têm de si mesmos, a partir do que percebem do outro. Assumimos diversas identidades de acordo com quem interagimos no momento. Por exemplo, somos filhas, quando falamos com nossas mães ou pais, professoras, médicas, advogadas, faxineiras, babás, se estamos no trabalho, e em outros momentos das nossas vidas, irmãs, namoradas, esposas, clientes, consumidoras, entre outras possibilidades.

Este processo de diferenciação e interação com o outro também tem servido ao longo do tempo para marcar posições de poder. Ao definir quem somos, costumamos nos colocar em uma posição de superior ou inferior em comparação ao outro. Normalmente, o que difere da maioria da população é transformado em inferior. Muitas vezes, um único atributo, diferente dos demais, é tomado como definidor de um indivíduo, que deixa de ser visto em sua totalidade, o que serve para alimentar preconceitos que se expressam nas mais variadas formas de discriminação, inclusive violência.

De um ponto de vista coletivo, a identidade permite a autoafirmação de determinados grupos, por exemplo, o movimento de mulheres, e pode ser eficaz como força política e formação de movimentos sociais, unindo pessoas em torno de um objetivo em comum, reafirmando a dignidade de um determinado grupo e criando sentimentos de pertencimento e acolhimento. Deste modo, através de um programa estruturado de capacitação e reflexão entre pares, as mulheres jovens podem reconhecer suas diferenças e o poder que possuem, valorizar suas características e realizar suas aspirações. As técnicas presentes neste manual têm o objetivo de abrir espaço para que as mulheres jovens falem sobre si, como se percebem, seus pensamentos, sonhos e ideias para o futuro e questionem papéis que lhes foram atribuídos, e que não vão ao encontro de suas aspirações.

A construção da identidade feminina

Fragilidade, intuição, abnegação, docilidade, cuidado, maternidade e fidelidade são qualidades atribuídas às mulheres, e frequentemente são vistas como parte inerente ou imutável da natureza feminina ou feminilidade (Rocha-Coutinho, 1994). No entanto, é importante destacar que estas qualidades têm servido para encaixar mulheres e homens em papéis bem definidos. No caso das mulheres, o papel frequentemente tem sido de subordinação ao homem. Estes papéis socialmente definidos influenciam tanto homens quanto mulheres, em relação a seus interesses, aspirações, comportamentos e como homens e mulheres se relacionam uns com os outros. Por exemplo, antes mesmo de nascermos, nossa identidade de gênero vai sendo constituída. Por exemplo, a primeira pergunta que fazem a nossos pais "é menina ou menino?". A partir de então, o futuro da criança vai sendo construído, incluindo todas as atividades ou esportes que poderão participar (balé ou futebol, por exemplo), os comportamentos que poderão adotar, os lugares que poderão ocupar e quais tipos de carreiras que poderão seguir. As expectativas de e da sociedade como um todo são fortes influências para a construção da identidade feminina ou masculina e é importante levar em consideração que estas expectativas não se baseiam em limitações ou potenciais biológicos ou físicos, mas são papéis sociais construídos para os homens e para as mulheres. A identidade de gênero também está interligada com raça, cultura, classe social e é importante e, quando se trabalha com mulheres jovens, é importante questionar características e expectativas que são impostas e garantir que estas características não limitem suas aspirações individuais.

Como dito, a formação de nossas identidades acontece mesmo antes de nosso nascimento. Mas, durante a adolescência e a juventude, esta construção é uma das tarefas mais marcantes, crucial para a transformação de um/a jovem em um adulto/a maduro/a e produtivo/a. Nesta fase da vida, precisamos fazer escolhas tanto profissionais quanto ideológicas. Muitos autores falam sobre uma "crise de identidade" na juventude, em que os jovens se deparam com muitas escolhas, tanto profissionais quanto ideológicas, grandes transformações, tanto corporais, quanto psicológicas, em que muitos valores são colocados em xeque, ao mesmo tempo em que buscam afirmar sua personalidade. Neste período da vida, assumimos uma nova posição social - não somos mais crianças, devemos escolher novas tarefas, "nos comportar como adultos". Às mulheres jovens frequentemente é dito que devem "guardar bem seus corpos" e "manter a virgindade", enquanto homens jovens são encorajados a ter muitas experiências sexuais como maneira de afirmar

sua masculinidade. Esse processo inicia-se muito mais cedo do que na juventude. As meninas recebem essa mensagem durante toda a sua vida, e a partir da puberdade e adolescência existe um controle e vigilância desse corpo e dessa sexualidade que se operacionaliza também a partir de regras, conselhos, avisos, expectativas. Essas expectativas sobre como os jovens devem agir e os dignificados atribuídos às mudanças físicas são fortemente marcados pela cultura. Sendo a juventude uma fase de transformações e formação de identidade, é também um momento propício de reflexão sobre um estilo de vida mais saudável e relações de gênero mais equitativas entre homens e mulheres.

A formação de nossa identidade depende da relação que temos com nosso corpo, como o percebemos e a imagem que temos dele. Ou seja, depende de como sentimos nosso corpo. As mudanças físicas experimentadas na adolescência e juventude trazem também mudanças em nossa imagem corporal. Isto influencia nossa autoestima e um bom relacionamento com o outro. É importante nos sentirmos atraentes e confortáveis com nossa imagem, para a maneira como nos relacionamos, e os julgamentos que fazemos assim como desenvolvermos a capacidade de dar e receber afeto e estabelecermos vínculos amorosos, de maneira respeitosa e segura. A imagem que temos de nosso corpo pode afetar a forma como nos sentimos integralmente, bem como nossas realizações e relacionamentos. No trabalho com mulheres jovens, torna-se então, necessário, estimular a aquisição de uma imagem corporal positiva.

A maneira como nos percebemos é influenciada por vários fatores, dentre os quais a mídia e a sociedade têm grande influência. Todos os dias, somos confrontadas com modelos de propaganda e televisão que seguem um determinado padrão de beleza: brancas, magras, com curvas trabalhadas com silicone, que passaram por cirurgias plásticas, com pele limpa, depilada, hidratada, tonificada, músculos enrijecidos, mas suaves, bronzeada, sem falhas na pele, cicatrizes ou rugas. Importante enfatizar que esse ideal de beleza a ser perseguido é socialmente construído, informado por uma ideologia de estética que é branca, europeia e que beneficia, dentro do sistema capitalista, toda uma indústria que lucra com essa perseguição a esses ideais. A mulher que não corresponder ao modelo transmitido pode se sentir inferior, a despeito do fato de que cada pessoa é única, e que os meios de comunicação passam imagens que são pouco realistas e pouco representativas dos tipos de beleza que existem. Portanto, é importante questionar com mulheres jovens o retrato feminino divulgado pela mídia e como este retrato influencia nossa própria imagem corporal.

Mulheres jovens e relacionamentos amorosos

A sociedade, a partir de suas normas de gênero, que são reforçadas nos discursos de organizações, grupos, narrativas da mídia, procura vincular o processo de formação de identidade feminina aos relacionamentos amorosos que a mulher vai desenvolver em sua vida. A formação da identidade feminina é fundamentada (embora, atualmente de forma mais sutil) por seus relacionamentos amorosos. Ensina-se, muitas vezes, às meninas que, para chegar à plenitude é necessário ter um companheiro, o qual dará sentido à sua vida. Em diversas culturas, a ideia do amor romântico é, muitas vezes, superdimensionada, até o ponto de mulheres entregarem-se completamente em seus relacionamentos. Em nome desse amor, muitas mulheres são envolvidas em situações em que seu parceiro exerce violência. Além disso, crenças sociais sobre o amor romântico podem estabelecer ou reforçar relações desiguais entre homens e mulheres. Por exemplo, a crença comum de que os homens devem proteger as mulheres, pode, de fato, servir para encobrir o controle masculino sobre as mulheres.

Desta forma, é importante estimular o questionamento entre mulheres jovens sobre se é necessário estar em uma relação romântica para ser feliz e refletir sobre suas próprias expectativas de uma relação romântica e o que consideram ser um romance saudável e baseado no respeito. É importante também enfatizar a importância da reciprocidade nos relacionamentos amorosos, em outras palavras, o fato de mulheres poderem dar, cuidar e apoiar seus parceiros, significa que também merecem ser cuidadas, apoiadas e respeitadas por eles.



ATIVIDADE 4:

QUEM SOU EU? O QUE QUERO FAZER DA MINHA VIDA?

Objetivos: Refletir sobre como nós, mulheres, construímos nossa identidade e projeto de vida e, ainda, sobre a importância de ter uma percepção positiva de si mesma.

Materiais necessários: Flip-chart, um caderno para anotação e lápis de cor (ou tinta e pincéis). **Opcional:** coleção de músicas (infantil, new age etc.).

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento: Esta é uma atividade introspectiva e deve ser desenvolvida com o máximo de sensibilidade. É importante criar um espaço de confiança para as participantes, estimulando o respeito e a escuta. Se as participantes não se sentirem à vontade para desenhar ou pintar um desenho delas mesmas, o processo pode ser adaptado com outras técnicas, como discussão em dupla, redação, colagem, teatro ou bonecas. As bonecas podem ser desenhadas ou pintadas na hora.

Procedimento

- * A facilitadora deve pedir às participantes que sentem no chão, busquem uma posição confortável, respirem profundamente. Diga que o objetivo é que elas pintem um retrato delas mesmas enquanto escutam música. Leia as seguintes frases (que devem estar escritas em um local visível na sala):
- * Como me descrevo?
- * O que mais eu gosto de fazer? O que menos gosto de fazer?
- * O que as pessoas reconhecem que eu faço bem?
- * O que acho do meu corpo? O que gosto mais no meu corpo? O que gosto menos?
- * Diga às participantes que elas terão 20 minutos para desenhar ou pintar uma figura que represente quem elas são. Escreva as questões acima em um flip-chart para que possam tomá-las como referência enquanto criam as figuras.
- * Depois que as participantes terminarem suas figuras, peça-lhes que fechem os olhos e pensem nas seguintes questões:
- * Como imagino minha vida dentro de 5 anos?
- * O que imagino que farei nesse tempo?

- * Estudando? Trabalhando? Casada? Solteira? Com filhos? Participando em algum grupo/ atividade?
- * Dê mais 20 minutos para as participantes desenharem ou pintarem uma segunda figura que represente o que elas gostariam de estar fazendo em 5 anos. Escreva as questões acima em um flip-chart para que as participantes as tenham como referência enquanto fazem seus desenhos.
- * Peça para que cada uma apresente seus retratos.
- * Use as questões abaixo para facilitar a discussão sobre como as participantes constroem suas identidades, e a influência dos outros, incluindo a mídia, sobre como elas veem a si mesmas.

Perguntas para discussão

- * É fácil descrever quem você é? Por quê?
- * É fácil descrever o que você gostaria de ser no futuro? Por quê?
- * De uma maneira geral, reconhecemos tudo o que somos: nossas forças, fraquezas e nosso potencial?
- * Somos parecidas em quê? Somos diferentes em quê?
- * Como outras mulheres, membros da família, amigos ou outros meios, influenciam quem somos e como nos percebemos? Existe diferença entre a influência dos homens e de outras mulheres?
- * Que tipos de mulheres aparecem na mídia? Como é a aparência dessas mulheres? Como elas agem? Elas representam modelos de mulheres da vida real? Por quê?
- * Como esses modelos ou representações da mulher influenciam a percepção que temos de nós mesmas?
- * Por que é importante ter uma percepção positiva de si mesma?
- * Como o que você sente sobre você mesma afeta sua relação com os outros? E com a família? E com os parceiros íntimos?
- * O que você precisa para ser capaz de realizar seus desejos?
- * O que aprendemos durante esta atividade? Existe algo que poderia ser aplicado em nossas próprias vidas e relacionamentos?

Fechamento: Nem sempre é fácil descrever quem somos. Às vezes, estamos tão concentrados na forma como os outros nos veem que não dedicamos tempo para nos reconhecermos, nossas fortalezas, fragilidades e nossas necessidades e desejos. Mulheres jovens recebem muitas influências sobre como devem agir e o que devem querer. Cabe a nós decidir como essas influências vão determinar o que somos.

Devemos tentar reconhecer tanto nossas qualidades como nossas fraquezas e tentar sempre aprender com elas. Saber quem somos e o que queremos é um processo que dura nossa vida inteira. É uma jornada de novas aprendizagens e descobertas para a qual não há receitas.

Link – Manual

A "**Atividade 11: Este é meu corpo**" é uma técnica que favorece o contato e o reconhecimento do corpo.

ATIVIDADE 5:

COMO ME RELACIONO COM OUTRAS PESSOAS

Objetivo: Discutir como as atitudes, escolhas e projetos de vida de mulheres jovens são influenciadas por relacionamentos com outras pessoas.

Materiais necessários: Papéis e lápis de cor; desenhos e gravuras da Atividade 4.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento: Esta técnica pode provocar emoções fortes entre as participantes. É necessário que se estabeleça um ambiente de confiança e respeito entre o grupo.

Procedimento

- * A facilitadora deve pedir para cada participante pensar em 3 pessoas com quem tem uma relação significativa. Quando terminarem, solicite que escrevam a opinião que essas pessoas têm em relação a elas, respondendo às seguintes perguntas:
- * O que pensam de minhas crenças e atitudes?
- * O que pensam do que faço?
- * O que pensam sobre meu corpo?
- * O que pensam do que eu gostaria de ser?

NOTA

Escreva as questões sobre um flip-chart para que as participantes possam tê-las como referência enquanto refletem.

- * Dê 10 minutos para as participantes escreverem suas reflexões sobre um pedaço de papel. Se as participantes não se sentirem à vontade para escrever, você pode sugerir uma discussão em dupla.

- * Lembre às participantes dos desenhos, pinturas ou notas que elas fizeram na **Atividade 4**, sobre como elas se veem no futuro. Dê 10 minutos para que elas pensem sobre isto e, se houver possibilidade, escrevam as semelhanças e diferenças entre como elas se veem e como os outros a veem.
- * Divida as participantes em duplas ou pequenos grupos e dê mais 20 minutos para compartilhar suas reflexões sobre como os outros as veem e como isto influencia a percepção que têm de si mesmas.
- * Use as questões abaixo para facilitar a discussão.

PROCEDIMENTO ALTERNATIVO

Esta atividade também pode ser desenvolvida focando-se em um tipo específico de relação, por exemplo, familiar, amizade ou parceiro íntimo. As participantes podem escolher o tipo específico de relação que elas gostariam de discutir, ou o processo pode ser repetido, de modo que as participantes discutam todos os tipos de relacionamento um por um.

Perguntas para discussão

- * Por que os outros nos veem de forma diferente de como vemos a nós mesmas?
- * Como a opinião dos outros pode ser empoderadora - isto é, como podem nos dar força e confiança?
- * Como a opinião dos outros pode determinar obstáculos - ou seja, como elas podem nos limitar?
- * Como você pode lidar com as opiniões que geram influências negativas?
- * Que tipo de influência vocês pensam que têm sobre os outros?
- * Como podemos construir relações baseadas no respeito?
- * É comum para uma mulher jovem ter mulheres adultas como amigas? Por quê? Esses tipos de relacionamentos são importantes?
- * É comum para uma mulher ter amigos homens (isto é, amigos com quem elas não têm relações sexuais ou românticas)? Por quê? Estes tipos de relacionamento são importantes?
- * O que aprendemos durante esta atividade? Existe algo que poderia ser aplicado em nossas próprias vidas e relacionamentos?

Fechamento

É importante ter consciência de como as opiniões dos outros influenciam a forma como vemos a nós mesmas. Isso inclui a capacidade de reconhecer como algumas dessas opiniões podem nos ajudar a nos tornar mulheres mais fortes e confiantes, e como outras podem ser limitadoras ou fazer com que nos sintamos mal conosco mesmas. Em nossas vidas, devemos buscar relacionamentos que nos ajudem a nos desenvolver para nos tornarmos as pessoas que desejamos ser. Devemos também ter consciência de como influenciamos os outros e de que a reciprocidade – tratar os outros como desejamos ser tratadas – é a chave para construir relacionamentos gratificantes e equilibrados.

Link – Manual

A "**Atividade 12: O corpo feminino na mídia**" oferece a oportunidade de discutir como família, amigos ou outras pessoas influenciam atitudes e sentimentos de mulheres jovens sobre seus corpos.

Link – Programa H

Técnica 13: Minha Redografia.

ATIVIDADE 6:

UMA HISTÓRIA DE AMOR

Objetivo: Explorar as expectativas de homens e mulheres para uma relação romântica.

Material necessário: Folhas de papel e lápis (pode ser lápis de cera).

Opcional: Música.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento

Nesta atividade, as participantes podem refletir sobre elementos de sua própria história pessoal. Em alguns casos, isto pode provocar fortes emoções e a facilitadora deve estar preparada para apoiar, ou oferecer uma referência que seja capaz de ajudá-las.

Procedimento

- * Divida as participantes em grupos de duas a quatro pessoas (se mulheres e homens estiverem participando desta atividade, os grupos menores deverão ter apenas pessoas de um mesmo sexo).

- * Explique que cada grupo deverá criar uma história de um casal que está em fase inicial de relacionamento. Dê 20 minutos para os grupos discutirem e desenvolvem as histórias. O grupo pode tanto escrever uma história para lê-la ou preparar esquetes para apresentá-las.

- * Peça para o grupo apresentar a história.

NOTA: Não é necessário pressionar para que apresentem a história terminada. Se algum grupo não tiver chegado ao final, deve-se refletir sobre os elementos que possui, e destacar que uma história (ou uma relação) leva tempo para ser construída.

PASSO OPCIONAL 1 : Para complementar a discussão sobre aspectos sociais e culturais do romance, traga cópias de letras de música de canções populares que falem sobre amor e relacionamentos para que as participantes analisem.

PASSO OPCIONAL 2 : Peça às participantes para repetir a atividade pensando em uma fase diferente de uma relação romântica. Por exemplo, elas podem criar uma história sobre um casal que está casado há 10 anos. Quais são os papéis e expectativas da mulher? Do homem? Quais são as semelhanças e diferenças entre o estágio inicial de um relacionamento e estar casado por 10 anos?

Perguntas para discussão

- * Quais são as semelhanças entre as histórias? Quais são as diferenças?
- * O grupo se identifica mais com uma história do que com outra?
- * Quais são os fatores positivos nos relacionamentos das histórias? Quais foram os fatores negativos?
- * Nestas histórias os homens e as mulheres têm o mesmo poder de negociação em relação a sexo, vida social, vida financeira? Quais as consequências da desigualdade de poder no relacionamento?
- * O que uma mulher jovem espera de uma relação amorosa? É diferente do que um homem espera? Se sim, por quê? Como essas diferentes expectativas influenciam uma relação amorosa?
- * Os personagens eram de diferentes classes sociais, etnias, religiões? Essas diferenças influenciam os relacionamentos? Se sim, como?
- * As histórias dos romances passados na TV, rádio, filmes, músicas, revistas ou jornais influenciam suas expectativas em relação aos relacionamentos amorosos? Se sim, como?
- * Os homens e mulheres têm diferentes papéis nos relacionamentos? Quais são esses papéis?

- * Algumas pessoas acreditam que os homens devem "tomar todas as iniciativas" nos relacionamentos e as mulheres só responderem. Você concorda com isto? Por quê?
- * Mulheres e homens costumam conversar sobre HIV/ AIDS, IST e gravidez durante o primeiro estágio de relacionamento? Por que sim ou por que não?
- * O que significa para os homens e para as mulheres ter uma relação de equidade? Como uma mulher deveria tratar um homem? Como um homem deveria tratar uma mulher?
- * O que aprendemos durante esta atividade? Existe algo que poderia ser aplicado em nossas próprias vidas e relacionamentos?

Fechamento: Existem muitas normas ou crenças culturais sobre os papéis distintos que homens e mulheres devem exercer nos relacionamentos. Algumas dessas normas, como a de que "o homem deve tomar todas as iniciativas no relacionamento", podem reforçar dinâmicas de poder desiguais e criar situações de vulnerabilidade tanto para os homens como para as mulheres. Por exemplo, devido a essa norma, os homens podem supor que eles devem tomar todas as decisões sobre sexo e prevenção, mesmo quando eles não têm o conhecimento adequado sobre o assunto, e as mulheres podem não se sentir confortáveis para negociar. Como mulheres, é importante que saibamos quais são as qualidades fundamentais para nós em um parceiro, que conheçamos nossos direitos e que reconheçamos os comportamentos que não toleramos. Manter um relacionamento saudável e equitativo exige trabalho de ambos. Ambos precisamos nos esforçar para comunicar nossas expectativas, necessidades e desejos, e para ouvir e compreender as necessidades e os desejos do outro.

Link – Manual

A "**Atividade 19: Diversidade Sexual**" oferece a oportunidade de refletir sobre relações íntimas entre homens e mulheres.

Link – Vídeo

Em "Era uma vez outra Maria", a personagem principal inicialmente vê seu namorado como príncipe encantado. Isso é comum entre as mulheres jovens? Como que este ideal afeta os relacionamentos?

ATIVIDADE 7:

SER MULHER... E HOMEM... DE VÁRIAS FORMAS

Objetivo: Promover uma reflexão sobre a discriminação e os obstáculos enfrentados por mulheres e homens que não agem de acordo com as expectativas sociais e culturais.

Materiais necessários: Cópias dos estudos da Folha de Apoio 7 ou recortes da escolha da facilitadora.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento: Revise os estudos de caso da Folha de Apoio 7 e veja se são relevantes para o contexto local. Sinta-se livre para fazer adaptações e criar estudos de caso.

Procedimento

- * Divida as participantes em dois pequenos grupos e distribua para cada grupo as histórias de homens e mulheres que estão na **Folha de Apoio 7**.
- * Peça às participantes para lerem os estudos de caso em voz alta com seu grupo. Diga-lhes que terão 20 minutos para discutir as duas histórias e desenvolver possíveis finais. Para grupos não-escolarizados a facilitadora pode ler os estudos de caso em voz alta.
- * Peça para os grupos compartilharem os finais que foram criados por eles. Se as participantes gostarem de fazer dramatização, elas poderão interpretar as histórias.
- * Use as questões abaixo para facilitar a discussão sobre as histórias e suas semelhanças com o que acontece entre homens e mulheres em suas comunidades.

PASSO ALTERNATIVO

Além de utilizar as histórias da Folha de Apoio 7, a facilitadora pode selecionar e distribuir diferentes figuras de mulheres e homens de jornais e revistas e pedir aos participantes para criar histórias sobre eles.

Perguntas para discussão

- * Essas situações existem na vida cotidiana?
- * Existem outros exemplos de mulheres em sua comunidade que não preenchem as expectativas de como uma mulher deveria agir ou como deveria ser sua aparência? Que tipos de desafios essas mulheres enfrentam?

- * Vocês acham que as expectativas de como uma mulher deve ser ou agir são diferentes de quando nossas mães ou avós eram jovens? Se sim, de que forma?
- * Uma mulher enfrenta desafios extras ou preconceitos dependendo de sua classe social, raça ou religião? Se sim, de que modo?
- * Existem outros exemplos de homens em sua comunidade que não preenchem as expectativas de como um homem deveria ser ou agir? Que desafios esses homens enfrentam?
- * As expectativas de como um homem deve ser ou agir são diferentes de quando nossos pais ou avós eram jovens? Se sim, de que forma?
- * Um homem enfrenta desafios ou preconceitos dependendo de sua classe social, etnia ou religião? Se sim, de que modo?
- * O que você acha que pode fazer para ajudar a promover uma maior aceitação e respeito para as diversas formas de ser e agir de homens e mulheres?

Fechamento

Tanto as mulheres como os homens encaram, muitas vezes, expectativas rígidas sobre como devemos agir e de quais devem ser nossos papéis na família, na comunidade e na sociedade. Essas expectativas podem nos impedir de expressar plenamente nossos interesses ou nosso potencial, incluindo a forma como desejamos nos vestir, quem desejamos amar, que profissão queremos ter e os papéis que queremos assumir nos relacionamentos íntimos e familiares. É importante lembrar que, da mesma forma, como os estereótipos de gênero são aprendidos, eles também podem ser desafiados e desaprendidos. É necessário que nos apoiemos mutuamente e trabalhemos em conjunto para construir uma comunidade onde homens e mulheres possam ir além dos modelos do que é considerado "feminino" ou "masculino".

Link – Manual

A "**Atividade 19: Diversidade Sexual**" promove uma discussão mais aprofundada sobre relações amorosas entre homens e entre mulheres.

Estereótipos

O *estereótipo* é uma generalização abusiva que distorce a realidade. Um exemplo de estereótipo é representar as mulheres sempre como esposas e mães, desconsiderando as mulheres que trabalham fora, as que não são casadas e as que têm vida social fora do lar. Representar os homens sempre como chefes de família, incapazes de afeto ou sentimentos (homem não chora!), incapazes de cuidar dos filhos, etc, é outro exemplo. É um pensamento (duplamente) estereotipado

representar homens negros como choferes, mordomos, ou como aqueles que lidam com profissões menos valorizadas: encanador, garagista, porteiro, etc. Da mesma forma, mulheres negras são representadas como empregadas domésticas, cozinheiras, dançarinas altamente erotizadas, etc. Também pessoas pobres são vistas e representadas como perigosas, causadoras de violência, responsáveis pela promiscuidade, comprometidas com uma vida sexual desregrada, etc.

Mulheres homossexuais são vistas como másculas, indelicadas, sofredoras, problemáticas. Homens homossexuais são vistos como afeminados, delicados, sensíveis, responsáveis pela disseminação da Aids, "sem-vergonha", doentes. Os estereótipos de gênero e de identidade sexual apresentam as diferenças de comportamento entre homens e mulheres como se fossem qualidades ou fraquezas inerentes, coisas de natureza, de natureza, que não se podem mudar.

É importante compreender que essas situações são resultantes do tipo de educação que recebemos e transmitimos na família, na escola, nos meios de comunicação e que é preciso um intenso trabalho de desmontagem desses clichês, para erradicar o preconceito de gênero e eliminar a injustiça que cerca atitudes baseadas em concepções estereotipadas.

FOLHA DE APOIO 7

Casos para discussão

Alicia é uma jovem indígena que tem 17 anos. Ela tem um estilo próprio de se vestir, através da combinação de muitas cores na sua roupa. Ela gosta de ter todo tipo de amigos: góticos, punks, skatistas, e fala com todos. Ultimamente, ela tem se sentido triste pelas críticas que está enfrentado. Sua mãe implica com sua forma de se vestir. Sua sogra reclama com seu namorado pelo fato de Alicia sair com pessoas "indesejáveis". Sua melhor amiga deixou de falar com ela, quando Alicia conseguiu um trabalho na colônia de férias da comunidade. Disse que ela não tinha capacidade de conseguir esse trabalho, a menos que desse em cima do coordenador do programa. Alicia se sente impotente e triste com todas essas críticas, e com o fato de suas amigas e sua família não entenderem sua maneira de ser.

Maria é uma mulher negra de 30 anos que trabalha dando aulas numa escola de Ensino Médio. Uma vez, sentada a espera de seus alunos, encontrou uma mensagem em seu livro, que dizia "te amo", dentro de um coração. Ela sorriu e lembrou a primeira vez que viu Camila, sua parceira há 4 anos. Ela recordava como era difícil no início, entender que gostava de uma pessoa do mesmo sexo. Quando se reunia com seus colegas de trabalho, as perguntas mais comuns que faziam eram porque ela não era como as outras, por que ainda não tinha casado com sua idade, nem tinha um parceiro. Cada vez que escuta esses comentários, sente-se muito pressionada, porque tem medo de contar a

verdade para as pessoas, pois como negra já havia enfrentado muitos obstáculos para conseguir um emprego.

Roberto tem 23 anos, é branco e se casou recentemente. Ele é pintor e sua esposa, Vanessa, trabalha em um banco. Apesar de o salário de ambos serem bons, Roberto tem uma carga horária mais flexível, enquanto Vanessa geralmente trabalha longas horas. Desde que ele começou a passar mais tempo em casa, Roberto geralmente cuida da casa e prepara o jantar. Vanessa sempre apreciou o fato de Roberto tomar conta de toda a casa. Entretanto, a mãe de Vanessa e algumas de suas amigas geralmente fazem comentários sobre como os homens devem ganhar mais e não cozinhar, nem limpar a casa. Apesar de Vanessa ser capaz de ignorar esses comentários, ela começou a imaginar se não seria melhor pensar em uma alternativa.

Eduardo tem 35 anos, é evangélico e é professor de uma escola. Ele nunca foi casado, mas sonha em ser pai. Recentemente, ele começou um processo de adoção de uma criança. Sua família e amigos dividiram-se em suas reações. Alguns acham que ele seria um grande pai e apoiam sua decisão. Outros tentam persuadi-lo, dizendo que não é certo para um homem criar um filho sozinho. Eduardo desejaria ter encontrado alguém com quem pudesse dividir a responsabilidade de criar um filho. Entretanto, ele acredita que tem muito a oferecer para uma criança, e não quer perder a oportunidade de ser pai, só porque está sozinho.

Angela tem faltado à aula sistematicamente. Embora não seja uma aluna muito aplicada, sempre gostou da escola. Uma amiga de Ângela contou que ela tem faltado à escola porque está com medo, por causa dos bilhetes com xingamentos e ameaça de surras que tem recebido. Ângela é lésbica. Um grupo de meninas achou que ela estava observando no banheiro, depois de uma aula de Educação Física. Os bilhetes são anônimos, mas Ângela suspeita que venham desse grupo de meninas. Um outro dia, ao entrar em sala, ela estava sendo xingada de "sapatão" pelas colegas.





3

VIOLÊNCIA

As atividades desta seção foram estruturadas para estimular mulheres jovens a refletirem sobre as diferentes manifestações de violência em suas vidas pessoais e comunidades, e a desenvolver as habilidades necessárias para buscar apoio para si mesmas e outras mulheres que são vítimas de violência em suas comunidades. Parte deste processo inclui refletir sobre normas sociais de gênero que reforçam certos tipos de violência, particularmente violência contra a mulher, tratando-a como normal e natural, e encoraja a mulher jovem a reconhecer seu potencial de proteger a si mesma.

O que é violência?

A Organização das Nações Unidas (ONU) define **violência de gênero** como qualquer ato que resulta ou possa resultar em danos físicos, sexuais ou psicológicos ou outras formas de sofrimento, incluindo ameaças, coerção ou privação arbitrária da liberdade, seja no espaço público ou na vida privada. Em todo o mundo, as mulheres estão mais propensas a sofrer algum tipo de violência por parte de um parceiro íntimo (WHO 2005). Geralmente, são os homens que elas conhecem, amam e confiam que as colocam em situação de maior risco. Na América Latina e no Caribe, cerca de 30 a 75% das mulheres adultas já sofreram violência psicológica por um parceiro íntimo e cerca de 10 a 30% sofreram violência física (Morrison et al. 1999). Frequentemente, estes diferentes tipos de violência coexistem num relacionamento. Por exemplo, a violência física é frequentemente acompanhada pela psicológica e, em alguns casos, pela violência sexual (WHO 2005). Enquanto a maior parte dos atos de violência contra a mulher ocorre em contextos privados, é importante reconhecer que as mulheres também podem sofrer violência nos espaços públicos tais como escolas e locais de trabalho.

O que é violência de gênero?

Na América Latina, a maioria das leis usa o termo "violência familiar" ou "violência doméstica" para indicar atos de violência contra as mulheres e crianças por um parceiro íntimo. Entretanto, tem aumentado o uso do termo "violência de gênero" ou "violência contra a mulher" para incorporar a grande gama dos atos de violência que as mulheres sofrem de seus parceiros íntimos, membros da família e outras pessoas fora da família.

Estes termos estão relacionados ao fato de que as dinâmicas e normas de gênero estão diretamente relacionadas ao uso de violência contra mulher (Velzeboer, 2003). No entanto, é importante mencionar que o termo "violência de gênero" também se refere à violência praticada contra homossexuais ou entre homens, ou seja, qualquer tipo de violência em que dinâmicas ou papéis de gênero contribuem para que seja exercida.

Na última década ocorreu um maior reconhecimento da violência contra a mulher como um problema de saúde pública e de direitos humanos:

- * Em 1993, a Assembleia Geral da ONU aprovou a Declaração da Eliminação da Violência contra a Mulher.
- * Em 1994, a Conferência Internacional sobre População e Desenvolvimento (CIPD), realizada no Cairo, e Conferência Mundial sobre Mulheres em Beijing (1995) reconheceram que o fim da violência contra as mulheres é fundamental para garantir os direitos sexuais e reprodutivos.
- * Em 1994, chefes de estado dos países da América Latina declararam que a violência contra a mulher é uma violação dos direitos humanos na Convenção Interamericana de Prevenção, Punição e Erradicação da Violência contra a Mulher, conhecida como "Convenção de Belém do Pará", o único tratado internacional específico sobre violência contra as mulheres.
- * Em 1996, a Assembleia Mundial da OMS declarou a violência como uma prioridade para a saúde pública.

O uso da violência contra as mulheres por parte dos parceiros íntimos começa quando ambos ainda são jovens e acaba por criar um padrão de relacionamento em que a violência é vista como uma forma aceitável de solução de conflitos. No México, uma pesquisa do Instituto Nacional de Saúde Pública (2003), feita com 26.042 mulheres usuárias de serviços públicos de saúde, revelou que 25% das entrevistadas haviam sofrido violência em algum momento de sua vida. Um estudo com 750 homens, entre 15 e 60 anos, realizado no Rio de Janeiro, sobre o uso de violência contra as mulheres, descobriu que os homens jovens entre 20 e 24 anos reportavam mais o uso da violência física contra a parceira íntima (NOOS e Promundo, 2002). O fato de que os homens, particularmente os jovens, são mais propensos a usar violência do que qualquer outro grupo aponta para uma necessidade de se considerar o caráter de gênero da violência e das visões tradicionais de masculinidade, que associam a ideia de ser homem com dureza ou dominação, permitindo e encorajando o uso da agressão (física, psicológica e/ou sexual) como uma prova de masculinidade. Estes papéis são reforçados pelas visões tradicionais de feminilidade na qual se espera que a mulher seja passiva e dependente.

Apesar de os papéis tradicionais de gênero e da dinâmica de poder serem pontos importantes na questão da violência nos relacionamentos íntimos, as suas causas são múltiplas, complexas e passam por fatores individuais, do próprio relacionamento, por normas comunitárias e sociais. Além disso, a violência não ocorre somente com certo perfil de mulher. Ela atravessa diversas características socioeconômicas, religiosas, raciais e culturais. Alguns grupos de mulheres, entretanto, incluindo mulheres negras, mulheres jovens e aquelas que vivem na pobreza, sofrem níveis desproporcionalmente mais altos de violência do que outros grupos. Muitos acreditam que a pobreza contribui para várias condições sociais, incluindo estresse

e o sentimento de frustração masculina no exercício do seu papel de provedor, que podem interagir para aumentar o risco de violência. Estas mesmas mulheres estão frequentemente mais vulneráveis pela falta de acesso adequado a serviços sociais e outras formas de apoio.

A violência tem muitas consequências tanto na saúde física como na saúde sexual e reprodutiva e na saúde mental das mulheres (OMS 2005). Os impactos da violência podem persistir tempos depois do abuso haver terminado e muitas mulheres acham que as consequências psicológicas da violência estão entre as mais duradouras e devastadoras. Mais recentemente, tem ocorrido o aumento da atenção entre a associação entre a violência e a saúde sexual e reprodutiva das mulheres, particularmente a vulnerabilidade ao HIV. Em um relacionamento no qual uma mulher sofre violência, ela pode encontrar mais dificuldades para negociar a prática do sexo seguro, principalmente as mulheres mais jovens (NOOS e Promundo, 2002).

Não são apenas os homens que usam violência – as mulheres também o fazem. Em muitos casos, o uso da violência torna-se uma linguagem provocada pelo contexto do relacionamento do casal e se trata de uma resposta à violência cometida contra elas ou a um sentimento de falta de poder. Uma pesquisa da OMS em dez países mostrou que entre 6% a 79% de mulheres já usaram violência em resposta à violência de um parceiro e somente 1% a 15% de mulheres iniciaram a violência contra o parceiro. Para além da violência intrafamiliar, existem casos de agressão de mulheres à homens. Do ponto de vista estrutural, cada ato de violência está diretamente ligado a uma demonstração de poder e hierarquia, como a perda de poder, restabelecimento do poder ou manutenção do poder.

Pesquisadores entendem que existe sempre uma relação com as desigualdades de gênero, a o fundo, está ligado à "desigualdade de gênero", a agressão coloca a masculinidade em xeque, assim como também questiona e subverte os estereótipos de dominação e submissão. A violência perpetrada por mulheres também pode ser resultado da intensificação de conflitos em relações que se tornam mais tóxicas com o passar do tempo. Pesquisas mostram que a violência praticada por mulheres subverte as normas de gênero de maneira que é percebida como uma coisa bizarra, em casos em que há condenação, ao contrário do que acontece com os homens, as mulheres são mais prováveis de receber a pena máxima.

Violência Sexual

Violência Sexual é qualquer ato sexual não desejado ou tentativa de envolver alguém em um ato sexual, através de ameaça física, psicológica ou emocional, por exemplo, fazer colocações como: "se você me ama, você deveria fazer sexo comigo". Uma relação sexual que ocorre sem que o indivíduo seja capaz de dar consentimento, como aconteceria após uso de álcool e drogas, também constitui violência sexual. Em um estudo multicêntrico no Caribe, aproximadamente metade das mulheres jovens relataram que sua primeira experiência sexual havia sido forçada. Como outras formas de violência contra a mulher, o fator principal de violência sexual é geralmente a expressão do poder e do domínio masculino sobre a mulher.



Quais são as formas de exercer violência?

É importante nos sentirmos atraentes e confortáveis com nossa imagem, para a maneira como nos relacionamos, e os julgamentos que fazemos assim como desenvolvermos a capacidade de dar e receber afeto e estabelecermos vínculos amorosos, de maneira respeitosa e segura.

- * **Física:** uso da força física contra alguém. E pode incluir ações como bater, dar um tapa ou empurrar.
- * **Emocional/Psicológica:** frequentemente é a forma de violência mais difícil de ser identificada. Ela pode incluir humilhação, ameaça, insulto, pressionar o (a) parceiro(a) e expressões de ciúme ou de posse, tais como o controle das decisões e das atividades. NOTA: Muitos homens utilizam o controle do dinheiro para obrigar sua parceira a fazer o que eles desejam, impedí-las de sair, encontrar suas amigas ou, até mesmo, separar-se deles. Desta forma, o exercício de poder através do controle do dinheiro pelo homem também pode caracterizar violência.
- * **Sexual:** é qualquer ato sexual não desejado ou a tentativa de obtê-lo por meio da intimidação psicológica ou emocional (frases do tipo "se você me amasse, você faria sexo comigo"); ou ainda quando uma mulher não está apta a dar seu consentimento (por exemplo, após o uso de álcool ou outras drogas). Em um estudo realizado em países caribenhos pela OPAS, cerca de metade das mulheres jovens relatou que a sua primeira experiência sexual foi forçada. Assim como nas outras formas de violência contra a mulher, o fator preponderante na violência sexual é a expressão do poder masculino e da dominação sobre as mulheres.
- * **Patrimonial:** Na Lei Maria da Penha a violência patrimonial é "entendida como qualquer conduta que configure retenção, subtração, destruição parcial ou total de seus objetos, instrumentos de trabalho, documentos pessoais, bens, valores e direitos ou recursos econômicos, incluindo os destinados a satisfazer suas necessidades. Como por exemplo: controlar o dinheiro, causar danos aos documentos pessoais, danificar objetos que a mulher goste.
- * **Moral:** É considerada qualquer conduta que configure calúnia, difamação ou injúria. Como por exemplo: mulheres que são acusadas de traição, comentários sobre a moral da mulher baseadas nas roupas que ela veste.

Violência Sexual e o Acesso à Contracepção de Emergência

É importante nos sentirmos atraentes e confortáveis com nossa imagem, para a maneira como nos relacionamos, e os julgamentos que fazemos assim como desenvolvermos a capacidade de dar e receber afeto e estabelecermos vínculos amorosos, de maneira respeitosa e segura. A contracepção de emergência é uma opção essencial para as mulheres que sofreram estupro ou outras formas de sexo não-consentido. Ela pode reduzir significativamente o risco de a mulher engravidar caso seja usada apropriadamente

num prazo de 72 horas após o sexo sem proteção. Infelizmente, devido a inúmeras barreiras legais e à falta de serviços em vários países, muitas mulheres não conhecem a contracepção de emergência ou não tem acesso a esse recurso.

Em todo o mundo, muitas mulheres jovens e adultas, particularmente aquelas que vivem em situação de pobreza estão vulneráveis à exploração sexual e ao tráfico de mulheres, que é um tipo de violência sexual. Não há números exatos disponíveis, mas estudos recentes estimam que 4 milhões de mulheres (adolescentes, jovens e crianças) são compradas e vendidas pelo mundo, assim como forçadas ao casamento, à escravidão ou à prostituição. Estas mulheres e meninas estão vulneráveis a muitas formas de violência, incluindo intimidação psicológica, agressão física e exploração sexual.

Em relatório sobre a prostituição infantil, a UNICEF, em dados de 2010, informava que cerca de 250 mil crianças estavam sendo prostituídas no Brasil. A situação hoje está muito mais alarmante. De forma geral, a prostituição infantil trata-se da **exploração sexual de uma criança** a qual, por vários fatores, incluindo socioeconômicos torna-se vulnerável e vítimas do aliciamento por adultos que abusam de menores, os quais ora buscam o sexo fácil e barato, ora tentam lucrar corrompendo os menores e conduzindo-os ao mercado da prostituição.

IMPORTANTE LEMBRAR:

Quando falamos sobre corpos de crianças e adolescentes sendo violados sexualmente, além de qualquer jogo ou relação sexual ou até mesmo ação de natureza erótica, em troca de recursos financeiros ou outros ganhos trata-se de *Exploração Sexual de crianças e adolescentes*.

Percepções da violência contra a mulher

Há diferentes percepções e definições sobre como qualificar a violência contra as mulheres. Frequentemente, há um discurso de razões "justas" ou "injustas" para a violência. Quando questionados, mulheres e homens avaliam o exercício da violência como uma resposta masculina à atitude provocadora de raiva por parte da mulher. Alguém pode ouvir que a mulher "pediu por isso", ou se ela não vai embora depois de ter sofrido violência, é porque ela deve "gostar" ou "não se incomodar". Na realidade, as razões pelas quais as mulheres podem ficar em um relacionamento são complexas e apresentam vários fatores.

Distorção na maneira de pensar: A experiência de ser controlada e machucada é traumatizante, e gera sentimentos de confusão, dúvidas e mesmo culpa. Agressores costumam assediar e acusar as suas vítimas, o que as leva ao desespero. Muitas mulheres têm uma percepção diminuída do seu valor e amor próprio, e isso é o resultado da experiência de terem sido abusadas e de terem recebido um tratamento degradante.

O medo também é um elemento que muitas vezes se torna um obstáculo para que a mulher deixe a relação abusiva. As ameaças de violências físicas e psicológicas são poderosas, e os agressores usam essas táticas para controlar e manter as mulheres presas.

Muitas mulheres também sentem um desejo grande de ajudar os seus companheiros, e em função do amor que sentem nutrem esperanças de que podem mudá-los. A presença dos filhos também é um fator que as mulheres levam em consideração. Muitas acreditam que os filhos não estariam seguros, porque o agressor passaria a agredir as crianças. As expectativas da família também, em alguns casos, tornam-se um impedimento, muitas mulheres relatam terem ouvido de familiares que elas deveriam ter paciência. Experiências passadas também geram uma percepção distorcida sobre o que é um relacionamento saudável, o que cria mais um impedimento. Limitações financeiras, e falta de suporte familiar, também se colocam como motivos que fazem com que as mulheres permaneçam nesses relacionamentos. Um outro elemento é também o isolamento, os agressores muitas vezes usam táticas para separar as mulheres de seus amigos e familiares. Esse isolamento pode ser físico ou a partir de chantagens emocionais.

Estudos qualitativos mostraram que as mulheres não são vítimas passivas à violência, mas frequentemente têm sua resposta limitada por aspectos tais como medo de revanche, falta de fonte de renda alternativa, preocupação com os filhos, falta de apoio, ou ainda a esperança de que o parceiro mudará seu comportamento e que irá parar com a violência. Essa lista não é uma lista exaustiva, mas é representativa da complexidade da situação vivida por essas mulheres. Muitas mulheres vítimas de violência são vítimas de criticismo e julgamento. Se mais pessoas ouvirem essas mulheres com uma atitude de compaixão e compreensão, elas se sentirão mais fortalecidas e conectadas, e capazes de encontrar o apoio necessário para viver uma vida livre de violências e abuso. O envolvimento emocional e em muitos casos a dependência econômica em um relacionamento íntimo têm implicações importantes para as dinâmicas da violência e em como as mulheres lidam com tal situação.

Rompendo o silêncio

Muitas mulheres podem nunca ter falado a outras pessoas sobre a violência de que sofrem. Se elas chegam a falar sobre essa situação, o fazem mais com a família e com os amigos do que com instituições que possam oferecer apoio legal e/ou psicológico. Muitas mulheres relatam que o medo (da represália) é o fator principal que as inibe de procurar ajuda e/ou deixar um relacionamento. Uma mulher também pode se sentir obrigada a ficar em um relacionamento porque está casada e/ou quando há filhos envolvidos. Para algumas, as consequências de deixar um parceiro íntimo podem pesar mais nos aspectos emocionais ou na dependência financeira. Em geral, há vários fatores sociais, econômicos e estruturais que podem influenciar a resposta da mulher à violência.

Um outro desafio na busca de ajuda é a falta de capacitação e sensibilização por parte das instituições de apoio. Por exemplo, policiais raramente são treinados para lidarem com situações de violência contra mulher. No Brasil as Delegacias Especializadas de Atendimento à Mulher (DEAMs) têm o objetivo de criar um espaço em que as mulheres pudessem fazer suas denúncias sem constrangimentos, diante de policiais capacitados para lidar com a violência de gênero. Atualmente o país possui mais de 300 DEAMs e até 2007 o governo pretende dobrar este número e melhorar a distribuição geográfica das delegacias.





Lei Maria da Penha

No Brasil, desde 2006, as mulheres contam com mais um mecanismo de proteção às mulheres que sofrem de violência doméstica, um reconhecimento pelo governo brasileiro das lutas dos movimentos de mulheres. Trata-se da LEI Nº 11.340, DE 7 DE AGOSTO DE 2006 que, "Cria mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher, nos termos do §8º do art. 226 da Constituição Federal, da Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação contra as Mulheres e da Convenção Interamericana para Prevenir, Punir e Erradicar a Violência contra a Mulher; dispõe sobre a criação dos Juizados de Violência Doméstica e Familiar contra a Mulher; altera o Código de Processo Penal, o Código Penal e a Lei de Execução Penal" (texto da lei disponível em www.planalto.gov.br). Essa lei é popularmente conhecida como **Lei Maria da Penha**, em homenagem à biofarmacêutica Maria da Penha Maia, que lutou durante 20 anos para ver seu agressor condenado e se tornou um símbolo da luta contra a violência doméstica.

Em 1983, o marido de Maria da Penha Maia, o professor universitário Marco Antonio Herredia, tentou matá-la duas vezes. Na primeira vez, deu um tiro e ela ficou paraplégica. Na segunda, tentou aaaaaletrocutá-la. Na ocasião, ela tinha 38 anos e três filhas, entre 6 e 2 anos de idade. A investigação começou em junho do mesmo ano, mas a denúncia só

foi apresentada ao Ministério Público Estadual em setembro de 1984. Oito anos depois, Herredia foi condenado a oito anos de prisão, mas usou de recursos jurídicos para protelar o cumprimento da pena. O caso chegou à Comissão Interamericana dos Direitos Humanos da Organização dos Estados Americanos (OEA), que acatou, pela primeira vez, a denúncia de um crime de violência doméstica. Herredia foi preso em 28 de outubro de 2002 e cumpriu dois anos de prisão. Hoje, está em liberdade. Após as tentativas de homicídio, Maria da Penha começou a atuar em movimentos sociais contra violência e impunidade e hoje é coordenadora de Estudos, Pesquisas e Publicações da Associação de Parentes e Amigos de Vítimas de Violência (APAVV) no seu estado, o Ceará.

O QUE MUDOU COM A LEI MARIA DA PENHA:

- * **Antes:** Não existia lei específica sobre a violência doméstica contra a mulher.
Agora: A mulher conta com uma lei própria para esse tipo de agressão.
- * **Antes:** Não estabelecia as formas desse tipo de violência.
Agora: A violência doméstica pode ser física, psicológica, sexual, patrimonial e moral.
- * **Antes:** Era aplicada a lei dos juizados especiais criminais (Lei 9.099/95) para casos do tipo. As penas chegavam a até dois anos.
Agora: Esses juizados não têm mais competência para julgar crimes de violência doméstica contra a mulher.
- * **Antes:** Os juizados especiais criminais cuidavam apenas do crime. Para resolver fatores familiares (separação, pensão, guarda dos filhos), a mulher precisava ingressar outro processo na vara de família.
Agora: A lei estipula a criação de juizados especiais que abranjam todas essas questões.
- * **Antes:** Permitia a aplicação de penas pecuniárias, como as de cestas básicas e multas.
Agora: Proíbe o uso destas penas.
- * **Antes:** A mulher poderia desistir da denúncia na delegacia.
Agora: Ela só pode renunciar na presença de um juiz.
- * **Antes:** A mulher que denunciava, geralmente, não era informada quanto ao andamento dos atos processuais.
Agora: Segundo a lei, ela será notificada sobre todos os trâmites, inclusive quanto ao ingresso e a saída da prisão do agressor.
- * **Antes:** A pena para o crime de violência doméstica é de 6 meses a 1 ano.
Agora: Passa a ser de 3 meses a 3 anos.

Apoios Sociais para Prevenção e Resposta à Violência

Partindo de uma perspectiva da saúde, o tema da violência necessita ser incorporado ao cuidado rotineiro tanto de mulheres como de homens. Profissionais capacitados e sensibilizados devem estar aptos para discutir e reconhecer os sinais e sintomas da violência e garantir o acesso a serviços básicos em situações de risco ou de emergência, incluindo a própria contracepção de emergência. Os sistemas sociais e de justiça precisam ter tolerância zero com a violência e prover serviços e apoios de maneira sensível e equitativa.

Mulheres e homens, incluindo os homens jovens, já sofreram ou testemunharam violência em algum momento de suas vidas (ou mesmo em vários momentos). Prevenir e responder à violência necessita de um trabalho que quebre o ciclo de violência. O empoderamento das mulheres jovens para construir relacionamentos pessoais não violentos e equitativos pode ser uma dessas respostas. Além disso, precisamos trabalhar em níveis mais amplos para promover mudanças positivas nas normas sociais e comunitárias relacionadas a gênero e na forma como homens e mulheres se veem e se relacionam (veja os boxes).

A **Campanha do Laço Branco**, uma iniciativa mundial, tem o objetivo de sensibilizar, envolver e mobilizar os homens pelo fim da violência contra a mulher, em consonância com as ações dos movimentos organizados de mulheres e de outros movimentos organizados por equidade e direitos humanos www.whiteribbon.ca (inglês) www.lacobranco.org.br (português).

REDES DE SERVIÇO DE PROTEÇÃO DE VIOLÊNCIAS CONTRA MULHER

Aqui se Matam Mulheres

No Brasil, a partir dos anos 1980, os movimentos feministas começam a conquistar espaços dentro do debate público sobre direitos humanos das mulheres, principalmente no que se diz respeito às lutas contra as violências baseadas em gênero, conseguindo levar esse tema a esferas governamentais, às legislações, às formas de representação de governos e à sociedade civil. A partir da década de 1990, tal debate é impulsionado pela agenda pública internacional que promove diversas conferências internacionais com o fim de elaborar instrumentos para “prevenir, sancionar e erradicar a violência contra as mulheres” (MOREIRA; RIBERIO,

2012). Desde então, as políticas de enfrentamento a violências baseadas em gênero percorreram uma longa trajetória até a construção da lei nº 11.340, conhecida como a **Lei Maria da Penha**. Sancionada no ano de 2006, a lei representa tanto uma vitória quanto um desafio às instituições públicas e privadas para que se institua uma ampla e eficiente rede de enfrentamento à violência contra a mulher (ISER, 2003).

No ano de 2003, é criada a **Secretaria Especial de Políticas para as Mulheres**, que em parceria com o movimento feminista, de mulheres e demais movimentos sociais elabora o **Plano Nacional de Políticas para Mulheres**. O Plano prevê ações de prevenção e combate à violência contra as mulheres, assim como uma série de serviços de atendimentos a mulheres em situação de violência, que incluem apoio financeiro, projetos educacionais e apoio técnico para profissionais de serviços especializados. A partir da construção do Plano Nacional de Políticas para as Mulheres, em 2003 também é elaborada a **Política Nacional de Enfrentamento a Violência Contra Mulher**, que tem como eixos estruturantes a prevenção, assistência, enfrentamento e combate à violência contra a mulher.



Fonte: PEVM, 2015).

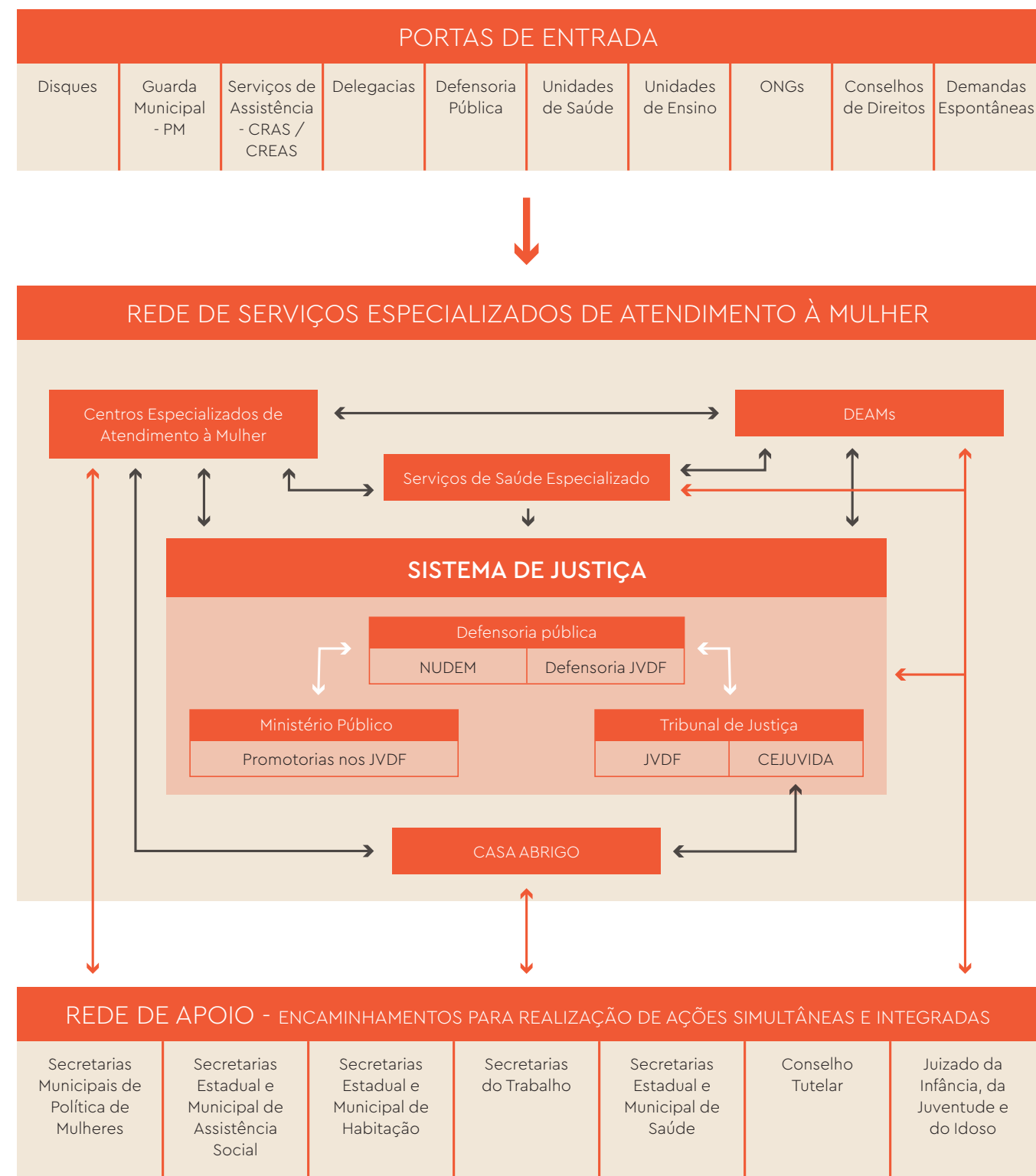
Para maior precisão das informações contidas na imagem acima, os eixos estruturantes da Política Nacional de Enfrentamento a Violência Contra Mulher são os seguintes:

- * **Prevenção:** ações educativas e culturais que interfiram nos padrões sexistas;
- * **Assistência:** Fortalecimento da Rede de Atendimento e capacitação de agentes públicos;
- * **Enfrentamento e Combate:** ações punitivas e cumprimento da Lei Maria da Penha;
- * **Garantia de Direitos:** Cumprimento da legislação nacional e iniciativas para o empoderamento das mulheres.

A Política Nacional cria um plano integrado entre governos federal, estadual e municipal e desenha a criação de uma **Rede de Enfrentamento à Violência Contra Mulher** que busca integrar e articular os serviços tanto por agentes governamentais e não governamentais. Dentro do desenho dessa Rede estão tanto os serviços especializados e não especializados de atendimento a mulheres em situação de violência que visa a "atuação articulada entre as instituições/serviços governamentais, não-governamentais e a comunidade, visando à ampliação e melhoria da qualidade do atendimento; à identificação e encaminhamento adequado das mulheres em situação de violência; e ao desenvolvimento de estratégias efetivas de prevenção" (BRASIL, 2013).

A Rede de Serviços Especializados de Atendimento à Mulher foi pensada para realizar um trabalho sistêmico, onde a intervenção pode se dar de diversas formas e pode iniciar de diversas formas. A porta de entrada para a Rede de Serviços Especializados são geralmente os serviços não especializados de atendimento de violência contra a mulher. Muitas vezes os primeiros serviços de atendimento a uma pessoa em situação de violência não são as delegacias especializadas ou os juizados, e sim uma unidade de saúde, os programas de saúde da família, os Centros de Referências de Assistência Social (CRAS), os Centros de Referência Especializados de Assistência Social (CREAS), organizações da sociedade civil de seus territórios, entre outros. Com isso, a Rede de Enfrentamento à Violência Contra Mulher engloba o trabalho integrado e articulado entre os serviços de saúde, segurança pública, justiça, educação e assistência social em prol da prevenção e combate às violências.

O gráfico abaixo elucida os diferentes agentes da Rede de Enfrentamento à Violência Contra Mulher:



(Fonte: Rede Capital).

Prevenção das Violências de Gênero

A violência de gênero é uma das expressões das desigualdades de nossa sociedade, uma sociedade estruturada e regida pelo machismo. O machismo não é o tubarão que nos devora - o machismo é todo o oceano. Estamos todos imersos no machismo.

As ações de prevenção às violências baseadas em gênero se dão, em primeiro lugar, através de processos educativos de desconstrução das normas rígidas de gênero. Para pensar no combate e prevenção de violências, temos que pensar, inicialmente, em desconstruir as raízes sociais que geram a violência. Ao longo da trajetória do trabalho integrado de prevenção e combate as violências de gênero está a importantíssima tarefa de disseminação de informações sobre serviços, sobre o que são violências, sobre masculinidades, machismo e processos formativos que reproduzem empoderamento feminino.



O projeto **Mãos emPENHAdas** já foi disseminado por diversas cidades do Brasil com o objetivo de capacitar profissionais da área da beleza, para que sejam agentes multiplicadores de informação no combate à violência doméstica e familiar contra a mulher, contribuindo para reduzir os índices de violência e de opressão em todos os espaços.

Os salões de beleza são, muitas vezes, espaços seguros frequentados por mulheres e por pessoas de outras identidades de gênero onde tem a oportunidade estabelecer diálogos fora do ambiente doméstico.

Neste projeto, profissionais de beleza são treinados/as para replicar uma metodologia aplicada às clientes do salão de beleza. No espaço do salão, são abordadas a temática de violência de gênero, são disseminadas informações sobre serviços e, principalmente, sobre a **Lei Maria da Penha** e sobre as formas como a cliente pode denunciar violências.

No ano de 2021, o projeto **Mãos emPENHAdas** se expandiu para atuar em barbearias, procurando capacitar profissionais barbeiros a levar conversas sobre machismo e violência para seus clientes homens, que potencialmente podem ser autores de violência. O intuito da expansão do projeto é engajar homens na luta contra as violências baseadas em gênero e promover uma reflexão entre os clientes da barbearia sobre masculinidades.

História das Redes

Até o início dos anos 2000, os serviços de atendimento às mulheres em situação de violências eram as escassas **Delegacias Especializadas de Atendimento à Mulher** (DEAMs) e **Casas Abrigo** presentes em alguns centros urbanos do Brasil. As primeiras DEAMs surgem no Brasil em Belo Horizonte e São Paulo em 1985 e representam uma conquista importante do movimento feminista, que se organizou para demandar do poder público uma resposta a violência contra mulheres, endêmica em todo o país. Nos anos 1990 começam a surgir as Casas Abrigo, que forneciam abrigo para mulheres em situação de violência extrema e com risco de morte (SOARES, 2018).

O movimento feminista tem o papel essencial nas conquistas dos serviços voltados a prevenção e combate às violências baseadas em gênero. Antecedendo a criação de serviços públicos voltados a mulheres em situação de violência, feministas de diversos estados do Brasil construíram no início dos anos 80 um movimento chamado **S.O.S. Mulher**. Os S.O.S. Mulher se constituíam em mulheres feministas que se organizavam e abriam suas casas para receber mulheres em situação de violência, apoiar na disseminação de informação sobre serviços e promover debates sobre gênero e feminismo, provocando assim um debate crítico junto as mulheres em situação de violência sobre o machismo e desigualdade de gênero. Em paralelo, as feministas que faziam parte dos S.O.S. Mulher também se organizavam politicamente para pressionar o poder público para a criação de serviços e espaços de combate à violência, que consequentemente veio a criar as primeiras DEAMs do país.

Entretanto, durante muito tempo, os serviços direcionados a mulheres em situação de violência eram de garantia a vida e voltados a situações de violência extrema, limitando-se a ação policial e ao abrigamento. Porém, ficava cada vez mais claro que o fenômeno de violência era mais complexo e começou a se tornar palpável que o serviço das delegacias não era suficiente para atender as demandas das mulheres.

É comum que uma pessoa em situação de violência doméstica não ter o interesse de deixar seu parceiro/a ou que queiram ver seu parceiro/a encarcerado/a. A violência

de gênero é mais ampla e não se limita aos casos extremos de morte. Com isso, no início dos anos 2000, começa a surgir nos centros urbanos brasileiros os Centros de Atendimento Psicossocial e Jurídicos, como os CEAMs (Centros Especializados de Atendimento a Mulheres) e CIAMs (Centros Integrados de Atendimento a Mulheres) com o intuito de atender as múltiplas demandas de mulheres em situação de violência que não se limitava a ação policial ou de abrigamento. O trabalho dos Centros de Referência trouxe muitas das experiências promovidas pelos S.O.S. Mulher na década de 80, onde "foi incorporado ao trabalho (...) esse modelo de atuação feminista, que compreende, entre outras inovações, 'o atendimento individual ou em grupo, a escuta solidária da história das mulheres agredidas, a afirmação do direito a viver sem violência, o trabalho interdisciplinar e em redes de serviços, a democratização das informações ditas técnicas'" (SOARES, 2013).

Assim, com o marco histórico da elaboração do Plano Nacional de Políticas Para Mulheres, foi possível expandir "a compreensão da violência contra as mulheres como um fenômeno complexo, que requer ações integradas no seu enfrentamento. Assim, a ideia de enfrentamento ganha um sentido mais amplo, que não se limita ao 'combate' da violência, e requer uma rede intersetorial articulada." (SOARES, 2018). Com isso, é criada a Rede de Enfrentamento à Violência Contra Mulher, para promover o trabalho articulado entre os serviços especializados e não especializados que fazem parte de uma teia de proteção e combate às pessoas em situação de violência.



Rede de Serviços Especializados de Atendimento à Mulher

A *Rede de Enfrentamento à Violência Contra Mulher* é composta pelos serviços não especializados que servem como portas de entrada para a Rede de Serviços Especializados de Atendimento à Mulher. Os serviços não especializados da Rede de Enfrentamento são diversos e vão desde organizações da sociedade civil até unidades de saúde, delegacias comuns, ONGs feministas, entre outros. Já a Rede de Serviços Especializados de Atendimento à Mulher é composta pelos seguintes serviços¹:

- * **Casa Abrigo/ Acolhimento provisório:** A Casa Abrigo oferta o serviço de acolhimento institucional para mulheres vítimas de violência doméstica, familiar ou nas relações íntimas de afeto com risco de morte, bem como de seus dependentes. Elas se encontram em lugares sigilosos a fim de prezar pela vida de seus residentes. Existem formas diversas de acolhimento provisório para pessoas em situação de violência, que não são tão restritivas como as Casas Abrigo. Cada estado e município fornece diferentes formas de acolhimento provisório como hotéis, casas de passagem, entre outros.
- * **Centros de Atendimentos Psicossocial e Jurídico:** Os Centros de Referência são espaços de acolhimento/atendimento psicológico e social, orientação e encaminhamento jurídico à mulher em situação de violência, que devem proporcionar o atendimento e o acolhimento necessários à superação de situação de violência, contribuindo para o fortalecimento da mulher e o resgate de sua cidadania. Os Centros de Referência são os principais articuladores da Rede de Atendimento à Mulher.
- * **Delegacias Especializadas de Atendimento à Mulher (DEAMs):** São unidades especializadas da Polícia Civil para atendimento às mulheres em situação de violência. As atividades das DEAMs têm caráter preventivo e repressivo, devendo realizar ações de prevenção, apuração, investigação e enquadramento legal, as quais devem ser pautadas no respeito pelos direitos humanos e pelos princípios do Estado Democrático de Direito. Com a promulgação da Lei Maria da Penha, as DEAMs passam a desempenhar novas funções que incluem, por exemplo, a expedição de medidas protetivas de urgência ao juiz no prazo máximo de 48 horas.
- * **Defensorias Especializadas:** As Defensorias da Mulher têm a finalidade de dar assistência jurídica, orientar e encaminhar as mulheres em situação de violência. É órgão do Estado, responsável pela defesa das cidadãs

¹ Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/institucional/omv/acoes-contra-violencia/servicos-especializados-de-atendimento-a-mulher>

que não possuem condições econômicas de ter advogado contratado por seus próprios meios. Possibilitam a ampliação do acesso à Justiça, bem como, a garantia às mulheres de orientação jurídica adequada e de acompanhamento de seus processos.

- * **Promotorias Especializadas/ Núcleos de Gênero do Ministério Público:** A Promotoria Especializada do Ministério Público promove a ação penal nos crimes de violência contra as mulheres. Atua também na fiscalização dos serviços da rede de atendimento.
- * **Serviços de Responsabilização do Agressor:** Os Serviços de Responsabilização do Agressor são programas de reeducação de homens autores de violência (HAV) que é referenciado por juízes como pena alternativa aos agressores. "Por meio da realização de atividades educativas e pedagógicas que tenha por base uma perspectiva feminista de gênero, o Serviço de Responsabilização e Educação deverá contribuir para a conscientização dos agressores sobre a violência de gênero como uma violação dos direitos humanos das mulheres e para a responsabilização desses pela violência cometida. Juntamente com demais atividades preventivas - tais como realização de campanhas nacionais e locais, formação de professores e inclusão das questões de gênero e raça nos currículos escolares - o serviço poderá contribuir para a desconstrução de estereótipos de gênero; a transformação da masculinidade hegemônica; e a construção de novas masculinidades" (BRASIL, 2006).

Serviços de Responsabilização do Agressor (Grupos Reflexivos com Homens)

Os grupos reflexivos com homens autores de violência (HAV) são uma experiência recente no Brasil e tiveram início nos anos 1990 a partir de iniciativas inovadoras de organizações não governamentais em parceria com o sistema judiciário e com governos estaduais (ISER, 2013). Esses grupos apresentam metodologias distintas, porém compartilham um objetivo comum - trabalhar com HAV através de reflexões sobre gênero, buscando a sua responsabilização e a desconstrução de concepções de masculinidade a fim de romper com o ciclo de violência.

As masculinidades, segundo Connell (2005), são práticas realizadas na ação social, ou como homens se posicionam a partir de determinadas práticas. As violências baseadas em gênero, ou simplesmente a violência contra a mulher, são consequências

de modelos violentos de masculinidade, oriundos de uma construção sócio-histórica das relações de gênero em nossa sociedade. E como construções, as masculinidades estão sujeitas a permanente transformação.

A violência é marcada por relações de gênero, sendo os homens a maioria tanto entre os autores como entre as vítimas. No Brasil, de 1991 a 2000, 82,8% das mortes por violência ou acidentes (mortes por causas externas) tiveram homens como vítimas. Quando se faz um recorte referente à faixa etária dos 20 aos 24 anos, a taxa de mortalidade deles é 10.1 vezes maior que a das mulheres nessa mesma faixa etária. Um dado importante ao analisar as violências sofridas por homens, é que em sua maioria elas são perpetradas por outros homens em espaços públicos, um contraponto à violência contra mulheres que em sua maioria são perpetradas por homens no espaço privado do lar (SOUZA, 2005).

De acordo com um levantamento realizado pelo Banco Mundial durante o período de isolamento social decorrente da pandemia de COVID-19, no ano de 2020 ocorreu um aumento de 22% no número de feminicídios no Brasil em comparação com o ano de 2019. Isso se dá pela maior vulnerabilidade dessas mulheres ao serem obrigadas a se isolarem em espaços confinados com seus agressores. Além disso, devido ao fechamento de equipamentos públicos e restrições à mobilidade, as mulheres vítimas de violência possivelmente tiveram menos acesso a serviços de prevenção. Esse agravamento se dá em um contexto de alto índice de violência em que, mesmo antes do início da pandemia, mais de 500 mulheres sofriam algum tipo de violência a cada hora no Brasil e pelo menos uma mulher era assassinada a cada duas horas (BANCO MUNDIAL, 2020).

Assim, compreende-se que as violências baseadas em gênero são um problema atravessado por fatores culturais e sociais e as soluções para coibi-las não devem se restringir à responsabilização penal dos autores, devendo abarcar intervenções que se voltem para alterar as causas e não apenas os efeitos da desigualdade de gênero.

Como tudo que é cultural, e não natural, a violência contra mulher foi construída e logo pode ser desconstruída. Não é do biológico a violência de gênero, é a dimensão sociopolítica do corpo. Pensar no combate e prevenção às violências sem pensar em processos socioeducativos transformadores com os maiores agentes dessa violência é não tratar a causa raiz do problema: a desigualdade de gênero.

ATIVIDADE 8

O QUE É VIOLÊNCIA?

Objetivos

Identificar diferentes tipos de violência e refletir sobre tipos particulares de violência que acontecem nas famílias e nos relacionamentos íntimos.

Materiais necessários: Folhas grandes de papel, canetas ou lápis, fita adesiva e cópias da Folha de Apoio 8.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas de planejamento: Revise os estudos de caso da Folha de Apoio 8 e se- lecione até 4 histórias para discutir durante a atividade. Os estudos de caso descrevem diversos exemplos de violência, incluindo violência de homens contra mulheres, de mulheres contra homens e outras mulheres e pais que usam violência contra seus filhos. Se necessário, você pode fazer adaptações ou criar novas histórias. Se o grupo puder dedicar mais de uma seção a esta atividade, você poderá fazer a discussão de todas as histórias em sessões.

Antes de apresentar esta ou a outra atividade sobre violência, você deve fazer uma pesquisa local sobre informações relevantes, incluindo a existência de leis e suporte social para todos que sofreram violência. Também esteja preparada para encaminhar a participante para serviços apropriados se ela revelar ter sido vítima de violência ou abuso.

Procedimento

- * Explique às participantes que o objetivo desta atividade é promover uma discussão sobre os diferentes tipos de violência que existem.
- * Divida as participantes em 3 ou 4 grupos menores. Cada um dos grupos receberá uma folha de flip-chart. As participantes deverão escrever qual a definição de violência, refletindo sobre o que isto significa para elas. Para os grupos pouco letrados, pode-se ainda desenhar o que violência significa.
- * Peça aos grupos, um a um, para apresentar as suas definições de violência. Destaque as principais ideias e conceitos-chave de cada um dos grupos e coloque-os num grande pedaço de papel ou num quadro de giz.
- * Introduza a ideia (a partir das definições levantadas pelo grupo) de que os atos de violência podem ser divididos em três categorias: física, emocional/ psicológica e sexual (ver caixa sobre formas de exercer a violência na introdução deste capítulo).

- * Dê a cada grupo uma história. Peça às participantes para lerem a história ou ler as histórias em voz alta. Dê cerca de 15 a 20 minutos para discussão sobre os tipos de violência que aparecem nas histórias.
- * Peça a cada grupo para apresentar sua história e suas reflexões e depois abra para debate com as perguntas para discussão.

PASSO OPCIONAL: Para que as participantes compreendam melhor o processo dos diversos tipos de violência de modo mais visual, pode-se desenhar uma árvore, com raízes, tronco e galhos. Deste modo, nas raízes podem ser escritas as várias causas, no tronco, os tipos de violência e nos galhos, as consequências/efeitos.

Perguntas para discussão

- * Estas situações podem acontecer na realidade?
- * Existem violências que estão relacionadas ao sexo da pessoa? Qual o tipo de violência mais comum praticada contra as mulheres? E contra os homens?
- * Apenas os homens são violentos ou as mulheres também são? Qual o tipo de violência mais comum que as mulheres usam contra outras pessoas? É o mesmo tipo que os homens usam?
- * Quais são os tipos de violência mais comuns que ocorrem em um relacionamento íntimo?
- * Alguma pessoa, seja homem ou mulher, "merece" apanhar ou sofrer algum tipo de violência? Por quê?
- * Existe alguma relação entre poder e violência? Explique. (Veja Link abaixo). (Incentive as participantes a pensarem sobre os diferentes tipos de poder que uma pessoa pode ter sobre outra e a relação disto com violência. Se ajudar, refira-se à "**Atividade 1: Pessoas e Coisas**").
- * Quais são as consequências da violência para os indivíduos? Para o casal? Para a comunidade?
- * O que você aprendeu com esta atividade? Você aprendeu alguma coisa que poderia ser aplicada em sua própria vida ou relacionamentos?

Fechamento: No seu nível mais básico, a violência é uma forma de exercer controle ou poder sobre outra pessoa. A violência acontece quando alguém abusa de uma situação de poder. Quando falamos sobre violência, pensamos principalmente na agressão física. É importante, entretanto, pensar em outras formas de violência, assim como em contextos e circunstâncias diferentes em que a violência acontece. Seja contra mulheres, crianças, homens, idosos, indivíduos de diferentes grupos religiosos, identidade racial ou orientações sexuais, a violência

é sempre uma violação dos direitos humanos. A violência contra a mulher está enraizada no desequilíbrio de poder que existe entre homens e mulheres. Isso acontece por causa dos papéis de gênero, ou seja, dos papéis atribuídos aos homens ou às mulheres. Por exemplo, o homem não somente tem mais força fisicamente, mas também a ele é conferido um poder que resulta de posição social, incluindo o poder financeiro, sobre a mulher. O poder também surge a partir da diferença de geração, por exemplo, entre irmão mais velho e irmã (que também tem componente de gênero) ou entre pai e filho ou filha.

Link – Manual

O link entre violência e poder pode ser explorado na "**Atividade 1: Pessoas e Coisas**".

FOLHA DE APOIO 8

Histórias para discussão

William convidou Suzana para passear. Conversaram um pouco, lancharam e William a convidou para ir a um motel, dizendo que ele tinha dinheiro para passarem algumas horas lá. Suzana disse que sim. Eles foram para o motel e começaram a se beijar. William começou a tirar sua roupa. Mas Suzana disse a ele que não queria transar. William ficou furioso. Disse a ela que havia gastado muito dinheiro com o quarto, e falou: "O que é que os meus amigos vão dizer?" Ele queria forçar uma barra para convencê-la. (Retirado da atividade "O Bastão Falante" do Manual "Da Violência para a Convivência" do Programa H).

Maria namora Ricardo há poucos meses. Recentemente, Ricardo começou a questionar o seu comportamento. Ele sempre pergunta a Maria com quem ela conversa na aula, por que ela não estava em casa quando ele ligou e por que ela passa parte do seu dia conversando com suas amigas, quando poderia estar com ele. Maria tenta não dar muita atenção a estes comentários, mas ultimamente Ricardo tem falado de forma rude e muito nervoso. Tem xingado e gritado com ela nos corredores da escola e depois pede desculpas. Na noite passada, ele bateu nela. Ele diz que está chateado porque ele a ama, mas ela "o deixa louco" de ciúmes.

Isadora está namorando há 1 ano. Recentemente, o namorado dela tem falado que ela está acima do peso e que está com vergonha de sair com ela. Ele faz comentários o tempo todo sobre o corpo de outras mulheres e o quanto Isadora ficaria mais sexy se perdesse peso. Ele mal a deixa comer. Ele diz que quando ela emagrecer, eles poderão noivar.

Fernanda mal tinha começado o Ensino Médio quando conheceu João. Ele era diferente dos outros caras que ela já tinha conhecido. Foi o primeiro amor da vida dela e ela queria passar todo seu tempo livre com ele. Parou de sair com suas amigas e as suas notas caíram. Ela estava mentindo constantemente para seus pais sobre com quem estava e, por isso, não poderia vê-lo o tempo todo. Ele era muito ciumento e Fernanda não poderia ter nenhum amigo homem sem que ele ficasse com raiva. Depois de saírem por dois meses, eles começaram a brigar muito porque ela não queria transar com ele. Um dia eles tiveram uma briga feia e ele bateu nela.

Renata e João estão namorando há alguns meses. Renata ainda está cursando o Ensino Médio e João se formou no ano passado. Desde então, João tem tentado encontrar um emprego estável, mas não tem tido sorte. Ultimamente, Renata tem feito comentários sobre o ex-namorado, dizendo que ele tinha um bom emprego, que sempre a levava para bons restaurantes e comprava presentes para ela. Ela começou a chamar João de preguiçoso e burro, dizendo que se ele fosse um "homem de verdade" ele já teria arrumado um emprego.

Ana tem 21 anos de idade e mora numa cidade turística. No ano passado, ela conheceu um estrangeiro, banqueiro, com quem começou a namorar. Ela não contou sobre o namoro para sua família. Apesar de ser mais velho, ela gostava de sair com ele especialmente quando ele levava para restaurantes caros e boates chiques. No fim de sua viagem, ele a convenceu a acompanhá-lo a seu país de origem. Ele prometeu que seria fácil conseguir um emprego, e Ana aceitou o convite. Depois de chegar lá, ele imediatamente pegou seu passaporte e mostrou-se extremamente controlador, e às vezes fisicamente agressivo. Ela também descobriu que ele não era banqueiro e que não tinha muito dinheiro. Ana se sentiu muito isolada, sem amigos ou família e sem conhecer a língua local. Ele a pressionou para trabalhar como *stripper*, um trabalho duro e que incluía ofertas diárias para se prostituir.

Tatiana saiu com o seu namorado, Paulo, e seus amigos para dançar. Enquanto a festa estava rolando e todo mundo dançando, Tatiana reparou que outra moça estava dançando em frente a Paulo e se aproximou cada vez mais. Tatiana entrou rapidinho para separar os dois e indicar que o Paulo andava com ela. A moça recuou. Passado um tempo, Tatiana foi tomar um trago no bar com outra amiga, deixando Paulo com os amigos. Quando ela voltou, a moça tinha voltado só que desta vez estava dançando de uma maneira muito sensual junto dele. Tatiana se irritou, largou o copo e foi atrás dessa mocinha com toda raiva, puxando o cabelo dela que estava solto.

Susana tem um filho de 11 anos, Henrique, que é muito criativo e cheio de energia. Entretanto, ele está sempre tendo problemas na escola por uma coisa ou outra. O marido de Susana, João, geralmente a culpa pelo mau comportamento do filho, dizendo que ela gasta muito tempo em seu trabalho, quando deveria estar em casa, cuidando de Henrique. Um dia, Susana e seu marido entraram em uma discussão e ele bateu nela. Machucada e nervosa, Susana deu uns tapas em Henrique, dizendo que ele era um filho ingrato que só lhe trazia problemas.



ATIVIDADE 9

CICLO DA VIOLÊNCIA

Objetivos: Discutir as consequências da violência, e a relação entre a violência que as mulheres sofrem e a que elas mesmas praticam contra outras pessoas.

Materiais necessários: Flip-chart, fita adesiva, cópias da Folha de Apoio 9A, para que as participantes recortem os retângulos, ou cinco pedaços de papel para cada participante.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento: Se alguma jovem relatar estar sofrendo ou ter sofrido recentemente algum tipo de violência (incluindo abuso sexual e psicológico) é importante conversar com ela sobre os apoios na comunidade e conversar sobre a opção de denúncia. Também é importante conhecer as leis relativas a notificação compulsória em casos de violência. Em alguns países, existem leis em que a facilitadora é obrigada a denunciar o fato às autoridades de proteção à infância e adolescência, também existem leis de notificação obrigatória para situações de violência contra a mulher, independente da idade⁸.

Procedimento

- * Antes da seção, cole cinco folhas de flip-chart na parede. Em cada folha de papel, escreva uma das cinco categorias abaixo:
 - Violências praticadas contra mim;
 - Violências que eu pratico contra os outros;
 - Violência que eu testemunhei;
 - Como me sinto quando uso violência;
 - Como me sinto quando a violência é usada contra mim
- * Explique às participantes que a proposta desta atividade é falar sobre alguma situação de violência que tenham presenciado. Revise o significado da palavra violência para este grupo de mulheres.
- * Dê a cada participante uma cópia da Folha de Apoio 9A ou cinco folhas de papel sobre a qual elas irão escrever as categorias acima.
- * Revise as cinco categorias acima e peça às participantes que reflitam sobre cada uma delas. Então, peça que escrevam um pequeno resumo dos cinco itens na Folha de Apoio 10 ou nas folhas de papel que receberam.

Não é necessário que se identifiquem. Dê 10 minutos para esta tarefa. Explique para o grupo, que não é necessário escrever muito, apenas poucas palavras ou uma frase. Em seguida, devem colar o papel nos cartazes correspondentes.

- * Após serem colocados os papéis, leia algumas respostas em voz alta.
- * Abra a discussão com as questões abaixo.

Perguntas para discussão

- * Qual o tipo de violência mais comum usado contra as mulheres?
- * Qual é o tipo mais comum de violência que uma mulher pode usar contra outras pessoas?
- * Como sabemos se de fato cometemos violência contra alguém?
- * Como nos sentimos quando praticamos violência?
- * Existe alguma relação entre a violência que cometemos e a violência que sofremos?
- * Um tipo de violência pode ser pior do que outro?
- * Como a mídia (incluindo música, rádio, cinema etc.) retrata a violência? (Veja caixa abaixo).
- * Qual é a relação entre a violência familiar, a violência nas relações íntimas e outro tipo de violência que você vê em sua comunidade?
- * Alguns pesquisadores dizem que a violência é como um ciclo, ou seja, quem é vítima de violência está mais propenso a cometer ou reproduzir atos de violência depois. O que você acha disso? Se isto está correto, como podemos interromper este ciclo da violência? (Veja a **Folha de Apoio 9B**).
- * Você acha que o homem pode ter algum papel na prevenção da violência contra a mulher?

Explique: O que você aprendeu com esta atividade? Você aprendeu alguma coisa que poderia ser aplicada em sua própria vida ou relacionamentos?

Fechamento: Muitas mulheres jovens sofreram ou testemunharam violência em algum ponto de suas vidas, normalmente praticada por homens. A violência é comumente assumida como um aspecto "natural" ou "normal" do homem. Porém, a violência é um comportamento aprendido. Meninos e homens são geralmente criados para achar que a violência é uma forma aceitável de manter controle, sobretudo sobre mulheres, de resolver conflitos e de expressar raiva. E assim como a violência é aprendida, ela pode ser desaprendida e evitada. Dessa forma, é res-

ponsabilidade de todos os indivíduos, homens e mulheres, empenharmos-nos em criar os meninos e homens, assim como as meninas e mulheres, para compreender que a violência, seja ela a violência do homem contra a mulher ou do pai contra o filho, impede que construamos relacionamentos positivos e carinhosos.

FOLHA DE APOIO 9A

- * Violência usada contra mim;
- * Violência que eu uso contra os outros;
- * Violência que testemunhei;
- * Como me sinto quando uso violência?
- * Como me sinto quando a violência é usada contra mim?

FOLHA DE APOIO 9B: MITOS E REALIDADES SOBRE A VIOLÊNCIA

MITO: É fácil reconhecer uma relação violenta.

REALIDADE: É mais difícil para as mulheres reconhecer a violência em suas próprias relações. Grande parte de sua informação acerca dos relacionamentos vem de outras pessoas e, muitas vezes, não é confiável. Esta informação também pode estar distorcida pela televisão ou pela ideia de amor romântico.

MITO: A raiva causa a violência.

REALIDADE: Aqueles que maltratam não sentem mais raiva do que o resto das pessoas, mas usam a raiva como desculpa e justificativa para o seu comportamento, com pessoas que têm menos poder do que eles. A raiva é apenas uma emoção, e pode ser usada de forma construtiva e destrutiva. Agressores não manejam os sintomas de sua raiva de forma saudável, ao invés disso praticam violências.

MITO: A violência é causada por álcool e outras drogas.

REALIDADE: Não existe uma única razão para a violência, se não muitos fatores de vulnerabilidade. Sabe-se que o álcool em si não causa a violência, já que muitos homens bebem e não são violentos. Um homem violento geralmente ficará mais violento quando beber.

MITO: Os homens são violentos por natureza.

REALIDADE: Pesquisadores sobre violência são quase todos unânimes em afirmar que existe uma base biológica limitada para o comportamento masculino agressivo. A

maior parte do comportamento masculino violento é explicada por fatores sociais e ambientais. Assim, meninos não nascem violentos. Eles aprendem a ser violentos através de mensagens que recebem do meio social. Violência é a maneira pela qual muitos homens podem aprender a resolver seus conflitos e a manter o controle sobre uma outra pessoa. Entretanto, se a violência é aprendida, ela pode ser desaprendida também.

MITO: A mídia faz com que os homens jovens se tornem violentos.

REALIDADE: Alguns estudos têm divulgado que as imagens violentas exibidas na mídia podem gerar um comportamento violento em muitos homens jovens, mas estes estudos não são inteiramente claros (McAlister, 1998). Assistir violência nos filmes ou na TV provavelmente não é a causa da violência entre rapazes, mas pode contribuir para a crença de alguns homens jovens – e em geral, de toda a sociedade – de que violência entre homens é normal, ou pelo menos legal.

MITO: Os homens violentos perdem o controle.

REALIDADE: Uma pessoa violenta não está fora de controle. Homens que dizem perder o controle ao machucar suas parceiras, não utilizam a violência em todas as ocasiões, nem com todas as pessoas. Eles são seletivamente violentos, ou seja, a violência é uma escolha.

MITO: Os homens violentos são doentes mentais.

REALIDADE: Apenas um pequeno número de homens violentos sofre de doença mental. Experiências traumáticas na infância não constituem uma doença, mas uma aprendizagem, e, por si só, não são suficientes para explicar a violência, já que muitos homens sofreram violência e não são violentos.

MITO: A violência contra mulheres jovens não é tão severa quanto contra uma mulher adulta.

REALIDADE: A violência é tão severa e provoca os mesmos efeitos nocivos tanto em mulheres jovens quanto em adultas.

MITO: Um homem jovem violento não é tão perigoso quanto um adulto violento.

REALIDADE: Um homem jovem, tanto quanto um adulto, pode causar o mesmo dano a sua parceira, namorada ou amiga, inclusive cometer homicídio.

MITO: Em uma relação de namoro não existe violência sexual.

REALIDADE: Ter uma relação sexual com uma mulher sem seu consentimento é violência sexual, ainda que seja amiga, namorada ou esposa. Este tipo de violência sexual não é determinada pelo tipo de relação, mas pela falta de consentimento para uma atividade sexual.

MITO: Uma mulher que já aceitou ter relações sexuais com alguém pode sofrer violência sexual por ele.

REALIDADE: Qualquer ocasião em que uma pessoa não queira ter relações sexuais, mas seja forçada a fazê-lo, é violência sexual. Aceitar beijos e carícias não significa aceitar ter relações sexuais. Pode-se dizer "NÃO" a um ato sexual, não importa o que o aconteceu antes.

MITO: É fácil para uma mulher deixar uma relação violenta; se ela continua no relacionamento violento é porque gosta.

REALIDADE: Existem razões pessoais, sociais, culturais, religiosas e econômicas para que uma mulher mantenha um relacionamento, mesmo que sob violência. Além disso, homens que são violentos contra suas parceiras podem criar condições que dificultam a saída da mulher deste relacionamento, incluindo ameaças (tanto contra a mulher, quanto contra a criança), pedidos de perdão, demonstração de remorso, manipulação das vítimas fazendo com que se sintam culpadas pelo que aconteceu ou dizendo que isto não vai acontecer novamente.

MITO: Quando a mulher diz não para o sexo é apenas porque ela tem vergonha de falar sim. "Não" significa talvez ou até sim.

REALIDADE: "Não" é não.

MITO: A violência é responsabilidade de quem a provoca.

REALIDADE: A violência não é resposta adequada a uma provocação, é responsabilidade de quem a exerce, já que se utiliza a violência com a intenção de dominar e controlar. Por isto, não corresponde à vítima assumir a responsabilidade pela violência, e sim ao agressor.

MITO: A violência contra mulher é um problema do casal. Ninguém deve se meter.

REALIDADE: A violência contra a mulher não é um assunto privado, já que tem consequências sociais muito graves. A violência contra a mulher é um problema de saúde pública e de direitos humanos, ou seja, é um problema de toda a sociedade. Com o apoio social, as vítimas de violência podem decidir sair do relacionamento violento.

MITO: As mulheres estão mais seguras em casa; correm mais riscos entre estanhos ou fora de casa.

REALIDADE: Ao contrário da visão de que a família representa um refúgio, mulheres jovens e adultas podem correr mais riscos em suas próprias casas e por parte de alguma pessoa que conhecem.

MITO: Mulheres cometem violência contra os homens, tanto quanto estes contra elas.

REALIDADE: Quando há violência em um relacionamento entre homens e mulheres, geralmente a que comete o homem é a mais severa. A violência cometida pela mulher, em geral, é em resposta a algum tipo de violência sofrida. Além disso, quando mulheres recorrem a violência geralmente seu parceiro reage com mais violência.

MITO: Quem se comporta mal merece apanhar.

REALIDADE: Nenhuma pessoa merece ser machucada, não importa o que tenha feito. Não importa quais sejam as circunstâncias, a violência não pode e não deve ser justificada.

MITO: A violência é um problema de famílias pobres e sem educação.

REALIDADE: A violência atinge a todos os grupos demográficos – sem considerar raça, cor, classe, orientação sexual, ocupação ou educação.

MITO: Mulheres provocam a violência sexual pelo jeito que se comportam: ao usarem roupas provocativas, ao tomarem drogas, ao saírem às ruas à noite, etc.

REALIDADE: Ninguém pede para ser vítima de violência sexual. O agressor é o único responsável pelo crime.

MITO: A maioria das agressões sexuais é cometida por pessoas desconhecidas.

REALIDADE: A maioria é cometida por alguém que a vítima conhece. Uma grande parte das violências ocorrem dentro da casa da vítima ou na casa de um amigo, vizinho ou familiar.

MITO: São as mulheres que criam os homens, por isso as mulheres são responsáveis pelo comportamento violento deles.

REALIDADE: Apesar de que muitas vezes a mãe é a pessoa que tem mais contato com o filho, não é só a mãe que ensina o filho. Outros membros da família, amigos, professores e a comunidade também ensinam as normas de comportamento dos homens. Isto significa que toda a sociedade promove um tipo de comportamento que leva certas pessoas a praticarem atos violentos, mas as pessoas contribuem com a manutenção ou mudança de valores atribuídos à violência.

ATIVIDADE 10

ROMPENDO O SILÊNCIO E PROCURANDO AJUDA



Objetivos: Refletir sobre a cultura do silêncio que existe em relação à violência nas famílias e nos relacionamentos e discutir o que as pessoas podem fazer quando estão em uma situação de violência ou quando elas conhecem alguém que vive um relacionamento deste tipo.

Materiais necessários: Flip-chart e marcadores.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento: Como em outras atividades sobre violência, é importante pesquisar as organizações de suporte existentes na comunidade, onde uma mulher poderia buscar ajuda caso sofresse alguma situação de violência. A lista poderia incluir hospitais, clínicas e grupos de apoio que trabalham especificamente com a questão da violência de gênero, recomendando trabalho social e psicológico adequado, ou outros recursos disponíveis. Se possível, crie um folheto listando estes recursos e o distribua no fim da atividade.

Durante a atividade preste bastante atenção na reação das pessoas e se alguém precisa de alguma atenção especial para o assunto.

Procedimento

- * Faça uma revisão com as participantes do que é violência, as formas de violência e as consequências que uma relação violenta pode ter na vida de uma mulher (baseie-se na introdução desta seção).
- * Divida as participantes em dois grupos e diga-lhes que elas terão 25 minutos para criar uma história que será representada por elas. Peça ao primeiro grupo para criar uma história que represente uma pessoa que está enfrentando uma situação de violência e que está pensando em falar com alguém sobre isso. Diga-lhes para pensar nos dilemas e preocupações que esta pessoa pode ter ao tentar "quebrar o silêncio". Peça ao segundo grupo, que crie uma história que apresente os desafios de uma pessoa para se aproximar de alguém que está enfrentando uma situação de violência e tentar ajudá-la. Diga-lhes para pensar nos problemas e nas preocupações que uma pessoa pode ter ao tentar ajudar uma pessoa, seja um amigo, um parente, colega de trabalho ou vizinho.
- * Peça aos dois grupos para ler ou apresentar suas histórias ao grupo todo e abra uma discussão com as perguntas listadas abaixo.
- * Depois da apresentação e da discussão em grupo, peça que listem todos os recursos que elas conhecem em sua comunidade para apoio a mulheres que estão enfrentando uma situação de violência. Você pode apresentar a questão: "Se você acha que sua amiga está em um relacionamento violento e precisa de ajuda, quem, ou onde você diria para ela ir e pedir ajuda?". Quando as participantes colocarem os nomes dos recursos, escreva-os no quadro. O facilitador deve, também, mencionar lugares onde as mulheres jovens podem buscar ajuda e distribuir as listas com esses locais.
- * Use as questões abaixo para facilitar a discussão.

Perguntas para discussão

- * Por que há momentos em que as mulheres não querem falar sobre a violência em suas vidas?
- * Por que alguém continuaria em um relacionamento violento? Essas razões são diferentes para uma mulher jovem e uma mulher adulta? A dependência econômica influencia o fato de uma mulher permanecer em um relacionamento violento? Como?
- * Em geral, quando vocês são violentas ou quando sofrem violência, conversam sobre isto com alguém? A quem vocês contam? Vocês costumam conversar sobre como se sentem? Se não, por que não?
- * Vocês acham que homens vítimas de abuso enfrentam os mesmos desafios que as mulheres? Por quê?

- * Como você se sente ao saber que uma amiga ou alguma pessoa que você conhece está sofrendo violência?
- * Como você pode ajudar uma amiga que sofreu violência ou agressão?
- * Quais são os passos que alguém em um relacionamento violento pode dar para poder se manter segura?
- * Quais são os passos que alguém pode dar para ajudar uma outra pessoa que está em um relacionamento violento? O que você aprendeu com esta atividade? Você aprendeu alguma coisa que poderia ser aplicada em sua própria vida ou relacionamentos? Você fará mudanças como resultado desta atividade?

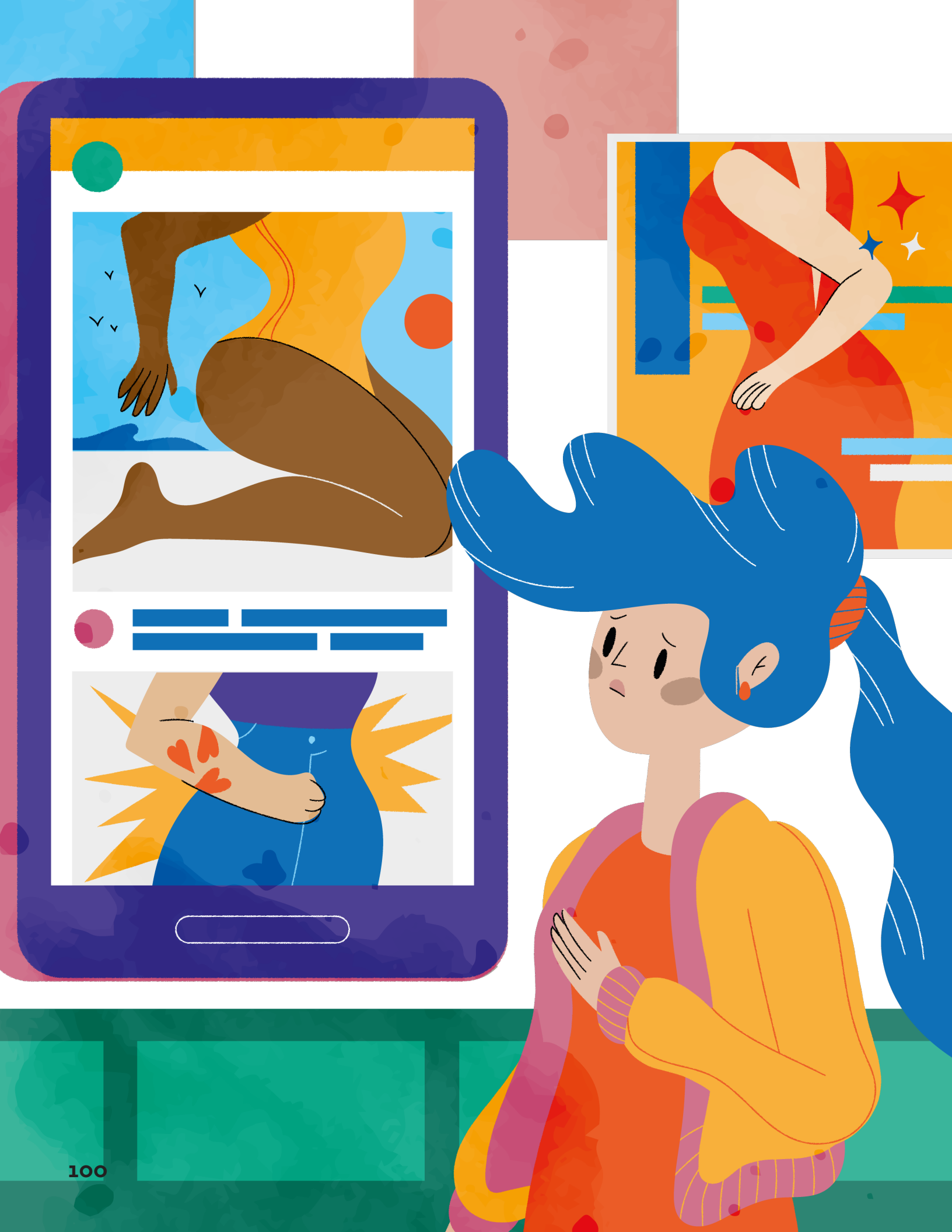
Fechamento: Pode ser muito difícil para as mulheres que sofrem violência falar abertamente sobre isso e procurar ajuda. Algumas mulheres temem que seus parceiros se vinguem delas, se elas buscarem ajuda ou tentarem abandoná-los. Outras podem se sentir obrigadas a permanecer em um relacionamento abusivo se forem casadas e/ou se houver crianças envolvidas. Para algumas mulheres, as consequências econômicas de abandonar um parceiro íntimo masculino podem pesar mais que o sofrimento emocional e físico. Por fim, existem vários fatores que podem influenciar a reação de uma mulher à violência. É importante não julgar as mulheres que não abandonam relacionamentos em que sofrem violência, mas tentar pensar em como podemos ajudar essas mulheres, bem como os homens, a entender as consequências da violência e a importância de criar comunidades onde possamos viver livres de violência.

Link – Manual

A "**Atividade: Aprendendo sobre os direitos humanos**" oferece a oportunidade para as participantes desenvolverem um plano de ação que apoia as mulheres que sofreram violência.

Link – Vídeo

Em "Era uma vez outra Maria" uma das jovens sofre violência sexual. O que ela faz depois que isso acontece? Para quem ela fala sobre o assunto? Que opções e direitos uma mulher jovem tem em uma situação como esta?



4

CORPO E SEXUALIDADE

Conhecer nosso corpo e suas sensações de prazer e desprazer é essencial para nosso bem-estar, favorece nossa autonomia e auto-cuidado, além de ser um direito de todo ser humano. Todos, sem exceção, têm direito ao conhecimento e cuidado de sua integridade corporal, mental, sexual e reprodutiva. Isto inclui não somente o funcionamento dos órgãos sexuais e reprodutivos, bem como o fato de reconhecer expressões e afetos e as diferentes dimensões do corpo, incluindo a emocional e erótica.

Mulheres e corpos

Quem tem o direito e o poder de decidir acerca de tudo o que afeta positiva ou negativamente nosso corpo? Não há dúvida de que as decisões sobre seu corpo cabem a cada mulher. No entanto, a imagem e as decisões sobre o corpo feminino são influenciadas pelas normas culturais rígidas. A sociedade exerce um papel fundamental na formação da imagem de nossos corpos. O que esconder, o que mostrar, o que podemos tocar, o que é considerado nojento ou sagrado, nossa maneira de sentar e posicionar as pernas, tudo isto é influenciado por normas culturais e, na maioria das vezes, variam para homens e mulheres.

Em algumas regiões do mundo, existem fortes proibições que impedem que as mulheres conheçam, toquem ou mostrem seu corpo e tomem decisões que dizem respeito a sua sexualidade. Muitas mulheres são educadas desde cedo a reprimirem o prazer e a se sentirem culpadas em relação a sua sexualidade, através de normas culturais que dizem, por exemplo: "Feche as pernas!", "Sente-se direito!", "Meninas não fazem isso!", "Menstruação é suja!", "O prazer é pecado!", "Mulheres sem filhos não são mulheres de verdade!". Essas normas e outras que proíbem mulheres jovens de tocarem e conhecerem seus corpos podem fazer com que tenham dificuldade de tomar decisões, como quando e com quem ter relações sexuais, quando engravidar, uso do preservativo e métodos contraceptivos, entre outras. Para algumas mulheres, o toque do parceiro, em vez de ser motivo de prazer, e o de médicos, em vez de associado ao cuidado com a saúde, pode gerar constrangimentos ou desconforto. Além disso, em muitas culturas, o corpo feminino é subjugado aos desejos masculinos. É o homem quem escolhe o momento de ter relações sexuais e lhes é dado, até mesmo, o direito de agredir a mulher caso esta não cumpra seus desejos.

Mulheres e sexualidade

A relação das mulheres com seus corpos influencia diretamente a maneira como expressam e percebem sua sexualidade. A sexualidade humana não é um fenômeno apenas biológico - é formada também por aspectos culturais e psíquicos, e é experimentada de maneira diferente por cada indivíduo e em diferentes fases da vida. Não é necessário que tenhamos um relacionamento com outra pessoa para que possamos viver nossa sexualidade. Ambos, a sexualidade e o prazer, podem ser experimentados de várias formas: fisicamente, emocionalmente, espiritualmente e intelectualmente. A sexualidade fornece energia para todas as atividades humanas, incluindo sexo, amizade, artes, entre outras atividades criativas.

Normas socioculturais sobre o corpo e a sexualidade são geralmente distintas para homens e mulheres. Em muitas sociedades, a sexualidade masculina é representada como impulsiva e incontrolável. Ser viril e ter relações sexuais antes do casamento representam ritos de passagem para o mundo adulto. Isso não se aplica para as mulheres, que devem ser recatadas e responsáveis por controlar seu desejo sexual. Estas normas sociais podem gerar dúvidas e ansiedades sobre nossos corpos e comportamentos, além de interferir na livre e saudável expressão de nossa sexualidade.

Outro exemplo de contrastes em relação às diferentes expectativas para mulheres e homens que podem afetar a expressão de sua sexualidade está relacionado à masturbação. Enquanto as normas sociais são geralmente permissivas a esta prática

relacionada ao homem, elas geralmente restringem ou condenam esta prática por mulheres. Tocar o corpo, sentir suas sutilezas, perceber desejos, prazer e dor são formas de conhecer o corpo e favorece a expressão e o desfrute da sexualidade de forma plena.

A sexualidade se manifesta de maneira diferente em diferentes fases de nossa vida. A adolescência, em particular, é tempo de transformações corporais e psicológicas e de intensificação dos desejos. É também tempo de autoconhecimento, de dúvidas e decisões sobre que fronteiras do corpo serão mantidas ou superadas no jogo dos afetos. Nesta fase é importante o estímulo ao autoconhecimento e a autoafirmação, para que as mulheres jovens aprendam no futuro a tomar decisões que vão ao encontro de seu bem-estar. As preocupações com o peso e a aparência são bastante significativas neste momento, sobretudo aquelas relacionadas à estética, mais do que à saúde. Neste caso, demonstrar a normalidade das diferenças pode ser reconfortante. Nesta fase, é fundamental refletir sobre como os meios de comunicação determinam os padrões de comportamento e beleza que contribuem para a exclusão das pessoas, cuja aparência não corresponde ao esperado. As mulheres jovens devem ser estimuladas a não aceitar de forma passiva as mensagens negativas contra seus corpos. Praticar esportes ou outras atividades físicas pode gerar um sentido de autonomia e maior mobilidade, além de ajudá-las a se sentir cómodas com a própria imagem corporal (Green, 2004). Quando se mantém ativas fisicamente, começam a apreciar seus corpos e o que são capazes de fazer, em vez de se focarem em sua aparência. É importante liberar-se da imagem de perfeição e não seguir regras de revistas que falam sobre comportamento e beleza. Relacionar-se respeitosamente com pessoas de diversos grupos étnicos, raciais, tamanhos, capacidades e orientação sexual pode ajudá-las a mudar ideias limitadas sobre beleza e o corpo e apreciar as diferenças.

NOTA PARA A FACILITADORA: O corpo e a sexualidade, embora cada vez mais discutidos, ainda continuam a ser assuntos tabus em muitas culturas. Para quem trabalha com a sexualidade é condição básica aceitar a diversidade e respeitar às diversas opiniões e experiências. É fundamental abrir um espaço em que as jovens se sintam à vontade para dar sua opinião, discutir e refletir criticamente sobre todas essas questões. No entanto, falar sobre o assunto, não significa contar nossas experiências. A facilitadora pode estimular que as participantes reflitam sobre suas atitudes, coloquem suas dúvidas, sem que as participantes revelem suas próprias histórias. E lembre-se, a informação é importante, mas não é suficiente. Além do conhecimento sobre métodos anticoncepcionais, por exemplo, em matéria de sexualidade, é importante conversar abertamente sobre fantasias, curiosidades, medos e preconceitos relacionados às experiências sexuais. Devemos falar de sexo, responder as perguntas, respeitando a diversidade de opiniões e os limites de cada um.

ATIVIDADE 11

ESTE É MEU CORPO

Objetivos: Refletir sobre a importância de ver, reconhecer e tocar nosso corpo para cuidar de nossa saúde e bem-estar.

Materiais necessários: Espaço amplo, música suave (opcional).

Tempo recomendado: 1 hora e meia.

Notas para planejamento: É importante que esta técnica seja realizada em um espaço que garanta a privacidade das participantes, para que possam se sentir confortáveis ao falar sobre seus corpos. Se este espaço não estiver disponível, o facilitador deve considerar desenvolver o passo alternativo descrito abaixo, que sugere apresentar e discutir imagens de corpos e beleza feminina. É conveniente que a facilitadora tenha participado antes deste exercício.

Procedimento

- * A facilitadora deve pedir às participantes que sentem em círculo no chão (de preferência, cubra-o com tapetes, cobertores ou colchonetes).
- * Peça às participantes que fechem seus olhos e respirem suave e profundamente até se sentirem relaxadas.
- * Com voz lenta e suave, explique às participantes que elas irão tentar perceber as sensações surgidas ao tocarem diferentes partes de seu corpo. É importante que mantenham os olhos fechados e que realizem somente o que se sentirem cómodas para fazer.

Para que as participantes busquem perceber as sensações que o toque provoca, mencione as seguintes partes do corpo: cabeça, testa, olhos, bochechas, orelhas, nariz, lábios, queixo, pescoço, peito, barriga, braços, mãos, dedos, cintura, genitais, nádegas, pernas, joelhos, pés e dedos do pé. Assegure-se de estar usando os termos mais comuns e conhecidos para estas partes do corpo, no contexto em que está trabalhando.

PASSO OPCIONAL: Ponha música suave durante a realização deste exercício.

- * É importante observar o grupo atentamente, para verificar as reações de cada participante.
- * Peça para as participantes respirarem lentamente e abrirem os olhos.
- * Abra a discussão com as questões a seguir.

PROCEDIMENTO ALTERNATIVO: Peça às participantes para modelarem com argila ou desenharem seu corpo. Ao mesmo tempo, solicite que mantenham um diálogo com seu corpo e procurem entender o que ele diz: o que sentem ao modelar ou desenhar seu corpo? O que gostou de modelar em seu corpo? O que não gostou? O que pede seu corpo?

Em pares ou pequenos grupos de 3 a 4 pessoas, peça que compartilhem o que descobriram de si mesmas. Peça a cada uma para refletir por um momento sobre de que maneira a sociedade influencia a relação do próprio corpo com a sexualidade.



Perguntas para discussão:

Como vocês se sentem agora? Que tipo de sentimentos e sensações esse exercício traz?

- * Você sente alguma coisa diferente em seu corpo? Alguma dor ou desconforto? Percebeu algo?
- * Que partes do corpo tiveram mais dificuldade de tocar?
- * Puderam identificar emoções ao tocar alguma parte de seu corpo? Que tipo de emoções?
- * As mulheres, de maneira geral, conhecem o próprio corpo? Por quê? Conhecer o próprio corpo é importante? Por quê?
- * Como uma mulher jovem pode construir uma relação melhor com seu corpo?
- * O que você aprendeu com esta atividade? Você aprendeu alguma coisa que poderia ser aplicada em sua própria vida ou relacionamentos?

Fechamento: O objetivo desta atividade é ajudar a conhecer um pouco mais nossos corpos e a pensar sobre como o modo como percebemos nosso corpo está relacionado com nosso bem-estar de diversas formas, do conforto em expressar nossa sexualidade a como negociar sexo seguro e prazer com o parceiro. É importante refletir sobre o desconforto que podemos sentir ao tocar certas partes de nosso corpo e as razões para este desconforto.

ATIVIDADE 12

O CORPO FEMININO NA MÍDIA E SOCIEDADE

Objetivos: Promover uma reflexão sobre a influência dos meios de comunicação na forma como as mulheres jovens percebem seu próprio corpo.

Materiais necessários: Revistas, jornais, marcadores, cola ou fita, tesouras, e flip-chart.

Tempo recomendado: 1 hora e meia.

Notas para planejamento: Revisar previamente o material necessário para esta atividade, incluindo revistas atuais de grande circulação sobre moda, beleza, programas de televisão em geral.

Procedimento

- * Peça as participantes que formem grupos de 4 integrantes cada um.
- * Distribua o material e peça que montem um cartaz que represente como são as mulheres jovens hoje em dia. Dê 20 minutos para que as participantes recortem e colemb.
- * Peça-as para que exponham seu trabalho.
- * Em plenária, estimule as participantes a discutirem sobre as imagens das mulheres nos meios de comunicação: Como são representadas as mulheres na mídia? Como a mídia forma a percepção que elas têm de seu próprio corpo?
- * Como a mídia forma a percepção que elas têm de sua beleza?
- * Peça agora, que as participantes retornem para sua equipe e realizem uma colagem com imagens de mulheres interessantes que não cumpram os estereótipos de beleza esperados. Dê mais 20 minutos.
- * Novamente em plenária, pergunte se as participantes tiveram alguma dificuldade para encontrar mulheres interessantes alternativas à mídia.
- * Utilize as questões abaixo para facilitar a discussão.

Perguntas para discussão

Como, geralmente, é a imagem do corpo feminino retratada na mídia?

- * De que maneira a mídia influencia a percepção que você tem sobre seu corpo e beleza? Existe uma relação entre o que vocês gostam e ou o que vocês gostariam de mudar em seu corpo e na imagem do corpo feminino retratado pela mídia?
- * As mulheres que aparecem na mídia são representativas da maioria das mulheres que compõem a sociedade?
- * Quais podem ser as consequências da criação social da imagem de um corpo perfeito?
- * As mulheres, de uma maneira geral, têm uma boa relação com o próprio corpo? Por quê? Como podemos melhorar nossa relação com o corpo?
- * Por que é importante para uma mulher se sentir confortável com o próprio corpo?
- * Como a relação de uma mulher com seu próprio corpo pode afetar sua relação com os outros?
- * De que maneira família, escola, amigas, homens também influenciam na percepção que as mulheres têm sobre seu próprio corpo?

- * Existe alguma forma de mudarmos isto? O que podemos fazer para não nos deixar influenciar pela imagem de um corpo perfeito?
- * O que você aprendeu com esta atividade? Você aprendeu alguma coisa que poderia ser aplicada em sua própria vida ou relacionamentos?

Fechamento: Para muitas de nós, aprender a reconhecer e valorizar o corpo é um processo que leva a vida inteira. Esse processo começa com a compreensão de como os ideais culturais sobre o corpo de mulher podem distorcer nossa percepção de nosso próprio corpo e com o reconhecimento da diversidade de belezas que existem e que deveriam ser valorizadas entre as mulheres. É importante ter em consideração que modelos de beleza são construções sociais que mudam através do tempo e entre as sociedades. Atualmente, por exemplo, existe uma obsessão pelo corpo magro em muitas sociedades. É importante questionar os modelos de beleza promovidos pela mídia, pela sociedade e pelo mercado (redução dos manequins ou tamanhos das roupas, cirurgias plásticas). A alimentação saudável, junto a prática regular de exercícios se constituem como práticas de autocuidado, que convidam a construção de uma outra relação com o corpo, baseada em gentileza, cuidado e autoamor.



ATIVIDADE 13

COMO OS HOMENS E AS MULHERES SE EXPRESSAM

Objetivos: Sensibilizar e refletir sobre como os padrões de gênero influenciam a forma de mulheres e homens se expressarem.

Material necessário: Um espaço amplo.

Tempo recomendado: 1 hora e meia.

Notas para planejamento: Nenhuma.

Procedimento

- * Peça às participantes que caminhem pela sala, em silêncio, percebendo o movimento do seu corpo enquanto caminham (pés, pernas, braços, mãos, tronco, pescoço e cabeça). Durante a caminhada, diga-lhes que caminhem "forte", "suave", "rápido", "devagar". Peça que cada uma olhe nos olhos das companheiras, estabelecendo um vínculo.
- * Peça que formem duas filas, uma de frente para outra.
- * Explique-lhes que você dirá uma palavra e que cada uma deverá fazer uma estátua que represente a palavra mencionada: uma fila deverá fazer uma estátua que represente como uma mulher expressaria a palavra, e a outra fila deverá fazer uma forma que represente como o homem a expressaria.
- * Peça que fechem os olhos e diga cada uma das palavras abaixo:
 - Beleza
 - Força
 - Raiva
 - Sexualidade
 - Gentileza
 - Amor
 - Poder
- * Depois de cada estátua feita, as participantes devem abrir os olhos, observar e comentar as semelhanças e diferenças entre a estátua que fez e a da pessoa à sua frente.
- * Use as questões abaixo para explorar melhor as semelhanças e diferenças entre as estátuas feminina e masculina e fazer o link com a vida das participantes e seus relacionamentos.

Perguntas para discussão

- * Como foi tentar se expressar como homem?
- * Qual foi a representação mais difícil?
- * Que semelhanças e diferenças notaram entre as "estátuas-mulheres" e as "estátuas-homens"?
- * Em que representação houve mais diferença, em que representação houve mais semelhança?
- * Como isto está relacionado à forma como os homens e as mulheres são educados?
- * Como as semelhanças e diferenças influenciam a vida íntima e relacionamentos entre homens e mulheres?
- * O que aprendemos durante esta atividade? Existe algo que poderia ser aplicado em nossas próprias vidas e relacionamentos?

Fechamento: A maneira como meninos e meninas são criados influencia a forma como nos expressamos. Desde muito pequenas, somos ensinadas a como devemos nos comportar. Por exemplo, as meninas normalmente aprendem que podem chorar e ser gentis, enquanto os meninos aprendem que não devem chorar nunca e que devem ser sempre durões. Somos também ensinadas a sentar com pernas fechadas ou cruzando-as. É possível também que nos proibam de fazer muitos ruídos, ou que riamos mais alto e, até mesmo, a fazer esportes. A construção de relações baseada em equidade requer que todos os indivíduos tenham espaço para expressar-se livremente, e se conectar com suas dimensões de fortaleza e vulnerabilidade. É importante que ambos, homens e mulheres, aprendamos a nos expressar de diversas formas. Por exemplo, se as mulheres puderem mostrar força e os homens gentileza isso nos fortalecerá como indivíduos e nos ajudará a nos relacionar melhor.

ATIVIDADE 14

O CORPO DO HOMEM E O DA MULHER

Objetivos: Discutir e oferecer informações sobre os órgãos sexuais e os sistemas reprodutores feminino e masculino.

Material necessário: Cartões ou pedaços pequenos de papel, lápis ou canetas, uma cópia das Folhas de Recursos 14A, 14B e 14C e um número suficiente de cópias das Folhas de Recursos 14D, 14E e 14F para distribuir entre todas as participantes.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento: As participantes podem não se sentir confortáveis para fazer perguntas sobre os corpos e os órgãos sexuais de homens e mulheres. Se isso ocorrer, pode ser útil convidá-las a escrever as perguntas em pequenos pedaços de papel que serão coletados e lidos em voz alta para a discussão.

Procedimento

- * Antes da sessão, escreva as palavras a seguir nos cartões ou pedaços de papel pequenos: canal deferente, pênis, uretra, canal epididimário, testículo, escroto, próstata, vesícula seminal e bexiga. Nos mesmos pedaços de papel, escreva a descrição de cada uma dessas palavras como elas aparecem na **Folha de Recursos 14F: Os órgãos Sexuais e o Sistema Reprodutor Masculino**. Em outros pedaços de papéis, escreva as palavras a seguir: ovário, trompas de falópio, útero, colo, vagina, grandes lábios, pequenos lábios, orifício vaginal, clitóris e orifício urinário. Escreva a descrição de cada palavra no mesmo pedaço de papel conforme apresentado nas **Folhas de Recursos 14D e 14E: Os órgãos Sexuais Internos e Órgãos Sexuais Externos Femininos**.
- * No início da sessão, divida as participantes em dois grupos. Dê a um grupo uma cópia da Folha de Recursos 14B e o conjunto de pedaços de papel com os nomes e as descrições do sistema reprodutor feminino. Dê ao outro grupo uma cópia da Folha de Recursos 14A e 14C e o conjunto de pedaços de papel com os nomes e as descrições do sistema reprodutor masculino.
- * Explique a cada grupo que elas devem ler as palavras e as descrições que receberam e tentar atribuir nomes às diferentes partes do desenho da genitália e do sistema reprodutor feminino e masculino.
- * Dê aos grupos 10 minutos para discutir e atribuir nomes às figuras.
- * Peça aos grupos para apresentar suas figuras e explicar as respostas. Enquanto cada grupo apresenta sua figura, estimule as participantes a fazer perguntas e correções.

- * Distribua cópias das Folhas de Recursos 14C, 14D e 14G às participantes e revise o conteúdo com elas.
- * Revise a **Folha de Recursos 14E: Perguntas comuns sobre os órgãos sexuais e o sistema reprodutor feminino**. Mesmo se as participantes não apresentarem dúvidas, é importante que elas recebam essas informações.
- * Estimule a discussão com as perguntas abaixo.

PASSO OPCIONAL: Convide as participantes a escrever perguntas adicionais sobre os corpos femininos e masculinos em pedaços de papel. Eles podem ser colocados em uma caixa ou uma bolsa e, então, selecionados de um em um para a discussão.

Perguntas para a discussão

- * Quais são os órgãos genitais mais difíceis de identificar? Por quê?
- * Vocês acham importante para as mulheres jovens saber o nome e a função dos órgãos genitais femininos? Por quê?
- * Vocês acham importante para as mulheres jovens saber o nome e a função dos órgãos genitais masculinos? Por quê?
- * Que outras informações sobre os corpos da mulher e do homem são importantes?
- * As mulheres jovens geralmente têm informações sobre esses assuntos? Por que e por que não?
- * O que vocês podem fazer para garantir que as pessoas em suas comunidades tenham informações mais precisas sobre esses assuntos?

Fechamento: Como mulheres, temos o direito de conhecer e de compreender plenamente nossos corpos. A compreensão do sistema sexual e reprodutivo é importante para que possamos ter uma vida sexual gratificante, incluindo a prevenção de gravidez não-planejada e de ISTs (infecções sexualmente transmissíveis), além de uma vida reprodutiva saudável.

Link - Vídeo

Em "Era uma vez outra Maria", identifique e discuta as diferenças nas cenas de masturbação envolvendo a personagem feminina principal e seu irmão. Será que tanto as mulheres como os homens têm desejo sexual? Existe alguma diferença? Será que mulheres e homens se excitam da mesma forma? A sociedade trata o desejo sexual do homem e da mulher de maneira igual? Em caso não, por quê? Qual a ligação entre a masturbação e os direitos sexuais?

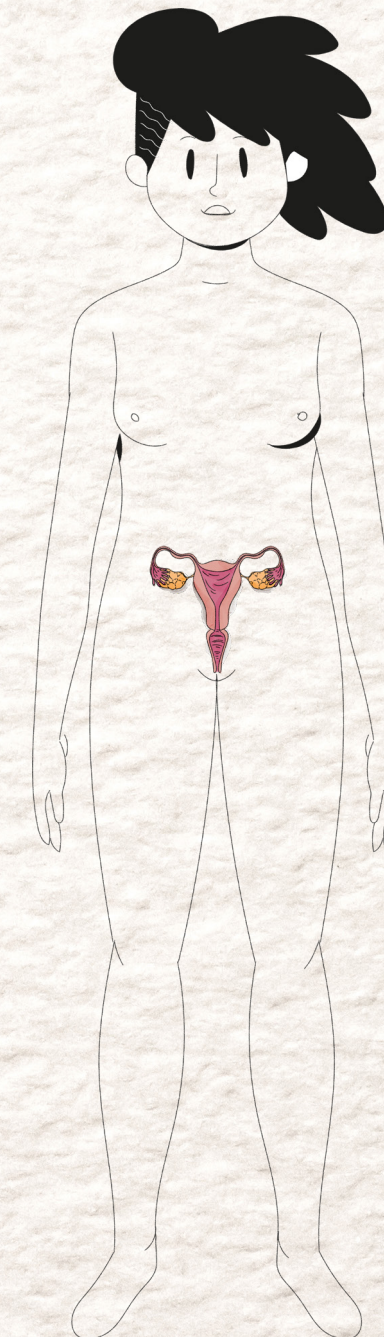
Link - Programa H

Seção 1, "Atividade 4: O corpo reprodutivo" e Seção 1, "Atividade 5: O corpo erótico".

FOLHA DE APOIO 14A

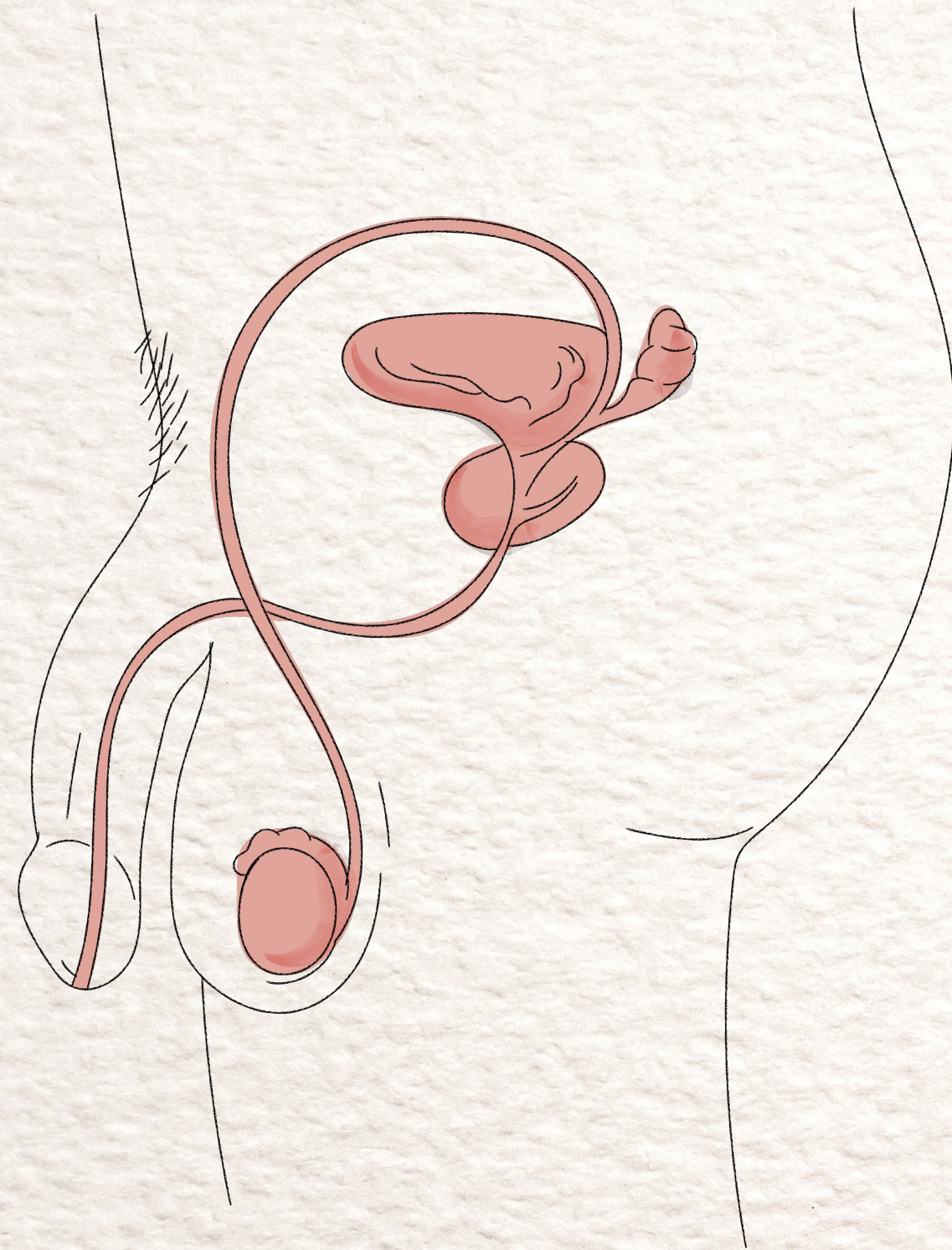
O SISTEMA REPRODUTOR FEMININO

Parte Externa dos Órgãos Sexuais Femininos



FOLHA DE APOIO 14B

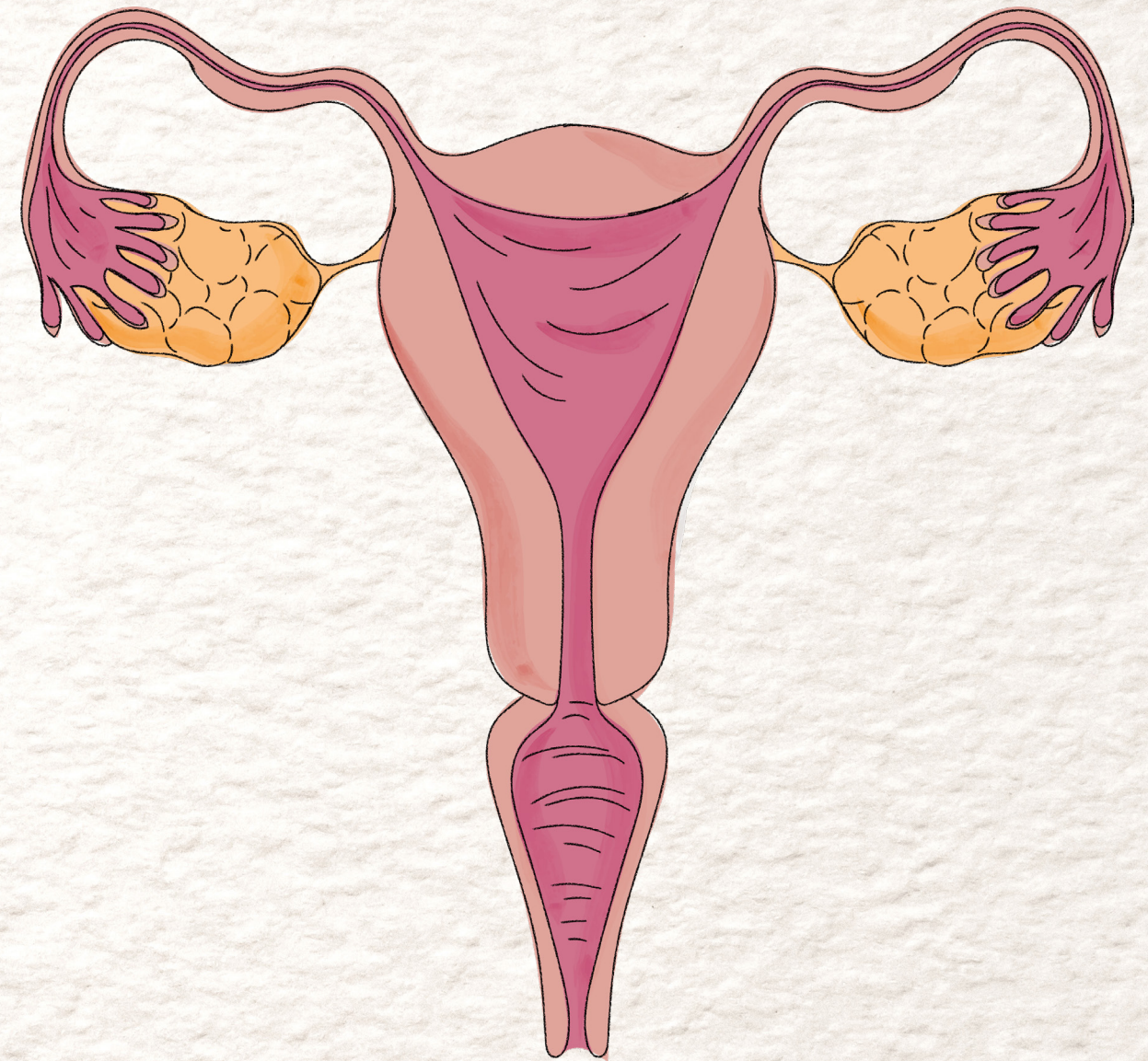
O SISTEMA REPRODUTOR MASCULINO



FOLHA DE APOIO 14C

O SISTEMA REPRODUTOR FEMININO

Parte Interna dos Órgãos Sexuais Femininos



FOLHA DE APOIO 14D

O Sistema Reprodutor Feminino

Parte Interna dos Órgãos Sexuais Femininos

Toda mulher nasce com milhares de óvulos em seus ovários. Os óvulos são tão pequenos que não podem ser vistos a olho nu. Quando a menina chega à puberdade, um pequeno óvulo amadurece em um de seus ovários e viaja pela trompa de falópio a caminho do útero. Essa liberação do óvulo pelo ovário se chama ovulação. O útero se prepara para a chegada do óvulo desenvolvendo um revestimento fino e macio como um travesseiro. Se a menina praticar sexo nos últimos dias antes da ovulação, quando o óvulo chegar à trompa de falópio, pode haver algum esperma esperando para se unir ao óvulo. O óvulo que chega se une ao esperma (processo que se chama *fertilização*), depois viaja para o útero, prende-se ao revestimento e permanece lá pelos próximos nove meses, transformando-se em um bebê. Quando o óvulo não é fertilizado, o útero não precisa mais do revestimento que fez para protegê-lo. Assim, ele elimina naturalmente esse revestimento junto com um pouco de sangue, fluidos corporais e o óvulo não fertilizado. Tudo isso desce pelo colo do útero e, em seguida, sai pela vagina durante alguns dias. Esse fluxo de sangue se chama *menstruação*.

Palavras-chave

- * **Colo do útero:** parte inferior do útero que se estende para formar a vagina.
- * **Trompas de falópio:** tubos que carregam os óvulos dos ovários até o útero.
- * **Fertilização:** união do óvulo com o esperma.
- * **Menstruação:** eliminação mensal de sangue e tecido do revestimento do útero.
- * **Ovários:** as duas glândulas que contêm milhares de óvulos não-maduros.
- * **Ovulação:** liberação periódica de óvulos maduros do ovário.
- * **Secreção:** processo pelo qual as glândulas liberam certos materiais na corrente sanguínea ou para fora do corpo.
- * **Útero:** órgão muscular feminino côncavo onde o feto é mantido e nutrido desde a implantação até o nascimento.
- * **Vagina:** canal que forma a passagem do útero para fora do corpo.

FOLHA DE APOIO 14E

O Sistema Reprodutor Feminino

Parte Externa dos Órgãos Sexuais Femininos

A parte externa dos órgãos sexuais femininos inclui dois conjuntos de dobras arredondadas de pele: os grandes lábios e os pequenos lábios. Os lábios cobrem e protegem a abertura vaginal. Os pequenos e os grandes lábios aparecem juntos na região púbica. Próximo à parte superior dos lábios, dentro da dobra, há um corpo cilíndrico chamado clitóris. O clitóris é composto pelo mesmo tecido da cabeça do pênis masculino e é muito sensível, sendo um dos responsáveis pelo prazer sexual da mulher. Sua estimulação pode levar a mulher a sentir uma intensa sensação de prazer chamada orgasmo. A uretra é um tubo curto que transporta a urina da bexiga para fora do corpo. A urina sai do corpo da mulher pelo orifício uretral ou urinário. A vagina é o local por onde a mulher menstrua e pode ser um outro ponto capaz de gerar prazer para a mulher. As aberturas uretral e vaginal formam a área conhecida como vestíbulo. O conjunto dos órgãos genitais externos femininos é chamado vulva.

Palavras-chave

- * **Clitóris:** pequeno órgão na parte superior dos lábios, muito sensível à estimulação.
- * **Grandes lábios:** duas dobras de pele (uma de cada lado do orifício vaginal) que cobrem e protegem as estruturas genitais, incluindo o vestíbulo.
- * **Pequenos lábios:** duas dobras de pele entre os grandes lábios que vão do clitóris até cada um dos lados dos orifícios uretral e vaginal.
- * **Uretra:** tubo curto que transporta a urina da bexiga (local onde a urina é coletada no organismo) para fora do corpo.
- * **Orifício uretral (urinário):** lugar por onde a mulher urina.
- * **Orifício vaginal:** abertura da vagina por onde o fluxo menstrual sai do corpo.
- * **Vestíbulo:** área dos órgãos genitais femininos externos que inclui os orifícios vaginal e uretral.
- * **Vulva:** órgãos genitais externos da mulher, incluindo os grandes e os pequenos lábios, clitóris e o vestíbulo.

FOLHA DE APOIO 14F

O Sistema Reprodutor Masculino 1

Parte Externa dos Órgãos Sexuais Masculinos

A partir da puberdade, o esperma é produzido continuamente nos testículos, que estão localizados dentro do escroto. Quando o esperma amadurece, ele vai para o canal epididimário, onde ele permanece para amadurecer por mais umas duas semanas. Em seguida, o esperma sai do canal epididimário e entra no canal deferente. Esses tubos passam pela vesícula seminal e pela glândula próstata, que libera fluidos que se misturam ao esperma para criar o sêmen. Durante a ejaculação, o sêmen percorre o pênis e sai do corpo pela uretra, o mesmo tubo que carrega a urina. O orifício uretral ou urinário é a abertura por onde o homem urina e ejacula.

Palavras-chave

- * **Ejaculação:** liberação involuntária de fluido seminal pelo pênis que acompanha o orgasmo.
- * **Canal epididimário:** órgão onde o esperma amadurece após ser produzido nos testículos.
- * **Pênis:** órgão masculino externo por meio do qual o sêmen e a urina saem do corpo. O tamanho do pênis varia de um homem para outro. Ele permanece macio e flácido a maior parte do tempo. Durante a excitação sexual, o tecido esponjoso do pênis se enche de sangue e o pênis fica maior e mais duro. Esse processo se chama ereção. No ato sexual, quando altamente estimulado, o pênis libera um líquido chamado esperma ou sêmen, que contém espermatozoides. A ejaculação do esperma produz uma intensa sensação de prazer chamada *orgasmo*.
- * **Prepúcio:** pele que cobre a cabeça do pênis. Quando o pênis fica ereto, o prepúcio é puxado para trás, deixando a glande (ou a "cabeça" do pênis) descoberta. Quando isso não ocorre, essa condição se chama *fimose* e pode causar dor durante a relação sexual e atrapalhar a higiene pessoal. A fimose pode ser corrigida facilmente por uma intervenção cirúrgica com anestesia local. Em algumas culturas ou países, ou mesmo em algumas famílias, o prepúcio dos meninos é removido em um procedimento chamado *circuncisão*.
- * **Glândula próstata:** glândula que produz um fluido diluído e leitoso que permite ao esperma nadar e se tornar parte do sêmen.
- * **Escroto:** bolsa de pele atrás do pênis que abriga os testículos. Sua aparência varia de acordo com o estado de contração ou relaxamento da musculatura. No frio, por exemplo, ele fica mais contraído e enrugado, enquanto no calor ele se torna mais macio e alongado.

- * **Sêmen:** fluido que sai do pênis do homem quando ele ejacula.
- * **Vesícula seminal:** pequenas glândulas que produzem um fluido grosso e pegajoso que fornece energia ao esperma.
- * **Esperma:** célula sexual masculina.
- * **Testículos:** glândulas reprodutoras masculinas que produzem o esperma. Um dos hormônios produzidos ali é a testosterona, responsável pelas características masculinas secundárias, como o tom de pele, pelos na face, tom de voz e músculos. Eles têm a forma de dois ovos e, para senti-los, basta apalpar o saco escrotal.
- * **Uretra:** canal que transporta a urina da bexiga (local onde a urina é armazenada no corpo) para o orifício urinário. Nos homens, a uretra também transporta o sêmen.
- * **Orifício uretral (urinário):** lugar por onde o homem urina.
- * **Canal deferente:** tubos longos e finos que transportam o esperma para fora do canal epididimário.

FOLHA DE APOIO 14G

Perguntas comuns sobre órgãos sexuais e o sistema reprodutor feminino

P. Qual deve ser a duração do período menstrual?

R. O período menstrual ocorre quando o revestimento do útero é liberado junto com sangue pelo canal vaginal. A menstruação normalmente dura entre três e cinco dias, embora qualquer variação entre dois e sete dias seja considerada normal. Quando a mulher começa a menstruar, a duração e a frequência do fluxo podem ser irregulares. Isso também pode acontecer com mulheres mais velhas, que se aproximam da *menopausa*.

P. Conscientização sobre a fertilidade: quando as mulheres e os homens se tornam férteis?

R. Mulheres: quando a menina começa a menstruar, isso significa que seus órgãos reprodutores começaram a funcionar e que ela pode engravidar se tiver relações sexuais sem utilizar algum método contraceptivo. A mulher só pode engravidar em determinados dias do ciclo. Ela só é fértil quando está ovulando. A ovulação é a liberação periódica de óvulos maduros do ovário. Ela normalmente acontece mais ou menos no meio do ciclo menstrual da mulher – cerca de 14 dias após o início da menstruação. Porém, devido a uma série de fatores, incluindo estresse, doenças e nutrição, a ovulação pode ocorrer a qualquer momento durante o ciclo menstrual.

Homens: A partir da primeira ejaculação, o homem é fértil o tempo todo e tem a capacidade de ser pai para o resto da vida.

P. Mulheres virgens podem usar tampão ou absorvente interno?

R. Sim. *Virgem* é apenas alguém que ainda não teve relações sexuais. Qualquer mulher pode usar tampão, mesmo sendo virgem. Os tampões são feitos de algodão prensado em forma de cilindro. Eles são empurrados para dentro da vagina durante a menstruação para absorver o sangue que chega na vagina pelo útero e trocados após algumas horas. A mulher não pode perder a virgindade usando o tampão.

P. Como a mulher sabe se ela tem uma infecção vaginal?

R. As infecções vaginais são muito comuns e a maioria das mulheres pode ter ao menos uma vez na vida. Há muitos sinais possíveis de infecção vaginal. Os sintomas mais comuns são:

- * irritação vaginal, como coceira, ardência ou desconforto;
- * secreção com mau cheiro;
- * secreção espessa, esbranquiçada e granulosa (com uma consistência parecida com a de ricota);
- * secreção esverdeada, amarelada ou cinzenta;
- * vontade de urinar frequente e ardência ao urinar.
- * dor ou ardência ao ter relações sexuais.

As mulheres apresentam esses sintomas em graus diferentes. Se você tiver algum desses desconfortos na vagina ou no sistema reprodutor, ou se você não tiver certeza de que tem uma infecção vaginal, é necessário consultar um profissional de saúde.

P. O que acontece durante o exame pélvico/papanicolau?

R. Os exames pélvicos são um meio importante de detectar células cancerosas, infecções ou problemas reprodutivos da mulher. O Papanicolau é só um aspecto do exame. Toda mulher sexualmente ativa ou com ao menos 21 anos deve fazer o Papanicolau anualmente. O exame pélvico normalmente leva apenas alguns minutos. Quando a mulher vai ao médico fazer o exame pélvico, ela deve se deitar sobre a maca e colocar os pés sobre os estribos. A(o) ginecologista examina primeiro a área genital externa. Ela(ele) procura sinais de infecção, como inflamações, descoloração e secreção. Em seguida, a(o) ginecologista insere um espéculo no canal vaginal da mulher. O espéculo é um instrumento plástico ou de metal usado para afastar as paredes da vagina. Normalmente, o espéculo é lubrificado e aquecido para que o desconforto seja mínimo. O espéculo permite ao médico examinar visualmente a vagina e o colo. Ela(ele) procura irritação, inchaços ou secreções cervicais anormais. Em alguns casos, a(o) ginecologista usa um bastonete de algodão para coletar uma amostra de muco cervical. Essa amostra é testada para verificar se há doenças sexualmente

transmissíveis. Se vocês quiserem que a(o) médica(o) faça esse teste, avise no início do exame. Nesta etapa do exame, a maioria dos médicos faz o papanicolau. Com uma pequena espátula ou pincel, ela(ele) raspa gentilmente o colo para coletar células de suas paredes. Essas células serão testadas para verificar a presença de células pré-cancerosas ou cancerosas.

O resultado desse exame normalmente leva três semanas. A mulher pode sentir um leve desconforto ou sangramento por causa do papanicolau. Após o exame, a(o) ginecologista remove o espéculo e verifica se o canal vaginal sofreu alguma irritação causada pelo instrumento. Por fim, ela(ele) realiza o exame bianual. Usando uma luva, ele(ela) insere um ou dois dedos lubrificados na vagina. Com a outra mão, ela (ele) pressiona a parte mais baixa do abdômen. A intenção é verificar anormalidades no tamanho e na forma dos seguintes órgãos internos: útero, ovários, trompas de falópio, bexiga e vagina.

É importante saber que as mulheres têm direito de se queixar caso sintam algum incômodo durante o exame. Da mesma forma, devem exigir o uso de luvas e perguntar sobre a esterilização do espéculo.

P. O que é o clitóris?

R. O clitóris é um órgão localizado na parte superior dos lábios. Ele é composto pelo mesmo tecido da cabeça do pênis. O clitóris é muito sensível à estimulação e é um dos principais responsáveis pelo prazer da mulher. Quando tocado, acariciado, durante o ato sexual ou a masturbação, o clitóris pode levar a mulher a uma intensa sensação de prazer chamada orgasmo.

P. O que é masturbação?

R. A masturbação é definida como o ato de friccionar, acariciar ou fazer outro tipo de estimulação nos órgãos sexuais (pênis, clitóris, vagina, seios) para obter prazer ou expressar desejo sexual. A masturbação é normal e é uma das formas de se descobrir mais sobre o próprio corpo. Muitas pessoas, masturbam-se em algum momento de suas vidas. Não há qualquer evidência científica de que a masturbação cause algum dano ao corpo ou à mente. A decisão sobre se masturbar ou não é pessoal. Algumas culturas, religiões e indivíduos se opõem à masturbação. Se vocês têm perguntas ou preocupações sobre masturbação, vocês devem conversar com um adulto de confiança, como um de seus pais, um(a) professor(a), um líder religioso ou um profissional de saúde.



5

DIREITOS SEXUAIS E DIREITOS REPRODUTIVOS

Ter conhecimento de nossos direitos sexuais e reprodutivos é um passo importante para garantir nossa saúde sexual e reprodutiva e mais equidade nos relacionamentos íntimos. Em outras palavras, se uma mulher sentir que tem o direito de experimentar o prazer com quem escolher ou se sentir capaz de determinar o momento certo de ter um filho, esses direitos serão buscados.

O que são direitos sexuais e direitos reprodutivos?

A saúde sexual e reprodutiva se refere ao completo bem-estar físico, mental e social em tudo o que concerne o sistema reprodutivo e suas funções, e não a simples ausência de doença ou enfermidade. Isto implica, por conseguinte, que a pessoa possa ter uma vida sexual segura e satisfatória, tendo a capacidade de reproduzir e a liberdade de decidir sobre quando e quantas vezes deve fazê-lo. Para isto, homens e mulheres têm o direito de serem informados e de terem acesso aos métodos eficientes, seguros e aceitáveis de planejamento familiar.

Embora os direitos sexuais e os direitos reprodutivos estejam relacionados, é importante reconhecer sua diferença. Por exemplo, sexo não se restringe à reprodução – os indivíduos têm direito a experimentar o prazer sexual, sem nenhuma intenção de ter filhos. Além disso, debates sobre aborto, parto seguro, prevenção de ISTs e HIV/ AIDS têm frequentemente ocupado o espaço na maioria das discussões sobre tais direitos (para alguns exemplos desses direitos, veja Folha de Apoio 15A). No entanto, raramente o direito ao prazer sexual é reconhecido ou discutido, ou os fatores necessários para a realização do prazer sexual, incluindo: conhecer e gostar de seu próprio corpo, relacionar-se com outra pessoa com responsabilidade e respeito, ter uma boa saúde sexual, incluindo evitar contrair ISTs e HIV/AIDS e realização de exames preventivos. Estes mesmos fatores são fundamentais para outras questões relacionadas aos direitos sexuais e reprodutivos, tais como a prevenção de violência sexual, mortalidade materna e, em alguns países, especialmente na África, a mutilação genital feminina.

A camisinha pode desempenhar um papel importante em assegurar que ambos, homens e mulheres, tenham o direito à saúde e ao prazer sexual. A caminha protege simultaneamente de gravidez não desejada, ISTs e HIV/AIDS. Embora o preservativo tenha diferentes significados em diferentes formas de relacionamento (ex. casais, parceiros casuais), é importante que o preservativo seja associado ao diálogo e ao cuidado.

Todo ser humano tem o direito de experimentar o prazer de diversas formas, desde que haja consenso de todas as partes envolvidas. Desta maneira, o respeito à diversidade sexual é fundamental para garantir o direito ao prazer sexual. No Brasil e em outros países da América Latina, as relações homoeróticas masculinas e femininas estão sendo cada vez mais respeitadas, fruto de transformações sociais e culturais que contribuíram para a formação dos direitos sexuais e reprodutivos e direitos

humanos. No entanto, ainda são necessários muitos avanços. Em muitas famílias, escolas, locais de trabalho e de lazer, homens e mulheres homossexuais sofrem preconceitos e violências e são vítimas de discursos de ódio que patologizam e criminalizam a sua identidade sexual. Mulheres trans no Brasil têm uma expectativa de vida que não chega aos 35 anos, quando no Brasil a expectativa de vida média no Brasil é de 71 anos de idade. Estas respostas vêm, em geral, da falta de conhecimento e da negação do assunto. Debates sobre o tema são importantes ferramentas na busca por uma sociedade mais plural e solidária.

Os direitos sexuais incluem o direito de viver a sexualidade com prazer, sem culpa, vergonha, medo ou coerção, independente do estado civil, idade ou condição física. Todas as pessoas têm direito de viver suas fantasias, de optar por ser ou não sexualmente ativa, de escolher a hora em que terá relações sexuais e as práticas que lhe agradam, desde que haja consentimento de ambas as partes (onde ambos são adultos). Escolher o parceiro sem discriminação, e com autonomia para expressar sua orientação sexual, se assim desejar, também é um direito de todo ser humano. Violações comuns dos direitos sexuais incluem mutilação genital, assédio, abuso e exploração sexual, o que prejudica, viola ou anula liberdades de meninas e mulheres.

Os direitos reprodutivos estão relacionados ao direito básico de todas as pessoas decidirem livre e responsavelmente se querem ou não ter filhos e sobre o número e o espaçamento de tê-los, incluindo a informação e os meios de fazê-lo. Inclui o direito individual de homens e mulheres em decidir sobre se querem ou não ter filhos/as, em que momento de suas vidas e quantos filhos desejam ter e com quem, livres de discriminação, coerção ou violência e com acesso a serviços de saúde de qualidade. A participação de homens e mulheres com iguais responsabilidades na criação dos filhos também faz parte desses direitos, bem como licença maternidade, não ser discriminada e não conseguir um emprego por estar grávida ou por ter filhos.

Movimentos e conferências: a busca pelos direitos

Assim como acontecem as transformações sociais, muda-se também a percepção sobre sexualidade. Nos anos 1980, o movimento de mulheres se apropriou de conceitos como o de **empowerment** (termo para "empoderamento" em inglês) e de **equidade de gênero**, que ajudaram a avançar na reflexão sobre a atenção necessária às necessidades femininas e masculinas. A pílula anticoncepcional foi uma grande aliada na mudança de concepção sobre a sexualidade feminina, gerando um novo enfoque para as questões de reprodução humana, incluindo debates sobre liberdade, prazer, desejo e violência sexual. A relação desumanizada e autoritária entre médicos e pacientes foi reconhecida, dando origem aos movimentos pela humanização do parto e da atenção à mulher. O surgimento da AIDS gerou novas reflexões e estudos sobre novas formas de trabalhar a sexualidade, sobretudo com mulheres e jovens, grupos considerados vulneráveis. Foram introduzidos temas como autocuidado, sexo seguro e o uso de preservativo, particularmente em relação ao contexto social e as condições que tornam certos grupos mais vulneráveis. A **IV Conferência Internacional de População e Desenvolvimento**, realizada em 1994 no Cairo, e a **IV Conferência Mundial sobre a Mulher**, que aconteceu no ano seguinte em Beijing, são marcos referenciais. Os direitos sexuais e reprodutivos passam a ser percebidos como tema de cidadania, que dizem respeito tanto às questões físicas dos indivíduos quanto às sociais. Essa nova visão amplia o conceito de direitos humanos, porque inclui a vivência plena da sexualidade.

Um dos temas mais polêmicos e, por isso um dos mais debatidos no que diz respeito aos direitos sexuais e reprodutivos, é o **aborto**. Devemos lembrar que quando falamos em direitos, falamos da defesa da diversidade e das escolhas de cada um. Para que a pluralidade de escolhas seja respeitada, o Estado deve ser laico, isto é, não pode impor seus princípios religiosos em leis. As religiões têm o direito de orientar seus fiéis de acordo com suas doutrinas, mas isto não deve ser **lei**, e sim uma **escolha** de cada ser humano. As possibilidades de escolha das pessoas em relação às situações de vida podem ser as mais variadas e amplas em função dos valores, das experiências pessoais, da história de vida e das expectativas de cada um. A reprodução é uma escolha. Ela não é um fator meramente biológico, mas também cultural, social e político - isto é, a reprodução é moldada por uma estrutura de poder. Com a proibição do aborto, é negado à mulher o direito de decidir engravidar ou ter filhos ou não.

Na América Latina, muitas mulheres católicas, que lutam pelo direito de decidir, tomam como filosofia a liberdade de consciência e a liberdade de pensamento. São mulheres que deram voz às situações e necessidades que vivem muitas mulheres. Refletem o processo de viver a religião de uma maneira crítica, ou seja, priorizam suas vidas, sem deixar de pertencer a um grupo de apoio que foi importante em sua educação. Assim, vemos que as mulheres católicas estão tomando métodos anticoncepcionais, interrompendo gestações não desejadas, relacionando-se amorosamente com pessoas do mesmo sexo.



O que é importante saber sobre os direitos sexuais e os direitos reprodutivos dos adolescentes e jovens?

Direitos sexuais e *direitos reprodutivos* são direitos humanos e, portanto, direitos também dos jovens. A **IV Conferência Internacional de População e Desenvolvimento** incluiu um foco específico sobre comportamento sexual saudável e responsável dos jovens e afirmou a importância da disponibilização de serviços apropriados de aconselhamento, bem como reconhecimento de que informação apenas não é suficiente para transformar atitudes e comportamentos.

Um dos cuidados mais importantes que devemos ter com a sexualidade dos jovens está relacionado à violência e à exploração sexual infantil. A **violência sexual** é caracterizada por qualquer forma de constrangimento ou relação sexual com alguém, sem que haja consentimento, e a **exploração sexual** se refere a um conjunto de práticas que incluem pornografia, prostituição e o tráfico sexual de menores de 18 anos.

O consentimento só pode ser dado se a pessoa é capaz de julgar o que está consentindo. Uma criança menor de 12 anos não é capaz de compreender adequadamente tudo o que envolve um ato sexual, e por isso não é capaz de consentir-lo. Um jovem entre 12 e 18 anos também não é capaz de consentir o ato sexual, exceto sob condições específicas, com pares menores de idade, quando não houver nenhuma relação de autoridade. Nenhuma pessoa, de qualquer idade, inclusive adulto, é capaz de consentir o ato sexual se estiver vivendo sob condições de exploração sexual, coerção ou violência ou para pessoas em posição de autoridade.

Em alguns países, o aumento do número de gravidezes em mulheres cada vez mais jovens e a epidemia de HIV/AIDS têm representado as preocupações mais frequentes nas ações voltadas para o público jovem. Todavia, relações sexuais mais saudáveis, incluindo a escolha do momento certo de ter um filho, não podem ser garantidas sem que sejam reconhecidos os desejos e o conhecimento das jovens, a possibilidade de escolhas e sua autonomia.

ATIVIDADE 15

O QUE SÃO DIREITOS SEXUAIS E DIREITOS REPRODUTIVOS?

Objetivos: Discutir os conceitos de direitos sexuais e direitos reprodutivos, como parte integrante dos direitos humanos e refletir sobre a importância destes conceitos na vida das mulheres e dos homens.

Tempo recomendado: 2 horas.

Materiais necessários: Canetas e lápis, cópias da Folha de Apoio 15A e um cartaz com o modelo do quadro na folha de apoio.

Notas de planejamento: Pode ser útil escrever os direitos sexuais e reprodutivos no cartaz e utilizá-lo em futuras seções, principalmente nas seções em que são discutidas sexualidade, maternidade e prevenção ao HIV/AIDS.

Procedimento

- * Prepare a seção antecipadamente: faça cópias da Folha de Apoio 15A e recorte os direitos em tiras, para serem distribuídos. Desenhe quatro colunas em um cartaz e coloque os seguintes títulos em cada coluna: **Direitos Sexuais e Reprodutivos**, **Concordo**, **Concordo +** - e **Não Concordo** (Veja exemplo de como desenhar este quadro na **Folha de Apoio 15B**).
- * Explique para o grupo que os direitos sexuais e reprodutivos devem ser considerados como direitos humanos.
- * Divida as participantes em pequenos grupos e distribua as tiras de direitos. Em grupos com menor grau de escolaridade, leia os direitos em voz alta.
- * Explique que cada grupo recebeu algumas tiras e solicite que discutam o que entendem sobre as mensagens, se concordam (C), se concordam mais ou menos (+), se não concordam (NC) e se esses direitos têm sido respeitados ou não no cotidiano das pessoas.
- * Peça a cada grupo que apresente os direitos que foram discutidos, e se estão de acordo ou não que estes direitos sejam respeitados na comunidade em que vivem. Anote as repostas em um quadro ou flip-chart e peça que as outras participantes digam se concordam ou discordam das repostas.
- * Depois que forem apresentados todos os direitos, use as questões abaixo, para discutir a importância dos direitos sexuais e reprodutivos do homem e da mulher.

Perguntas para discussão

- * Os direitos das mulheres jovens são respeitados na sua comunidade? Se não, quais são os direitos das mulheres jovens que são mais violados? Por que isto acontece? (Veja o quadro **Crianças, Adolescentes e Erotismo**).
- * Os direitos dos homens jovens são respeitados na sua comunidade? Se não, quais são os direitos que são mais violados? Por que isto acontece?
- * Mulheres jovens e mulheres adultas têm os mesmos direitos?
- * Mulheres e homens têm os mesmos direitos sexuais e reprodutivos?
- * Quais são os direitos sexuais e reprodutivos dos homens que são mais violados? Por que isto acontece?
- * Qual é o maior obstáculo que a mulher enfrenta na proteção de seus direitos sexuais e reprodutivos?
- * Qual é o maior obstáculo que os homens enfrentam na proteção de seus direitos sexuais e reprodutivos?
- * Como mulheres e homens que se relacionam intimamente podem respeitar os direitos sexuais e reprodutivos de um e de outro?
- * Que associações ou instituições em sua comunidade oferecem serviços para proteger os direitos sexuais e reprodutivos de mulheres jovens?
- * O que você aprendeu com esta atividade? Você aprendeu alguma coisa que poderia ser aplicada em sua própria vida ou relacionamentos?

Fechamento: Direitos sexuais e reprodutivos são direitos humanos fundamentais e pertencem a homens e mulheres de todas as idades. Esses direitos incluem o direito de tomar decisões autônomas sobre a própria vida sexual e reprodutiva, livre de coerção ou violência, e o direito a informações e métodos para tomar decisões saudáveis e seguras sobre a própria vida sexual e reprodutiva. Temos o direito de decidir sobre nossos corpos e cabe ao Estado garantir as condições para que possamos exercer esses direitos.

Link – Manual: A "**Atividade 3: Aprendendo sobre os Direitos Humanos**" oferece uma introdução geral sobre a concepção dos direitos.

Outros links: O vídeo "X-salada e Pão com ovo" apresenta diversas situações para debater os direitos dos adolescentes: uma garota vai ao posto de saúde buscar preservativo gratuito, uma mãe adolescente quer amamentar o filho durante as aulas, um casal discute a hora certa de transar, amigos em um bar observam um casal de homossexuais que chega de mãos dadas.

Crianças, Adolescentes e Erotismo

Mensagens e imagens com conotação eróticas chegam às crianças e adolescentes através da mídia. Essas mensagens criam uma narrativa e ideais de beleza e comportamento para meninas que se empenham em agir com sensualidade, dançar de forma erótica, mas não são ensinadas a ter atitudes para defesa de si próprias e a dizer não diante de um assédio ou uma conduta desrespeitosa. É importante que os responsáveis pelas crianças fiquem atentos e mostrem a seus filhos/as como perceber quando estão vulneráveis a uma relação de exploração e a se defenderem.



FOLHA DE APOIO 15 A

Tiras sobre direitos sexuais e reprodutivos

- * **Direito de viver a sexualidade sem medo, vergonha, culpa, falsas crenças e outros impedimentos a à livre expressão dos desejos.** As pessoas, de todas as idades, têm o direito de viver e de buscar suas formas de desfrutar prazer sexual.
- * **Direito de viver a sexualidade livre de violência, discriminação, coerção, no contexto mais amplo de relações inspiradas na igualdade, no respeito e na justiça.** Cada pessoa tem o direito de exercer sua plena sexualidade, sem sofrer violência ou ser forçada a fazer algo que não deseja.
- * **Direito a escolher o/a parceiro/a sexual sem discriminações.** Cada pessoa tem o direito de escolher seu/sua parceiro/a sem sofrer discriminações.
- * **Direito ao respeito pleno pela integridade corporal.** Não deixar que outras pessoas a obriguem a fazer algo que não quer, como, por exemplo, tocar suas partes íntimas. No caso de exames médicos, contar com uma pessoa de sua confiança para acompanhá-la.
- * **Direito de optar por ser ou não sexualmente ativa, incluído o direito de envolver-se em relações sexuais consensuadas e de casar-se com o pleno e livre consentimento de ambas as pessoas.** Ninguém pode ser forçado a casar-se, manter relações sexuais, sem que ambas as partes estejam de acordo e queiram isso.
- * **Direito de ser livre e autônoma para expressar sua orientação sexual.** Cada pessoa tem o direito de se relacionar sexual e amorosamente com pessoas de qualquer sexo.
- * **Direito de expressar sua sexualidade de forma independente da reprodução.** Cada pessoa tem o direito de se relacionar sexualmente sem querer ter filhos.
- * **Direito a gozar da igualdade, respeito mútuo e responsabilidade compartilhadas nas relações sexuais.** Homens e mulheres têm os mesmos direitos, devem ter igualdade e as mesmas responsabilidades nas relações sexuais.
- * **Direito de insistir sobre a sexualidade e a praticar o sexo seguro para evitar a gravidez e prevenir as doenças de transmissão sexual, incluindo HIV.** A pessoa pode exigir o uso de preservativo para se prevenir das IST/HIV/AIDS ou por não querer engravidar.
- * **Direito de decidir livre e responsabilmente sobre ter ou não descendentes, sem temer coações, discriminação ou violência, e a decidir o espaçamento**

e momento para ter filhos/as. As pessoas podem decidir se querem ou não ter filhos, quando e quantos filhos/as querem ter.

- * **Direito a ter informação e meios adequados para poder exercer a tomada de decisão.** As pessoas devem ser informadas para decidirem o que é melhor para si próprias.
- * **Direito à saúde sexual, o qual exige o acesso a todo tipo de informação, educação e a serviços confidenciais de alta qualidade sobre sexualidade e saúde sexual.**
- * **Direito de receber informações para poder escolher, onde se informar e que esses serviços sejam confidenciais.**

FOLHA DE APOIO 15B

Uma amostra do quadro de avaliação dos direitos

Abaixo segue um exemplo de como organizar o quadro com a resposta dos participantes sobre se estão ou não estão de acordo que os diferentes direitos sexuais e reprodutivos sejam respeitados em sua comunidade:

Direitos Sexuais e Reprodutivos	C	+ -	NC
---------------------------------	---	-----	----

1.

2.

Etc.

ATIVIDADE 16

PREVENÇÃO E PRAZER

Objetivos: Promover uma discussão sobre a prevenção das ISTs/ AIDS através de relações sexuais prazerosas, e o papel do diálogo diante da possibilidade de uma gravidez, de infecção por ISTs/HIV/AIDS e o uso do preservativo.

Materiais necessários: Quadrados de papel no tamanho de embalagem de camisinhas (femininas e masculinas); Camisinhas (femininas e masculinas).

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento: Se possível, tente trazer algumas amostras de camisinhas femininas e masculinas para a sessão, para que as mulheres jovens possam ver com o que se parecem e qual sua textura e aprendam a colocação correta do preservativo.

Procedimento

- * Faça uma tempestade de ideias sobre o significado e a importância do sexo seguro. Se necessário, faça uma revisão de como as ISTs e o HIV são transmitidos (veja **Folha de Apoio 23B**).
- * Divida as participantes em 3 grupos e peça que pensem em situações que já passaram ou ouviram falar, sobre mulheres que levam camisinhas na bolsa. Dê 10 minutos para esta discussão.
- * Peça para que os grupos apresentem seus relatos.
- * Peça que elejam uma história que considerem positiva e outra que considerem negativa. Divida, então, as participantes em dois grupos e peça que cada um faça uma encenação das histórias identificadas, para montar a encenação da experiência. Se for possível, estimule a interpretação de um antagonista, ou seja, alguém que não concorde com as ações da protagonista, a mulher que carrega o preservativo na bolsa.
- * Depois de encenadas as histórias, use as questões abaixo para facilitar a discussão sobre o que foi feito.

PASSO OPCIONAL: Se o tempo permitir, você pode estimular uma discussão sobre microbicidas entre as participantes, refletindo sobre as vantagens e desvantagens que podem afetar as relações íntimas (Veja **Folha de Apoio 16**).

Perguntas para discussão

- * Uma mulher deveria carregar preservativos na bolsa? Por que sim ou por que não?
- * Quando é importante usar preservativos?
- * Quem se espera que inicie uma discussão sobre o uso do preservativo, o homem ou a mulher? Por quê?
- * O que vocês acham da mulher que propõe o uso do preservativo?
- * O que os homens costumam achar da mulher que propõe o uso do preservativo? Por quê?
- * É difícil para uma mulher falar sobre o uso do preservativo com seu parceiro? Por quê?
- * Se o parceiro recusa o uso do preservativo, o que uma mulher deveria fazer?
- * O que acontece na vida real? Os casais costumam conversar sobre uso do preservativo? Por quê?
- * Você já ouviu falar em preservativo feminino (veja **Folha de Apoio 15**)? O que você ouviu dizer sobre este assunto? Você acha que isto ajuda as mulheres a terem mais controle sobre sua vida sexual? Por que sim ou por que não?
- * Qual é a relação entre prevenção e direitos sexuais e reprodutivos?
- * Quais são as principais dificuldades que as mulheres encontram para conversar sobre preservativo com seus parceiros? Como ela pode vencer essas dificuldades?
- * É fácil para uma mulher conversar com seu parceiro sobre coisas relacionadas ao sexo, sobretudo o que lhe dá prazer? Por que sim ou por que não?
- * Como o prazer está relacionado aos direitos sexuais e reprodutivos?
- * Como é vista uma mulher que tem mais de um parceiro sexual? Tem alguma diferença quando é o homem que tem mais de uma parceira?
- * Que argumentos uma mulher pode usar para carregar um preservativo em sua bolsa?
- * De que forma uma mulher pode vencer as dificuldades de diálogo para o uso e obter prazer com o preservativo com seu parceiro?
- * O que você aprendeu com esta atividade? Você aprendeu alguma coisa que poderia ser aplicada em sua própria vida ou relacionamentos?

Fechamento: Como mulheres, temos o direito de tomar decisões sobre nossos corpos. Isso inclui a obtenção de informações e o acesso a métodos de prevenção, além de habilidades para negociar o uso desses métodos com os parceiros. Seja em um relacionamento recente ou de longo prazo, a comunicação é sempre importante. Conhecimento, comunicação e proteção hoje fazem com que nos preocupemos menos com as possíveis consequências amanhã, o que torna o sexo mais divertido e prazeroso.



Link – Manual

A discussão sobre negociação nas relações sexuais pode ser complementada com a "**Atividade 1: Pessoas e Coisas**", que trata da iniquidade nas relações de poder que geralmente prejudica as mulheres.

Link – Vídeo

Em Era uma vez outra Maria, que tipos de expectativa e temores a jovem protagonista enfrentou em sua primeira relação sexual? Ela demonstrou preocupação em relação a ISTs e HIV/AIDS? Como foi a discussão entre ela e seu namorado sobre o uso de preservativo? Por que eles não usaram preservativos?

Link – Programa H

Seção 5, "**Atividade 8: Quero... Não Quero, Quero... Não Quero**" e Seção 1, "**Atividade 9: Sexualidade e Contracepção**".

FOLHA DE APOIO 16A

Métodos de prevenção controlados pelas mulheres

A camisinha feminina

A *camisinha feminina* é uma bolsa ou revestimento de poliuretano com cerca de 17cm de comprimento. Usada pela mulher durante o sexo, ela adere à vagina e ajuda a prevenir a gravidez e infecções sexualmente transmissíveis (ISTs), incluindo o HIV. Em cada extremidade da camisinha, existe um anel flexível. Na extremidade fechada da bolsa, o anel flexível é inserido na vagina para manter a camisinha feminina no lugar. Na extremidade aberta da bolsa, o anel permanece fora da vulva, na entrada da vagina. O anel age como guia durante a penetração e ainda impede que a camisinha deslize para dentro da vagina. Existe um lubrificante a base de silicone dentro da camisinha, mas pode-se usar um lubrificante adicional. A camisinha não contém espermicida.

Cabe ressaltar que a camisinha feminina não deve ser usada ao mesmo tempo em que a camisinha masculina de látex, pois a fricção entre as duas pode fazer com que elas se rompam.

Quais são os benefícios da camisinha feminina?

- * Ela fornece à mulher e ao homem mais uma opção de proteção contra uma gravidez contra a transmissão de ISTs, incluindo HIV/AIDS. Com o uso correto e consistente, a camisinha feminina é tão eficaz quanto outros métodos de barreira.
- * A mulher pode usar a camisinha feminina se o parceiro se recusar a usar a masculina.
- * O poliuretano, material do qual a camisinha feminina é feita, é menos propenso a causar reações alérgicas do que o látex da camisinha masculina.
- * Ela pode ser inserida até 8 horas antes da relação, de modo que não interfere no momento.
- * O poliuretano é fino e conduz bem o calor, por isso o ato sexual pode ser sensível e natural.
- * A camisinha feminina pode ser usada com lubrificantes à base de óleo.
- * Não são necessários requisitos de armazenamento especiais, pois o poliuretano não é afetado por mudanças de temperatura e umidade. A data de validade da camisinha feminina é de 5 anos após a data de fabricação.
- * Favorece o conhecimento do próprio corpo.



Quais são as desvantagens da camisinha feminina?

- * O anel exterior é visível fora da vagina, o que pode constranger algumas mulheres.
- * A camisinha feminina pode fazer barulho durante o ato. O uso de lubrificante adicional pode diminuir ou mesmo eliminar esse problema.

- * Algumas mulheres acham a camisinha feminina difícil de colocar e de remover.
- * Sua taxa de fracasso na prevenção da gravidez é maior que a de outros métodos de barreira, como a pílula, especialmente se não for bem colocada ou armazenada em condições adequadas.
- * Ela é relativamente cara e sua distribuição é relativamente limitada em alguns países.

Algumas perguntas frequentes sobre o preservativo feminino:

1. O preservativo feminino incomoda? Machuca?

R: Em muitas culturas as mulheres são proibidas de tocar seus genitais e, portanto, para algumas, colocar algo dentro de sua vagina pode soar estranho. No entanto, o material do qual é feito o preservativo é muito flexível e não machuca, ainda que se possa sentir sua presença dentro do corpo.

2. Pode-se usar este preservativo na primeira relação sexual?

R: A camisinha feminina pode ser usada na primeira relação sexual. Algo que preocupa as mulheres é perder sua virgindade. No entanto, todos os corpos são diferentes e existem diferentes tipos de hímen.

3. Existe a possibilidade de que saia da vagina?

R: A vagina é um músculo que se abre para receber um pênis, um preservativo, um tampão ou outro objeto. Uma vez introduzidos, automaticamente, a vagina se fecha, como se os estivesse abraçando.

Microbicidas: ajudando a colocar o poder de prevenção nas mãos das mulheres

Ainda não disponíveis no mercado, os *microbicidas* são uma variedade de produtos diferentes que têm em comum uma característica: a capacidade de impedir a transmissão sexual do HIV e de outras infecções sexualmente transmissíveis (ISTs) quando aplicados localmente. Um microbicida poderia ser produzido de diversas formas, incluindo em gel, cremes, supositórios, películas ou como uma esponja ou um anel que libera o ingrediente ativo ao longo do tempo. Embora ainda não haja microbicidas seguros e eficazes disponíveis, os cientistas estão testando muitas substâncias para saber se elas ajudam a proteger contra HIV e/ou outras ISTs.

Os microbicidas preencheriam uma importante lacuna na capacidade das mulheres de prevenir HIV/AIDS e outras ISTs, pois como não exigiriam a cooperação dos parceiros, eles colocariam o controle da proteção nas mãos das mulheres.

ATIVIDADE 17

GRAVIDEZ... SIM OU NÃO

Objetivos: Discutir sobre as responsabilidades da mulher e do homem na decisão sobre uma gravidez.

Materiais necessários: Cópia para cada grupo da Folha de apoio 17A: "Uma história possível".

Tempo recomendado: 2 horas.

Procedimento

- * Distribua (ou leia em voz alta) o texto "A história de Joana", na **Folha de Recursos 17A**.
- * Divida as participantes em pequenos grupos e dê 15 minutos para que discutam um possível final para a história. Cada grupo deverá preparar uma pequena representação do final escolhido.
- * Ao término, discuta se existem outras possibilidades além daquela(s) apresentada(s).
- * Pergunte às participantes se elas já ouviram falar em contracepção de emergência (se isto ainda não aconteceu, explique o assunto para o grupo). Apresente as informações da **Folha de recursos 17A**.
- * Peça às participantes para imaginarem que Joana descobriu que estava grávida. Diga para que retornem aos pequenos grupos e discutam possíveis finais para esta situação. Dê mais 15 minutos para esta discussão.
- * Após cada grupo ter apresentado o que criou, use as questões abaixo para facilitar a discussão sobre o papel do homem e da mulher no planejamento de uma gravidez.

Perguntas para discussão

- * Esta poderia ser uma história real? Por que sim ou por que não?
- * Mulheres jovens se preocupam com gravidez não planejada? Por que ou por que não?
- * Mulheres jovens costumam conversar com seus parceiros sobre planejamento de gravidez? Por que sim ou por que não?
- * Homens jovens se preocupam com gravidez não planejada? Por que ou por que não?
- * Homens jovens costumam conversar com suas parceiras sobre

planejamento da gravidez? Por que sim ou por que não?

- * Qual é o papel do homem no planejamento da gravidez?
- * Que papel o homem deveria ter na hora da decisão de tomar a contracepção de emergência?
- * O que passa pela cabeça de uma mulher jovem quando ela descobre que está grávida? Como uma gravidez não planejada poderia mudar sua vida? Que opções ela teria?
- * O que passa pela cabeça de um homem jovem quando ele descobre que sua parceira está grávida? Em que sua vida pode mudar? Que opções ele teria?
- * Como os pais reagem quando sua filha ou filho passa por uma gravidez não planejada?
- * Qual deveria ser o papel dos pais em apoiar uma jovem a evitar uma gravidez? E em apoiar o homem jovem a evitar uma gravidez?
- * Como podemos ajudar a reduzir o número de gravidezes não planejadas entre os jovens de sua comunidade?
- * Que opções uma mulher jovem tem diante de uma gravidez não desejada?
- * O que você aprendeu com esta atividade? Você aprendeu alguma coisa que poderia ser aplicada em sua própria vida ou relacionamentos?

Fechamento: Assim como a decisão sobre o sexo deve ser discutida, também se deve discutir a decisão sobre a contracepção e o planejamento da gravidez. Por muito tempo, a contracepção ou a forma de se evitar a gravidez foi vista como responsabilidade da mulher. Não é mais assim, os homens devem ser parceiros também nas decisões sobre os métodos de prevenção para evitar uma gravidez como também prevenir as ISTs e HIV/AIDS. É sempre melhor planejar antes e praticar sexo seguro, mas caso nos encontremos sob o risco de uma gravidez não planejada, as pílulas de contracepção de emergência oferecem uma opção que, se usadas da forma correta, podem reduzir o risco significativamente. Em caso de dúvidas e incertezas, lembrem de procurar informações com profissionais de saúde ou outras pessoas com conhecimento na comunidade.

Link – Programa H

Seção 1, "Atividade 10 – Gravidez na Adolescência: A história de Tiago".

FOLHA DE APOIO 17 A

"Uma história possível"

Joana é uma garota de 17 anos. Ela está na 3ª série do Ensino Médio e tem planos para o próximo ano de continuar os estudos e trabalhar. Sempre participou do grêmio do colégio e ajudou na criação do jornal da escola. Ela é uma garota alegre, extrovertida e dinâmica, tem muitos amigos, se dá bem com todos, mas em especial com Léo, seu namorado há 7 meses. Eles adoram ficar juntos, pois têm muitos sonhos em comum, um deles é fazerem uma longa viagem. Há mais ou menos três meses, eles transaram pela primeira vez. Joana até estranhou, pois não sentiu tantas dores como suas amigas falaram, nem sentiu vergonha em falar com Léo sobre o uso da camisinha. Contudo, numa das vezes em que eles estavam transando, a camisinha estourou e Joana não utilizava nenhum outro método contraceptivo. Eles ficaram muito preocupados, pois Joana estava no seu período fértil.

Neste momento, muitas coisas passaram na cabeça de Joana: "Ai meu Deus! E se eu ficar grávida?", "Puxa, o que será que eu posso fazer...".

FOLHA DE APOIO 17 B

Contraceção de emergência?

A **Contraceção de Emergência** é um recurso contraceptivo feito à base de altas doses de hormônios que impedem a ovulação, a fecundação do óvulo pelos espermatozoides e a implantação do óvulo no útero, impedindo o início da gravidez. Ele deve ser usado até três dias (72 horas) depois que a relação sexual não protegida aconteceu. Após este período ele é pouco eficiente.

Pode ser usado na forma de dose pronta, contendo dois comprimidos que são vendidos em farmácias. Recomenda-se que o primeiro comprimido seja tomado o quanto antes, pois quanto mais cedo for ingerido maior eficácia tem para evitar a gravidez. O segundo comprimido deve ser tomado 12 horas após o primeiro.

É aconselhável tomar os comprimidos sempre junto com a ingestão de leite e alimentos para evitar náuseas, enjoos, vômitos ou dor de cabeça. Caso haja vômitos até duas horas após sua ingestão, é preciso repetir a dose.

IMPORTANTE: a **Contraceção de Emergência** não é um método abortivo de evitar a gravidez. É um recurso emergencial que pode evitar uma gravidez não planejada e conferir maior tranquilidade à mulher. Deve ser utilizado quando houver falha da

camisinha feminina ou masculina, relação sexual com o diafragma deslocado, relação sem uso de qualquer método contraceptivo ou em caso de estupro. Diferente da pílula anticoncepcional, não é um recurso para ser usado com frequência, somente em situações de emergência, pois usado regularmente pode permitir uma gravidez.

Como não é abortiva, seu uso não deverá provocar sangramentos. É preciso esperar a menstruação vir normalmente, sendo que esta pode atrasar ou adiantar uns dias. No caso de falha, não causa efeitos colaterais no feto.

Depois de tomar a contracepção de emergência, é preciso adotar o uso da camisinha em todas as relações sexuais até a menstruação vir, pois ela não protege as relações sexuais futuras; só aquela relação que ocorreu nas últimas 72 horas. O uso repetitivo em um mesmo ciclo menstrual protege menos contra a gravidez que outros métodos. Além disso, ela também não protege as mulheres de ISTs e do HIV/AIDS.



ATIVIDADE 18

OS SEGREDOS DE ALICE

Objetivos: Promover reflexão sobre a interrupção de uma gravidez, sob a perspectiva da saúde pública e dos direitos sexuais e reprodutivos.

Materiais necessários: Cópias da **Folha de Apoio 18 A "Os segredos de Alice"**.

OPCIONAL: flip-chart e marcadores.

Tempo estimado: 2 horas.

Notas para planejamento: Este pode ser um tópico que cause muita discussão entre as participantes. É importante que o facilitador não tente impor seus valores ou se mostre favorável a um dos lados, mas antes foque o contexto da saúde e dos direitos humanos. A facilitadora tem que rever as leis locais com referência principalmente ao aborto. Para auxiliar esta reflexão veja **Folha de Apoio 18B**.

Procedimento

- * Distribua (ou leia em voz alta) a **Folha de Apoio 18A** com o texto "O Segredo de Alice".
- * Divida os participantes em pequenos grupos e dê 20 minutos para que discutam possíveis finais para a história. Cada grupo deverá apresentar o que pensou através de uma pequena encenação ou cartaz.
- * Após as apresentações, use as questões abaixo para facilitar a discussão.

Perguntas para discussão

- * Que opções Alice teve diante da gravidez? Quais são as implicações de cada uma dessas opções?
- * O que vocês acham da forma como os amigos e o namorado de Alice reagiram à situação?
- * A questão do aborto diz respeito aos homens também? Por quê? Como eles deveriam se envolver?
- * As mulheres jovens de sua comunidade enfrentam situações parecidas com a da história de Alice?
- * A história de Alice seria diferente se ela vivesse em um lugar em que aborto fosse ilegal? Se sim, como seria?
- * Vocês acham que as mulheres que fazem o aborto se sentem como Alice?
- * Como a sociedade retrata as mulheres que fazem aborto?

- * Você acha que uma mulher tem o direito de decidir se irá ou não levar uma gravidez adiante? Por quê?
- * Você acha que as mulheres deveriam ter o direito legal de fazer aborto seguro? Por quê?
- * Quais são os principais desafios que as mulheres enfrentam nesta situação?
- * Como as leis sobre o aborto afetam as mulheres de diferentes classes sociais?
- * Os atendimentos prestados nos serviços de saúde às mulheres que estão sofrendo as complicações de aborto são de qualidade? São humanizados? Se não, por quê? Como uma mulher que está passando por esta situação deveria ser tratada?
- * Como podemos ajudar a garantir que uma mulher jovem de sua comunidade tenha informação e ajuda necessária em uma situação como esta?
- * O que você aprendeu com esta atividade? Você aprendeu alguma coisa que poderia ser aplicada em sua própria vida ou relacionamentos?

Fechamento: Podemos optar pelo aborto por diversas razões: porque não queremos filhos (ou mais filhos), porque queremos adiar a gravidez, porque a gravidez apresenta um risco possível para nossa vida ou nossa saúde ou por causa de coerção, seja em caso de estupro ou quando o parceiro insiste que abortemos. O aborto é uma realidade em todos os países, independentemente de seu status legal. Ele é, também, um assunto muito delicado e as pessoas geralmente têm posições diferentes e argumentos contra e a favor do aborto e do direito da mulher de optar por ele. Todas as pessoas têm direito a ter suas opiniões e valores e eles devem ser respeitados. No entanto, o problema do aborto deve ser considerado sob a perspectiva da saúde pública e dos direitos humanos. Em locais onde o aborto é proibido pela lei ou não está universalmente disponível, meninas e mulheres morrem ou sofrem danos incapacitantes ao tentar interromper uma gravidez indesejada. Mulheres com mais dinheiro têm mais chances de fazer um aborto seguro mesmo quando existem muitas restrições para o aborto ou o Estado não oferece recursos no sistema de saúde. Do mesmo modo, mulheres com baixo poder aquisitivo geralmente têm que fazer o aborto em condições arriscadas. Nosso direito à saúde e à vida, assim como nosso direito de tomar decisões sobre nosso próprio corpo, devem ser respeitados e protegidos. Uma vez que nós, mulheres, carregamos o ônus maior e todo o risco físico da gravidez, do nascimento e do aborto, é à nós que cabe tomar as decisões sobre assumir esses riscos. Os homens, no entanto, compartilham a responsabilidade da gravidez de suas parceiras e é importante que eles apoiem nossas decisões quanto à gravidez.

Entre as opções de uma gravidez não desejada, estão:

- * Continuar com a gravidez e ficar com o bebê;
- * Continuar com a gravidez e entregar o bebê para adoção;
- * Interromper a gravidez.

É difícil tomar uma decisão. Não entanto, reforçamos o direito de cada mulher decidir sobre a sua gravidez uma vez que é ela quem deve enfrentar as consequências. Sugerimos que sejam postas na balança todas as opções disponíveis e que se considere qual o melhor caminho para cada uma, quando a decisão for tomada.

Link - Programa H

Seção 1, "Atividade 11: O homem e o aborto".

Outros links

O vídeo "Uma vezinha só" conta a história de uma jovem, Tininha, que vive uma situação de aborto e é atendida de maneira exemplar em um serviço de saúde. Ajuda a promover discussão sobre a importância da participação do parceiro nas decisões para a saúde reprodutiva.



FOLHA DE APOIO 18 A

Os segredos de Alice

Terça-feira, 12 de julho (faltam 28 dias para o meu aniversário).

Querido Diário,

Como me sinto sozinha nesse momento! Como está doendo passar por esse momento! Pedi ajuda a minhas amigas, mas esperava mais apoio! Isso mesmo!!! Queria mais apoio!!! Até mesmo o Pedro não quis se envolver muito... Ele até falou pra eu fazer o aborto, mas deu no pé. Me falou que isso era um problema meu e eu que tinha que resolver sozinha e que eu já tinha 17 anos e mais um monte de coisas. Mas acho que uma coisa que ele falou é verdade, o corpo é meu, no fim eu que tinha que resolver, mas o que ele não entende é que não é fácil passar por isso sozinha! No fim, a Aninha, minha amiga do curso de dança, foi quem mais me ajudou. Ela me entendeu... eu não podia ter esse filho agora....

Estou muito triste. O que faço? Quem pode olhar para mim neste momento? Queria tanto desabafar com alguém... Não, não. Nem pensar na minha mãe. Imagina... não quero contar pra ela.... Meu diário, só você me escuta... Só sei chorar... (até daqui a pouco).

Voltei. Estou um pouco mais calma, mas não paro de pensar. Fiquei lembrando que pelo menos fui bem atendida no serviço de saúde. A enfermeira era gente boa, me acolheu, conversou bastante e não ficou me enchendo de perguntas. Sinto medo, vergonha. Nunca pensei que um dia eu faria um aborto, mas fiz. E agora? Ela me falou da importância de fazer a contracepção (usar método, entende?) e me falou que eu tinha que voltar no posto depois de 15 dias pra outra consulta. Esse dia tá chegando e eu não sei com quem ir. O que faço? Vou sozinha? Imploro ao Pedro para ir comigo? Não quero isso. Nem sei se quero continuar com ele! Mas que o Pedro precisava ficar mais esperto, ah, isso ele precisava!

Não vou chamar de novo a Aninha... Só se eu chamar a Vivi, que já passou por isso! Se bem que a Vivi não teve uma experiência legal. Ela me falou que foi super maltratada no posto. O médico ficou dizendo que ela era irresponsável, que na hora H não pensou nas consequências e que tinha cometido um crime. Melhor não... melhor insistir com o Pedro, assim a gente pode falar um pouco sobre o que aconteceu.... sei lá...

Até amanhã, meu diário.

Alice.

Quarta-feira, 13 de julho (faltam 27 dias para o meu aniversário)

Querido Diário,

Cheguei da rua, fui pagar umas contas para minha mãe. Estou me sentindo mais disposta hoje, ainda bem! Sabe Diário, ontem a Aninha falou que tinha um grupo só de meninas que discutiam sobre essas coisas... Elas conversam sobre saúde, prazer, sexo, camisinha, enfim o que nós mulheres estamos sentindo. Acho que vou procurar esse grupo.... Quem sabe eu não me sinta tão sozinha falando com elas... (Volto já, diário, o telefone tá tocando).

Voltei, era a Aninha me falando que vai ter reunião amanhã do grupo, vai ser depois da aula de dança. Acho que vou aparecer por lá.... Aninha é uma grande amiga... Agora vou dormir, estou cansada e quero ver se nos sonhos alguma coisa boa acontece. Fui... meu diário, boa noite.

Alice.

FOLHA DE APOIO 18 B

O Aborto

O aborto é um assunto polêmico. Falar sobre o aborto gera na maioria das vezes controvérsias e desconfortos, pois envolve princípios morais, religiosos, éticos e legais. No entanto, não é um assunto a ser relegado para o segundo plano, uma vez que a saúde física, emocional e mental de milhares de mulheres ao redor do mundo pode estar em jogo devido às más condições em que é realizado o aborto.

Entre teóricos, pesquisadores e organizações sociais há aqueles que inserem o aborto dentro das questões de saúde pública, que o tratam como tema dos direitos sexuais e reprodutivos das mulheres e lutam para eliminar a descriminalização que pesa sobre a decisão das mulheres diante da interrupção de uma gravidez e pela legalização da prática do aborto. Há, no entanto, aqueles que assumem uma linha de defesa da criminalização, manutenção da ilegalidade e punição das mulheres nos casos de interrupção da gravidez, não previstos pela lei. O Código Penal Brasileiro de 1940 pune a prática do aborto, sendo permitido apenas em duas situações: se não houver outra forma de salvar a vida da gestante ou em casos de gravidez decorrente de estupro.

Estima-se que na América Latina e no Caribe, anualmente, cerca de 4 milhões e 200 mil mulheres submetem-se todo ano a abortamentos, sendo 95% desses procedimentos realizados na ilegalidade (OMS, 1998). Cerca de 21% das mortes maternas (6 mil/ano) "têm como causa as complicações do aborto inseguro sob a responsabilidade das leis restritivas ao aborto" (Rede Nacional Feminista de Saúde, 2005). As taxas de abortamento entre adolescentes variam de país para país, registrando-se desde taxas muito baixas, como na Alemanha (3 abortamentos em cada 1.000 mulheres na faixa etária de 15 a 19 anos) e Japão

(6 em cada 1.000) e taxas muito mais altas, como no Brasil (32 em cada 1.000) e Estados Unidos (36 em cada 1.000) (Rede Nacional Feminista de Saúde, 2003)

Essa realidade nos mostra o quanto ainda é necessário avançarmos nessa discussão. Mas apesar de toda a resistência, é possível perceber algumas mudanças. Encontros promovidos pela Organização das Nações Unidas, em especial o **Plano de Ação do Cairo** (1994), a **Plataforma de Beijing** (1995) e o **Pacto Internacional de Direitos Econômicos, Sociais e Culturais** (1992), recomendam uma revisão das legislações punitivas sobre o aborto e reconhecem o aborto como um grande problema de saúde pública; recomendam a garantia às mulheres de acesso a serviços que permitam a realização de aborto com segurança. A maioria dos países presentes nessas conferências foi signatária desta e de outras recomendações, inclusive o Brasil. Deve-se lembrar que sendo ou não o aborto legalizado, ele continuará acontecendo todos os dias entre mulheres adultas, jovens e adolescentes. A maioria das mulheres brasileiras que compõem a triste estatística de milhões de casos de aborto é formada por pobres e negras. A não legalização do aborto não impede que ele seja praticado, mas certamente colabora para a precarização das condições em que ele é feito, colocando em risco a vida e a saúde das mulheres.

É importante destacar que a discussão sobre aborto deve vir sempre no contexto das questões sobre direitos sexuais e reprodutivos, acesso a serviços de saúde (hospitais ou postos de saúde), acesso a métodos contraceptivos adequados, violência de gênero entre outros. No caso de adolescentes e jovens, é importante discutir as necessidades específicas da faixa etária, questionar os obstáculos ao acesso às informações e os impedimentos sociais e culturais recorrentes, e a visão adultocêntrica quando se trata das garantias dos direitos sexuais e reprodutivos dessa faixa etária.

Serviços de saúde e atendimento ao público adolescente e jovem

É necessário ressaltar que a ilegalidade condena todas as mulheres. Tanto faz o aborto ser ou não provocado, pois não raro, ao chegar a um serviço de emergência obstétrica com aborto em curso ou com complicações decorrentes de aborto, as mulheres são tratadas como criminosas, as últimas a serem atendi- das, até que muitas ficam com sequelas ou morrem. O atendimento à saúde, de maneira geral, deve ser profissional, criterioso e respeitoso. Quando uma mulher em situação de abortamento, adolescente ou adulta, chega a um serviço de saúde, o mais importante é ela sentir-se bem tratada e não sob julgamento. O profissional pode apoiá-la reforçando sua autoestima, escutando atentamente o que diz, certificando-se de que compreendeu o que ela está falando ou tentando falar, e, sobretudo, assegurando-lhe que o que ela sente é real e válido. No caso de adolescentes, é importante valorizar seus sentimentos e preocupações. Uma dessas preocupações pode ser quanto à sua *privacidade*: a jovem deve se sentir segura de que ninguém tomará qualquer atitude – por exemplo, a de contatar a família – sem o seu conhecimento ou aprovação.

As diferenças de idade não são motivos para o profissional impor seus valores e pontos de vista. Para compreender melhor essa jovem, nunca é demais conhecer um pouco do mundo adolescente, as pressões e constrangimentos que sofrem e algumas das dificuldades que enfrentam na hora de optar e usar um método contraceptivo, tais como:

- * Acesso e disponibilidade: são poucos os serviços de atendimento para adolescentes, os custos dos métodos são proibitivos para a maioria deles;
- * Relações de gênero: expectativas de papéis sociais diferentes para mulheres e homens dificultam a discussão sobre sexo entre adolescentes, inclusive sobre contracepção;
- * Medo da rejeição: garotas temem perder namorado, garotos acham que as chances do relacionamento sexual acontecer podem acabar se exigirem ou decidirem discutir sobre contracepção.

A qualidade da atenção que é dada a essa jovem - e ao seu parceiro - na atenção pós-aborto pode repercutir em decisões futuras sobre sua sexualidade e comportamento reprodutivo. Estudos têm demonstrado que quando o parceiro participa igualmente da seleção do método contraceptivo, o seu uso torna-se mais prolongado e eficaz. Assim, trabalhar com adolescentes a partir de uma perspectiva de gênero é uma estratégia importante para ações que tenham como objetivo diminuir a incidência de abortos e suas complicações. Se pretende incrementar a participação da adolescente e seu parceiro no cuidado de sua saúde reprodutiva, o serviço deve oferecer um atendimento não apenas clínico, mas também educativo, dentro de uma perspectiva de gênero.

Na América Latina e no Caribe, ativistas pró-aborto têm encontrado muitas barreiras culturais, tecnológicas e sociais no que diz respeito às reivindicações a favor da mulher. Nesta região, existe um paradoxo no que se refere à prática do aborto- é ilegal e criminalizado na maioria dos países, embora seja a região que possui os maiores índices de aborto. As consequências de seu status ilegal abre caminho para milhões de práticas inseguras, abortos perigosos, que coloca muitas mulheres sob risco. Alguns progressos têm sido alcançados nos últimos anos, mas a América Latina, em sua maioria, permanece "anti-aborto".

- * No México, o aborto é permitido em caso de estupro e para proteger a vida da mulher grávida, ainda que, de acordo com a Organização dos Direitos Humanos (*Human Rights Watch*), alguns governos locais desencorajam as mulheres vítimas de estupro a buscar o aborto legal, em alguns casos ameaçando-as com a prisão. Alguns estados, entretanto, permitem aborto para proteger a saúde mental e física da mulher nos casos em que existem anomalias fetais. Em 2007, a Assembleia Legislativa da Cidade do México aprovou a legalização do aborto na cidade.

- * No Brasil, o aborto legal é possível apenas nos casos que envolvem estupro ou quando a vida da mulher corre perigo. Além disso, o processo para a obtenção da permissão do aborto nesses casos é dificultado e leva a muitas práticas de aborto ilegal. Em muitos casos, a droga *Cytotec* é usada para induzir o aborto.
- * O Chile, recentemente foi notícia quando a ex-presidente Michelle Bachelet autorizou a distribuição, pelo governo, de pílulas de contracepção de emergência para mulheres que têm de 14 anos ou mais. No entanto, o aborto é ilegal em todos os casos.
- * Na Colômbia o aborto pode ser executado quando a vida da mulher ou sua saúde mental e física correm perigo.
- * A Nicarágua recentemente aprovou uma nova legislação banindo o aborto em todas as circunstâncias. Alguns especialistas em saúde estimam que o número de abortos ilegais no país ultrapassa a 30.000 por ano.
- * Na Venezuela, o aborto é ilegal, exceto quando a vida da mulher está sob risco.
- * Uma investigação recente em Antígua, Barbados, São Vicente e Trindade e Tobago encontrou leis que proíbem aborto nestes países, exceto nos casos em que a vida da mãe corre perigo, mas existem muitas discussões sobre a legalização do aborto no caso em que a saúde física ou mental da mulher fique ameaçada.



ATIVIDADE 19

DIVERSIDADE SEXUAL

Objetivos: Promover o reconhecimento e o respeito em relação à diversidade sexual e discutir as consequências da homofobia para os indivíduos, as relações e as comunidades.

Material necessários: Pedacos grandes de papel, caneta ou lápis.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento: É importante que a facilitadora esteja aberta e confortável ao tratar deste tópico – este tema pode ser extremamente delicado. Pode ajudar se a facilitadora procura identificar os mitos mais comuns e mal-entendidos que possam estar ligados a orientação sexual, para integrá-los nesta discussão. Ao preparar a sessão, você poderá pesquisar informações considerando leis locais e movimentos que promovam os direitos dos homossexuais individualmente ou em casal, incluindo websites sobre orientação sexual e direitos, e compartilhar com as participantes.

Procedimento

- * Não conte as participantes os propósitos desta atividade. Explique apenas que elas irão discutir os diferentes tipos de relação sexual e afetiva que uma pessoa pode ter.
- * Desenhe um quadro com três colunas.
- * Pergunte ao grupo as características de uma relação entre um casal que se gosta, está ficando, namorando ou está casado.
- * Escreva essas características na primeira coluna.
- * Peça ao grupo que dê nome as personagens que possuem estas características em seu relacionamento. Escreva o nome do casal no topo da coluna.
- * Caso os nomes sejam de um casal heterossexual, a facilitadora deverá escrever na coluna 2 o nome da mulher do primeiro casal e o nome de outra mulher. A facilitadora então checará se as características atribuídas ao casal da primeira coluna podem ser vivenciadas pelo casal de mulheres da coluna 2. A mesma coisa deverá ser realizada para a coluna 3, escrevendo-se os nomes de personagens de um casal homossexual.
- * Exemplo: se o grupo sugere o nome João e Valéria para o casal da coluna 1, a facilitadora poderá escrever na coluna 2 os nomes Valéria e Maria.
- * Caso o grupo atribua, de início, nomes de um casal homossexual

masculino ou feminino, a facilitadora deverá colocar o nome de um casal heterossexual na coluna 2 e, na coluna 3, de um casal homossexual masculino ou feminino (dependendo do que apareceu na coluna 1).

- * Use as questões abaixo para facilitar a discussão.

Perguntas para discussão

- * O que há de semelhante entre essas três situações?
- * O que tem de diferente entre essas três situações?
- * Como a sociedade vê esses casais? Por quê?
- * Mulheres e homens têm o direito de se relacionar afetiva e sexualmente com pessoas do mesmo sexo? Por quê?
- * Que tipos de preconceitos são comuns em relação às mulheres lésbicas?
- * Que tipos de preconceitos são comuns em relação aos homens gays?
- * Que tipos de preconceitos são comuns em relação às travestis e transexuais?
- * Que tipos de preconceitos ou desafios mulheres e homens homossexuais enfrentam em suas famílias? E nas escolas? Amigos e pares?
- * Quais são as consequências desses preconceitos?
- * O que você aprendeu durante esta atividade? Você aprendeu algo que poderia ser aplicado em sua vida pessoal e relacionamentos?

Fechamento: Todo mundo tem uma orientação sexual, ou seja, as pessoas se sentem afetiva e sexualmente atraídas por homens, por mulheres ou por ambos. Mulheres que praticam sexo com mulheres e homens que praticam sexo com homens podem se identificar como lésbicas, gays ou bissexuais. Ou, então, pode-se não optar por nenhum rótulo. Embora não se saiba precisamente o que determina a orientação sexual de uma pessoa, nós sabemos que ela se forma muito cedo na vida, que não é uma escolha da pessoa e que não pode ser mudada, embora devido aos tabus sociais e à homofobia, ela seja, às vezes, ocultada. Esses tabus sociais e a homofobia podem colocar a juventude LGBTQIA+ sob risco de violência, discriminação, depressão e comportamentos autodestrutivos, podendo chegar até mesmo ao suicídio. É importante trabalhar para destruir os mitos e promover o respeito aos direitos das mulheres e dos homens de expressar sua orientação sexual livres de discriminação.

Outros links

O vídeo "Medo de quê?" conta a história de um jovem homossexual e ajuda a promover discussão sobre homofobia e a necessidade de respeitar as diversas orientações sexuais (Produzido pela Aliança H. Para mais informações entre no site www.promundo.org.br).

Lesbofobia: embora a origem desta palavra denote medo doentio em relação às lésbicas, o termo tem sido usado para descrever a rejeição ou aversão às mulheres lésbicas e sua sexualidade. A lesbofobia geralmente se manifesta em ações discriminatórias, frequentemente violentas, que indicam ódio baseado apenas na orientação sexual feminina.

Homofobia: embora a origem da palavra aponte para o significado que denota medo doentio em relação aos homossexuais (gays e lésbicas), o termo passou a ser empregado para descrever a rejeição e/ ou aversão a estes indivíduos e à homossexualidade. A postura homofóbica, desta forma, manifesta-se frequentemente em ações que apontam para um ódio gratuito baseado unicamente na orientação sexual do outro.

Fonte: Glossário de Termos de Gays, Lésbicas, Bissexuais e Transgêneros e Movimento Nacional de Direitos Humanos. Disponível em: http://www.opusgay.org/legal/files/dicionario_termos_gay_lesbico_transexual.htm





6

MATERNIDADE

Histórico e culturalmente associamos a imagem da *mulher* à imagem de *mãe*, como se as duas coisas fossem naturalmente inseparáveis. É comum, inclusive, ouvir a frase "uma mulher sem filhos é como uma árvore sem frutos" - fazendo analogia a uma função biológica que necessita ser assumida. Ao brincarem com bonecas na infância, por exemplo, as mulheres já "ensaíam" suas funções de mãe e cuidadora, contribuindo para o reforço desse modelo e a construção dessas expectativas. No entanto, nem toda mulher deseja ser mãe, nem necessariamente terá filhos, ainda que estejam preservadas todas as suas capacidades reprodutivas. A decisão pela maternidade, inclusive a época de ser mãe, precisa estar atrelada ao desejo de cada mulher e não às construções sociais sobre o que é ser mãe.

Gravidez e Maternidade na Adolescência

A gravidez precoce é um problema de saúde pública, uma vez que causa riscos à saúde da mãe do bebê. Segundo o Ministério da Saúde, a gravidez de adolescentes menores de 15 anos é considerada uma *gravidez de risco* principalmente em relação à mortalidade materna. O risco se deve, em grande parte, aos fatores biológicos maternos, tais como imaturidade fisiológica e desenvolvimento incompleto do crescimento. A principal hipótese é de que o bebê competiria com os mesmos

nutrientes da mãe adolescente. Existem, na literatura médica, relatos de maior incidência de anemia ferropriva, toxemia (pré-eclâmpsia e eclampsia), risco de ruptura do colo do útero, infecção urinária, baixo ganho de peso materno, depressão pós-parto e desmame precoce entre as mulheres e maiores riscos de prematuridade, baixo peso ao nascer e baixo índice de Apgar para os recém-nascidos. A gravidez nesse grupo, cuja maturidade para a maternidade ainda não está formada, pode estar mais associada a problemas de saúde, emocionais e sociais para as meninas, acarretando problemas psíquicos para toda a vida. A gravidez precoce induz a um ciclo vicioso de pobreza e baixa escolaridade e gera consideráveis impactos socioeconômicos, pois muitas das meninas e jovens grávidas abandonam os estudos e apresentam maior dificuldade para conseguir empregos. Entre as causas de maternidade precoce estão os elevados índices de casamentos infantis organizados pelas próprias famílias, extrema pobreza, violência sexual e falta de acesso aos métodos anticoncepcionais.

A prevalência de gravidez de repetição entre adolescentes é alarmante no Brasil. Essas gestações sucessivas ainda na adolescência parecem decorrer de inúmeros fatores que podem fazer parte do contexto de vida das jovens, tais como frágeis condições socioeconômicas, início precoce da atividade sexual, baixa adesão aos métodos contraceptivos, viver em união estável ou ser casada e o abandono dos estudos. De acordo com uma análise multivariada, mostraram-se fatores associados: morar no interior, encontrar-se sob total dependência financeira, aborto prévio e renda familiar de até um salário mínimo. Existe ainda a correlação entre violência doméstica e gravidez na adolescência: dados do estudo apontaram que 75% das mães adolescentes que participaram do programa de intervenção foram vítimas de violência doméstica. Estudos têm demonstrado uma correlação significativa entre a presença de violência no namoro e gravidez na adolescência. Além disso, o histórico de violência doméstica na vida das mães adolescentes é um fator crítico para o fenômeno da *intergeracionalidade*, no qual a jovem mãe reproduziria comportamentos agressivos vividos no passado na interação com sua criança. Estudos mais recentes também que geralmente os parceiros de mães adolescentes são mais velhos.

Apesar deste Manual ser dedicado ao trabalho com mulheres jovens (ou talvez exatamente por este motivo!), é importante frisar que nem todo pai é ausente ou irresponsável. Muitos homens, sejam eles jovens ou não, que engravidam uma adolescente procuram romper com o modelo cultural que determina que um homem não pode e nem deve participar da divisão do trabalho doméstico e do cuidado infantil.

É importante apoiar a adolescente que engravida e seu parceiro. Isto não

significa estimular a gravidez entre adolescentes, mas criar condições para que esse processo não resulte em problemas físicos e psicossociais. Este apoio deve incluir novos suportes escolares que permitam que os jovens consigam conjugar maternidade e estudos.

Gravidez na adolescência: breve histórico

Fases e tendências dominantes

Nos anos 1930 e 1940, a gravidez na adolescência é compreendida a partir da noção de *risco biológico*. Nos anos 50, nos Estados Unidos, a gravidez e a adolescente passaram a ser conjuntamente tratadas através da temática da *obstétrica-pediátrica* em uma abordagem coletiva e preventivista. Foi entre os anos 50 e 60 que a adolescente grávida passou a ser problematizada em uma dimensão mais abrangente. Nos anos 70 surgem as primeiras propostas da temática comunitária. Nos anos 80, o direcionamento da estratégia da Saúde Pública para os grupos mais vulneráveis da sociedade se consolida com uma nova tarefa, capaz de prevenir a gravidez a despeito do desejo da adolescente. Nos anos 90 há o fortalecimento das abordagens de prevenção e, por outro lado, da abordagem crítica do discurso tradicional da Saúde Pública sobre a adolescente grávida, considerando-se a necessidade de questionarmos a concepção negativa e moralista que se apoia no critério de idade e concebe a gravidez como problema.

Fonte: análise de Alberto Reis (1993) com base em artigos da área da saúde indexados pelo index *medicus22* sobre o tema "adolescente grávida".

ATIVIDADE 20

FOTOGRAFIA VIVA

Objetivos: Refletir sobre as várias etapas da gestação e os tipos de parto, sensibilizando para a necessidade de humanização da atenção, desde o pré-natal até o nascimento, e para necessidade de envolvimento dos homens nesse processo.

Materiais necessários: Flip-chart e marcadores.

Tempo recomendado: 2 horas.

Procedimento

- * Faça uma "tempestade de ideias" inicial sobre quais as várias etapas da gravidez que as participantes conhecem, desde a concepção, ao parto e pós-parto, período que começa imediatamente após o nascimento e se estende por cerca de seis semanas (veja o texto "Os trimestres da Gravidez"). Escreva em um quadro ou Flip-chart para que as participantes possam se referir durante as próximas etapas da atividade.
- * Divida as participantes em dois grupos (A e B), separados em lados opostos da sala. Explique que o primeiro grupo deverá discutir as diferentes etapas da gravidez e que o segundo grupo deverá discutir o que acontece no parto (em casa ou em unidades de saúde) e no período pós-parto. Conte aos participantes que elas deverão congelar cinco cenas que representam diferentes estágios sobre os quais estão discutindo. As cenas deverão ser apresentadas sem movimento ou fala, como em uma fotografia, e em ordem de como os fatos acontecem. Dê 25 minutos para que os grupos discutam os estágios e desenvolvam as cenas.
- * Convide o grupo para apresentar as cenas que desenvolveram. Relembre as participantes que elas não devem falar durante a apresentação de seu grupo. Peça que elas permaneçam com a cena congelada durante 1 minuto. Durante a apresentação das cenas por cada grupo, a facilitadora deverá perguntar ao outro grupo as seguintes questões:
 - O que a cena representa?
 - Onde a cena está acontecendo?
 - Quem está sendo representado? (A mulher, seu parceiro, doutores/as, amigos/as etc.)
 - O que os personagens devem estar falando uns para os outros?

NOTA: Se necessário, pode-se pedir as participantes que permaneçam com a cena durante 2-3 minutos. Entretanto, este tempo não deve se

exceder para não cansar as participantes.

- * Após a apresentação e discussão das cenas, use as questões abaixo para facilitar a discussão.

Perguntas para discussão

- * Quais as etapas da gravidez que foram identificadas? Quais são as similaridades e diferenças entre os vários estágios da gravidez?
- * Estas cenas incluem mulheres que buscam serviços de saúde? Que serviços são esses?
- * Estes serviços são facilmente encontrados em sua comunidade? As mulheres geralmente buscam por estes serviços?
- * Há situações de maus tratos, negligência ou discriminação por parte dos profissionais presentes nas imagens? Em quais situações? Isto acontece na vida real? O que uma mulher pode fazer nestas situações? (Veja o texto abaixo "A Humanização do Parto").
- * Qual a idade das mulheres representadas nas imagens? Uma mulher adolescente e uma mulher adulta têm experiências diferentes com a gravidez? Você acha que elas são tratadas de maneira diferente pelos serviços de saúde? Por quê? Elas são tratadas de maneira diferente por suas famílias ou comunidade? Por quê?
- * Os parceiros das mulheres também estavam presentes nas cenas apresentadas?
- * Na vida real, os homens participam das diferentes etapas da gravidez? Se isto acontece, quando e como? Se não, por quê? (Veja o texto "**Pais durante a gestação, nascimento e pós-parto**").
- * No serviço de saúde, a mulher tem direito a acompanhante durante o pré-natal? E durante o parto?
- * Qual a importância da participação do companheiro/ parceiro no pré-natal, parto e pós-parto? Como pode ser essa participação?
- * Quais são os benefícios de o homem estar envolvido nesses diferentes estágios da gravidez?
- * Como uma mulher pode envolver seu companheiro nos diferentes estágios da gravidez, nascimento e pós-parto?
- * Como garantir que você e outras mulheres na sua comunidade tenham informação e suporte necessários para se manter segura e saudável durante a gravidez e parto?

Fechamento: No mundo todo, existe muito pouca consciência dos direitos das mulheres grávidas, incluindo o direito ao cuidado de qualidade e à presença de um parceiro ou acompanhante durante o parto. Esses direitos devem ser garantidos para todas as mulheres, independentemente de idade, raça ou classe social, e é importante que vocês ajudem a informar aos homens e mulheres de sua comunidade sobre esses direitos.

Link – Programa H

Seção 2, "**Atividade 8: Mural Egípcio: A gravidez na Adolescência**".

Outros links

O vídeo "Estou Grávido" discute a experiência da paternidade entre rapazes cujas namoradas/companheiras/ esposas estão grávidas. Compõe-se de um conjunto de relatos de 10 pais, adolescentes e jovens, residentes em Recife, São Paulo e Rio de Janeiro, no Brasil. O vídeo pode orientar discussões em grupos de rapazes, moças e grupos mistos, em escolas, unidades de saúde, empresas etc.

Os trimestres da gravidez

No primeiro trimestre, os sinais de gravidez são sutis, mas o corpo já está em transformação para abrigar e nutrir o bebê que lentamente começa a se formar. Apesar de quase não haver sinal de barriga, o bebê já mede 3 cm, já tem cérebro, espinha, ossos, sistemas digestivo e respiratório e já pode movimentar pés e mãos no terceiro mês. No segundo trimestre, a mulher começa a parecer grávida. O bebê já mede aproximadamente 16 cm e já começa a se mexer. Têm sobrancelhas, cílios e a pele muito fina, cabelos e pode dar cambalhotas ao final do quinto mês. Aos seis meses de gestação o bebê já faz caretas, fecha os punhos, move braços e pernas, soluça e até abre e fecha os olhos. No terceiro trimestre a mãe já está mais gordinha, o bebê começa a ficar da forma que vai nascer. No último mês, a mãe pode emagrecer um pouco e sentir o fôlego mais curto, porque o bebê está grande. Ele está geralmente posicionado de cabeça para baixo, na posição que irá nascer.

Pode acontecer de o bebê nascer antes dos 9 meses ou de algumas dessas características não serem exatamente como acima citadas. É fundamental que se faça o pré-natal para acompanhar passo a passo esse processo. Serão verificadas o peso, a pressão arterial, as medidas da barriga da mãe e outros sinais de que tudo está indo bem. Sobre o bebê, é escutado o coração e coletadas outras informações para ver se ele está com saúde. Algumas vezes são feitas ultrassonografias e recomendadas algumas vacinas. São realizados alguns exames de sangue, urina e preventivo de colo uterino (se não tiver feito no último ano antes da gravidez). É desejável que a mulher faça o teste de HIV para sua proteção e da criança, tendo em vista que, caso dê positivo, é possível realizar uma série de procedimentos para evitar a infecção do bebê.

O pai na gestação, parto e pós-parto

É preciso criar oportunidades para que os homens possam desenvolver capacidades, habilidades e competências para se envolverem em situações de cuidado comprometidas com o respeito aos direitos das crianças e adolescentes e que lhes seja permitido desfrutar do nascimento e desenvolvimento dos filhos, assim como acompanhar e compartilhar com as mães estas experiências, mesmo que eles não estejam vivendo juntos¹. Em certos países, tal como o Brasil, existe a licença-paternidade.

É importante saber que:

- * Todo pai tem direito de participar do pré-natal, o que pode ser muito importante para o homem, para a mulher e para a criança;
- * O homem também tem o direito de ser informado sobre como está indo a gravidez e sobre problemas que possam aparecer durante a gestação;
- * Na época do parto, o parceiro tem o direito de ser reconhecido como PAI, e não como VISITA nos serviços de saúde;
- * O pai pode procurar o profissional de saúde para tirar dúvidas sobre o estado de saúde da companheira e sobre o bebê;
- * Nas consultas pós-parto, é importante que o companheiro também esteja presente para receber informações sobre os cuidados com o bebê.

Humanização do parto

O termo "humanizar" possui vários sentidos, mas o conceito de **humanização** propriamente dito reconhece os direitos fundamentais das mães e das crianças, incluindo o direito à escolha do local, das pessoas e forma de assistência no parto; a preservação da integridade corporal das mães e crianças; a assistência à saúde e o apoio emocional, social, material no ciclo gravídico-puerperal e a proteção contra abuso e negligência.

São condutas a serem estimuladas durante o parto: a presença de acompanhante, a oferta de líquidos e a liberdade de escolha da posição do parto, por exemplo. Além disso, é importante destacar que a mulher também deve participar da decisão sobre o tipo e posição de parto, bem como ser informada sobre a indicação de cesariana, caso seja o parto mais indicado.

Apesar de serem recomendações da Organização Mundial de Saúde (OMS), ainda é limitado o reconhecimento da necessidade urgente de mudanças na assistência ao parto.

Procedimentos reconhecidamente danosos e ineficazes, que deveriam ser eliminados, continuam sendo parte do cotidiano de muitas unidades de saúde. Alguns exemplos são: a imobilização, a posição horizontal durante o parto; o uso rotineiro do enema (lavagem intestinal), da tricotomia (raspagem dos pelos pubianos) e da episiotomia (corte e costura da vulva e vagina); utilização do soro para "pegar a veia"; administração de ocitocina para acelerar o trabalho de parto; e os esforços expulsivos dirigidos (mandar a mulher fazer força)

ATIVIDADE 21

SER MÃE

Objetivos: Refletir sobre as diferentes formas de ser mãe e as expectativas sociais e culturais relacionadas à maternidade.

Materiais necessários: Nenhum.

Opcionais: Papel e caneta.

Tempo recomendado: 2 horas.

Procedimento

- * Divida as participantes em dois grupos.
- * Peça a cada grupo que construa a história de uma mãe. Enfatize que a única informação que receberão é de que a personagem é mãe. Todo o resto sobre a vida da personagem deve ser criado e discutido pelo grupo. Distribua as seguintes questões para ajudar na discussão:
 - Qual é o nome? E a idade?
 - Onde ela mora?
 - Com quem ela parece?
 - O que ela gosta de fazer?
 - Ela planejava ser mãe?
 - Ela tem outros filhos?
 - Ela estuda ou trabalha fora?
 - Ela mora com um companheiro?
 - O que ela fará nos próximos 5 anos? E em 20 anos?
 - O que ela sente sendo mãe?
- * Peça a cada grupo que apresente a história para o outro grupo. Elas podem escrevê-la e ler em voz alta ou representá-la.
- * Após a apresentação das histórias, use as questões abaixo para facilitar a discussão.

Perguntas para discussão

- * As mães das histórias são mães ideais ou existem na realidade?

- * Quais são as similaridades ou diferenças entre as histórias dos dois grupos?
- * A mãe da história tem características em comum com as mulheres do grupo? Quais? Existem diferenças? Quais?
- * Toda mulher deveria ser mãe? Por quê? Qual a reação das pessoas em relação às mulheres que não querem ter filhos?
- * Os homens deveriam estar envolvidos nas decisões sobre maternidade? Como?
- * Quando uma mulher se torna mãe, o que a sociedade espera dela?
- * Como a comunidade vê uma mulher que não tem filhos? É diferente quando é por decisão ou dificuldade de engravidar?
- * As expectativas sobre como as mães devem ser hoje em dia são iguais ou diferentes das do passado? Em que sentido?
- * As expectativas sobre o que é ser mãe são diferentes do que se espera sobre o que é ser pai? Como? O que você pensa sobre isso?
- * Como podemos aceitar ou apoiar as decisões das mulheres em relação à maternidade?
- * O que você aprendeu com esta atividade? Você aprendeu alguma coisa que poderia ser aplicada em sua própria vida?

Fechamento: Nos últimos cinquenta ou sessenta anos, a opção das mulheres pela maternidade mudou significativamente. Historicamente, os papéis sociais rígidos e a falta de acesso ao controle de natalidade fizeram com que as mulheres tivessem pouco poder de decidir se queriam ter filhos, quando e quantos filhos queriam. Embora algumas mulheres hoje em dia já tenham mais controle e opções no que se refere à maternidade, esse ainda não é o caso de muitas de nós. A família e a cultura ainda veem a maternidade como fundamental para a identidade e realização da mulher. Além disso, alguns modelos de mãe são idealizados, como o daquelas que se sacrificam pelos filhos e pela família, enquanto outros são criticados, como o da mulher que precisa trabalhar fora. É importante decidirmos sozinhas se queremos e como queremos ser mãe, e ter em mente que, mesmo que cuidar dos outros possa ser muito gratificante, é preciso também cuidar de si mesma.

Link – Manual

As atividades sobre trabalho, particularmente a "**Atividade 29: Trabalho de mulher?**" pode ser uma oportunidade para discutir as mudanças relacionadas ao equilíbrio entre maternidade e trabalho fora de casa, bem como a importância de compartilhar o cuidado da criança e as responsabilidades domésticas com o homem.

ATIVIDADE 22

TUDO AO MESMO TEMPO

Objetivos: Promover uma discussão sobre os múltiplos papéis e responsabilidades que muitas mulheres geralmente assumem, e a importância de dividir os cuidados da criança e as responsabilidades domésticas com os homens.

Materiais necessários: Copias da **Folha de Apoio 22** e canetas ou lápis.

Tempo recomendado: 2 horas.

Procedimento

Parte 1- O papel do homem e da mulher no cuidado com a criança

- * Divida as participantes em três grupos. Peça que um dos grupos deixe a sala por alguns momentos. Diga aos outros dois grupos que um deles representará "homens com filhos" e o outro, "mulheres com filhos". Em seguida, peça que o grupo que saiu retorne à sala e diga-lhes que serão a "plateia". É importante que este grupo não saiba quais foram os papéis dados para os outros dois grupos.
- * Peça que os dois grupos que irão fazer as representações se coloquem em cantos opostos da sala. Diga-lhes que simulem, silenciosamente, através de mímicas, o que estariam fazendo em determinadas horas do dia, respeitando os papéis que lhes cabem, ou seja, homens com filhos ou mulheres com filhos. A plateia será responsável por observar as atividades desenvolvidas ao longo do dia.
- * As horas do dia serão narradas pelo(a) facilitador(a), como por exemplo: meio-dia, seis horas da manhã, onze horas da noite, uma de cada vez. Ou seja, narra-se meio-dia e o grupo começa a fazer a mímica, até que seja narrado um outro horário e outra mímica seja iniciada e assim por diante. Também podem ser narradas variadas situações: seis da manhã em um feriado, meio-dia num final de semana, madrugada da segunda-feira.
- * O grupo C tem como função observar e comparar as imagens criadas, comentando suas observações ao final, na discussão em grupo. Pergunte-lhes se acham que as atividades feitas por mímica acontecem em suas casas ou em suas comunidades.
- * Após uma breve discussão sobre esta parte da atividade, explique que o grupo fará mais uma atividade que acentua as diferenças entre a participação de homens e mulheres no cuidado com os filhos e nas tarefas domésticas.

Parte 2 – Dividindo responsabilidades

- * Peça às participantes para retornarem aos três pequenos grupos ou divida-as em outros grupos.
- * Distribua cópias da **Folha de Apoio 22**.
- * Cada grupo deverá discutir e tentar responder às questões da **Folha de Apoio 22**. Devem ser dados 25 minutos para as respostas. Em grupos com pouco grau de escolaridade as questões podem ser lidas em voz alta.
- * Peça que o grupo apresente suas respostas e as escreva em um flip-chart.
- * Use as questões abaixo para facilitar a discussão sobre os papéis de homens e de mulheres no cuidado com os filhos e tarefas domésticas. Estimule as participantes a fazerem conexões com outras atividades desta seção.

Perguntas para discussão

- * Quais são as diferenças entre a participação das mulheres e dos homens no cuidado com os filhos?
- * Como essas diferenças estão relacionadas aos diferentes papéis e oportunidades dos homens e mulheres no espaço externo (escola, trabalho)?
- * Na sua opinião, quais deveriam ser os direitos das mulheres em relação à maternidade e trabalho? Quais deveriam ser os direitos dos homens em relação à paternidade e trabalho? (Faça uma comparação com as leis descritas no texto abaixo "Leis brasileiras relacionadas à maternidade e paternidade").
- * É possível para uma mulher jovem ser mãe, estudar e trabalhar? Que tipos de ajuda ela precisa?
- * Algumas responsabilidades são mais importantes que outras?
- * O que uma mulher geralmente espera do homem em relação ao cuidado com os filhos?
- * Os homens são capazes de cuidar dos filhos tanto quanto a mulher? Por quê?
- * O que uma mulher geralmente espera do homem em termos do trabalho doméstico?
- * Os homens são capazes de desenvolver as tarefas domésticas tanto quanto às mulheres? Por quê?

- * É importante para as mulheres e seus companheiros compartilhar os cuidados com a casa e os filhos? Por quê?
- * Quando o homem está desempregado, ele contribui nas tarefas domésticas?
- * Quais são os benefícios de a mulher e o homem compartilhar igualmente o cuidado com os filhos e as responsabilidades domésticas?
- * Como uma mulher pode encontrar tempo para cuidar dela mesma e administrar todas as outras responsabilidades?
- * Como um homem pode encontrar tempo para cuidar dele mesmo, da(s) criança(s) e de outras responsabilidades?
- * O que você aprendeu com esta atividade? Você aprendeu alguma coisa que poderia ser aplicada em sua própria vida?

Fechamento: As mulheres às vezes equacionam muitos papéis e responsabilidades, dentro e fora de casa. Em termos de cuidado dos filhos, é geralmente a mulher que assume as principais responsabilidades. É fundamental lembrar, no entanto, que o envolvimento do pai no cuidado dos filhos não está ligado exclusivamente a características biológicas. Ela depende mais de como os homens e as mulheres são criados e se eles são criados para achar que homens também podem cuidar de crianças. Embora meninas e mulheres sejam frequentemente criadas desde cedo para cuidar dos filhos, os homens também podem aprender a fazer isso, inclusive podem aprender muito bem. Como mães, irmãs e esposas, podemos encorajar meninos e homens a participar do cuidado dos filhos e de outras crianças, de modo que possam praticar as habilidades necessárias para serem bons pais e cuidadores.

Link – Manual

As técnicas sobre **Trabalho** ajudam a aprofundar as questões discutidas nesta técnica.

Link – Programa H

Todas as atividades da Seção 2, "Paternidade e Cuidado", incluindo o vídeo "Minha vida de João".

Leis brasileiras relacionadas à maternidade e paternidade

- * Na Constituição Federal de 1988 está prevista licença-maternidade de 120 dias, sem prejuízo do emprego e do salário, e a licença-paternidade de 5 dias;
- * A Lei 11.108, de 07 de abril de 2005, diz que os serviços de saúde do

Sistema Único de Saúde - SUS, da rede própria ou conveniada, ficam obrigados a permitir a presença, junto à parturiente (à mulher), de 1 (um) acompanhante durante todo o período de trabalho de parto, parto e pós-parto imediato, indicado pela própria mulher;

- * A Lei 10.710, de 05 de agosto de 2003, diz que o salário-maternidade é garantido para as mulheres seguradas da Previdência Social, durante 120 (cento e vinte) dias, com início no período entre 28 (vinte e oito) dias antes do parto;
- * A Consolidação das Leis de Trabalho (CLT) assegura o emprego da mulher gestante desde a confirmação da gravidez até cinco meses após o parto;
- * A Lei 11.108, de 07 de abril de 2005, diz que os serviços de saúde do Sistema Único de Saúde (SUS), de dois descansos especiais de meia hora cada um, para amamentar a criança, até os seis meses de vida.

FOLHA DE APOIO 22

Papéis e responsabilidades: fazendo um inventário

Responder **Homens**, **Mulheres** ou **Ambos** para as questões abaixo:

- * Quem fica mais tempo na escola ao longo da vida?
- * Quem geralmente falta mais ao trabalho para cuidar de crianças ou parentes doentes?
- * Quem geralmente leva as crianças para consultas médicas, reuniões na escola?
- * Quem geralmente administra as finanças do lar?
- * Quem recebe salários mais baixos?
- * Quem geralmente ocupa as posições mais altas nos cargos administrativos, nos negócios ou no governo?
- * Quem é geralmente o responsável pela educação das crianças?
- * Quem geralmente é o responsável pelas tarefas domésticas diárias?
- * Quem geralmente tem mais tempo livre?
- * Quem geralmente tem a guarda das crianças?





7

PREVENINDO E VIVENDO COM HIV/AIDS

Pensar as condições de vulnerabilidade feminina significa pensar na socialização dos meninos e meninas e na dinâmica das relações de gênero, incluindo as condições que estimulam o cuidado negligenciado para os homens, a agressão e o poder. É importante potencializar as habilidades de mulheres jovens para reconhecer sua sexualidade, incluindo o prazer, seus direitos, reconhecer as formas de prevenir ISTs e atender sua saúde sexual e reprodutiva, com o propósito de implementar ações que detenham o crescimento de casos de pessoas vivendo com HIV entre a população mais jovem e pobre.

Fatores que contribuem para a vulnerabilidade feminina

O índice por infecção de HIV/AIDS entre a população jovem ao redor do mundo tem crescido rapidamente - 67% dos indivíduos recém infectados em países em desenvolvimento são jovens entre 15 e 24 anos (UNAIDS, 2005). Na faixa de 15 a 24 anos, as mulheres têm três vezes mais probabilidade de ser infectadas pelo HIV do que os homens jovens e compreendem 64% da população jovem vivendo com HIV/AIDS nos países em desenvolvimento (UNAIDS, 2005).

O desequilíbrio de poder e as desigualdades entre homens e mulheres colocam as mulheres, principalmente as mais jovens, em uma posição de desvantagem na negociação de práticas sexuais seguras. Isto ocorre porque tanto os homens como as mulheres são socialmente levados a crer que os homens têm direito a relações sexuais com suas mulheres (sejam namoradas, parceiras ocasionais ou esposas) sem levar em conta se elas desejam ou não. O silêncio em relação à sexualidade feminina amplia a vulnerabilidade das mulheres no que diz respeito aos cuidados com o corpo e com a saúde sexual. Com menos chance de falar sobre sua sexualidade, menos chance as mulheres têm de refletir sobre práticas mais prazerosas e seguras.

No início da epidemia, entendia-se que apenas as parceiras de usuários de drogas ou mulheres envolvidas na prática da prostituição formavam grupos de risco ao HIV/AIDS. No entanto, no começo da década de 90, os estudos começaram a apontar a feminização, pauperização, interiorização²⁷ e juvenização²⁸ da epidemia, que se devem às condições de vulnerabilidade das populações que compõem estes segmentos. Neste momento, tiveram início as primeiras ações coordenadas voltadas especialmente para as mulheres.

As mulheres jovens são especialmente vulneráveis ao HIV por razões biológicas, sociais, culturais e econômicas. Além das desigualdades de gênero, destacam-se entre os fatores sociais a discriminação e o preconceito de raça/etnia, idade e condições socioeconômicas que dificultam o acesso à educação e a serviços de saúde adequados. As mulheres negras encontram-se mais vulneráveis, especialmente devido às consequências da discriminação que sofrem, inclusive, situações de exclusão nos serviços públicos (Ministério da Saúde, 2007). Na zona rural ou nas periferias, as mulheres também ficam à margem das informações e do debate sobre prevenção, que ainda se concentra, na maioria dos países, nas grandes cidades. O risco de mulheres contraírem o HIV durante uma relação sexual vaginal desprotegida é duas vezes maior do que para os homens. Esta vulnerabilidade fisiológica é

aumentada pelas normas sociais de gênero que reduzem o poder de decisão e negociação das mulheres. Muitas mulheres não estão em condições de negociar uma relação sexual segura sem temer uma represália, que pode ir desde ataques de raiva e acusações até maus-tratos e violação. Em muitos casos, o receio de abandono do parceiro colabora para que as mulheres se submetam a relações sexuais desprotegidas. A coerção sexual e a violência, formas extremas de desequilíbrio de poder, são também associadas às dificuldades de uso do preservativo, e no caso do sexo forçado, a probabilidade de transmissão do HIV aumenta, devido aos ferimentos que a violência pode causar no trato genital ou anal. Além disso, a violência pode interferir no acesso da mulher a serviços, incluindo testagem e tratamento de HIV, aderência ao tratamento ARV e a escolha da alimentação de seu filho.

Muitas mulheres portadoras do HIV haviam sido infectadas por seus companheiros de longo tempo e, em muitos lugares, a taxa de HIV entre as mulheres casadas é maior do que entre as solteiras sexualmente ativas (UNAIDS, 2004). O casamento, muitas vezes, serve como justificativa para não utilização do preservativo. A ideia de que o uso de preservativo está associado à infidelidade pode ser um fator de mal-estar para seu uso entre os casais e dificultar a negociação para a adoção deste método contraceptivo.

Em algumas partes do mundo, alguns tabus religiosos também contribuem para que mulheres sejam vulneráveis ao HIV/AIDS. Muitas mulheres jovens são socializadas através de religiões, tabus culturais e outros mecanismos sociais, mais ou menos rígidos, que aceitam a subordinação sexual da mulher e impedem o uso do preservativo. Fundamentalismos diversos criam fortes barreiras ao pleno exercício do gozo, do prazer e do direito. De forma mais radical, alguns países praticam a mutilação da genitália de mulheres jovens para redução de prazer e em alguns desses países meninas são mutiladas ao nascer. No entanto, é preciso afirmar que religião e camisinha nada têm de contraditório. Em algumas comunidades do Rio de Janeiro no Brasil, líderes religiosos, preocupados com a preservação da vida, têm inserido discussões do uso do preservativo como conteúdo de suas pregações (Edmundo *et al.*, 2003). Também podemos ressaltar trabalhos como os do movimento "Católicas pelo Direito de Decidir", que realizou a campanha "Preservativos para a vida: um esforço mundial", lançada no Dia Mundial da AIDS do ano de 2001, representando um esforço mundial na busca de despertar a consciência sobre os efeitos maléficos da proibição do uso de preservativo por parte dos bispos católicos. Inicialmente a campanha se lançou com o slogan "Proibir o preservativo é condenar milhões de seres humanos à morte" em esforço para mudar a política do Vaticano contra a disponibilidade e o acesso aos preservativos nas áreas de maior risco.

Mulheres jovens e prevenção de HIV/AIDS

Para prevenir HIV/AIDS entre mulheres jovens, é necessário não só o acesso à informação sobre sexualidade, mas também estímulo para que as mulheres reconheçam seu prazer, bem como tomem decisões para cuidar de seu corpo e sua saúde. Fortalecer esta iniciativa no grupo pode estimular também a busca para o acesso a serviços de saúde de qualidade, que forneçam insumos como o preservativo feminino e os microbicidas que aumentam o poder de negociação das mulheres com seus parceiros.

O principal método de prevenção ao HIV/AIDS para pessoas sexualmente ativas é a camisinha, um método de barreira que impede a entrada do vírus ou outras doenças transmissíveis pelo sexo, além de servir também como anticoncepcional. A mais antiga é a camisinha masculina, cujos estudos sobre a história remontam sua origem ao Egito Antigo. Desde sua primeira produção, o material foi aperfeiçoado para ser mais seguro e permitir maior prazer. Atualmente, a maior parte dos preservativos é feita de látex, mas eles podem também ser feitos em poliuretano, um material mais fino e que permite maior troca de calor entre os corpos.

A camisinha feminina (ver **Folha de Apoio 15A**) é outra opção para a prevenção da transmissão do HIV através de penetração vaginal e pode ser uma ferramenta para promover a autoconfiança e autonomia sexual das mulheres, indo ao encontro de maior equidade nas relações sexuais. Uma vez que é colocada no corpo da mulher, a camisinha feminina é capaz de aumentar seu poder na negociação do uso do preservativo. Existe menor resistência masculina ao uso deste preservativo por poder ser inserido na vagina até 8 horas antes da relação. Assim, as mulheres podem colocá-lo momentos antes do encontro e não é necessário pedir que seu parceiro o coloque. O preservativo feminino tem uma única medida de diâmetro, mas seu anel é bem largo, não aperta o pênis, e adere bem ao tecido das paredes da vagina. Com o preservativo feminino, as mulheres tornam-se mais ativas na utilização de métodos que preservam sua saúde sexual e reprodutiva. Porém, precisamos apenas ficar atentas para que a camisinha feminina não resulte em uma maior responsabilização da mulher em relação à saúde sexual e reprodutiva.

A testagem do HIV é também um instrumento importante na prevenção do HIV/AIDS. É importante detectar a presença do HIV no organismo, para adotar o quanto antes o tratamento do HIV e medidas de prevenção a novas infecções. Um casal em que as duas partes sejam portadoras do vírus da AIDS deve usar preservativo

também, para evitar a entrada de novos vírus e não aumentar a carga viral de ambos. O teste do HIV não deve ser visto de maneira negativa, nem ser fonte de ansiedade. Para isto, precisamos destacar a necessidade do teste, como um meio de cuidado conosco e com o outro.

Na prevenção do HIV/AIDS, promover o uso do preservativo é importante, porém não basta. É preciso ativar outros mecanismos de proteção e promoção à saúde, bem como os de construção de redes comunitárias de apoio, questionamento de estereótipos sexuais e estímulo à autonomia e o fortalecimento de mulheres jovens. A inclusão de homens nas ações de prevenção também é fundamental para o cuidado com a saúde, visto que a prevenção do HIV/AIDS é relacional, isto é, envolve medidas que tratem da relação entre parceiros(as).

Cuidado e prevenção do HIV

O papel das mulheres tem sido fundamental no cuidado com as pessoas que são portadoras do vírus. Em muitos países, existe o caso dos "órfãos da AIDS" em que, muitas vezes, as avós se encarregam dos cuidados com as crianças. As mulheres jovens costumam assumir os cuidados com os membros da família que estão doentes (Ministério da Saúde, 2007). Assim sendo, é sobre as mulheres que recai a maior carga social com a epidemia de AIDS, principalmente das famílias que vivem em situação de pobreza. Neste caso, torna-se fundamental o estímulo ao cuidado masculino e o fortalecimento da mulher que se encontra em situação de pobreza, através de ações de geração de renda e da participação nas instâncias de controle social e mobilização política. Homens são claramente capazes de cuidar de crianças e membros da família vivendo com AIDS. É necessário abrir espaço para uma discussão de como envolvê-los neste cuidado.

O cuidado feminino, se acompanhado de reflexão e um estímulo ao engajamento comunitário na causa da AIDS, pode ter um efeito empoderador. No Rio de Janeiro (Brasil), os casos de pessoas que vivem com HIV em comunidades têm mobilizado os cuidados de muitas mulheres, principalmente lideranças locais, que são reconhecidas por seu papel de luta pela saúde da comunidade (Fonseca, 2004). Seguindo este exemplo, mulheres envolvidas nos cuidados com a saúde de pessoas de sua comunidade devem ser reconhecidas e valorizadas e suas experiências utilizadas em respostas locais para a epidemia de AIDS. As agentes ou lideranças locais são conhecedoras e tem uma boa relação com a comunidade; conseguem criar estratégias de prevenção mais adequadas ou reconhecem dificuldades que nenhum profissional de saúde, que não pertence ao local, poderia reconhecer

(Fonseca 2004). As mulheres jovens devem ser estimuladas a conhecer lideranças que desenvolvem ações de prevenção e fazer parte de atividades locais. A profilaxia Pré-exposição (PrEP) é também uma das formas de prevenção ao HIV. A PrEP consiste na tomada diária de um comprimido que impede que o vírus causador da aids infecte o organismo, antes de a pessoa ter contato com o vírus.

Após 7 dias de uso para relação anal e 20 dias de uso para relação vaginal.

IMPORTANTE: a PrEP não protege de outras Infecções Sexualmente Transmissíveis (tais como sífilis, clamídia e gonorreia) e, portanto, deve ser combinada com outras formas de prevenção, como a camisinha.

ATIVIDADE 23

POSITIVO E NEGATIVO

Objetivos: Discutir sobre os fatores que tornam uma mulher mais vulnerável ao HIV/AIDS.

Materiais necessários: Tiras de papel com perfil de várias mulheres da **Folha de Apoio 23A**. Pedacos de papel em formato de cartão, em que será escrito *positivo* ou *negativo*.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento: Nenhuma.

Procedimento

- * Escolha cinco perfis dentre os dez da Folha de Apoio 23A, ou crie cinco perfis mais adequados ao contexto com o qual está trabalhando. Escreva os perfis em pequenas tiras de papel. A facilitadora não deve incluir resultado de teste de HIV/AIDS nas tiras de papel. Estes resultados serão relevantes apenas mais tarde nesta atividade.
- * Explique as participantes que esta atividade é para discutir a vulnerabilidade ao HIV/AIDS.
- * Revise com as participantes o que é HIV/AIDS e como é transmitido (**Folha de Apoio 23B**). NOTA: o tempo necessário para a revisão será baseado nos conhecimentos do grupo. É importante, entretanto, que os participantes tenham uma compreensão clara de como o HIV/AIDS é transmitido antes de começar a atividade.
- * Após escolher os perfis a serem trabalhados na técnica, a facilitadora pede cinco voluntárias e entrega um para cada participante, solicitando que elas mantenham segredo sobre qual é o seu perfil.
- * Sentadas em círculo, a facilitadora pede que cada uma das cinco se apresente para o grande grupo, como se fosse a pessoa cujo perfil lhe foi entregue, dando um nome para a personagem. No momento da apresentação pode-se pedir para que as jovens incorporem o personagem dando voz e comportamentos a cada uma delas.
- * As outras participantes poderão interagir com ela no momento da apresentação, perguntando algumas coisas ou pedindo informações para conhecê-la melhor (Lembrar que as informações apresentadas deverão ser coerentes com perfil que foi entregue).
- * Após aproximadamente 20-25 minutos para a apresentação e perguntas de todas, a facilitadora então entregará um cartão com o resultado do

exame HIV destas mulheres, respeitando a ordem encontrada na **Folha de Apoio**, ou seja, o resultado que corresponde a cada perfil, que está ao lado. Antes que elas olhem o resultado, pergunta-se para a pessoa e para o grupo qual o resultado que elas acham que está no cartão.

- * Distribua os resultados dos testes para cada mulher (estes deveriam ser baseados nos resultados provenientes da **Folha de Apoio 23A**) e então, o grupo deverá com- partilhar as respostas com as outras.
- * Use as questões abaixo para facilitar a discussão sobre a reação do grupo aos resultados e a questão da vulnerabilidade da mulher jovem ao HIV/AIDS.

Perguntas para discussão

Para as voluntárias que representaram o papel das mulheres:

- * Como vocês se sentiram representando esses personagens?
- * Como foi receber os resultados do teste?
- * O resultado foi o que você esperava, baseado na descrição das características pessoais? Se não, por quê?

Para todo o grupo:

- * A experiência dessas mulheres é comum? Alguém conhece uma situação semelhante?
- * Que características são mais frequentemente associa- das a essas mulheres?
- * O que pode ter ocasionado o resultado do exame diferenciado para essas mulheres?
- * Quais são as situações que deixam as mulheres mais vulneráveis ao HIV/AIDS?
- * Como uma mulher pode se proteger do HIV?
- * Existe algum risco para mulheres que fazem sexo com mulheres? (Ver o texto **Dicas para Sexo Lésbico Seguro**).
- * Uma mulher geralmente conversa com seu parceiro ou sua parceira sobre HIV/AIDS? Por quê?
- * Que fatores inibem as mulheres de conversar sobre HIV/AIDS com seu parceiro?
- * Como o parceiro/companheiro pode contribuir para diminuir a vulnerabilidade do casal ao HIV/AIDS?

- * Uma mulher que tem muitos parceiros corre maior risco de infecção pelo HIV/AIDS? (Lembrar que uma pessoa pode ter vários parceiros. O importante é que o preservativo seja utilizado em todas as relações).
- * Que suportes casais jovens precisam para se proteger do HIV/AIDS? Este tipo de suporte é disponível nas comunidades?
- * Como se sentem neste lugar, observando e perguntando?
- * O que acham de conhecer os resultados do exame?
- * O que vocês aprenderam com esta atividade? Vocês aprenderam alguma coisa que poderia ser aplicada na sua própria vida ou relacionamentos?

Fechamento: A origem das vulnerabilidades de mulheres ao HIV/ AIDS está, em grande parte, nas normas de gênero sobre a sexualidade. Normalmente se su- põe que "homens de verdade" têm diversas relações sexuais e que as mulheres devem ser recatadas e passivas no que se refere ao sexo, ainda que muitas de nós também tenhamos outros parceiros. Consequentemente, nós mulheres nem sempre temos o poder e/ou a habilidade para se expressar e negociar o sexo e a prevenção. Outros fatores, como falta de recursos financeiros, podem tornar ainda mais difícil para as mulheres o acesso ao preservativo e a negociação da proteção ou mesmo ter acesso a informações importantes sobre saúde e servi- ços de prevenção. Promover os direitos da mulher de ser livre de discriminação, coerção e violência é um passo importante para reduzir nossas vulnerabilidades ao HIV/AIDS.

Link – Programa H

Seção 5, "**Atividade 2: Estou vulnerável quando...**", Seção 5, "Atividade 5: **Assinaturas**" e Seção 5, "**Atividade 8: Quero... Não quero**".

Link – Manual

A "**Atividade 16: Prevenção e Prazer**" oferece uma oportunidade para discutir a negociação do uso prazeroso do preservativo nas relações sexuais.

Dicas para Sexo Lésbico Seguro

Mulheres que fazem sexo com mulheres também precisam se proteger. Para masturbação mútua e contato genital, sexo oral e penetração de mãos e punhos, deve-se utilizar algum tipo de proteção como luva cirúrgica, filme plástico tipo látex (camisinha recortada). Nesse sentido, é importante conhecer o próprio corpo, conversar com a parceira e procurar um médico se perceber qualquer sinal diferente no corpo.

FOLHA DE APOIO 23A

Perfil 1: Mulher, 26 anos, namora há quatro anos com Tiago e já teve relacionamentos com outros rapazes durante esses quatro anos de namoro. Trabalha como secretária num escritório de contabilidade.

Perfil 2: Mulher, 30 anos, casada, tem uma filha de 5 anos e um filho de 3 anos. É dona de casa e descobriu recentemente que seu marido tem relacionamentos fora do casamento.

Perfil 3: Mulher, 17 anos, estudante. Já teve namorados, mas há alguns anos sentiu desejo e interesse em namorar garotas. Tem uma namorada fixa há um ano.

Perfil 4: Mulher, 16 anos, estudante, adora sair à noite com os amigos para festas e boates. Nessas saídas, algumas vezes bebe um pouco mais e de vez em quando usa outras drogas.

Perfil 5: Mulher, 20 anos, trabalha durante o dia e estuda à noite. Gosta de sair e transa com todos os caras que fica a fim.

Perfil 6: Mulher, 18 anos, casada, trabalha como profissional do sexo.

Perfil 7: Mulher jovem, 15 anos, estudante, gosta de ajudar a mãe, tem várias amigas e namora um rapaz de 17 anos com quem transou pela primeira vez.

Perfil 8: Mulher, 25 anos, faz faculdade, trabalha numa grande empresa, gosta de sair para se divertir e fazer compras.

Perfil 9: Mulher, 25 anos, faz faculdade, trabalha numa grande empresa, gosta de sair para se divertir e fazer compras.

Perfil 10: Mulher, 28 anos, mora com seu namorado há 2 anos. Trabalha, gosta de sair e não tem filhos.

Resultado do exame:: NEGATIVO

Resultado do exame:POSITIVO

Resultado do exame: POSITIVO

Resultado do exame: NEGATIVO

Resultado do exame: NEGATIVO

Resultado do exame: NEGATIVO

Resultado do exame: POSITIVO

Resultado do exame: POSITIVO

Resultado do exame: POSITIVO

Resultado do exame: NEGATIVO

FOLHA DE APOIO 23B

Aprendendo sobre HIV e AIDS

O que é HIV?

A sigla significa "vírus da imunodeficiência humana":

H = Humana (só encontrada em humanos);

I = Imunodeficiência (enfraquece o sistema imunológico);

V = Vírus (um tipo de germe);

O termo vem do inglês *Human Immunodeficiency Vírus* - por isso, a ordem é inversa ao português.

O que é AIDS?

Esta sigla também vem do inglês e quer dizer "Síndrome da Imunodeficiência Adquirida":

A = Adquirida (quer dizer, não nasce do nosso corpo, vem de fora);

I = Imuno (defesa natural do corpo contra doenças); **D** = Deficiência (enfraquecimento, falta ou insuficiência de alguma coisa);

S = Síndrome (um conjunto de doenças ou sintomas).

Em países de língua espanhola e outros de língua portuguesa, a sigla mais conhecida é *SIDA*.

Muitas pessoas não sabem a diferença entre HIV e AIDS. O HIV é o vírus. A AIDS pode ocorrer como resultado da infecção por esse vírus. A AIDS é um conjunto de doenças e sintomas que resultam do enfraquecimento do sistema imunológico. Uma pessoa pode ter HIV por um longo tempo, sem desenvolver AIDS.

O HIV sobrevive em quatro tipos de fluidos ou líquidos corporais:

- * Sangue;
- * Sêmen - fluido que o homem ejacula quando está sexualmente excitado;

- * Líquido vaginal – fluido que a mulher libera quando está sexualmente excitada;
- * Leite materno.

Esses tipos de fluidos corporais tornam possível a disseminação do vírus de pessoa para pessoa. Todos esses líquidos contêm *glóbulos brancos*, que são as células que o HIV "ataca" ou infecta. Se um desses líquidos infectados entra no corpo, a pessoa corre o risco de contrair HIV.

Abaixo, seguem alguns exemplos de como o vírus pode entrar no corpo:

- * Parede da vagina;
- * Prepúcio do pênis;
- * Parede do Reto (ânus);
- * Veias;
- * Cortes ou feridas abertas na pele ou dentro da boca;
- * Parede do esôfago (em recém-nascidos que estão sendo amamentados).

Os comportamentos que podem fazer com que os fluidos entrem em contato com o corpo e, por consequência, colocar uma pessoa em risco, incluem:

Ato sexual desprotegido: Vaginal, anal ou oral;

NOTA: A fisiologia do tecido da vagina faz com que a mulher tenha quatro vezes mais chance de ser infectada pelo HIV do que o homem.

Contato sangue a sangue:

- * Transfusão de sangue (em lugares onde o sangue não é testado e o sangue contaminado pode ser doado);
- * Compartilhamento de lâminas não esterilizadas ou outros instrumentos para fazer cortes na pele, como símbolo de alguma expressão cultural;
- * Circuncisão (através do compartilhamento de lâminas não esterilizadas ou outros instrumentos);
- * Injeção intravenosa de drogas (através do compartilhamento de seringas contaminadas);
- * Transmissão de mãe para filho (também chamada de *transmissão vertical*);
- * Durante a gravidez;

- * Quando o bebê nasce, na hora do parto;
- * Durante a amamentação.

As formas abaixo não transmitem o HIV:

- * Masturbação individual ou a dois;
- * Beijo no rosto ou na boca;
- * Suor e lágrimas;
- * Picadas de insetos;
- * Aperto de mão ou abraço;
- * Compartilhamento de sabonetes, toalhas ou lençóis;
- * Compartilhamento de talheres e copos;
- * Sentar-se em um mesmo assento de ônibus;
- * Mergulhar em uma mesma piscina;
- * Uso do mesmo banheiro;
- * Doação de sangue segura;
- * Pelo ar.

Existe cura para o HIV/AIDS?

Infelizmente, não existe cura para o HIV/AIDS. Entretanto, já foram descobertos medicamentos capazes de prolongar e melhorar a vida das pessoas que contraíram o vírus. É importante destacar que a terapia antirretroviral (ART) é um tratamento contra o HIV através de algumas drogas – e não a cura. Os antirretrovirais atacam diretamente o HIV, portanto diminuem a quantidade de vírus no sangue.

Abaixo, algumas questões importantes sobre o HIV:

- * A ART ajuda o corpo a fortalecer seu sistema imunológico e a combater outras infecções. Os antirretrovirais devem ser tomados em combinação – geralmente três diferentes tipos de medicamentos são tomados por dia. É absolutamente essencial que a pessoa tome uma dose de cada pílula, todo dia, exatamente como foi prescrito por seu médico. Estes medicamentos não são como outros, em que se pode esquecer ou atrasar uma ou três vezes, sem oferecer grandes danos. Se uma pessoa não toma corretamente os medicamentos todo dia, a terapia com antirretrovirais não funciona e pode causar efeitos colaterais. Quando uma pessoa toma seus medicamentos todos os dias na hora certa, dizemos que houve aderência ao tratamento.

- * A ART não deveria começar até a pessoa desenvolver AIDS (isto deve ser bem determinado por um profissional competente).
- * Uma vez iniciada a terapia, os antirretrovirais devem ser tomados para sempre, sem interrupção.
- * Os antirretrovirais podem causar efeitos colaterais indesejados, por exemplo, náusea, anemia, dores de cabeça e alergias na pele.
- * A terapia antirretroviral pode prevenir a transmissão de mãe para filho. É importante que a mulher busque aconselhamento médico quando quiser engravidar ou logo após engravidar.

ATIVIDADE 24

FAZENDO O TESTE

Objetivos: Refletir sobre a importância da realização do teste de HIV, mesmo para quem tem parceiros fixos, e estimular o diálogo entre os parceiros, para realização do teste.

Materiais necessários: Papel, envelopes e canetas ou lápis.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento: Antes de realizar a atividade, é importante que a facilitadora colete informações sobre o procedimento e locais de testagem para o HIV no país em que vive, bem como sobre o acesso a tratamento e existência de redes e associações de pessoas vivendo com HIV.

Procedimento

- * Revise as informações sobre o teste de HIV/AIDS dispostas na **Folha de Apoio 24A**.
- * Explique que o propósito desta atividade é explorar como uma mulher jovem pode discutir e negociar o teste de HIV/AIDS com seu parceiro ou sua parceira.
- * Divida as participantes em dois ou três grupos menores. Distribua papéis e canetas para cada grupo.
- * Peça para cada grupo escrever um bilhete curto, de uma mulher para seu companheiro, explicando que fará testagem para HIV e que acha importante que ele também faça. A facilitadora pode sugerir situações específicas, como as seguintes:

- um casal que nunca fez sexo;
- um casal que está junto há muitos anos;
- uma mulher grávida que suspeita que seu parceiro é infiel;
- Outras situações podem ser assinaladas, dependendo do contexto local.

NOTA: Para grupos com baixo grau de escolaridade, a facilitadora pode deixar as notas e pedir aos participantes para desenvolver esquetes representando diferentes tipos de negociação entre casais, para fazer o teste de HIV.



- * São dados 15 minutos para produção das cartas.
- * Quando cada grupo terminar de escrever suas notas, peça para que as coloque dentro de envelopes no centro da sala.
- * Cada grupo deve selecionar um envelope, lê-lo, e preparar uma esquete baseada no conteúdo escrito.
- * Dê 15 minutos para os grupos criarem as esquetes.
- * Após a apresentação das esquetes, use as questões abaixo para facilitar a discussão sobre a importância de discutir o teste do HIV/AIDS com os parceiros e os diferentes tipos de estratégias de negociação que uma mulher jovem pode usar.

Perguntas para discussão

- * É difícil para uma mulher falar com seu parceiro sobre o teste do HIV? Por quê?
- * Existe diferença entre o tipo de relacionamento (casual, namoro, casamento, etc.) no caso da negociação para o teste de HIV? Por quê?
- * Quais são as estratégias mais comuns de negociação para fazer um teste, que uma mulher pode usar com seu parceiro ou parceira?
- * Por que o teste de HIV é importante para a mulher?
- * Por que é importante para o homem?
- * Existem situações em que a mulher não deveria fazer o teste?
- * Se o teste de um ou ambos os parceiros indicar **positivo**, o que pode mudar no relacionamento deles?
- * Por que parceiros fixos, até mesmo casados, precisam se prevenir e fazer o teste para HIV?
- * Uma mulher grávida pode ter HIV/AIDS? Ocorre transmissão para o bebê? Como? De que maneira ela pode proteger o bebê? (Veja a **Folha de Apoio 24 B**).
- * Uma mulher jovem de sua comunidade geralmente sabe onde deve ir para conseguir teste e aconselhamento para o HIV/AIDS?
- * Como uma mulher jovem de sua comunidade pode ser encorajada a fazer o teste?
- * O que você aprendeu com esta atividade? Você aprendeu que poderia ser aplicado em sua própria vida e relacionamentos? Você poderia fazer mudanças como resultado desta atividade?

Fechamento: Quando sabemos nosso status quanto ao HIV, podemos dialogar com os parceiros e tomar as medidas necessárias para proteger a nós e a nossos parceiros, seja contra a infecção ou, se um dos dois for HIV-positivo, contra a reinfecção. É importante que saibamos onde, em nossas comunidades, podemos fazer o teste e com isso também possamos compartilhar essa informação com os outros.

Link – Programa H

Seção 5, **Atividades 7, 8 e 13: "Testagem e Aconselhamento", "Quero... não quero... quero... não quero", "Sou soropositivo: e agora?"**

Link – Manual

A **"Atividade 16: Prevenção e Prazer"** complementa a discussão sobre a importância da prevenção e do teste.

FOLHA DE APOIO 24 A

Testes e Aconselhamento Voluntário

Os testes e aconselhamento voluntário sobre HIV são reconhecidos internacionalmente como estratégias importantes e eficazes tanto na prevenção como no cuidado. O aconselhamento antes do teste de HIV pode incluir a oferta de materiais de leitura antes que os clientes entrem em uma sessão privada ou em grupo com um profissional de saúde. Pode-se perguntar aos clientes por que eles querem fazer o teste. O profissional de saúde deve perguntar, também, o que, em seu comportamento, faz com que eles achem que estão sob risco de infecção de HIV. Se o teste for autorizado, o profissional de saúde deve:

- * Descrever o teste e a forma como ele é feito.
- * Explicar o que é a AIDS e como o HIV é transmitido.
- * Discutir formas de impedir a disseminação do HIV.
- * Discutir o significado dos possíveis resultados do teste.
- * Perguntar sobre que impacto o resultado do teste, seja negativo ou positivo, terá sobre o cliente.
- * Falar sobre com quem o cliente deve conversar acerca do resultado.
- * Discutir a importância de contar ao(à) parceiro(a) sexual se o teste indicar HIV-positivo.

Os clientes devem se sentir livres para tirar quaisquer dúvidas que possam ter sobre o processo do teste. Eles também podem querer saber de que forma receberão o resultado do teste.

Dependendo do tipo de teste usado, pode ser que uma pequena quantidade de sangue seja coletada do braço do cliente ou que um pincel seja usado para raspar células da boca para um teste oral.

O prazo dos resultados varia de acordo com o tipo de teste oferecido e o lugar em que ele é feito. O *ELISA* (*Enzyme-Linked Immunosorbent Assay*) tem sido o principal teste de rastreio desde que os testes de anticorpos de HIV foram disponibilizados, em 1985. Ele pode ser realizado rápido e facilmente. Se houver um resultado reativo (o chamado "positivo"), o teste é repetido para verificar o resultado. Se um *ELISA* produzir dois resultados reativos, um segundo teste, como o *Western Blot*, é usado para confirmar os resultados. O *Western Blot* é mais específico e demora mais para ser realizado do que o *ELISA*. Juntos, os dois testes são 99,9% precisos.

Resultado negativo

Um resultado negativo significa que os anticorpos de HIV não foram encontrados no sangue ou na saliva (dependendo do teste aplicado). Essa condição é chamada de HIV-negativa ou soronegativa, e significa que o cliente não está infectado pelo HIV. Isso NÃO significa que ele/ela está imune ao HIV. Clientes HIV- negativos devem ser encorajados a praticar sexo seguro e a adotar outros comportamentos que protegem contra a infecção por HIV.

Resultado indeterminado

Algumas vezes os resultados não são claros. O laboratório não consegue dizer se o resultado é positivo ou negativo, mesmo que o teste tenha sido realizado corretamente. Se isso acontecer, o cliente deverá discutir o assunto com o profissional de saúde e, se for apropriado, fazer o teste novamente.

Resultado positivo

Um resultado positivo significa que foram encontrados anticorpos de HIV no sangue ou na saliva. Isso significa que o cliente está infectado pelo HIV. Essa condição é chamada de HIV-positiva ou soropositiva. É provável que o cliente desenvolva a AIDS, mas ninguém pode dizer ao certo se isso acontecerá. Cerca de metade dos portadores de HIV não tratados desenvolvem AIDS até cerca de 10 anos após a infecção. Mas o cuidado médico rápido pode atrasar o aparecimento da AIDS e evitar condições que ponham em risco a vida do paciente.

Se o resultado do teste for positivo, você deve:

- * Consultar um médico, mesmo que não se sinta doente. Informar ao médico o resultado do teste e discutir o tratamento e o monitoramento do sistema imunológico.
- * Fazer um *teste de tuberculose* (TB) porque você pode estar infectado sem saber - o que é uma ameaça potencialmente séria para pessoas infectadas com HIV.
- * Perguntar ao médico se é necessário tomar vacina antigripal ou outras vacinas.
- * Entrar para um programa de ajuda para deixar as drogas, o álcool ou o fumo, os quais podem enfraquecer o organismo.
- * Considerar a possibilidade de se juntar a um grupo de apoio a portadores de HIV.
- * Adotar medidas para proteger a saúde dos parceiros, negociando o uso incondicional de camisinhas de látex ou de plástico com lubrificante à base de água.
- * Informar qualquer médico ou dentista que o atenda sobre a infecção.
- * Informar qualquer pessoa com quem tenha tido sexo sem proteção (vaginal, anal ou oral) ou com quem tenha compartilhado agulhas que você está infectado pelo HIV (e que eles também podem estar).
- * Buscar ter uma vida social e afetiva normalmente.

FOLHA DE APOIO 24 A

Transmissão de mãe para filho

O HIV, vírus que causa a AIDS, pode ser transmitido à criança em três momentos: durante a gravidez, no parto ou na amamentação. O tratamento pode ajudar a reduzir as chances de que o bebê seja infectado por HIV. Quanto mais cedo a mulher HIV-positiva inicia o tratamento, maiores as chances de que seu filho seja HIV-negativo.

A transmissão do HIV de mãe para filho é responsável pela maioria dos casos de HIV/AIDS em crianças. O tratamento de uma mulher grávida HIV-positiva diminui em 70% as chances do bebê nascer HIV-positivo. Por isso, é recomendável que toda mulher grávida faça o teste de HIV durante o pré-natal. Em caso de resultado positivo, é necessário iniciar o tratamento adequado.

ATIVIDADE 25

PARE E PENSE

Objetivos: Refletir sobre estigmas e preconceitos relacionados às pessoas com HIV, e como superá-los.

Materiais necessários: Flip-chart, canetas e cópias das **Folhas de Apoio 25A**.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento: Nenhuma.

Procedimento

- * Faça uma "tempestade de ideias" com as participantes sobre o que lhes vem à cabeça quando pensam em estigma e discriminação, particularmente em relação a pessoas vivendo com HIV/AIDS. Faça notas sobre o que for dito no flip-chart. Utilize as informações presentes na **Folha de Apoio 25A** para facilitar a discussão.
- * Leia em voz alta a história de Camila, presente na **Folha de Apoio 25B**.
- * Divida as participantes em dois grupos menores. Explique que o primeiro grupo (grupo A) será a platéia e o segundo grupo (grupo B) fará parte de uma encenação. Pedir ao grupo A para montar uma pequena cena muda, em forma de mímica, ilustrando o que foi lido, enquanto o grupo B fica assistindo.
- * Dê ao grupo 10 minutos para preparar a encenação. Relembre que a cena deve ser feita em silêncio, sem diálogos.
- * À medida que a cena for acontecendo, a facilitadora dirá **PARE E PENSE**, colocando a mão sobre a cabeça de alguma participante que está encenando, para que fale em voz alta (como se estivesse pensando alto) o que a personagem está sentindo naquele momento, na situação que está ocorrendo na cena. Por opção da facilitadora, ela pode também se dirigir à plateia e fazer o **PARE E PENSE** com a plateia, enquanto a imagem da cena está congelada.
- * Após uma ou duas frases ditas em voz alta, com o grupo que está encenando, a facilitadora poderá dizer **CONTINUA** para a cena dar continuidade, do lugar de onde parou. É importante que a facilitadora explique ao grupo que esse procedimento será feito antes da encenação ser iniciada e que escolha, no máximo, 6 situações para fazer o **PARE E PENSE**. A atividade continua até o final da cena.
- * 7. Ao final, tanto o grupo de observadoras quanto o de atrizes discutem a atividade no grande grupo, destacando as reflexões que foram geradas com a atividade.

Perguntas para discussão

- * De que maneira o estigma e a discriminação foram apresentados nas peças? Vocês já ouviram falar ou conhecem pessoas que passaram por situações semelhantes?
- * O que acham da forma como Camila foi tratada?
- * Vocês acham que a reação dos amigos poderia ser diferente? Como?
- * Quais são as consequências do estigma?
- * Como uma mulher reage ao saber que é HIV-positiva? Como os outros passam a tratá-la?
- * Como um homem reage quando descobre que é HIV-positivo? Como os outros passam a tratá-lo?
- * Que mudanças haveria na história se as pessoas envolvidas fossem capazes de superar estigmas e preconceitos?
- * Como você pode ser mais acolhedora e apoiar pessoas de sua comunidade que vivem com HIV/AIDS?

Fechamento: Embora se discuta constantemente sobre HIV/AIDS na mídia, o preconceito contra pessoas HIV-positivas ainda é forte e ainda há muitos mitos e ideias equivocadas sobre o HIV positivo. Por exemplo, muitas pessoas continuam achando que o HIV pode ser transmitido pelo abraço, pelo beijo ou pelo contato casual em lugares públicos, também ainda acreditam que ter HIV é sinônimo de morte. É importante ter informações precisas sobre HIV/AIDS e garantir que as outras pessoas na comunidade as tenham. Além disso, devemos pensar criticamente sobre os "rótulos" e a discriminação social que as pessoas HIV-positivas enfrentam, além de pensar sobre como trabalhar com a comunidade para aumentar a solidariedade para com as pessoas que vivem com HIV/AIDS.

FOLHA DE APOIO 25 A

Estigmatização e discriminação de pessoas que vivem com HIV/AIDS

A **estigmatização** é o uso de estereótipos ou rótulos para definir alguém ou um grupo de pessoas, geralmente, consequências da falta de informação. Por exemplo, a estigmatização de pessoas com HIV, muitas vezes, tem origem na falta de conhecimento sobre como o HIV é transmitido. A associação da transmissão do HIV/AIDS com comportamentos pouco aceitos socialmente também contribui para o aumento da estigmatização das pessoas com o vírus. Cientistas da Universidade de Bristol, constataram que jovens europeus e norte-americanos que começaram o tratamento antirretroviral entre 2008 e 2010 possuem uma expectativa de vida de 73 anos para

homens e 76, para mulheres. O brasileiro vive em média 75 anos, de acordo com o IBGE. O Brasil é referência mundial no tratamento da doença e todo brasileiro que tem HIV pode ser tratado pelo sistema público de saúde sem custo nenhum. E, desde que o soropositivo tome as precauções adequadas ao tratamento, podem até levar uma vida comum como a maioria das pessoas.

As pessoas que vivem com o vírus estão frequentemente sujeitas a discriminação e abusos dos direitos humanos: muitas foram expulsas do emprego ou de casa, rejeitadas pela família e pelos amigos e algumas foram, até mesmo, assassinadas.

Juntas, a **estigmatização** e a **discriminação** constituem a maior barreira para que se lide de maneira eficaz com a epidemia. Elas desencorajam os governos a reconhecer ou a adotar ações oportunas contra a AIDS. Elas impedem os indivíduos de descobrir seu status quanto ao HIV. Elas fazem com que aqueles que sabem que estão infectados se sintam inibidos de compartilhar o diagnóstico e de tomar atitudes para proteger os outros e buscar tratamento e cuidado para si mesmos. É necessário diferenciar os doentes de AIDS e os portadores do vírus (os *soropositivos*). Esses últimos possuem o vírus HIV, mas não desenvolveram a doença e nenhum sintoma, portanto são *assintomáticos*. O doente propriamente dito da doença desenvolve todos os sintomas por causa do enfraquecimento do seu sistema imunológico. A experiência ensina que um movimento forte de pessoas vivendo com HIV que oferece apoio mútuo e voz nos níveis local e nacional é particularmente eficaz para deter a estigmatização e o preconceito. Além disso, a presença de tratamento também facilita a tarefa: onde há esperança, as pessoas têm menos medo da AIDS. Elas ficam mais dispostas a fazer o teste de HIV, a divulgar seu status e a buscar cuidado quando necessário.

FOLHA DE APOIO 25B

A história de Camila

Camila é uma garota de 20 anos que estuda numa escola do bairro onde mora. Sua amiga Joana, de 17 anos, ficou doente no hospital e precisou de uma doação de sangue.

Camila resolveu ajudar indo ao serviço de doação de sangue. Chamada para voltar ao serviço,

Camila recebeu a notícia de que o exame realizado no sangue que ela doou foi positivo para HIV (soropositivo).

Camila não sabia o que fazer e foi muito triste conversar com sua melhor amiga contando que podia estar com o vírus da AIDS.

A amiga de Camila então, conta para os outros amigos. Um deles, José, fica logo assustado, pois ficou com Camila na última festa e eles se beijaram.

Quando Camila chega, os amigos disfarçam e dizem que estavam de saída.





8

DROGAS

Mulheres jovens e o abuso de substâncias psicoativas (drogas)

O assunto **drogas** exige uma reflexão sobre os mitos que cercam o tema. Um dos principais é que o uso de drogas é um fenômeno recente. No entanto, o resgate da memória vai nos mostrar que todas as drogas proibidas já circularam livremente nas feiras ou mercados um dia. Da mesma forma, drogas que hoje têm seu consumo liberado, já sofreram restrições em outras épocas, ou ainda sofrem, de acordo com cada cultura ou país. A literatura traz relatos sobre a existência das drogas em quase todas as culturas, consumidas tanto em situações sociais como religiosas.

A proibição ou não destas substâncias nos diferentes momentos históricos se deve mais a questões político-econômicas do que às questões de saúde. Neste sentido, outro mito é de que apenas as drogas proibidas fazem mal à saúde. Quando pensamos em drogas, lembramos na maior parte das vezes da maconha, cocaína, crack, isto é, das substâncias proibidas. Mas algumas drogas podem ser encontradas em nossas farmácias, armários, geladeiras, bares e supermercados, festas, como no caso de bebidas (álcool, café, refrigerantes de cola etc.), cigarros e medicamentos. Essas substâncias, que são legais e fazem parte do nosso cotidiano, também podem nos prejudicar se ingeridas em grande quantidade ou usadas inadequadamente.

Proibição e liberalização das drogas ao longo das décadas

- * Nos anos 1950, no Brasil, o lança-perfume era liberado e algumas pessoas usavam para brincar, esguichar, outras cheiravam e se divertiam com seu efeito embriagante. Anos mais tarde, foi proibido.
- * O hábito de beber tem se perpetuado ao longo dos tempos e os primeiros registros arqueológicos datam esse costume desde aproximadamente 6.000 anos a.C. No entanto, no mundo mulçumano, o álcool é terminantemente proibido por questões religiosas.
- * A folha de coca (da qual a cocaína é derivada) sempre foi utilizada (principalmente pelos Incas) para suportar os efeitos da altitude em longas jornadas de trabalho.
- * Os europeus, na época dos descobrimentos, levaram café, chá, tabaco e ópio das colônias para Europa. O ópio era consumido livremente na China Imperial, em situações específicas nesta época. O tabaco na Rússia czarista era proibido e punido com a pena de morte.

Mas, afinal, o que são drogas?

Droga pode ser definida como qualquer substância capaz de provocar mudanças no funcionamento dos organismos vivos, sejam fisiológicas ou comportamentais (ver Folha de Apoio 25). Existe um tipo especial de droga, as chamadas psicoativas ou psicotrópicas, que alteram o humor, as percepções, sensações e comportamento, de acordo com o tipo e quantidade de droga consumida, características físicas e fisiológicas de quem ingere, e o momento e o contexto da ingestão, incluindo as expectativas que a pessoa tem em relação à droga. As drogas psicotrópicas ou psicoativas podem ser classificadas em três grupos de acordo com o efeito que causam no cérebro. As drogas que diminuem a atividade do cérebro são chamadas de depressoras. Estas incluem o álcool, os remédios que provocam sono e os inalantes. Outras podem acelerar a atividade de partes do cérebro e são chamadas estimulantes. São exemplos dessas drogas os remédios para diminuir a fome, cocaína e cafeína. Existem ainda as drogas que podem perturbar o modo como se percebe a realidade. Estas são as chamadas drogas perturbadoras ou alucinógenas, tais como o êxtase, LSD e THC (princípio ativo da maconha).

As drogas também podem ser classificadas quanto ao seu status legal, isto é, as que são *lícitas* e as que são *ilícitas*. As drogas que são permitidas de serem produzidas e comercializadas são chamadas de drogas lícitas (por exemplo, o álcool e o tabaco), mas que só podem ser vendidas a maiores de 18 anos. As drogas ilícitas são aquelas proibidas por uma determinada nação. Em muitos países, são consideradas drogas ilícitas a cocaína, a maconha, o êxtase, a heroína etc. Os critérios utilizados para a proibição de uma droga variam conforme a época e o país e podem ter um caráter cultural, moral ou científico. Como mencionado, o malefício ou não de uma droga não tem relação com seu caráter legal ou sua origem. Por exemplo, o tabaco é uma planta legalizada sob a forma de cigarros que causa muitos malefícios. A Cannabis sativa, nome científico da planta que dá origem a maconha, droga proibida na maioria dos países, tem sido utilizada de várias formas por diversas culturas. Além de ser um psicoativo, este produto tem importância medicinal e industrial, sendo utilizada como fibra, papel, além de sua presença em práticas rituais de algumas culturas.

Uma outra classificação das drogas pode ser também quanto à sua origem. Dentro desta classificação temos as drogas naturais, as *semisintéticas* e as *sintéticas*. Como o próprio nome diz, as naturais são extraídas de plantas ou vegetais (cocaína, maconha, etc.); as sintéticas são as produzidas em laboratórios a partir de outras drogas sintéticas (são também chamadas club drugs); as semisintéticas são produzidas em laboratórios a partir de um vegetal (heroína).

Relação entre o uso de drogas e HIV/AIDS

O uso de drogas, além de seus efeitos no organismo, representa um fator de vulnerabilidade para as ISTs/HIV/AIDS em ambos os sexos. Sob o efeito do álcool e outras drogas, as pessoas propõem menos o uso de preservativos. As drogas limitam a capacidade crítica do indivíduo, levando-o a ter relações sexuais desprotegidas. Ainda, o compartilhamento de seringas para a injeção de drogas é um importante fator de infecção por HIV.

Drogas, prazer e prevenção

Pessoas de todas as idades, classes econômicas, culturas e níveis de educação estão vulneráveis ao uso de drogas, variando-se apenas o motivo e o tipo de droga consumida. No caso de homens e mulheres, ambos consomem drogas. No entanto, as expectativas sociais sobre como deve ser seu comportamento e aparência, faz com que variem o tipo e droga consumida. Por exemplo, mulheres costumam consumir mais remédios para emagrecer, em resposta ao "culto ao corpo feminino esbelto", que é promovido por modelos de revistas femininas ou pela mídia de forma geral. Muitas dessas drogas utilizadas por mulheres são drogas legais, mas que possuem um efeito bastante considerável no organismo. Homens, por outro lado, costumam usar esteroides ou anabolizantes para acelerar o desenvolvimento de músculos, o que costuma ser associado à virilidade.

Em relação aos esforços para a prevenção do consumo de drogas, existe um receio generalizado de que ao falarmos sobre as drogas, principalmente para adolescentes e jovens, estimularemos sua curiosidade de experimentá-las. Por outro lado, desde muito cedo, somos expostos a propagandas sobre álcool e outras drogas, que encobrem os efeitos negativos de seu uso. Por exemplo, personagens da televisão, comerciais ou cinema que preparam e bebem seus drinques com classe e sofisticação. Nas propagandas de bebidas e cigarros, pessoas aparecem esbanjando saúde. No entanto, apenas informar quais são as consequências negativas relacionadas ao uso de drogas não evita seu consumo. Assim, nem o silêncio, nem a informação sozinha são suficientes para reduzir a vulnerabilidade em relação às drogas. É preciso reconhecer que as drogas são substâncias que oferecem prazer imediato. Então, torna-se necessário o desenvolvimento de atividades que façam os indivíduos

ultrapassarem conflitos emocionais, familiares e sociais e encontrarem alternativas prazerosas para a vida, que não seja o uso de substâncias. Além disso, o prazer emocional ou físico gerado pela droga é momentâneo e artificial, não existe após o término do efeito e causa danos à saúde. Os esforços educativos em relação às drogas devem incluir discussões sobre este prazer e formas de reduzir os possíveis danos causados pela droga. Por exemplo, beber bastante água ao consumir álcool, não dirigir embriagado, usar sempre seringas descartáveis, entre outros fatores que podem amenizar as consequências do uso de drogas (ver **Atividade 27: Prazeres e Riscos**).

Para trabalhar o tema **drogas** é importante evitar julgamentos e deixar as pessoas à vontade para compartilhar suas opiniões e experiências. Neste sentido, deve-se informar corretamente, ouvir e conversar evitando recomendações negativas e posições discriminatórias, trazer dados estatísticos recentes e confiáveis da realidade local, tratar o assunto com seriedade e leveza, ou ainda, promover debates e questões ligadas à cidadania, inserindo a questão do uso de drogas numa problemática mais ampla, que possa transcender o âmbito individual da liberdade de escolha (abordando temas como a violência, os acidentes, o tráfico etc.). Em um nível mais amplo, é importante discutir ações que reivindiquem alternativas saudáveis e prazerosas ao uso de drogas, incluindo oportunidades de trabalho que possibilitem a autonomia das jovens para que vão ao encontro de um estilo de vida próprio e mais saudável.



ATIVIDADE 26

O QUE SEI SOBRE AS DROGAS?

Objetivos: Discutir sobre os diferentes tipos de drogas que existem e como eles são vistos e usados pela sociedade, principalmente por jovens.

Materiais necessários: Flip-chart, fita adesiva e canetas coloridas.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento: Nenhuma.

Procedimento

- * Ao preparar a sessão, escreva em cada uma das folhas grandes, uma das questões abaixo:
 - O que vem à cabeça de vocês quando ouvem a palavra "drogas"?
 - Quem usa drogas?
 - O que são drogas e onde as drogas podem ser encontradas?
 - Quais são os riscos de se usar drogas?
- * Coloque cada folha em um dos cantos da sala.
- * Divida as participantes em quatro grupos.
- * Distribua uma pergunta para cada grupo e explique que terão 10 minutos para discutir e escrever as respostas sobre a folha.
- * Faça um rodízio dos grupos para a próxima folha e siga os mesmos passos descritos antes, deixando 10 minutos para a discussão e registro das respostas na folha.
- * Repita este passo 4 ou 5 vezes até que todas tenham tido a chance de discutir as quatro questões.
- * Leia em voz alta todas as respostas escritas no papel. Se os grupos não tiverem escrito suas respostas, peça para que compartilhem o que foi discutido.
- * Use as questões abaixo para facilitar a discussão.

Perguntas para discussão

- * Todos os grupos têm a mesma opinião em relação ao que são drogas e seus usos? (Veja **Folha de Apoio 26**).
- * Um(a) jovem de sua comunidade tem fácil acesso a álcool e cigarros? (Isto é proibido para menores de 18 anos). Estas leis têm sido negligenciadas?
- * Um(a) jovem tem fácil acesso a outros tipos de drogas?
- * O que determina se o uso de drogas é legal (lícito) ou proibido (ilícito)?
- * As propagandas de álcool e cigarros são permitidas nos jornais, revistas e televisão? Como estas propagandas tentam promover o uso destas substâncias? O que você acha disto?
- * Como as propagandas de mídia retratam a mulher em seus produtos? E os homens? Estes retratos são fiéis?
- * Como estas propagandas influenciam as atitudes de mulheres e jovens em relação a cigarro e álcool?
- * Existem propagandas para reduzir o uso de drogas? O que você acha dessas campanhas?
- * Que ações você pode fazer para assegurar que um(a) jovem de sua comunidade tenha informação sobre as consequências do uso de drogas?

Fechamento: As drogas fazem parte da vida da maioria dos homens e mulheres. Existem muitos tipos diferentes de drogas, algumas legais, outras ilegais, algumas usadas com mais frequência por mulheres etc. É importante refletirmos sobre as diferentes pressões sociais e pessoais que podem levar um(a) jovem a usar drogas e ter consciência das consequências que o uso pode ter em nossas vidas e nas comunidades. Também é importante que as pessoas possam ter acesso a processos que os estimulem a se perceberem, questionarem o que estão sentindo, o que precisam e como o uso de drogas atende essa necessidade ou gera uma dormência diante de outros sentimentos que querem ser evitados.

Link – Programa H

Seção 4, "**Atividade 8: Falando sobre o álcool e o alcoolismo**".

FOLHA DE APOIO 26

O que são drogas?

A medicina define droga como qualquer substância capaz de modificar o funcionamento dos organismos vivos, resultando mudanças fisiológicas ou de comportamentos. Existe um tipo especial de drogas que são as chamadas *psicoativas* ou *psicotrópicas*. São substâncias capazes de alterar o funcionamento mental ou psíquico de uma pessoa. Desta maneira, drogas psicotrópicas são aquelas que atuam em nosso cérebro, alterando a maneira de sentir, pensar, ver e muitas vezes, de agir.

As drogas podem ser classificadas em:

- * **Depressoras:** deprimem a atividade cerebral, fazendo o cérebro trabalhar em ritmo mais lento.
- * **Estimulantes:** estimulam o cérebro, que funciona de modo mais acelerado.
- * **Perturbadoras:** alteram o modo como o cérebro funciona, mudando a percepção da realidade, de tempo e espaço, dos estímulos visuais e auditivos.

TABELA DROGAS

ATIVIDADE 27

PRAZERES E RISCOS

Objetivos: Refletir sobre prazeres e riscos associados ao uso de drogas, bem como sobre estratégias para reduzir estes riscos e danos.

Materiais necessários: Flip-chart, canetas coloridas, tesoura, cola e revistas.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento: A discussão para esta atividade, como descrita aqui, é focada nos riscos relativos ao uso de drogas. Entretanto, a questão pode ser facilmente adaptada para a discussão dos riscos, danos e fatores de proteção associando-as com outras coisas, incluindo sexo.

Procedimento

- * Divida as participantes em dois ou três grupos menores.
- * Dê a cada grupo um pedaço de papel de flip-chart e explique que deverão fazer um painel sobre coisas que nos dão prazer. Tais coisas poderão ser escritas, desenhadas ou imagens recortadas de revistas ou jornais.
- * Dê 15 minutos para fazerem o painel.
- * Quando tiverem terminado o painel, dê uma outra folha de papel e peça às participantes que a divida em três colunas: **Riscos/ Danos, Prazer e Fatores de Proteção**. Na coluna do meio, o grupo deverá listar as coisas que dão prazer. Na coluna da esquerda, os riscos associados ao prazer. Na coluna da direita, os grupos deverão escrever os fatores de proteção, ou seja, as coisas que podem assegurar que o que nos dá prazer não cause danos ou os minimize. Ver **Folha de Apoio 27A** para um exemplo de como organizar e completar o quadro. Para grupos com baixa escolaridade, as participantes podem usar desenhos ou colagens para identificar também os riscos/ danos e os fatores de proteção associados com o prazer identificado.
- * Dê 20 minutos para os grupos completarem as informações.
- * Após o término dos trabalhos, solicite que apresentem os resultados dos trabalhos aos demais grupos.
- * Use as perguntas abaixo para facilitar uma discussão sobre prazer e redução de riscos e danos.

Perguntas para discussão

- * Por que é importante pensar sobre os fatores de risco associados às coisas que nos dão prazer?
- * Por que é importante pensar sobre os fatores de proteção associados às coisas que nos dão prazer?
- * Qual é a relação entre drogas e prazer?
- * Qual é a relação entre drogas e riscos/danos?
- * Qual é a relação entre drogas e fatores de proteção?
- * Você já ouviu falar sobre redução de danos? O que você ouviu? (Explique que redução de danos envolve a adoção de estratégias de autocuidado e também é uma Política de Saúde Pública em vários países, inclusive no Brasil. (Ver **Folha de Apoio 27B**).
- * Que informações e suportes uma pessoa jovem precisa pra reduzir danos e práticas de risco?
- * Como você pode estimular um(a) outro(a) jovem de sua comunidade a refletir sobre redução de danos?

Fechamento: Muitas das decisões em nossas vidas vêm acompanhadas de prazer e de risco. Com relação às drogas, podemos decidir sobre esse consumo. A decisão de utilizar álcool ou outras drogas traz alguns prazeres imediatos, mas também pode envolver riscos e danos. Por exemplo, o álcool pode reduzir o raciocínio e pode aumentar o risco de acidentes, violência e maior vulnerabilidade a contaminação pelas ISTs e HIV a medida em que o usuário pode encontrar maiores dificuldades acessando métodos de proteção.

Além disso, o uso de longo prazo ou prolongado pode levar a sérios problemas de saúde. Mesmo que seja pouco realista achar que as mulheres jovens e as outras pessoas vão deixar totalmente de usar drogas, é importante que tenhamos consciência dos riscos associados ao uso de drogas e que sejamos capazes de minimizar os danos que elas podem causar em nossas vidas e a nossos relacionamentos. É importante que sejamos responsáveis e intencionais, tomando decisões de forma consciente, levando em consideração os possíveis impactos e desdobramentos das nossas escolhas.

Link – Programa H

Seção 4, "**Atividade 10: Não exagere: aprendendo a não se exceder com a bebida**".

Seção 4, "**Atividade 7: Ser ou não ser dependente**".

FOLHA DE APOIO 27A

Exemplo de quadro sobre prazeres, riscos, danos e fatores de proteção

Abaixo, segue um exemplo de como os grupos deverão organizar seus quadros. Isto também inclui uma descrição dos riscos/danos e fatores de proteção associados aos prazeres mais comuns. Se ajudar, o facilitador pode mencionar estes exemplos para as participantes, antes que elas criem seus próprios quadros.

É importante saber que:

- * **Comportamento:** É a ação que eu faço. Ex: dirigir um carro.
- * **Risco:** É a possibilidade de algo ruim acontecer. Ex: bater o carro.
- * **Fator de risco:** É um aspecto da ação/situação que aumenta a possibilidade de algo ruim acontecer. Ex: dirigir em alta velocidade.
- * **Dano:** É a consequência prejudicial que acontece em decorrência do meu ato.
- * **Fator de proteção:** É um aspecto da ação/situação que pode contrabalançar o risco ou o dano. Ex: não dirigir embriagado (diminui o risco de bater o carro); usar cinto de segurança.
- * A **Redução de Danos** propõe diminuir um dano que já está acontecendo ou que acontecerá. Ex: a pessoa costuma beber, mas vai procurar se alimentar antes e não dirigir logo depois; ou vai tentar usar uma menor quantidade de droga. Enfatize, sobretudo, que a redução de danos pode ser definida como uma estratégia pragmática do campo da saúde pública, que visa reduzir os danos associados ao consumo de drogas psicotrópicas. No Brasil e em vários países, é uma política de saúde pública recomendada para lidar de forma adequada com a questão das drogas.

TABELA DROGAS 2

FOLHA DE APOIO 27B

Redução de danos

A redução de danos pode ser definida como uma estratégia pragmática do campo da saúde pública, que visa reduzir os danos associados ao consumo de drogas psicotrópicas. Mais ainda, constitui um conjunto de medidas voltadas a minimizar as consequências adversas do uso indevido de drogas.

O princípio fundamental que a orienta é o respeito à liberdade de escolha, pois os estudos e as pesquisas, além da experiência dos serviços vinculados ao uso de drogas, têm demonstrado que muitos usuários não conseguem ou não querem deixar de usar drogas. Nesta medida, a redução de danos destaca-se como uma importante estratégia de prevenção e tem se mostrado como um instrumento eficaz para minimizar o risco de infecção pelo HIV e hepatite entre os usuários de drogas. Sua implementação consiste em um rol de ações desenvolvidas em campo por agentes comunitários conhecidos como redutores(as) de danos, que são capacitados(as) para distribuição de insumos para o uso seguro de drogas e prevenção ao HIV/AIDS (seringas, cachimbos para crack, preservativos), desenvolvendo, sobretudo, ações de informação, educação, comunicação, aconselhamento e encaminhamento dos usuários de drogas para serviços de saúde, se necessário.

O modelo da redução de danos parte de uma visão realista de que muitas pessoas fazem uso de drogas, algumas vezes de maneira prejudicial a si mesmo e a outras pessoas. Nesta forma estratégica, as situações punitivas são evitadas e os usuários não são rotulados ou vistos preconceituosamente. No caso específico da redução de danos, a pessoa que faz uso de droga – lícita ou ilícita – é vista antes e primeiramente como ser humano e cidadão, portador dos mesmos direitos de um cidadão que não usa drogas.

Assim sendo, a redução de danos busca minimizar possíveis consequências adversas ao consumo de psicoativos, sem necessariamente cessar o uso, e busca a inclusão social e cidadania para os usuários de drogas.

Embora o uso de drogas seja um fenômeno que envolve inúmeros fatores sociais e pessoais, os usuários são percebidos como responsáveis por suas próprias escolhas e podem ser estimulados a obter pouco a pouco níveis mais elevados de cuidados consigo mesmo, com sua saúde e bem-estar.

Veja abaixo alguns exemplos de estratégias de redução de danos:

- * **Tabaco** - reduzir o número de cigarros; não usar "baixos teores" que levam ao consumo de maior número de cigarros; aumentar a ingestão de alimentos com Vitamina C; usar outras fontes de nicotina como adesivos, gomas de mascar etc.
- * **Álcool** - alimentar-se adequadamente; ingerir água e líquidos não alcoólicos; evitar atividades não compatíveis com a embriaguez como dirigir carro e moto, operar máquinas etc.
- * **Cocaína** - beber muito líquido; se injetável, usar insumo próprio (canudo, seringas e agulhas); fracionar as doses; usar água destilada; lavar as mãos antes de preparar as doses injetáveis etc.

Desde 1994, no Brasil, a troca e o fornecimento de material de prevenção para usuários de drogas injetáveis é política de saúde pública. Sabe-se também que os programas de redução de danos não incentivam o uso nem distribuem drogas. Antes de tudo, a distribuição de material preventivo visa à proteção da saúde e a contenção da epidemia da AIDS, hepatite ou outras doenças de transmissão sanguínea.

Também no Brasil, a **Política de Atenção Integral à Saúde de Usuários de Álcool e outras Drogas** (2003), preconiza a abordagem da redução de danos na saúde mental e em toda rede de atendimento à saúde de pessoas que fazem uso de drogas.

ATIVIDADE 28

DROGAS EM NOSSAS VIDAS E COMUNIDADES

Objetivos: Discutir as várias situações em que uma mulher jovem costuma usar drogas e as consequências disto para sua vida.

Materiais necessários: Cópias do estudo de caso da **Folha de Apoio 28A**.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas para planejamento: Reveja os estudos de caso da **Folha de Apoio 28A** e faça adaptações ou mudanças necessárias para o contexto local. Caso nenhum estudo de caso seja aplicável, você terá que criar casos apropriados à realidade e experiência das participantes.

Procedimento: Divida as participantes em quatro pequenos grupos e entregue a cada participante uma das situações da **Folha de Apoio 28A** para ser analisada e discutida. Solicite que, para cada situação, seja proposto um final.

- * Dê 10 minutos para que o grupo faça o que foi proposto.
- * Peça que o grupo apresente os estudos de caso e apresentem os finais que desenvolveram. Estas apresentações podem ser feitas em forma de narrativa ou esquetes. Em sua apresentação, os grupos deverão falar sobre as seguintes situações:
 - As situações podem ser encontradas na vida real? Por quê?
 - Que fatores influenciaram a decisão do personagem para o uso de drogas?
 - Quais são as possíveis consequências que o personagem deveria enfrentar?
 - Que outras opções os personagens tiveram (além do uso de drogas)?
- * Depois da apresentação dos estudos de caso, use as questões abaixo para facilitar a discussão sobre os diferentes contextos em que pessoas jovens usam drogas, e as consequências desse uso.

Perguntas para discussão

- * Quais os motivos mais comuns que podem levar uma mulher jovem a usar drogas? Estes motivos são diferentes dos que levam os homens jovens a usarem drogas? Em que sentido?
- * Existem diferentes graus ou níveis para o uso de drogas? Que níveis são esses? (Ver **Folha de Apoio 28C**).
- * Uma mulher jovem ou um homem jovem usam álcool ou outras drogas de forma diferente? Como?
- * Que efeitos o álcool e outras substâncias têm sobre a decisão ou o comportamento sexual de um indivíduo? (Ver **Folha de Apoio 28C e 28A – Caso 5**).
- * Como o uso de álcool e outras substâncias podem tornar alguém mais vulnerável a uma gravidez não planejada e às ISTs, incluindo HIV/AIDS?
- * Como o uso de drogas afeta os relacionamentos? A família? A comunidade?
- * O que você pode fazer se um(a) amigo(a) está usando de maneira abusiva álcool e outras substâncias?
- * O que você pode fazer para ajudar a prevenir o abuso de drogas entre os(as) jovens?

Fechamento: É difícil generalizar os motivos que levam uma pessoa a usar dro-

gas. A associação americana de psiquiatria hoje entende o vício como doença, e pesquisas mostram a relação entre vício e mudanças na estrutura do cérebro. Hoje o uso de drogas é tratado como uma questão de saúde pública, que tem condicionantes sociais, culturais, biológicos, familiares.

Cada um de nós tem nossas próprias razões e algumas delas não são claras nem para nós mesmos. Na maioria dos casos, não há apenas um, mas diversos fatores que nos levam a usar drogas, por exemplo: curiosidade, desejo de esquecer problemas, tentativa de superar a timidez ou a insegurança, insatisfação com a própria aparência física. Fatores sociais também contribuem para o uso de drogas, como a utilização da cola de sapateiro para diminuir a fome entre crianças e jovens que vivem nas ruas. Além disso, o mito de que homens que bebem muito demonstram sua força, resistência e masculinidade, faz com que experimentem doses elevadas de bebida. É importante que a família, os amigos e os pares ofereçam apoio, sem culpar ou julgar, para ajudar o indivíduo a refletir sobre os danos do uso de drogas e identificar alternativas saudáveis, além de, quando necessário, procurar ajuda profissional competente.

Link – Programa H

Seção 4, "**Atividade 9: Decidindo**".

FOLHA DE APOIO 28A

Casos para discussão

Caso 1

Ana sempre teve vontade de ser modelo fotográfico. Enviou seu "book" para uma agência e marcou uma entrevista.

Apesar de ser esbelta e alta, está alguns quilos acima do peso. Na escola, uma amiga que faz regime lhe deu uma caixa de remédios para emagrecer. E, na semana passada, um amigo lhe ofereceu bebida alcoólica. Então...

Caso 2

Maria é uma menina alegre e falante. Desde que descobriu que seu pai está com uma doença grave, ela não tem mais vontade de participar das atividades com os amigos. Como não consegue dormir, sente falta de energia. Uma amiga a chamou para cheirar cocaína juntas. Então...

Caso 3

Paula é uma menina retraída e quieta, gosta de estar com as colegas para papear, ler livros românticos e jogar voleibol. Num sábado, foi convidada para sair com um grupo de colegas, ir a um barzinho para bater papo e bebericar. Lá chegando, como se sentia

muito tímida, insegura e como as amigas incentivaram o uso de bebida alcoólica através de brincadeiras e gozações, acabou tomando quatro latinhas de cerveja, num curto espaço de tempo. Então...

Caso 4

Taís adora jogar futebol e praticar esportes. Por causa de sua boa atuação, seu professor de esportes fez um convite para ela participar de um campeonato interescolar. Ela está treinando bastante, está muito envolvida no time, mas para "melhorar seu corpo" resolveu tomar alguns "anabolizantes" que um amigo comprou em uma academia. Então...

Caso 5

Sara e Fred estão tendo um caso por muitos meses. No aniversário de Fred, Sara organizou uma festa surpresa. Ela convidou todos os amigos deles e pediu ao seu irmão mais velho para comprar cerveja para a festa. Fred ficou de fato muito surpreso e ele e Sara beberam e dançaram muito. Esta noite eles tiveram relações sexuais sem preservativo. Então...

FOLHA DE APOIO 28B

Efeitos de diferentes substâncias

ÁLCOOL: Em doses pequenas, o álcool pode criar uma sensação de relaxamento, calma, bem-estar e, algumas vezes, até uma euforia moderada. Quando ingerido em grande quantidade, ele pode causar falta de coordenação motora, confusão mental, insônia e lentidão dos reflexos. Esses efeitos podem levar o indivíduo a se envolver em vários comportamentos de alto risco, entre eles praticar sexo sem proteção, dirigir bêbado ou cometer atos de violência. Quando o álcool é consumido com muita frequência, ele aumenta o risco de cirrose, danos cerebrais e outros problemas crônicos.

Beber um pouco pode ser prazeroso em um encontro, uma festa ou uma reunião de amigos. Considera-se como a dose diária adequada o seguinte: 1 lata de cerveja (\pm 300ml) ou 1 taça de vinho (120ml) ou 1 dose de licor (36ml). Normalmente, duas bebidas por dia para um homem e uma bebida por dia para uma mulher ou uma pessoa idosa são as doses consideradas não-prejudiciais. Porém, para algumas pessoas, mesmo pequenas quantidades de álcool podem ser extremamente nocivas. Em geral, as mulheres tendem a ter uma tolerância menor ao álcool que os homens, em parte porque elas normalmente têm uma proporção maior de gordura e uma proporção menor de água em seus corpos do que os homens. Portanto, a mulher retém um conteúdo de álcool maior no sangue do que um homem do mesmo peso e que bebeu a mesma quantidade. Além disso, as mulheres têm níveis mais baixos de enzimas que quebram as moléculas de álcool no estômago, de modo que elas absorvem uma concentração

maior de álcool do que o homem que bebe a mesma quantidade.

Uma mulher que ingere álcool durante a gravidez arrisca a sua saúde e a do bebê. O álcool passa livremente pela placenta, atingindo o feto quase no mesmo nível que atinge a mãe. Os bebês cujas mães bebem com frequência ou em grande quantidade durante a gravidez podem nascer com sérios problemas, incluindo pouco peso no nascimento, deformidades físicas, problemas de coração, deformidades ou malformação dos membros e das articulações e retardo mental.

Devido aos efeitos depressores sobre o Sistema Nervoso Central, que diminui os reflexos, por exemplo, recomenda-se não dirigir se estiver alcoolizado(a).

REMÉDIOS SOB PRESCRIÇÃO: O objetivo dos medicamentos é curar doenças, aliviar a dor e o sofrimento e promover o bem-estar. Porém, quando usados por pessoas que não precisam deles ou quando usados em doses altas ou inadequadas, os remédios podem causar danos à saúde. Por exemplo, as *anfetaminas* são usadas muitas vezes de forma inadequada e podem causar problemas do coração, paranoias ou convulsões, entre outros problemas. Como as anfetaminas são estimulantes e, portanto, aumentam a estamina e a energia física, elas são, algumas vezes, usadas por estudantes para virar a noite. Além disso, as diferentes percepções de beleza muitas vezes levam as mulheres a arriscar a saúde tomando anfetaminas para perder peso em busca do corpo "perfeito".

Tranquilizantes, também conhecidos como "calmantes," fazem com que o cérebro (o sistema nervoso central) haja mais lentamente. Eles são usados, normalmente, para tratar a ansiedade e alguns distúrbios do sono. Quando o corpo se acostuma com os tranquilizantes, os sintomas iniciais podem desaparecer e o usuário pode desenvolver tolerância e dependência da substância. Quando combinados com outras drogas, como o álcool, os tranquilizantes podem causar efeitos adversos mais intensos, os quais, por sua vez, podem aumentar os riscos para a saúde, como depressão respiratória ou parada cardíaca.

A forma mais segura de utilizar esses medicamentos é sob prescrição médica.

MACONHA: A maconha é uma das drogas ilegais mais usadas hoje em dia. Seus efeitos mais comuns são sensação de bem-estar e relaxamento. Alguns usuários podem se tornar muito faladores, ansiosos ou ter alucinações. Ainda que um jovem que experimenta maconha não necessariamente se vicia, a experimentação pode causar danos de clareza de pensamento, de coordenação e aceleração cardíaca, ou pode resultar em problemas com a lei, já que essa é uma substância ilegal. Usuários de maconha de longo prazo sofrem um aumento na probabilidade de ter doenças respiratórias, como tosse persistente e câncer no pulmão. Os usuários também po-

dem sofrer de distúrbios de personalidade, como depressão ou ansiedade. Também pode causar riscos durante o período em que se está sob efeito da droga, pois o(a) usuário(a) pode perder a capacidade de executar ações como conduzir veículos. Por isso recomenda-se não dirigir se fizer uso de maconha.

COCAÍNA: Pesquisas indicam que o uso de cocaína é muito menos comum que o uso de outras drogas, como o álcool e o tabaco. O uso de cocaína pode levar à dependência e pode afetar as funções físicas e mentais. Os efeitos mentais incluem euforia, hiperatividade, alucinações táteis e visuais e sensação de perseguição. Alguns efeitos físicos podem ser a aceleração cardíaca anormalmente alta, convulsões e calafrios. A cocaína é particularmente prejudicial quando usada junto com o álcool. Ela também inibe o apetite, o que faz com que algumas mulheres a usem para perder peso. A cocaína pode causar danos ao organismo, tanto durante o uso como depois. Alguns usuários relatam um aumento do estímulo sexual no início do uso. Porém, o uso regular pode diminuir o desejo sexual e causar impotência. A cocaína pode ser inalada ou injetada. Quando injetada, ela apresenta o risco adicional de transmissão de doenças, como HIV/AIDS e hepatite B e C. Por isso não se deve compartilhar agulhas, seringas e canudos utilizados para injetar ou aspirar cocaína.

ESTERÓIDES: Os esteroides são usados, normalmente, para acelerar a formação de músculos. Em geral, eles são tomados oralmente em forma de pílulas ou injetados. Os esteroides são versões artificiais de "testosterona", um hormônio produzido naturalmente pelo organismo. Em alguns casos, as pessoas usam esteroides que não se destinam a uso humano. Por exemplo, há relatos de jovens que ingerem esteroides de uso veterinário, para aumentar a massa muscular rapidamente. Os esteroides têm uma variedade de efeitos físicos. Eles podem diminuir o funcionamento do sistema imunológico, que é o sistema de defesa do organismo contra germes. Eles também podem causar danos ao fígado, podem causar câncer e mudar o funcionamento hormonal normal, como por exemplo, interrompendo a menstruação nas mulheres e afetando o hipotálamo e os órgãos reprodutivos. Eles podem, até mesmo, causar a morte. Os esteroides também podem ter efeitos emocionais, como depressão ou irritabilidade.

Eles podem, ainda, ter efeitos específicos por sexo. Nas mulheres, isso inclui: alteração no ciclo menstrual, intensificação da voz, diminuição no tamanho dos seios, crescimento excessivo de pelos e mudanças de disposição, incluindo agressividade e raiva. Os efeitos comuns entre homens incluem: desenvolvimento de seios, redução do funcionamento sexual, infertilidade e atrofia testicular. Como ocorre com qualquer droga injetável, o compartilhamento de agulhas para injetar esteroides pode levar à transmissão de HIV/AIDS e hepatite B e C.

FOLHA DE APOIO 28C

Diferentes padrões de usuários de drogas

- * O **Experimentador** - Limita-se a experimentar drogas ou diversas substâncias por razões variadas, por exemplo, curiosidade, desejo por uma nova experiência, pressão dos pares, publicidade etc. Na maioria dos casos, o contato com essas substâncias não passa da experiência inicial.
- * O **Usuário Ocasional** - Usa uma ou várias substâncias ocasionalmente, se o ambiente for favorável e a substância estiver disponível. Não existe nenhuma dependência ou ruptura de relações afetivas profissionais ou sociais.
- * O **Usuário Habitual** - Faz uso frequente de substâncias. Podemos começar a observar sinais de quebra em seus relacionamentos. Ainda assim, mantém suas funções sociais, embora de um modo precário e correndo risco de dependência.
- * O **Dependente ou Usuário "Disfuncional"** - Vive através e para o uso de substâncias, quase que exclusivamente. Como consequência, todos os laços sociais são quebrados, o que causa isolamento e marginalização.

Uso de Substâncias e Comportamento Sexual

Muitas pessoas acreditam que certas substâncias podem aumentar a performance sexual. Na realidade, o efeito do uso de substâncias varia de pessoa para pessoa, de acordo com muitos fatores, incluindo: biológicos (de acordo com o metabolismo do corpo humano), frequência do uso, o meio e a cultura, e aspectos psicológicos. Geralmente, os efeitos positivos do uso de substâncias durante as relações sexuais, residem mais na crença de felicidade do que em suas propriedades farmacológicas. Por exemplo, ao contrário do que muitas pessoas acreditam, o álcool pode, inicialmente, fazer a pessoa se sentir menos intimidada, mas como escreveu William Shakespeare em uma de suas peças: "o álcool provoca desejos, mas coloca um fim na performance". Isto quer dizer que ele pode impedir uma ereção. Do mesmo modo, a maconha reduz a produção do hormônio testosterona e pode temporariamente causar a redução da produção de esperma. A cocaína reduz o desejo e a excitação, uma vez que os usuários passam a ter mais interesse no uso da substância do que em ter sexo. Além disso, quando uma pessoa usa drogas, é mais difícil estabelecer comunicação e negociação na hora das relações sexuais, pois a pessoa está mais preocupada com suas sensações imediatas do que com o prazer do parceiro ou possíveis riscos de gravidez não planejada, ISTs ou HIV/AIDS. Pesquisas têm confirmado que pessoas sob efeito de alguma substância preocupam-se menos com o uso de preservativo, porque sua capacidade de julgamento e reflexos são reduzidos. Também é importante lembrar que o uso raro ou ocasional de álcool ou outras substâncias pode também gerar riscos individuais, como acidentes causados por excesso de álcool ou sexo desprotegido, que pode levar a uma gravidez não planejada ou infecção por ISTs e HIV/AIDS.



9 TRABALHO

Uma das maiores conquistas na direção da igualdade de gênero tem sido o aumento da participação das mulheres no mercado do trabalho. A medida em que as taxas de fertilidade diminuem e os níveis de educação aumentam, as mulheres têm assumido ambos os trabalhos, remunerado e não remunerado, o que pode significar mais horas de trabalho para elas. Sua atuação nesta esfera tem ido de ocupações tradicionalmente femininas como enfermeira, empregada doméstica ou professora a diversas outras profissões, como cirurgiã, técnica de computadores e outros trabalhos geralmente classificados como masculinos. No entanto, ainda que seja importante celebrar estas conquistas, também é necessário reconhecer que as mulheres enfrentam muitas barreiras, incluindo conjugar o trabalho doméstico com a carreira profissional. Para as mulheres jovens, estes desafios vão desde pouca experiência profissional, falta de reconhecimento do trabalho doméstico e não remunerado, e a necessidade de balancear escola e trabalho (e, às vezes, maternidade).

Desafios para as mulheres no mercado de trabalho

DESIGUALDADES NO MERCADO DE TRABALHO

- * Em todo o mundo, as mulheres continuam a ganhar um pouco menos de 78% do que os homens ganham na realização de uma mesma atividade (Lopez-Claros e Zahidi, 2005).
- * Na região da América Latina, em média, as mulheres têm um maior nível de educação do que os homens, mas ainda assim não recebem o mesmo salário ou têm as mesmas oportunidades que os homens (ECLAC, 2004).
- * As mulheres representam 40% da força de trabalho, mas ocupam menos de 20% das posições de gerência na maioria dos países.
- * Entre os jovens – homens e mulheres – a taxa de desemprego são as mais altas. O Censo de 2003 no Brasil revelou que a taxa de desemprego entre jovens de 18 a 24 anos era de 18% comparado com a taxa de 9,7% da média nacional³⁶.
- * As mulheres têm uma carga de trabalho maior do que a dos homens (Mensch *et al.*, 1999). Em média 4,5 horas depois do "dia de trabalho" em comparação com 1,25 hora pelos homens (Próspero, 2004).

Em muitas regiões, especialmente na América Latina e no Caribe, as mulheres enfrentam mais dificuldades do que homens para entrar no mercado de trabalho, além de taxas de desemprego mais elevadas, independentemente do nível de educação (ECLAC, 2004). Em parte, esta dificuldade acontece porque muitas vezes as mulheres assumem responsabilidades familiares – ainda que permaneçam inseridas na escola – limitando o seu acesso à educação e à qualificação profissional. Viver numa situação de pobreza aumenta a exclusão social do mercado de trabalho formal (ECLAC, 2004). Quando as mulheres estão trabalhando em um emprego remunerado, elas enfrentam uma dupla jornada – obrigações com o trabalho e a família (incluindo cuidar de irmãos menores ou de seus próprios filhos) – e para algumas, ainda existe a tripla jornada que inclui os estudos além das obrigações familiares e do trabalho. Com todas estas obrigações, a mulher que tem família e trabalha (e estuda) não tem tempo para o lazer e cuidar dela mesma. Com o aumento do número de mulheres como chefes de família, habilidades para prover o sustento da família é crucial. As mesmas barreiras que dificultam as oportunidades de crescimento profissional para as mulheres também impedem que elas sustentem a sua família.

A noção de que há determinados trabalhos para serem exercidos por mulheres e outros para serem exercidos por homens afeta a maneira como os homens percebem as mulheres e como elas próprias se veem – muitas vezes disseminando e reforçando os estereótipos de gênero. A maior participação de mulheres em setores de serviços – aqueles que requerem habilidades domésticas e de cuidado – está diretamente ligada a fatores relacionados à socialização de gênero, ou seja, é esperado que uma mulher, como parte de sua socialização, saiba cumprir responsabilidades domésticas. Muitas vezes, as meninas e as mulheres jovens são educadas para ajudar neste tipo de trabalho dentro da casa, o que, por sua vez, as prepara para esse tipo de trabalho remunerado no futuro (Anker, 1998).

Apesar do enfoque recente sobre o aumento da participação feminina na força de trabalho, é importante reconhecer que as mulheres sempre trabalharam, por exemplo, na agricultura, nos negócios familiares, e no cuidado da família. Porém, estas atividades são "invisíveis" devido às definições tradicionais e populares sobre o que é trabalho, que frequentemente são limitadas ao trabalho remunerado. Por isso, a contribuição das mulheres para a economia não é representada adequadamente e aquelas atividades normalmente realizadas por meninas e mulheres, como o trabalho doméstico e as atividades informais, são frequentemente ignoradas e/ou depreciadas pela sociedade e pelas próprias mulheres. Nas últimas décadas, a atenção em relação a estes temas aumentou e a Conferência de Beijing por meio da sua Plataforma de Ação destacou a necessidade de promover a visibilidade e a valorização do trabalho doméstico e não remunerado, com melhores métodos de pesquisa que indiquem a contribuição deste trabalho para a economia e com esforços que encorajem a participação dos homens nesse tipo de trabalho (UM, 1995).

A IMPORTÂNCIA DO TRABALHO PARA MULHERES JOVENS

Em geral, quando os jovens fazem a transição para o mundo adulto, mudam de uma situação de dependência financeira para uma de independência (Curtain, 2001). O trabalho remunerado ajuda os jovens a fazerem esta transição, obtendo o controle das decisões sobre a sua própria vida (PC e ICRW, 2000; Mensch *et al.*, 1999), além de contribuir para o aumento da autoestima, do status social e do conhecimento das habilidades pessoais e profissionais que são importantes para uma adolescência e vida adulta mais satisfatória e produtiva. Para as mulheres jovens, o trabalho, especialmente o trabalho remunerado, representa uma oportunidade de sair do papel tradicional de esposa, de cuidadora do lar, permitindo que desenvolvam novas possibilidades para a sua vida (Mensch *et al.*, 1999). Além disso, medidas que possibilitem uma vida com mais independência são, muitas vezes, elementos importantes para que a mulher possa negociar dentro de uma relação de intimidade

assuntos como a reprodução. Por exemplo, mulheres que têm emprego, se casam e têm filhos mais tarde do que as mulheres desempregadas (Mensch *et al.*, 1999).

Historicamente, o discurso sobre jovens e trabalho tem mostrado uma preocupação com o trabalho infantil. Desde o início do século XX, a comunidade internacional vem estabelecendo convenções que restringem o trabalho infantil. Em 1973, acordos internacionais estabeleceram que a idade mínima para o trabalho é após completar a educação mínima requerida (por volta dos 15 anos na maioria de países) e que jovens com menos de 18 anos não deverão exercer atividades em que sua saúde, sua segurança ou seus valores sejam prejudicados. A partir destas convenções, o UNICEF e a Organização Internacional do Trabalho (OIT) têm desenvolvido regulamentos para proteger jovens no mercado de trabalho tomando uma forte posição contra as "piores formas de trabalho de criança", com atenção especial em relação às meninas. Ainda que as medidas para proteger as crianças e os jovens sejam todas bem-intencionadas, elas podem, algumas vezes, ter um efeito contrário. O aumento de regulamentos pode resultar na recusa de alguns setores do mercado de trabalho de contratar jovens que queiram ou que precisem trabalhar. Consequentemente, os trabalhos encontrados por estes jovens estarão em sua maioria, fora da lei, o que pode levá-los a se expor a situações perigosas, em que sua saúde e a garantia de seus direitos estejam comprometidas.

MULHERES JOVENS E A FORÇA DE TRABALHO

Muitas vezes as mulheres jovens enfrentam a discriminação por gênero e idade. Como resultado desta discriminação as mulheres jovens se dirigem ao trabalho ilegal e muitas vezes perigoso, enfrentando situações em que seus direitos são violados, o que inclui comentários depreciativos (Mensch *et al.*, 1999). Apesar do esforço desproteger crianças e jovens do trabalho que os coloquem em situação de risco, o serviço doméstico e a prostituição, continuam sendo mercados de trabalho ilegais que se encontram fora do alcance dos olhos oficiais. Muitas vezes, as famílias mandam suas meninas para o serviço doméstico como uma forma de sobrevivência, tanto pelo potencial de ganhar dinheiro, quanto por falta dos recursos necessários para prover alimentação para mais uma pessoa. Da mesma maneira, meninas são vítimas de exploração sexual comercial, e muitas vezes as famílias as submetem a esse processo. As situações de extrema pobreza, oriundas das desigualdades sociais, é apenas um dos fatores causais da exploração sexual comercial de crianças e adolescentes. As desigualdades de gênero, o machismo e adultocentrismo naturalizam um lugar de inferioridade e desproteção. A violência e o abuso sexual na infância também são fatores que propiciam a iniciação na exploração sexual.

Alcoolismo e uso de drogas tornam meninas e adolescentes mais vulneráveis, e são ao mesmo tempo causa e efeito da exploração sexual comercial. O UNICEF estima que um milhão de crianças por ano, em grande parte meninas, estão presas numa rede de prostituição que se estende do sudeste da Ásia e da antiga União Soviética para América Latina (UNICEF, 2001). O crescimento do tráfico de mulheres para os Estados Unidos, Europa e Japão está associado com a pobreza, com a falta de oportunidades de educação e emprego e com a violência. A realidade é que muitas jovens procuram empregos remunerados para iniciar a sua participação no mercado de trabalho, porém se defrontam com o desafio paradoxal da falta de experiência: não ter tido o primeiro emprego significa não ter experiência, e sem essa experiência, normalmente não se consegue trabalho. Jovens com rendimento familiar médio ou alto têm mais acesso a bons empregos porque têm contatos por meio de familiares, colegas da escola ou amigos que são gerentes ou donos de empresas. Estes jovens também têm mais liberdade financeira para aceitarem posições somente pelo acesso à experiência profissional como estágios que frequentemente não são pagos ou que são de baixa remuneração, o que aumenta ainda mais a sua vantagem sobre os/as jovens que precisam trabalhar para seu próprio sustento ou de sua família.

Direitos, programas e políticas

Muitas vezes as mulheres jovens não são informadas sobre seus direitos como jovens, mulheres e trabalhadoras. Embora cada país tenha as suas próprias regras e leis, quase todas falam de alguma forma sobre os direitos relacionados à maternidade, salário, discriminação, assédio sexual e benefícios. Porém, a existência destas leis não garante que elas sejam aplicadas na prática. Por exemplo, existem denúncias de assédio sexual mesmo nas empresas regulares (ECLAC, 2004). As jovens devem ser orientadas sobre como encontrar informação sobre os seus direitos como trabalhadoras.

Direitos no ambiente do trabalho

- * As mulheres devem receber salário igual ao dos homens para o mesmo trabalho.
- * É contra a lei mulheres serem despedidas durante a gravidez ou por causa de doença relacionada à gravidez, exceto por causas não relacionadas.
- * As mulheres devem ter no mínimo de 14 semanas de licença-maternidade.
- * Mulheres que estão grávidas ou estão amamentando não serão obrigadas a fazer trabalho que possam fazer mal a sua saúde ou a saúde da criança.
- * O exame de gravidez não pode ser considerado obrigatório para postular uma vaga de trabalho exceto quando há leis que se refiram ao exercício do trabalho em condições de risco.
- * As mulheres têm o direito de voltar para a sua posição ou salário no mesmo nível depois da licença-maternidade.
- * Todas as pessoas independentemente de sexo, raça, cor, religião, nacionalidade, origem social, ou opinião política devem ter oportunidades iguais de trabalho e de qualificação profissional.
- * Todas as pessoas têm o direito a serem tratadas com cortesia, respeito e dignidade no lugar do trabalho e de estarem livres de assédio físico ou mental. Todas as formas de assédio são condutas intoleráveis.

Fonte: www.ilo.org

Governo, sociedade civil e setor privado precisam focar sua atenção não somente no treinamento profissional, mas devem contar ainda com uma atenção específica para as mulheres jovens e mães jovens, possibilitando o acesso de todo e qualquer jovem nos programas. É necessário ainda que os patrões e formuladores de políticas públicas mudem o seu paradigma para promover uma cultura em que obrigações familiares ou escolares não conflitem com oportunidades para o desenvolvimento profissional ou a sustentabilidade financeira (Próspero, 2004). Por exemplo, organizações que colocam creches nos seus próprios edifícios ajudam a aliviar a tensão sentida em casa pela família e, portanto, criam mais oportunidades para mulheres procurarem trabalhar fora de casa. Além disso, promover uma maior participação dos homens nas tarefas domésticas e no cuidado com as crianças, por meio de campanhas de comunicação social e de políticas e licenças paternidade, é essencial na eliminação de inequidade na carga de trabalho entre mulheres e homens (Próspero, 2004). Políticas existentes sobre salários, discriminação, assédio sexual, licença maternidade, benefícios, e outros que afetam mulheres jovens no trabalho, precisam ser encorajadas para criar ambientes nos quais a participação das mulheres no mercado de trabalho é garantida e protegida.

Assédio sexual é uma violação de direitos!

Assédio sexual é qualquer tipo de abordagem não desejada, proposta para favores sexuais, ou outro tipo de conduta sexual seja físico ou verbal, quando ele interfere no trabalho, é feito como condição do emprego, ou faz um ambiente hostil para trabalhar. No Brasil, o assédio sexual é um crime que acontece em uma relação de trabalho, quando alguém, por palavras ou atos com sentido sexual, incomoda uma pessoa usando o poder que tem por ser patrão, chefe, colega ou cliente.

O QUE DIZ A LEI BRASILEIRA:

Código Penal - Assédio sexual - artigo 216-A: Constranger alguém com o intuito de obter vantagem ou favorecimento sexual, prevalecendo-se o agente da sua condição de superior hierárquico ou ascendência inerentes ao exercício de emprego, cargo ou função. [Artigo incluído pela Lei nº 10.224, de 15 de maio de 2001].

Pena: detenção de 1 a 2 anos.

ATIVIDADE 29

TRABALHO DE MULHER?

Objetivo: Refletir sobre as divisões tradicionais de gênero que existem em diferentes tipos de trabalho.

Materiais necessários: Flip-chart e marcadores.

Tempo recomendado: 1 hora e 30 minutos.

Procedimento

- * Explique às participantes que o propósito desta atividade é discutir os tipos de trabalho que as mulheres e os homens tradicionais desenvolvem.
- * Entregue uma folha de papel e uma caneta para cada participante. Peça a cada uma para criar uma lista dos diversos trabalhos realizados pelos membros de sua família, incluindo elas mesmas. Para grupos com baixa escolaridade, em vez de pedir que façam uma lista escrita, divida em pares e peça que discutam os diferentes tipos de trabalho realizados por cada pessoa em suas famílias, incluindo elas mesmas.
- * Dê 10-15 minutos para as participantes escreverem e/ou discutirem.
- * Peça que cada uma compartilhe com as outras participantes os exemplos de sua lista, especificando se a atividade é masculina, feminina ou serve para ambos.
- * Escreva os diferentes tipos de trabalhos em um flip-chart. Crie uma lista das atividades feitas por homens, uma lista para as que são feitas por mulheres e uma lista para aquelas que podem ser feitas por ambos.
- * Depois que todas as participantes tiverem contribuído com a lista, revise todos os tipos de trabalho. Pergunte às participantes se aquele trabalho pode ser feito também pelo outro sexo. Se as participantes disserem que alguma coisa não pode ser feita pelo outro sexo, incentive-as a pensar mais sobre as razões disto, até o grupo chegar à conclusão de que este tipo de trabalho pode ser feito por ambos os sexos.
- * Estimule a discussão sobre a divisão sexual do trabalho, usando as questões abaixo.

PASSO OPCIONAL: Pedir para cada participante escrever ou ditar os tipos de trabalho feitos pelos indivíduos nas suas famílias, incluindo elas mesmas, individualmente, sobre pequenos pedaços de papel. Dobre os papéis e coloque-os em um saco. Dividir o grupo em dois times. Um de cada vez, sendo que cada participante de cada grupo sorteará um pedaço de papel e simulará sem fazer som. O time do qual

a atriz veio tentará adivinhar que tipo de trabalho ela está simulando. Se o time não adivinhar, dará ao outro time a oportunidade de adivinhar. O time que adivinhar corretamente o tipo de trabalho ganha um ponto. Este jogo pode ser jogado até que todas as tarefas sejam utilizadas ou até que a facilitadora sinta que o grupo está suficientemente animado. Criar uma lista com as atividades que foram simuladas e então pergunte para as participantes questões de discussão para serem listadas abaixo.

Perguntas para discussão

- * Existem certos tipos de trabalho que são mais comuns os homens fazerem? Existem trabalhos que são mais comuns para as mulheres? Quais as razões para essas diferenças?
- * Caso não seja mencionado: cuidar de criança e da casa é considerado trabalho? Por quê? Quem cuida melhor dos filhos e da casa, o homem ou a mulher? Por quê? Você acha que as mulheres possuem uma capacidade natural para este tipo de trabalho? Explique.
- * Você acredita que existem certos tipos de trabalho que as mulheres não são capazes de fazer? Por quê? Que tipos de trabalhos seriam estes?
- * Você acredita que existem certos tipos de trabalho que os homens não são capazes de fazer? Por quê? Que tipos de trabalho seriam esses?
- * Qual o papel da família em moldar e reproduzir normas sobre o que é trabalho de mulher e o que é trabalho de homem? (Ver texto "**Bonecas Caminhões de brinquedo, e o que eles nos ensinam sobre trabalho**").
- * É mais fácil para uma mulher conseguir um trabalho do que para o homem? Explique.
- * É mais fácil para uma mulher com um alto grau de educação conseguir um trabalho, do que para uma mulher com um baixo nível de educação?
- * É mais fácil para uma mulher branca conseguir um trabalho, do que para uma mulher negra e/ou indígena?
- * O que você aprendeu nesta atividade? Você aprendeu alguma coisa que poderia ser aplicado em suas próprias relações? Você faria mudanças como resultado desta atividade?

Fechamento: A ideia de que alguns tipos de trabalho devem ser feitos por mulheres e outros por homens se baseia na socialização, não na biologia. A maior participação das mulheres em tarefas de cuidados e habilidades domésticas é diretamente relacionada ao fato de que meninas e mulheres jovens são normalmente criadas para ajudar nesse tipo de trabalho em casa - o que muitas de nós

realizam como trabalho remunerado no futuro. Infelizmente, essas atividades predominantemente realizadas por meninas e mulheres - entre elas as tarefas domésticas, tomar conta de terceiros e atividades do mercado informal - continuam sendo subvalorizadas ou ignoradas pela sociedade e, algumas vezes, até mesmo pelas próprias mulheres. É importante reconhecermos a imensa contribuição das mulheres dentro e fora do lar e saber que as mulheres podem assumir atividades tradicionalmente realizadas por homens, assim como os homens podem, por outro lado, assumir aquelas atividades tradicionalmente realizadas por mulheres, incluindo o trabalho doméstico e o cuidado de crianças.

Bonecas, caminhões de brinquedo e o que eles nos ensinam sobre trabalho

Durante a discussão pode ser interessante também pedir às participantes para pensar sobre os diferentes brinquedos com os quais meninos e meninas brincam e as possíveis relações deles com os tipos de trabalho que homens e mulheres comumente fazem. Por exemplo, meninas brincam mais com bonecas e brinquedos que imitam a vida doméstica e o cuidado. Meninos brincam mais com carrinhos, ou jogos de construção ou outros brinquedos que imitam papéis mais agressivos e competitivos. Discuta como essas primeiras experiências são partes da socialização, na qual tanto meninos quanto meninas aprendem a se identificar com certos tipos de trabalho e interesses.

ATIVIDADE 30

OUVINDO MULHERES TRABALHADORAS

Objetivos: Refletir sobre as experiências de trabalho das mulheres na sua comunidade.

Materiais necessários: Folhas de papel para as participantes.

Tempo recomendado: Se esta atividade for desenvolvida também com trabalho de campo (em que as participantes identifiquem e entrevistem uma mulher trabalhadora de sua comunidade), serão necessárias duas sessões. Durante a primeira sessão, a facilitadora irá precisar fornecer alguns guias para o trabalho de campo (ver parte 1 no procedimento). O tempo recomendado para a primeira sessão é de 20 minutos. O tempo recomendado para a segunda sessão (ver parte 2 no procedimento) é de 2 horas.

Se a atividade for desenvolvida sem o trabalho de campo, serão necessárias 2 horas para a sessão.

Notas para planejamento: Antes de planejar esta atividade, é importante considerar as necessidades das participantes e se elas ficariam confortáveis em realizar entrevistas com pessoas de sua comunidade. Com alguns grupos, pode ser melhor que você já tenha uma lista de pessoas dispostas a serem entrevistadas, agilizando o trabalho das participantes. Você também pode convidar alguém para ser entrevistada durante a sessão. Além disso, pode ajudar se o trabalho das participantes for feito em duplas, para que dividam a tarefa de entrevistar e tomar notas. Este arranjo pode ser mais confortável para as participantes que são mais tímidas. Alternativamente, se as participantes precisarem de menos direção, você pode apenas fazer uma "tempestade de ideias" com as pessoas da comunidade (professoras, empresárias, diaristas, vendedoras etc.) que elas gostariam de entrevistar.

Dependendo do contexto no qual a facilitadora está trabalhando, ela pode querer adicionar uma outra atividade a esta, na qual uma mulher da comunidade vem ao grupo para conhecer as participantes, formando um grupo de discussão desses temas (e de outros do Manual). A ideia seria manter e fortalecer as relações das participantes com as mulheres adultas e criar uma relação nas quais essas mulheres poderiam atuar como "mentoras".

Procedimento

Parte 1: Preparação para trabalho de campo – 20 minutos

- * Uma semana antes, explique às participantes que elas irão entrevistar mulheres em sua comunidade sobre o trabalho que elas fazem e o que isto significa para elas. Diga-lhes que devem tratar das seguintes questões em suas entrevistas:
 - Há quanto tempo ela trabalha?
 - O que ela pensa de seu trabalho? (Não apenas em termos de salário, mas também de alegria, prazer, satisfação, desafios, saúde, flexibilidade etc.).
 - Ela também estuda e/ou cuida da casa e dos filhos? Caso a resposta seja afirmativa, quais são os desafios que existem em equilibrar estas diferentes responsabilidades?
 - Ela acha que existem diferenças nas oportunidades de trabalho disponíveis para as mulheres em comparação àquelas disponíveis para os homens?
 - Ela percebe alguma diferença salarial entre homens e mulheres que fazem o mesmo tipo de trabalho?

- Sempre trabalhou? Se tem um companheiro, o que ele acha de ela trabalhar fora de casa? Ele divide as responsabilidades dos cuidados com a família e a própria casa?

- * Pergunte ao grupo se há outras questões que poderiam ser interessantes para serem acrescentadas na lista. Caso seja útil ao grupo, você pode dividi-las em pequenos grupos para um "ensaio" das entrevistas.

PASSO OPCIONAL: Estimule as participantes a realizarem ao menos duas entrevistas – uma com uma mulher e outra com um homem. Neste caso, as participantes deverão adaptar as questões quando entrevistarem o homem, visando obter sua opinião sobre as oportunidades e desafios que as mulheres enfrentam no mercado de trabalho, bem como eles próprios.

Parte 2 – Discussão sobre o trabalho de campo – 2 horas

- * Na semana seguinte, pergunte às participantes como foi falar com mulheres de sua comunidade sobre os tipos de trabalho que fazem.
- * Divida as participantes em três ou quatro grupos e lhes peça para compartilhar suas entrevistas e observações nestes grupos menores.
- * Dê 20 a 30 minutos para os grupos discutirem suas entrevistas e observações.
- * Discuta com o grupo as perguntas listadas para discussão mais abaixo.
- * Depois da discussão, diga às participantes para pensar sobre como elas podem aplicar o que aprenderam com as entrevistas para o seu próprio futuro. Peça-lhes para escrever em um papel o tipo de trabalho que elas acham que gostariam de fazer. Elas devem pensar então sobre o que pode levá-las a atingir seus sonhos/metas e escrever o seguinte no papel:
 - 3 passos que podem levar a atingir a meta.
 - 3 tipos de apoio que elas acham que irão precisar para atingir esta meta.
- * Com o grupo, peça que as participantes compartilhem seus objetivos, um dos passos e um dos apoios.
- * Resuma para o grupo o que você ouviu das participantes.

Perguntas para discussão

- * Quais são os tipos de trabalho mais comuns que as mulheres na sua comunidade fazem?

- * O que as mulheres acham do trabalho que elas fazem?
- * Você entrevistou mulheres que tenham a experiência de estudar, trabalhar e/ou também cuidar da casa e dos filhos? Quais foram os desafios que elas enfrentaram? E que tipo de apoio elas precisam?
- * Você acha que existem restrições sobre o tipo de trabalho que as mulheres na sua comunidade podem fazer? Que tipo de restrições seriam essas?
- * Você acha que existem diferenças entre os tipos de trabalho que uma mulher jovem da sua idade faz e os tipos de trabalho que as mulheres da geração de sua mãe ou de sua avó fizeram? Que tipos de diferenças?
- * Você acha que existe diferença entre o tipo de trabalho que mulheres jovens fazem e o tipo de trabalho que os homens jovens fazem? E entre os homens e mulheres mais velhos? Que tipos de diferenças existem?
- * Que tipos de suportes existem na sua comunidade para uma mulher que trabalha? Como você pode ajudar a fortalecer estes suportes?
- * O que você aprendeu com esta atividade? Você aprendeu alguma coisa que poderia ser aplicada em sua própria vida? Você fará mudanças como resultado desta atividade?

Fechamento: Uma das maiores vitórias do movimento feminista foi a maior participação das mulheres na força de trabalho. Como as mulheres passaram a ter mais controle sobre a decisão de ter ou não ter filhos, quantos e em que condições, e como seu grau de instrução aumentou, as mulheres têm assumido tanto as tarefas domésticas como as funções profissionais, muitas vezes equacionando as duas simultaneamente. Porém, esse acúmulo muitas vezes ameaça nosso bem-estar emocional e psicológico. Um passo importante para apoiar as mulheres trabalhadoras é promover mais igualdade na divisão das tarefas do lar e do cuidado dos filhos entre homens e mulheres.

Link – Manual

A "**Atividade 22: Tudo ao mesmo tempo**" promove uma discussão sobre mulheres e trabalho doméstico.

ATIVIDADE 31

CONHECENDO OS DIREITOS TRABALHISTAS

Objetivos: Aprender sobre movimentos, passados ou existentes, de promoção dos direitos das mulheres no local de trabalho e no espaço escolar, e discutir as desigualdades ainda existentes nos direitos e as oportunidades para as mulheres trabalhadoras.

Materiais necessários:: Flip-chart e marcadores.

Tempo recomendado:: 1 hora e 30 minutos.

Notas para planejamento: Pesquise de antemão alguns dos movimentos sociais e a legislação em seu país relacionada aos direitos da mulher no local de trabalho, em especial aqueles relacionados à discriminação na contratação. É importante também identificar recursos e redes de apoio locais para mulheres trabalhadoras.

Dependendo das experiências das participantes – se elas têm um trabalho formal, se somente trabalharam no mercado informal, ou nunca trabalharam – esta atividade necessitará ser adaptada. Antes do seminário, peça às mulheres jovens do grupo, que nunca trabalharam, para falarem com alguém que elas conheçam e que tenha um emprego (irmãos mais velhos, pais, avós, vizinhos e amigos) e investigar sua experiência (oportunidades e desafios). Refira-se também a **Atividade 29: Ouvindo as mulheres trabalhadoras**. Uma discussão sobre o que é considerado como trabalho "informal" pode ser reveladora de que muitas mulheres jovens realmente trabalharam. A discussão em torno da participação no mercado informal deve incluir um componente sobre a inexistência de um mecanismo para impor os direitos das mulheres. Alternativamente, esta atividade pode ser conduzida referindo discriminação que já foi vivenciada por elas.

Procedimento

- * Peça às participantes para refletir sobre as primeiras discussões sobre mulher e trabalho e para identificar alguns exemplos de diferenças encaradas pelas trabalhadoras. Crie uma lista no flip-chart. Os exemplos podem incluir diferenças nos salários, discriminação na contratação, a presença de poucas mulheres nos cargos de liderança, casos de assédio sexual, desafios para conjugar a vida doméstica com a vida profissional etc.
- * Em grupo, identifique 2 ou 3 problemas prioritários para as mulheres em suas comunidades. Divida as participantes em grupos menores e designe para cada grupo um dos problemas. Peça para cada grupo criar uma

dramatização na qual apresente um exemplo de um problema e respostas ou estratégias possíveis para a mudança. Dê 30 minutos para esta tarefa.

- * Reúna as participantes e peça para os grupos apresentarem suas dramatizações (10 minutos no máximo).
- * Depois que todos os grupos terminarem suas apresentações, use as questões abaixo para facilitar a discussão.
- * Diga às participantes que se elas estiverem interessadas, elas terão a oportunidade de desenvolver mais este tema e estratégias para mudanças em nível comunitário na seção sobre Participação Comunitária.

PASSO OPCIONAL: Providencie um grande pedaço de papel e peça para que as participantes desenhem uma árvore com raízes. Para adiantar, o esboço da árvore pode estar pronto para que as participantes apenas complementem. No tronco da árvore, deverão ser escritos os problemas que as mulheres trabalhadoras enfrentam. Em cada raiz (3-5) identificarão a causa do problema. Usando papéis coloridos e cola, se disponível, deixe as participantes recortarem as folhas da árvore. Em cada folha, elas devem escrever a estratégia para mudança e colocar na marca apropriada na árvore. Todas as folhas que puderem ser preenchidas serão colocadas na árvore. Por exemplo, se o problema for salário desigual, a causa (será preenchida dentro da raiz) pode ser educação restrita por causa das responsabilidades da família, e a estratégia correspondente para mudança (folha) seria proporcionar creches nas escolas para que mulheres jovens com filhos possam assistir aula. Deixe cada grupo apresentar suas árvores de problema e peça às outras participantes para contribuir.

Perguntas para discussão

- * Quais são os maiores problemas que as mulheres enfrentam no local de trabalho?
- * Quais são as causas desses problemas?
- * Existem desafios específicos para mulheres jovens? Mães? Mulheres de baixa renda? Mulheres de grupos étnicos ou raciais minoritários? Que desafios são esses?
- * Os homens enfrentam problemas no mercado de trabalho? (Ver texto Direitos dos homens no local de trabalho).
- * Quem deveria estar envolvido na promoção dos direitos no espaço de trabalho? (Governo, emprego, etc.)? Como eles deveriam estar envolvidos?
- * Como vocês e outras mulheres podem ajudar a promover os direitos trabalhistas?

Fechamento

Muitas vezes não estamos cientes de nossos direitos como jovens, como mulheres e como trabalhadoras. Embora cada país tenha suas próprias leis e diretrizes para a mulher e a juventude no local de trabalho, a maioria delas tem políticas sobre pagamento, licença maternidade, discriminação, assédio sexual e benefícios. A existência dessas leis, no entanto, nem sempre tem efeito na prática, especialmente para as mulheres jovens que, muitas vezes, precisam lutar contra a discriminação por idade e por sexo. Mulheres jovens com filhos ainda enfrentam o estigma adicional de serem mães jovens. Como resultado dessa discriminação, as mulheres jovens são pressionadas a aceitar condições de trabalho ilegais, perigosas ou sem proteção, onde os direitos são violados. É importante que saibamos como ter acesso a informações e apoio a nossos direitos de trabalhadoras e que compartilhem essas informações com outras pessoas.

Link – Manual

A **Atividade 32: Exercendo os meus direitos** oferece uma oportunidade para desenvolver ou elaborar estratégias para promover os direitos trabalhistas de mulheres.

Direitos dos homens no local de trabalho

Durante a atividade, pode ser interessante engajar participantes em uma discussão sobre os direitos dos homens no local de trabalho. Por exemplo, faça-as refletirem sobre a importância da licença-paternidade. No Brasil, isso já é direito. Por que isto é importante? Existe algum outro direito dos homens no local de trabalho que deveria ser também promovido e respeitado? Como os direitos dos homens no local de trabalho estão relacionados com o das mulheres?





10

PARTICIPAÇÃO COMUNITÁRIA

Participação comunitária pode ser definida como o processo de sensibilização e mobilização, que nos leva a reconhecer nossas necessidades e a buscar soluções que contribuam para melhorar as condições de vida da comunidade (Nunes, 2006). Esta busca de soluções pode incluir ajudar no cuidado dos filhos dos vizinhos, acompanhar alguém a uma unidade de saúde, emprestar dinheiro, ou outras ações que ajudam na melhoria das condições de vida da comunidade.

Participação comunitária e empoderamento

Através da participação comunitária, é mais fácil o questionamento de leis ou normas culturais que geram desigualdades e dificultam o bem-estar de todos os indivíduos. É importante que mulheres jovens percebam que estas leis e normas foram construídas por um grupo de pessoas e que através da mobilização política podemos propor mudanças. Através dessas realizações, as mulheres jovens são capazes de desenvolver consciência crítica e nos reconhecer como autores de nossa própria história. Neste sentido, a participação pode ser um importante processo de aprendizado e de empoderamento.

Empoderamento pode ser definido como um "aumento de poder e autonomia pessoal e coletiva de indivíduos e grupos sociais nas relações interpessoais e institucionais, principalmente daqueles submetidos a relações de opressão, dominação e discriminação social" (Vasconcelos, 2003). Para que haja empoderamento, é fundamental que haja também participação individual e coletiva na identificação dos problemas e na busca de mudanças. Em *Pedagogia da Autonomia* (1996), Paulo Freire enfatiza que a consciência de uma relação de opressão apenas será alcançada a partir da participação com autonomia dos indivíduos em seu processo de libertação, e não a partir da simples transferência de conhecimento.

Mulheres jovens e participação comunitária

O estímulo à participação de mulheres jovens em ações de sua comunidade é uma forma de dar visibilidade e tornar concretas as reflexões propostas neste manual, gerando um efeito multiplicador dessas reflexões e transformador da realidade local. O desenvolvimento da individualidade ou perspectiva individual é um passo preliminar no desenvolvimento da voz coletiva, que, por sua vez, é necessária para a ação grupal nas questões sociais urgentes (Fischer, 2002). Além disso, o desenvolvimento de um senso de cidadania e o engajamento em ações coletivas pode ajudar mulheres a melhorarem sua autoestima e a buscar realizar suas próprias aspirações (Putnam e Feldstein, 2003).

Princípios para a promoção do engajamento dos jovens

Existem alguns princípios que podem contribuir para o estímulo à participação de jovens, de forma mais significativa e duradoura. São eles:

- * **Respeito aos jovens** – tratar com dignidade e reconhecer suas conquistas.
- * **Envolvimento significativo** – programas e organizações devem lidar com os problemas significativos e paixões nas vidas das pessoas jovens, preferencialmente nas comunidades onde vivem. Além disso, devem permitir que jovens ofereçam sugestões no processo de decisões e produzam soluções tangíveis ou produtos.
- * **Promoção de valores cívicos** – esforços bem-sucedidos são baseados em práticas que melhoram o desenvolvimento de pessoas jovens mediante altas expectativas, sustentadas pelo apoio de adultos e outros jovens com valores explicitamente positivos. Valores cívicos são gerados através da reflexão sobre a vida em sociedade e as diferentes formas de contribuição dos cidadãos orientada por valores como justiça, igualdade, tolerância e solidariedade.

É também fundamental fazer com que jovens e adultos dialoguem, especialmente sobre assuntos considerados difíceis ou tabus. As facilitadoras adultas podem oferecer às jovens informações, assistência, ajuda na descoberta de apoio e estímulo em seu entorno comunitário. O engajamento de mulheres jovens em atividades interativas com líderes diversos da comunidade expande suas redes e lhes proporciona acesso a novas e importantes redes de informação. Usando a analogia da teia de aranha, as participantes são capazes de tecer teias de conexões e redes cada vez maiores. Um estudo efetuado nos Estados Unidos descobriu que jovens de áreas urbanas de baixa renda que fizeram parcerias com adultos tinham mais probabilidade de procurar e de se beneficiar de vários apoios e oportunidades (Costa, 2003). Eles também tinham mais capacidade de aprender sobre o mundo adulto e de obter informações práticas sobre como entrar na faculdade e normas profissionais no local de trabalho.

CONCLUSÃO

As atividades sobre participação comunitária têm intenção de estimular o engajamento das mulheres jovens em um processo de reflexão individual e coletiva sobre suas comunidades e criam espaços onde elas possam trabalhar juntas para solucionar problemas locais. Dentro desse processo, elas interagem não somente com outras jovens que enfrentam problemas similares, mas também com indivíduos dentro da comunidade em geral, como agentes e líderes comunitários, religiosos e representantes de ONGs locais. É importante que as reflexões temáticas propostas neste manual resultem em um movimento de transformação não só individual, mas também coletiva, da realidade local.

Além disso, o engajamento em ações coletivas é fonte de transformações individuais, tal como vimos anteriormente. Refletir e atuar sobre a realidade, premissas básicas da participação comunitária, faz redescobrir ferramentas capazes de transformar a nós mesmos e contribuir para a transformação da realidade local, o que está associada à noção de empoderamento. O empoderamento através da participação eleva a auto-estima, amplia a visão de pertencimento e o sentimento de maior controle de sua própria vida.

O engajamento das jovens nas ações coletivas também é fonte mobilizadora. É fundamental a identificação e a maximização das redes para que intervenções possam ser o mais eficientes possível, já que é forte a evidência e reconhecimento do papel da participação comunitária no bem-estar e na saúde das jovens.

Atividades que podem encorajar a participação comunitária

TEATRO

Alguns dos exercícios neste capítulo contam com o teatro como forma de reflexão, debate e engajamento da comunidade nas discussões sobre saúde reprodutiva e discriminação no local de trabalho. O ativista brasileiro Augusto Boal descobriu que técnicas teatrais permitem às pessoas tornarem-se cientes da realidade que as rodeia e, conseqüentemente, fazer pensar coletivamente sobre os mecanismos que promovem quaisquer mudanças necessárias.

A eficiência do uso do teatro como ferramenta de reflexão social coletiva pode ser observada em projetos como o **Nós do Morro**, na comunidade do Vidigal, no Rio de Janeiro (Brasil). O local do projeto é um centro de artes cênicas do bairro que oferece aulas de dramatização para residentes locais. O processo culmina com uma produção teatral completa que visa a expor uma representação dos problemas reais encontrados tanto para a comunidade local quanto para o público maior. Esses esforços resultam em redes dentro e fora da comunidade que aumentam as chances de resolver problemas locais e oferecem oportunidades de trabalho para jovens locais na televisão e na indústria teatral.

COLETA DE INFORMAÇÕES

As técnicas deste capítulo também incluem atividades opcionais, como a coleta de informações por intermédio de pessoas chave para ajudar aos participantes a visualizar soluções para os problemas da comunidade priorizados por eles próprios em sessões prévias. Neste processo, participantes desenvolvem habilidades para identificar e analisar problemas, aprendem a canalizar fontes de conhecimento dentro e fora da comunidade, e expandem suas próprias redes cívicas. Na Ásia, esta atividade tem sido utilizada com sucesso em projetos financiados por doadores que permitem que comunidades desenhem soluções locais relevantes à epidemia do HIV/AIDS.

AÇÃO

Atividades que encorajam participantes a realizar audiências mais amplas através de "cartas ao redator" sobre um determinado assunto são amplamente utilizadas e eficientes veículos na promoção de um foro público contínuo. Em Salvador, Brasil, o Projeto Consórcio da Juventude utiliza esta técnica para promover cursos de alfabetização com temas cívicos para a juventude. Os alunos aprendem a ler e a escrever enquanto engajam a sociedade em debates, através de jornais locais, sobre questões que são interessantes para eles.

ATIVIDADE 32

EXERCENDO MEUS DIREITOS

Objetivos: Refletir sobre uma situação problema, incentivar a busca de soluções e/ou alternativas para seu enfrentamento através da parceria com ONGs, redes de apoio e/ou associações locais.

Materiais necessários: Flip-chart, marcadores, fita adesiva, tesoura, cola e matérias de jornais pertinentes ao tema.

Tempo recomendado

- * Primeiro dia: 90 minutos.
- * Segundo dia (opcional): 120 minutos.

O segundo dia é recomendado para a resolução de um problema da comunidade.

Notas de planejamento: Esta atividade promove um fórum de discussão entre as participantes sobre os problemas reais de nível local. Também abre uma discussão sobre semelhanças e diferenças de como o homem e a mulher são afetados por estes problemas e promove o acesso para contatos chave com mais experiência na reivindicação de seus direitos. Estes contatos chave podem servir como fonte de apoio. Através deste processo, elas não apenas aprenderão sobre os caminhos para conseguir apoio, como também a visualizar soluções e expandir suas próprias redes. A ideia dessa técnica é impulsionar as potencialidades das participantes e da própria comunidade, visando o seu fortalecimento e transformação, valorizando o poder do coletivo através da criatividade e do talento de cada pessoa.

Se você quiser limitar sua atividade em um dia, se estiver trabalhando com um grupo de 10-14 anos ou com um grupo com dificuldades para ler ou escrever, você pode terminar sua atividade aqui. A facilitadora pode recolher as folhas de informação e colocá-las em um fichário. Elas agora terão como criar uma fonte com os contatos para este assunto. As participantes podem estabelecer um próximo passo para resolver este problema com os convidados (a **Folha de Apoio 32C** oferece algumas sugestões). Os problemas comunitários podem ser melhor encaminhados através de redes de cidadãos e de cidadãs.

Os contatos identificados através desta atividade podem talvez fornecer alguns especialistas para o *talk show* da **Atividade 33**.

Procedimento

- * Peça para as participantes refletirem individualmente sobre os diversos problemas que foram discutidos nas oficinas e elegerem um que elas acreditam que é realmente relevante para sua comunidade.
- * Explique que elas deverão criar uma dramatização, colagem, um texto curto, um poema, um estudo de caso ou um desenho sobre como que o problema que elas identificaram afeta homens e mulheres diferentemente, e como as afeta também, especialmente, em suas vidas cotidianas.
- * Dê 15 minutos para as participantes completarem esta tarefa.
- * Estimule que cada participante apresente o problema brevemente (cerca de 2 minutos).
- * Após feitas todas as apresentações, peça-lhes para votar em problemas que gostariam de tentar trabalhar juntas.
- * Divida as participantes em três ou quatro pequenos grupos de trabalho. Os grupos deverão pensar em tipos de pessoas que elas pensam que poderiam ajudar com soluções para resolver os problemas da comunidade. Esta lista deve incluir indivíduos com acesso a recursos dentro e fora da comunidade, tais como diretores de ONGs locais, membros de grupos locais ou postos de saúde. A facilitadora deve estar preparada com sua própria lista para o caso de o grupo precisar de sugestões.

Os grupos deverão tentar providenciar o máximo de contatos possíveis, tais como nomes específicos, informações sobre onde as participantes poderão encontrar esta pessoa, etc. Se as participantes não puderem identificar pessoas, podem sugerir associações, ONGs, etc.

Questões para discussão

- * Qual o próximo passo que vocês podem seguir como grupo, para tentar resolver este problema?
- * Muitas vezes nos centramos nas dificuldades e nos problemas da comunidade, mas quais são as potencialidades da comunidade?
- * Quais são as potenciais barreiras para resolver este problema? Como você pode vencer os obstáculos?
- * Qual o próximo passo que você pode seguir como indivíduo para tentar resolver este problema?

Fechamento: Como sabemos, os problemas de nossas comunidades não podem ser resolvidos da noite para o dia, nem com o trabalho de uma só pessoa. Uma boa maneira de começar é atuar em nossa própria vida, nas situações cotidianas. Mudar nossas atitudes e comportamentos nem sempre é fácil. É importante ter isso em mente e pensar sobre como podemos nos apoiar mutuamente para realizar essas mudanças em nossas vidas e em nossos relacionamentos. Devemos pensar em como podemos compartilhar as informações adquiridas nestas atividades com outras mulheres e homens de nossas comunidades, e engajá-los nos questionamentos e discussões que ocorreram aqui. Todo mundo tem um papel a desempenhar na construção de comunidades mais pacíficas e com mais equidade. Começar por nossas próprias vidas e relacionamentos é um primeiro e importante passo.

SEGUNDO DIA (OPCIONAL)

Objetivos: Realizar entrevistas e coleta de informações de pessoas que possuem experiência em trabalho comunitário, a fim de possibilitar o encaminhamento de situações-problema.

Materiais necessários: Cópias da **Folhas de Apoio 32A e 32B, lápis/ canetas.**
Opcional: um caderno de notas para cada participante.

Tempo recomendado: 2 horas.

Procedimento

Entrevistando os contatos-chaves: Dê a cada participante as dicas de entrevista da folha de trabalho (veja abaixo). Discuta as dicas com o grupo.

- * Forme grupos de 2 ou 3 participantes. Cada grupo deverá fazer uma encenação das entrevistas (veja abaixo). Explique que a Folha de Apoio 32A possui um roteiro, as questões atuais para a entrevista e um espaço para colocar as respostas, bem como os contatos que podem ser sugeridos durante ou após a entrevista. Faça uma "tempestade de ideias" para algumas questões adicionais. Note que a sessão de Notas de Entrevista pode ser usada para as participantes escreverem algumas notas ou reflexões que possam ter sobre a entrevista que estão realizando, o ambiente, e se estão ou não de acordo com as soluções propostas. A facilitadora deverá dar as orientações sobre quem será entrevistada por quem.
- * Conduza as entrevistas na sala (30 minutos).

- * Depois das entrevistas realizadas, sem a presença dos entrevistados, discuta a experiência focando-se na sugestão de soluções, a experiência da entrevista e do encontro, a expansão da rede de contato.
- * Encoraje as participantes a estabelecerem os próximos passos com alguns dos convidados para ajudar a resolver algum problema da comunidade. A *Folha de Apoio 32C oferece sugestões para como proceder em um encontro inicial.*

FOLHA DE APOIO 32A

Como desenvolver uma entrevista

Antes de começar a entrevista, apresente-se, explique o objetivo da entrevista e peça para o entrevistado assinar o "Consentimento Informado". Explique que o conteúdo da entrevista será usado para criar um Guia de Recursos para a comunidade. Durante a entrevista, lembre-se de demonstrar que está prestando atenção e escutando as respostas cuidadosamente.

Antes de começar a entrevista, esclareça o seguinte com as suas colegas:

- * Quem se encarrega de pedir permissão e conseguir a assinatura necessária?
- * Quem vai explicar o objetivo da entrevista?
- * Quem vai fazer as perguntas?
- * Quem vai escrever as respostas?

Perguntas de entrevista

Nome da entrevistadora e informação de contato:

"Sou parte de um grupo que está debatendo questões que afetam a nossa comunidade. Nós identificamos _____ como uma questão importante e gostaria de saber um pouco mais sobre sua opinião a respeito deste assunto. Gostaria também de informações de contato, especialmente nomes de pessoas ou afiliações, incluindo endereço e telefone, ou instituições (incluindo endereços) que possam ajudar a solucionar este problema".

- * Como a comunidade pode resolver esta questão?
- * Quem deve estar envolvido nisto?
- * Quais são as barreiras para resolver este problema?
- * Como superar estas barreiras? Quem estaria envolvido nisso?

Nomes sugeridos e informação de contato:

Notas da entrevistadora:

FOLHA DE APOIO 32B

Consentimento informado

Eu (nome da entrevistada) entendo que o conteúdo desta entrevista vai ser usado para criar um Guia de Recursos que possa ser acessado por jovens e outros membros da comunidade. A entrevista serve como uma atividade do grupo de jovens do Projeto M. A entrevista é uma atividade voluntária e sem compensação monetária.

Assinatura

Data

FOLHA DE APOIO 32C

Plano de ação

Os temas discutidos durante as atividades podem ser transformados em ação. Aqui vão algumas dicas:

As participantes podem continuar reunindo-se sem a participação da facilitadora. Um primeiro passo seria usar a pasta de informações que já foi criada. Quais são os temas que mais interessam ao grupo? Quais são os contatos que poderiam ajudá-las?

É necessário marcar uma reunião inicial para discutir qual o tema a ser abrangido e como seguir em frente. Uma participante precisa voluntariar-se para ser a organizadora da reunião. Ela estará encarregada de marcar uma data, hora, e local para discutirem uma estratégia de ação. O exemplo abaixo pode ajudar a facilitadora antes e durante a reunião.

Modelo de uma reunião:

Data / local / hora Facilitadora	Participantes	Objetivos da reunião	Próximos passos de ação
15 de julho Centro Comunitário Maria	Maria, Tânia, Caléria, Amanda, Vilma, Márcia	<ol style="list-style-type: none"> 1. Decidir qual será o foco da nossa ação. 2. Decidir quais contatos podem ajudar e convidá-los à próxima reunião. 3. Marcar a próxima reunião, definir passos de ação e quem será a próxima facilitadora. 4. Definir a agenda da próxima reunião. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Convidar Juca do Centro Comunitário para a próxima reunião. 2. Cada participante deverá preparar-se para expor o problema ao convidado e esclarecer dúvidas. 3. Propor uma futura visita ao Centro Comunitário ou outra entidade que possa nos ajudar. 4. Criar um panfleto informativo sobre direitos humanos para distribuir na comunidade. 5. Antes de terminar a reunião, decidir quais os próximos passos a serem tomados com auxílio do convidado. 6. Determinar o envolvimento de cada participante na execução dos próximos passos.

NOTA: É interessante que cada participante tenha um papel diferente em cada reunião.

ATIVIDADE 33

TEATRO COMUNITÁRIO

Objetivos: Engajar as participantes e convidados da comunidade na discussão de soluções de temas que aparecem neste manual.

Materiais necessários: Flip-chart e marcadores.

Tempo recomendado: 2 horas.

Notas de Planejamento: Para esta atividade, as participantes irão dramatizar um talk show – ou seja, um programa de entrevistas - baseado no problema de sua comunidade. Além dos personagens que irão atuar, a facilitadora pode convidar um "especialista". Esta pessoa pode ser um médico, um advogado, um psicólogo ou outro "personagem" como aqueles que aparecem nos talk shows, geralmente dando conselhos. É essencial que o especialista receba informações sobre a oficina e o objetivo do talk show durante a sessão.

Procedimento

PARTE 1: PREPARAÇÃO PARA O TALK SHOW (1 HORA E 30 MINUTOS)

Explique às participantes que elas irão organizar um talk show para tentar discutir um problema de sua comunidade e possíveis soluções.

- * Faça uma revisão com as participantes das diferentes questões que foram discutidas nas oficinas.
- * Peça a uma voluntária para ler em voz alta os estudos de caso da *Folha de Apoio 33A*.
- * Pergunte às participantes se elas gostariam de votar em um dos estudos de caso para serem a base do talk show, se elas preferem votar em um estudo de caso de uma oficina anterior ou se elas próprias gostariam de criar um estudo de caso.
- * Uma vez que o estudo de caso esteja selecionado, desenvolva uma "tempestade de ideias" de diferentes fatores que envolvem aquela questão, e potenciais soluções.
- * Discuta o formato do talk show, baseando-se em exemplos de programas que as participantes conhecem.
- * Faça uma lista dos vários "personagens" que deverão aparecer no talk show. Por exemplo, se o grupo seleciona o Estudo de Caso #1, elas

devem fazer uma lista que inclua os seguintes personagens: Maria, José, um dos amigos de amiga, um dos amigos de José, uma outra mulher e um outro homem que já passaram por uma situação similar, uma enfermeira ou médico, um membro da família etc. A lista deve incluir de 3 a 6 personagens.

- * Divida as participantes em um número de grupos igual ao número das personagens identificadas, de modo que cada grupo fique com uma personagem. Explique que elas deverão discutir a perspectiva da personagem sobre a questão do talk show, bem como sua relação com os outros personagens. Peça-lhes que pensem nas questões abaixo:
 - Como a personagem foi afetada pela questão?
 - Como a personagem se sente em relação a outro personagem do talk show?
 - Como a personagem pensa que a questão deveria ser resolvida?
- * Dê 20 minutos para estas questões.
- * Convide os grupos para apresentarem o que discutiram.
- * Identifique as participantes que deverão desenvolver o papel das personagens e o do apresentador do talk show (ver quadro *Dicas para ser um apresentador de talk show*). As outras participantes deverão fazer o papel de auditório. A facilitadora deve sugerir personagens secundários para fazer o papel de câmera ou produtor, etc. para participantes que se sentem apreensivas em aparecer na produção, ou se o tamanho do grupo for grande.
- * Dê 15 minutos para os diferentes participantes se prepararem para seu papel. Explique que o tempo recomendado para a performance é 20 a 30 minutos. As participantes que farão papel de membros do auditório deverão discutir possíveis questões para fazer às personagens.

NOTA: Se o talk show for apresentado em uma sessão separada, a facilitadora pode estender este tempo e encorajar as participantes a realmente realizarem o talk show em sua integralidade. A facilitadora deverá também fazer uma "tempestade de ideias" com as participantes para a escolha do especialista que será convidado a participar do talk show.

Dicas para um apresentador de talk show

- * Dê as boas-vindas ao auditório e faça uma breve introdução do tema do talk show.
- * Apresente os "convidados" (personagens) e peça para cada um contar sua versão da história.
- * Focalize nos pontos de desacordo e tensão entre os "convidados".
- * Envolve os potenciais convidados (amigos, membros da família etc.) na colocação de perguntas e na formação da sua opinião sobre a situação.
- * Pergunte aos membros do auditório se eles têm alguma questão.
- * Envolve o "especialista" nesta discussão.
- * Tente buscar algum tipo de resolução, talvez com a ajuda do especialista.

PARTE 2: APRESENTANDO UM TALK SHOW (50 MINUTOS)

- * Após a apresentação do talk show, a facilitadora deve estimular uma discussão sobre a experiência de organizar e apresentar o programa de entrevistas e as lições aprendidas, que podem ser utilizadas para fazer mudanças na vida pessoal e na comunidade.

PASSO OPCIONAL: Engaje outros membros da comunidade a participarem do talk show. Isto vai demandar sessões adicionais. As participantes podem contar aos amigos e famílias sobre a performance e, em seguida, anunciar para a comunidade o tema, a data e o local. Antes de iniciar a atuação do talk show, a facilitadora poderá explicar como o tema foi selecionado e o porquê. É também importante deixar claro para o auditório que se trata de uma "performance aberta" do grupo de participantes de um projeto em particular, que atuaram/ não atuaram antes. Em seguida, engaje a comunidade em uma discussão, usando as seguintes questões:

O que você pensa sobre os diferentes personagens?

- * Você concorda que este problema existe em sua comunidade?
- * Esta apresentação ajudou você a pensar o problema de um novo modo? Se sim, como?
- * O que você pensou sobre algumas soluções para este problema?
- * Como pessoas diferentes de sua comunidade podem contribuir para essas soluções?

Fechamento

É importante enfatizar que nem sempre esses tipos de temas são discutidos num fórum que envolve a comunidade. Através deste talk show, podemos refletir sobre um tema importante e engajar participantes e convidados na procura de soluções e na troca de ideias sobre assuntos diversos. O grupo pode decidir se existem passos subsequentes a serem tomados.

FOLHA DE APOIO 33A

Caso 1

Maria e José têm a mesma idade, 17 anos, e estão namorando há um mês. Os dois falam em se casar algum dia. Na semana passada eles foram a uma festa juntos e acabaram fazendo sexo sem nenhuma proteção. Maria se sente culpada por não ter usado proteção e pensa que José insistiu demais até ela consentir. Ela se pergunta o que poderia ter feito diferente. José não entende por que Maria não retorna suas ligações.

Caso 2

Júlia conseguiu um emprego vendendo roupas numa loja. A sua supervisora faz comentários de que ela deve perder uns quilinhos e alisar o seu cabelo porque as clientes preferem mulheres com determinada aparência. No início Júlia a ignorou, mas agora sua supervisora ameaça despedi-la se não o fizer. Algumas de suas amigas acham que a supervisora está certa, outras acham que não. Júlia acha que não necessita mudar sua aparência, mas está com medo de perder seu emprego.

Caso 3

Ana tem 21 anos de idade e mora numa cidade turística. No ano passado ela conheceu um estrangeiro, banqueiro, com quem namorou durante a estadia dele no Brasil. Ela não contou sobre o namoro para sua família. Apesar de ser mais velho, ela gostava de sair com ele, especialmente as saídas para restaurantes caros e boates chiques. No fim de sua visita, ele a convenceu a acompanhá-lo a seu país de origem. Ele prometeu que seria fácil conseguir um emprego, e Ana aceitou o convite. Depois de chegar lá, ele imediatamente pegou seu passaporte e mostrou-se extremamente controlador, e às vezes, fisicamente abusivo. Ela também descobriu que ele não era banqueiro e que não tinha muito dinheiro. Ana se sentiu muito isolada, sem amigos ou família e sem conhecer a língua local. Ele a pressionou para trabalhar como stripper, o que incluía ofertas diárias para se prostituir. Um ano depois, ela conseguiu esconder parte do dinheiro que ganhava, recuperar seu passaporte e comprar uma passagem de volta ao Brasil.



11

FEMINISMO NEGRO

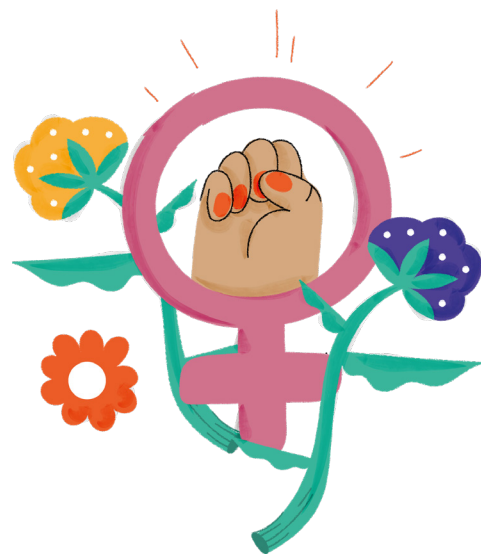
Trataremos, neste módulo, o tema *feminismo negro*. Para isso, precisamos a princípio compreender o que é gênero e feminismo.

O que é Feminismo?

Desde quando surgiu, o conceito de *feminismo* foi *deturpado* por uma série de preconceitos e aspectos negativos que não correspondem ao que ele realmente é. O objetivo do movimento *feminista* é simples: alcançar uma sociedade em que homens e mulheres tenham direitos iguais, ou seja, sem hierarquia de gênero. Esse, sem dúvida nenhuma, é um movimento político, filosófico e social que procura defender a igualdade de direitos entre mulheres e homens, dentro da sociedade como a brasileira, onde o **Patriarcalismo**, combinação de duas palavras gregas *pater*, que significa pai, e *arkhe*, que significa origem ou comando, traduz-se literalmente como a autoridade do homem representada pela figura do pai.

Movimento feminista, uma luta necessária!

Para o movimento feminista, vivemos em um sistema social onde o homem ainda possui autoridade suprema, mantêm o poder primário e predominam em funções de liderança política, autoridade moral, privilégio social e controle das propriedades. No domínio da família, o pai (ou figura paterna) mantém a autoridade sobre as mulheres e as crianças. O Machismo que também se opõe a igualdade de direitos entre os gêneros, onde as mulheres são oprimidas pelos homens, são vistas como inferiores a eles, no físico, no intelectual e no social. Por fim, o sexismo e misoginia, que também são formas de opressão contra a mulher, se sustentando na depreciação, determinando funções para elas e ou tendo aversão doentia às mulheres. As bandeiras de luta de todos os movimentos feministas é a equidade de gênero e a luta contra o patriarcado, o machismo, sexismo e misoginia. Enfim, contra toda forma de opressão e tentativa de extermínio.



Quando surgiu o Movimento Feminista

O Feminismo, originado pelas mulheres brancas europeias na metade do século XIX, estava alicerçado nas propostas de "Igualdade, Liberdade e Fraternidade" levantadas pela Revolução Francesa. As mulheres queriam participar das mudanças sociais que a revolução trazia, tendo direitos iguais com os homens, saindo das sombras e da opressão do patriarcalismo.

O Movimento Feminista compreende uma série de movimentos sociais, culturais, políticos, teóricos, filosóficos e morais, que tinham por preocupações, desigualdades de gênero e cobravam direitos iguais para as mulheres. Nesse seu alvorecer, mobilizou mulheres de muitos países da Europa e dos Estados Unidos e, em seguida, de alguns países da América Latina, tendo em seu auge o foco na luta sufragista².

No decorrer das primeiras décadas do Movimento Feminista, um livro se destacou sobremaneira. "O segundo sexo", de Simone de Beauvoir, foi publicado pela primeira vez em 1949. Nele, a autora traz uma frase que se tornou uma máxima do feminismo: "não se nasce mulher, se torna mulher".

O Movimento Feminista no Brasil teve início com a imprensa feminina e o Partido Republicano Feminista. Foram lideradas por mulheres brancas das classes média e alta, muitas das quais filhas de políticos ou intelectuais da sociedade, que tiveram a chance de estudar em outros países e visualizar o cenário de luta feminista além-mar.

Feminismo Negro

Ao partimos para a questão étnico/racial, observamos a invisibilidade maior quanto à mulher negra. O movimento negro, feminismo negro, ou Black Feminism, que teve como base a interface de gênero e raça, surgiu com a constatação de que o feminismo inicial ignorava que as mulheres são diversas e que a opressão é vivenciada de diferentes formas para os distintos grupos de mulheres, sendo imprescindível articular a opressão de gênero, com a classe, a raça, e com outras formas de opressão.

Feministas afro-americanas como Bell Hooks, Patrícia Hill Collins e Ângela Davis, entre outras, trouxeram à tona essas questões de forma pioneira, dando assim origem a um novo movimento feminista nos Estados Unidos, reivindicando a visibilidade de suas especificidades.

² Movimento de mulheres que lutavam pelo direito ao voto, já que era interdito às mulheres tal direito. As sufragistas nos países capitalistas eram mulheres brancas e burguesas, que desejavam ultrapassar a barreira do gênero dentro de um grupo específico e elitizado em que homens já possuíam esse direito.

Feminismo negro no Brasil

As feministas negras no Brasil, semelhantemente às suas pares dos Estados Unidos, não se sentiam contempladas dentro do movimento liderado por mulheres brancas e sentiram a necessidade de desvincular-se do feminismo branco, visto a "cegueira" por parte dessas mulheres, no tocante às diferentes lutas que os diversos grupos travavam. Para Alice Walker (2005) e outras, as mulheres negras experimentam um tipo diferente e mais intenso de opressão do que as mulheres brancas. Como argumenta Gonzalez, foi à mulher negra aquela a estar inserida, desde sempre, na luta diária e incessante pela sobrevivência.

As mulheres negras sempre tiveram participação em movimentos em prol de sua liberdade e sobrevivência ao longo da história. Pesquisadoras americanas, africanas e brasileiras entre outras apontam o protagonismo dessas mulheres.

No Brasil, o movimento feminista negro, surgiu no início de 1970, segundo relato de Lélia Gonzalez, importante articuladora da época, ressaltando, entre outras coisas, a atuação de outras mulheres negras, como, Sueli Carneiro, Matilde Ribeiro, Luiza Bairros, Beatriz Nascimento, Edna Roland, Jurema Werneck e Nilza Iraci, para citar algumas poucas, que se reuniam mesmo antes da formação do movimento para discutir a discriminação racial e o machismo de que eram vítimas por parte dos homens brancos e negros.

Luta pela visibilidade negra feminina

Quando as mulheres negras ativistas compreenderam a necessidade de mostrar para a sociedade uma unidade única dentro do movimento de mulheres, impossibilitando o reconhecimento das suas pautas dentro do grupo, no tocante à raça e à identidade, tornou-se imprescindível um afastamento do grupo feminista branco, em face da necessidade de trabalhar as diferentes bandeiras e lutas (BAIRROS, 2008). Assim, o movimento feminista negro se impôs, se fortificou, divulgou e continua divulgando sua pauta para assim a sociedade reconhecer à diversidade dentro do feminismo no tocante a raça/etnia.

As mulheres negras, entre 1970 e 1990, passaram a dar visibilidade nacional a suas lutas. Em 1987, no VIII Encontro Nacional Feminista, em Garanhuns (PE), decidiu-se organizar, para o ano seguinte, o 1º Encontro Nacional de Mulheres Negras, realizado em Valença (RJ), onde se reuniram 440 mulheres de 19 estados.

O texto "Racismo e Sexismo na Cultura Brasileira" (1983), da ativista e escritora Zélia Gonzalez, serviu de auxílio para que as mulheres negras militantes discutissem a relação entre racismo e sexismo, visando à compreensão dos processos de opressão a que estão submetidas às mulheres negras e ao entendimento de o porquê de as mulheres negras, independentemente de suas origens sociais, vivenciarem discriminação e violência semelhantes. As palavras da liderança feminista negra levaram as militantes negras a se "reinventarem" constantemente, acreditando na força ancestral e pessoal para superação das adversidades perpetuadas face sua condição "diferente".

Feminismo negro na atualidade continuando a caminhar

No tocante as múltiplas pautas que move o movimento, o conceito de *Interseccionalidade*, de acordo com Crenshaw (2002), tem especial relevância para a análise, pois visa o entendimento direcionado a "busca dar visibilidade às consequências estruturais e dinâmicas da interação entre dois ou mais eixos da subordinação" (p. 177), por parte das novas gerações de mulheres negras envolvidas na luta contra o racismo, sexismo e invisibilização das demandas da mulher negra na sociedade brasileira.

Tornou-se fundamental que de posse dessa identidade, a mulher negra ao tomar consciência dos passos que outras mulheres negras deram há séculos atrás possibilitou a cada uma se reinventar, de ressurgir, mesmo se contrapondo ao modelo constituído mundialmente como perfeito (o modelo eurocêntrico), auxiliando na luta para construção de uma subjetividade constante, uma luta diária.

É função de cada ativista negra incentivar as crianças, jovens e adultas, a não desprezar essa tão longa, dolorosa e vencedora caminhada do feminismo negro, para que brotem outras sementes.

Referências

- BAIRROS, Luiza. Feminismo e Movimentos Sociais – A Mulher negra e o Feminismo. *Revista do Núcleo de Estudos Interdisciplinares sobre mulheres FFCH/UFBA*. Bahia. 2008.
- CARNEIRO, Sueli. Mulheres em Movimento. *Estudos Avançados*, São Paulo, v. 49, n. 17, p. 117-132, 2003.
- CRENSHAW, Kimberlé. Documento para o encontro de especialistas em aspectos da discriminação racial relativos ao gênero. *Estudos Feministas*. v. 10, n. 01. Florianópolis: UFSC. 2002, pp. 171-188.
- GONZALEZ, Lélia. Racismo e sexismo na Cultura Brasileira. In: SILVA, L. A. *Movimentos sociais urbanos, minorias étnicas e outros estudos*. ANPOCS, Cap. 3. Brasília. 1983.
- HOOKS, Bell. Não sou eu uma mulher? *Mulheres negras e feminismo*. 2014.
- SILVA, Elizabete Rodrigues da. Feminismo radical – pensamento e movimento. *Revista Travessias – Educação, Cultura, Linguagem e Arte*, v. 2, n. 3, 2008. Disponível em <http://e-revista.unioeste.br/index.php/travessias/article/view/3107>. Acesso em Junho de 2021

ATIVIDADES FEMINISMO NEGRO:

ATIVIDADE 34

O FEMINISMO NEGRO

Nesse encontro vamos nos conectar com a dimensão de interseccionalidade inerente ao feminismo negro e poder encontrar maneiras de apoiar seu desenvolvimento.

Objetivos

- * Promover acesso ao conceito de interseccionalidade;
- * Fortalecer a compreensão acerca da especificidade do feminismo negro.

Materiais necessários

Cartolina, papel sulfite, canetinhas, lápis de cor, papel sulfite colorido ou post its, cards com emojis variados e cópias dos poemas "Lua Nova Demais" (de Elisa Lucinda) e "Vozes Mulheres" (de Conceição Evaristo).

Músicas

Playlist "Samba de Dandara" na plataforma Spotify, disponível em: https://open.spotify.com/album/3KyfmWoECgc7dTRFZRfLd9?si=khG1vwCLTz6JU-MgVKyYwg&dl_branch=1

Tempo estimado

1h30

Roteiro

0- 10 minutos: Chegada

Enquanto as participantes vão chegando ao espaço, acolha as mesmas com a playlist "Samba de Dandara".

10-20 - Boas Vindas- Como chegamos

Convide as participantes para sentar-se formando um círculo, de preferência no chão, e solicite a cada uma delas que possa escolher dentre os **emojis**, aquele que melhor representa seu estado de chegada, na ausência de um **emoji** que represente sugira que elas possam desenhar.

Após a escolha dos emojis, inclusive você que facilita a atividade, escolha seu **emoji**

e comece comentando seu estado de chegada e pergunte quem também gostaria de explicar o **emoji** escolhido.

Escute algumas participantes, valorize suas falas, ajude-as a elaborar os conteúdos trazidos e explique que nesse encontro a expectativa é que possam se conectar com a dimensão de força, grandeza e especificidade das mulheres negras no mundo.



20-30 – “Toró de Ideias”

Comente com as participantes que o conteúdo do encontro é o “Feminismo Negro” e pergunte a elas:

- * O que vocês compreendem por Feminismo Negro?
- * Por que vocês acham que existe o Feminismo Negro?

Nesse momento deixe que o grupo possa expressar suas opiniões, não adiante as respostas, apenas ajude as participantes a elaborar suas ideias com perguntas motivadoras.

Engajando na conversa: Engaje o máximo possível delas no debate a partir de perguntas como:

- * Alguém concorda com o que foi dito?
- * Alguém tem um pensamento diferente?
- * Mais alguém gostaria de contribuir?

Finalize essa rodada compartilhando que uma ideia comum é que o Feminismo Negro expressa demandas específicas das mulheres negras que até o momento não vinham sendo completamente cobertas pelas propostas e práticas do feminismo europeu liderado por mulheres brancas e burguesas.

30-45 - Conhecendo as mulheres

Divida as participantes em grupos de 5 e distribua para cada grupo uma cópia de um dos poemas abaixo e solicite que as participantes se reúnam para ler os poemas e informe que

Elas devem se organizar para apresentar os poemas as demais e discutir coletivamente as seguintes questões

- * De quem o poema fala?
- * É possível imaginar à qual classe social pertence a pessoa de quem o poema fala?
- * É possível pensar a raça de quem esse poema fala?
- * É possível resolver, promover melhoria na condição da pessoa de quem o poema fala sem falar na sua situação econômica? E na sua raça? E na sua classe?

45-65 Peça que cada grupo apresente seu poema

- * **Vozes Mulheres** - Conceição Evaristo
- * **Lua Nova Demais** - Elisa Lucinda
- * Ainda Assim eu me Levanto - **Maya Angelou**

65- 85- Discussão em grupo

De volta ao grande círculo, passe pelas perguntas entregues aos grupos para discussão e solicite que cada grupo apresente seus posicionamentos.

Após a apresentação dos grupos, encerre o debate trazendo o seguinte conteúdo e finalize com a mensagem chave:

- * Para as mulheres negras é impossível pensar uma ação que incida em sua emancipação sem pensar nas relações entre raça, classe e gênero.
- * As mulheres negras são a maioria das mulheres em condição de maior vulnerabilidade econômica, e mesmo quando acessam melhores oportunidades de emprego, recebem menos da metade do salário de um homem branco, do que homens negros e do que mulheres brancas.
- * Por serem negras, as mulheres negras enfrentam além do machismo, o racismo que as desumaniza,

Encerramento - Como saímos do encontro?

Mais uma vez solicite a cada participante que busque um **emoji** que represente seu sentimento ao sair da oficina e solicite que aquelas que se sintam mais à vontade compartilhem suas ideias com as demais.

ATIVIDADE 35

FEMINISMO NEGRO: "AINDA ASSIM EU ME LEVANTO"

Objetivos

- * Promover um espaço de identificação com as demandas específicas das mulheres negras na luta feminista;
- * Oportunizar o acesso a ideia de diversidade inerente às mulheres negras.

Materiais necessários

- * Cartolina, papel sulfite, canetinhas, lápis de cor, papel sulfite colorido ou *post its, cards* com **emojis** variados e cópias do poema "Ainda Assim Eu me Levanto" (de Maya Angelou).
- * Músicas: Elza Soares - "Mulher do fim do Mundo", IZA - "Dona de mim" e Afoxé Oya Alaxé - "Oya Mulher Forte".

Tempo Estimado: 1h30

Roteiro

0-10- Acolhida

Acolher as participantes com músicas que promovam o acesso ao conceito de potência das mulheres negras. Sugerimos as canções Elza Soares - "Mulher do fim do Mundo", IZA - "Dona de mim" e Afoxé Oya Alaxé - "Oya Mulher Forte".

10-35 - Boas Vindas/ Entra na Roda e Ginga

- * Convide as participantes a fazer um círculo e explique que a circularidade é um valor muito importante para o feminismo negro.
- * Partilhe informações acerca da importância de estar em círculo, de se olhar nos olhos, de possibilitar que todas as pessoas em roda sejam observadas e observem, tenham um lugar e um espaço para contar sua história e um anseio.

- * Explique que na roda também se joga capoeira, na roda se aprende a gingar e é com essa energia que todas devem dizer o que vão colocar na roda para o encontro e do que elas querem gingar.

Colocar na roda - coisas positivas

Gingar - aspectos negativos

Toque a música "Ginga", da cantora IZA, inicie a dinâmica e convide as participantes a se expressar também pelo corpo e pela dança.

35-50 Conhecendo Maya Angelou

- * Solicite às participantes que se coloquem em círculo e sentadas no chão.
- * Pergunte como se sentem após entrar na roda e depois de colher algumas respostas, enfatize que hoje o encontro é um convite a se conectar com a força e com a grandeza das mulheres negras, a entrar na roda da resistência e que para isso elas serão apresentadas a uma mulher negra muito especial: Maya Angelou.

Conhecimentos Prévios: - Pergunte as participantes se já ouviram falar em Maya Angelou e o que conhecem sobre ela.

Valorize as respostas trazidas e vá construindo um quadro com as informações solicitadas.

Apresentando Maya Angelou: Após a fala das participantes, apresente a poeta *Maya Angelou* a partir das informações socializadas nos links destacados em materiais necessários.

Sugerimos que você possa apresentar as informações sobre Maya Angelou enquanto fala, utilizando imagens, objetos, ou folhas de sulfite com palavras que você destacaria na apresentação.

50-80 - Leitura coletiva do Poema

- * Após apresentar a poetisa, comente com as participantes que um dos seus poemas mais conhecidos do mundo é o poema "Ainda Assim eu Me Levanto".
- * Consulte os participantes que conhecem o poema, e então distribuiu o poema para a leitura coletiva.
- * Solicite que cada participante leia o poema silenciosamente, se você identificar que existem participantes com dificuldades de leitura, sugerimos que você possa fazer uma leitura do poema,

Contra o que nós nos levantamos?

Após a leitura do poema, solicite às participantes que pensem na especificidade da vida das mulheres negras e no que acreditam que o poema traz de concreto sobre desafios enfrentados pelas mulheres negras.

Engajando na conversa

Engaje o máximo possível delas no debate a partir de perguntas como:

- * Alguém concorda com o que foi dito?
- * Alguém tem um pensamento diferente?
- * Mais alguém gostaria de contribuir?

Após as respostas das participantes, convide-as a pensar nos desafios das duas próprias vidas contra os quais elas desejam se levantar.

Explique que, embora o poema de Maya Angelou tenha sido escrito a partir das dinâmicas de vida de mulheres negras, essa é uma reflexão a ser feita por todas as mulheres. Esse é um convite para que todas as mulheres - inclusive aquelas que não são negras - possam se conectar com uma dimensão de força, de resistência, de saber-se detentora do direito à um existir e ao bem-viver.

EU ME LEVANTO!

Após a rodada de discussão proponha que as participantes possam fazer uma leitura coletiva do poema.

80-90 Como saímos do encontro?

- * Solicite que as participantes escolham um emoji que representa como elas estão deixando a roda.
- * Valorize suas respostas e despeça-se até o próximo encontro.

ATIVIDADE 36

FEMINISMO NEGRO: NOSSOS PASSOS VÊM DE LONGE

Objetivo: Ampliar o conhecimento das participantes sobre ação política das feministas negras.

Materiais necessários: Cartolina, papel sulfite, canetinhas, lápis de cor, imagens de mulheres negras, cards com emojis variados, cópia do Manifesto da Marcha das Mulheres Negras e gravuras de mulheres negras com expressões variadas - felizes, tristes, zangadas, em luta, descansando, apaixonadas, fazendo pose etc.

Tempo Estimado: 1h30

Roteiro: *Acolhida das participantes* Enquanto as participantes chegam até a oficina, acolha-as com a sala preparada com imagens de algumas mulheres negras que construíram a luta das mulheres negras no Brasil e músicas relacionadas à negritude.

0-15- Como chegamos

Solicite as participantes que se organizem em círculo. No meio do círculo coloque as imagens de mulheres negras, anexo 1, e peça que as participantes possam dizer como chegam a oficina a partir da escolha das imagens de mulheres negras

15-35 - Apresentação do tema

- * Para introduzir o tema pergunte as participantes sobre as mulheres negras que estudaram até o momento na escola.
- * Estimule a conversa com as participantes fazendo-as pensar:
- * Na quantidade de mulheres negras estudadas;
- * No porquê da ausência desse estudo;
- * Se elas acreditam que as mulheres negras contribuíram para a construção do país.

Engajando na conversa

Engaje o máximo possível no debate a partir de perguntas como:

- * Alguém concorda com o que foi dito?
- * Alguém tem um pensamento diferente?
- * Mais alguém gostaria de contribuir?

35-45 - Construindo Memória

- * Leia o poema "Desde que eu tenho memória", de Shirley Campbell Bar.
- * Sugira uma leitura coletiva: entregue para as meninas cópias do poema.
- * Após a leitura, apresente informações sobre a poetisa.
- * Comente com as participantes que uma das maiores contribuições do movimento de mulheres negras e dos movimentos feministas negros é o resgate da história das mulheres negras e a construção de uma memória que permite a cada mulher negra a conexão com sua própria força. E que contar a história dessas mulheres negras é uma maneira de se conectar com essa força delas e de si mesmas.

45-65 - Reconhecendo os passos que vêm de longe

- * Divida as participantes em grupos. Entregue a cada grupo os materiais sobre as mulheres negras.
- * Informe as participantes que elas devem conhecer a história das mulheres e no final fazer uma apresentação de até 3 minutos a partir de uma encenação que explique a história dessa mulher e por que devemos conhecê-la

65-85 - Apresentação dos grupos

Solicite que os grupos apresentem.

Ao final de cada grupo, peça às participantes que digam o nome das ativistas e em seguida digam Presente!

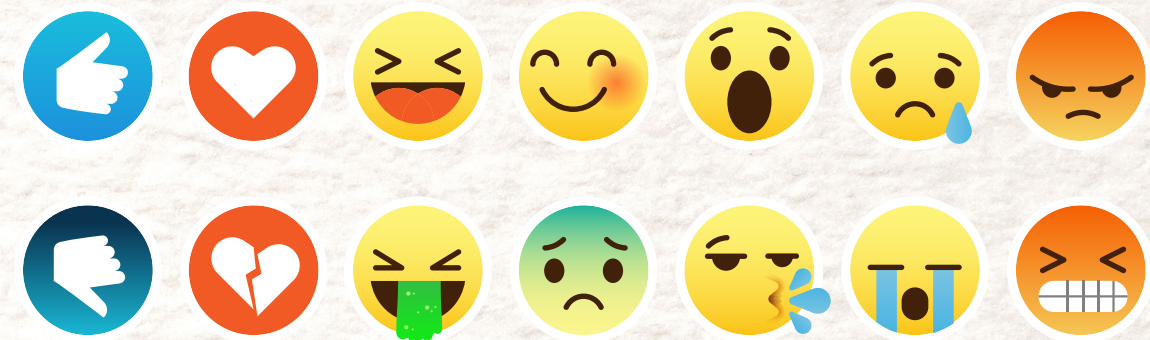
85-90 - Encerramento

- * Solicite as participantes que escolham uma imagem que represente como deixam a oficina e possam dizer uma palavra.
- * Encerre a oficina fazendo um compilado com as palavras e sentimentos e engajando as participantes a celebrarem e cultivarem a memória das mulheres negras.

ANEXOS DAS ATIVIDADES "FEMINISMO NEGRO"

ATIVIDADE 34

ANEXO 1 - EMOJIS



ANEXO 2 - POEMAS

VOZES-MULHERES (Conceição Evaristo)

A voz de minha bisavó ecoou criança
nos porões do navio.
Ecoou lamentos
de uma infância perdida.

A voz de minha avó
ecoou obediência
aos brancos-donos de tudo.

A voz de minha mãe
ecoou baixinho revolta
no fundo das cozinhas alheias
debaixo das trouxas
roupagens sujas dos brancos
pelo caminho empoeirado
rumo à favela.

A minha voz ainda
ecoa versos perplexos
com rimas de sangue
e
fome.

A voz de minha filha
recolhe todas as nossas vozes
recolhe em si
as vozes mudas caladas
engasgadas gargantas.

A voz de minha filha
recolhe em si
a fala e o ato.
O ontem - o hoje - o agora.
Na voz de minha filha
se fará ouvir a ressonância
o eco da vida-liberdade.

(Cadernos negros 13, p. 32-33)

LUA NOVA DEMAIS

(Elisa Lucinda)

Dorme tensa a pequena
sozinha como que suspensa no céu
Vira mulher sem saber
sem brinco, sem pulseira, sem anel
sem espelho, sem conselho, laço de cabelo, bambolê
Sem mãe perto,
sem pai certo,
sem cama certa,
sem coberta,
vira mulher com medo,
vira mulher sempre cedo.
Menina de enredo triste,
dedo em riste,
contra o que não sabe
quanto ao que ninguém lhe disse.
A malandragem, a molequice
se misturam aos peitinhos novos
furando a roupa de garoto que lhe dão
dentro da qual menstruará
sempre com a mesma calcinha,
sem absorvente, sem escova de dente,
sem pano quente, sem O.B.
Tudo é nojo, medo,
misturação de "cadês"
E a cólica,
a dor de cabeça,
é sempre a mesma merda,
a mesma dor,
de não ter colo,
parque
pracinha,
penteadeira,
pátria.
Ela lua pequenininha
não tem batom, planeta, caneta,
diário, hemisfério,
Sem entender seu mistério,
ela luta até dormir
mas é menina ainda;

chupa o dedo
E tem medo
de ser estuprada
pelos bêbados mendigos do Aterro
tem medo de ser machucada, medo.
Depois menstrua e muda de medo
o de ser engravidada, emprenhada,
na noite do mesmo Aterro.
Tem medo do pai desse filho ser preso,
tem medo, medo
Ela que nunca pode ser ela direito,
ela que nem ensaiou o jeito com a boneca
vai ter que ser mãe depressa na calçada
ter filho sem pensar, ter filho por azar
ser mãe e vítima
Ter filho pra doer,
pra bater,
pra abandonar.
Se dorme, dorme nada,
é o corpo que se larga, que se rende
ao cansaço da fome, da miséria,
da mágoa deslavada
dorme de boca fechada,
olhos abertos,
vagina trancada.
Ser ela assim na rua
é estar sempre por ser atropelada
pelo pau sem dono
dos outros meninos-homens sofridos,
do louco varrido,
pela polícia mascarada.
Fosse ela cuidada,
tivesse abrigo onde dormir,
caminho onde ir,
roupa lavada, escola, manicure, máquina de costura, bordado,
pintura, teatro, abraço, casaco de lã
podia borralheira
acordar um dia
cidadã.
Sonha quem cante pra ela:
"Se essa Lua, Se essa Lua fosse minha..."
Sonha em ser amada,

ter Natal, filhos felizes,
marido, vestido,
pagode sábado no quintal.
Sonha e acorda mal
porque menina na rua,
é muito nova
é lua pequena demais
é ser só cratera, só buracos,
sem pele, desprotegida, destrutada
pela vida crua
É estar sozinha, cheia de perguntas
sem resposta
sempre exposta, pobre lua
É ser menina-mulher com frio
mas sempre nua.

Poema extraído do livro "Poema encomenda" (1995).

ANEXO 3

Mensagem chave: O movimento negro, feminismo negro ou Black Feminism tem como base a interface de gênero e raça e surgiu com a constatação de que o movimento feminista inicialmente ignorava que as mulheres são diversas e que a opressão é vivenciada de diferentes formas para os distintos grupos de mulheres, sendo imprescindível articular a opressão de gênero, com a classe, a raça, e com outras formas de opressão.

ATIVIDADE 35

ANEXO 1 - MAYA ANGELOU

Links sobre a autora:

- * **Portal Geledés:** <https://www.geledes.org.br/maya-angelou-ainda-assim-eu-me-levanto/>
- * **Jornal "El País":** https://brasil.elpais.com/brasil/2018/04/04/cultura/1522818455_771877.html
- * **Revista "Claudia":** <https://claudia.abril.com.br/cultura/maya-angelou-ativista-negra-poeta-e-mulher-revolucionaria/>

ANEXO 2

AINDA ASSIM EU ME LEVANTO

(Maya Angelou)

Você pode me riscar da História
Com mentiras lançadas ao ar.
Pode me jogar contra o chão de terra,
Mas ainda assim, como a poeira, eu vou me levantar.
Minha presença o incomoda?
Por que meu brilho o intimida?
Porque eu caminho como quem possui
Riquezas dignas do grego Midas.
Como a lua e como o sol no céu,
Com a certeza da onda no mar,
Como a esperança emergindo na desgraça,
Assim eu vou me levantar.
Você não queria me ver quebrada?
Cabeça curvada e olhos para o chão?
Ombros caídos como as lágrimas,
Minh'alma enfraquecida pela solidão?
Meu orgulho o ofende?
Tenho certeza que sim
Porque eu rio como quem possui
Ouros escondidos em mim.
Pode me atirar palavras afiadas,
Dilacerar-me com seu olhar,
Você pode me matar em nome do ódio,
Mas ainda assim, como o ar, eu vou me levantar.
Minha sensualidade incomoda?
Será que você se pergunta
Porquê eu danço como se tivesse
Um diamante onde as coxas se juntam?
Da favela, da humilhação imposta pela cor
Eu me levanto
De um passado enraizado na dor
Eu me levanto
Sou um oceano negro, profundo na fé,
Crescendo e expandindo-se como a maré.
Deixando para trás noites de terror e atrocidade
Eu me levanto
Em direção a um novo dia de intensa claridade

Eu me levanto
Trazendo comigo o dom de meus antepassados,
Eu carrego o sonho e a esperança do homem escravizado.
E assim, eu me levanto
Eu me levanto
Eu me levanto.

ATIVIDADE 36

ANEXO 1 – DESDE QUE EU TENHO MEMÓRIA

Desde que eu tenho memória
Levo minha liberdade comigo, e sim, a liberdade é uma porta,
É uma porta pesada e também a memória é uma porta, uma porta pesada.
(Eduardo Galeano)
Escrevo desde que eu tenho memória.
Falo da memória
e escrevo para não perder a memória.
Escrevo ainda antes da memória.
Escrevo para libertar os fantasmas e
ajudar os mortos presentes
a que descansem.
Escrevo ainda antes das palavras escritas e dos versos com formas.
Comecei a escrever desde o ventre de minha mãe, ou mesmo antes.
As lembranças são difusas. Quase irreconhecíveis.
Mas me chegam em ondas,
em imagens borradas e confusas.
Me lembro de escrever formas em preto, nos antepassados descalços,
em mulheres de cores fortes e brilhantes.
Escrevia, naquele tempo, palavras sem palavras,
significados imprecisos, mas infestados de dor.
Escrevo muito antes da palavra falada e muitos antes da escrita.
Escrevo desde que eu tenho memória, ou ainda antes da memória.
Comecei a escrever com os olhos
e as lembranças
e as mensagens grafadas ventre adentro
muito mais adentro.
Escrevo há centenas de anos,
desde o tempo em que minha avó mais antiga
contava histórias de uma aldeia longínqua
em algum povoado longínquo
da minha longínqua África.

Fui eu, quem, com as mãos de outros
escreveu as primeiras crônicas que então não foram chamadas de história.
Fui eu, quem, com as memórias de outros e com a tinta preta em mãos pretas
escreveu as histórias, sem palavras e sem livros
das maiores civilizações.
Falei das civilizações escuras e brilhantes
que passeavam pela África de meus antepassados
e atravessavam o mundo deixando sua pegada impressa
e escrevendo sem lápis e sem tinta alguma
suas histórias próprias.
As histórias da África de meus antepassados
descreviam suas vidas muito antes de serem descobertos.
Escrevi discursos de rainhas altas e reis sábios
que governavam com bondade e justiça.
Escrevi quando minhas mãos ainda não existiam.
Fui eu quem contou as crônicas da captura, da tortura e da viagem.
Contei do sofrimento e dos filhos e das filhas que foram ficando pelo caminho.
A mim coube falar da rebeldia e da liberdade e, sobretudo, da verdade.
Eu que contei das fábulas e das histórias verdadeiras
que nunca foram narradas nos livros.
Hoje sigo revelando as verdades que tenho amontoadas nas costas
e transmitindo rebeliões e pobreza.
Hoje continuo a promover as virtudes
e o amor profundo que vive em nós e nos impregnou a pele pela qual
estamos vivos.
Hoje respondo em maldições e em poesia e em palavras verdadeiras.
Hoje sigo escrevendo nas árvores
e nas paredes e na areia
e nas mentes dos filhos
e na alma das mulheres e na pele de todos.
Continuo a narrar povos inteiros que celebram e cantam e são levados e são mortos
e estão vivos
E seguem morrendo e acordando impávidos todos os dias.
Por isso escrevo, porque a memórias às vezes falha e a história falha
e minha avó que morreu há centenas de anos não deixa de cobrar minha parte
do trato.
Escrevi porque escrever é a melhor forma que conheço
para não morrer
é a única forma que conheço
para seguir vivendo
junto ao resto de meus mortos.

ANEXO 2

Luíza Mahin, Esperança Garcia, Antonieta de Barros, Maria Firmina Reis e Aqualtune: conheça as trajetórias de mulheres que marcaram a história do Brasil, mas que muita gente ainda desconhece.

Júlia de Miranda

8 de março de 2021 (Atualizado em 29 de abril de 2021)

Link para a matéria: <https://azmina.com.br/reportagens/heroínas-negras-do-brasil/>
Você consegue citar rapidamente, sem hesitar, cinco mulheres negras que fazem parte da história do Brasil? Caso demore na resposta ou desconheça a extensa lista, saiba que infelizmente boa parcela dos brasileiros não acessa tais informações, mas elas existiram e seguem existindo. Aqualtune, Antonieta de Barros, Maria Firmina dos Reis, Esperança Garcia, Luíza Mahin... Por que não estudamos essas figuras na escola?

Se para o povo preto ainda é desafiador ser ouvido e legitimado como o sujeito da própria história, mesmo com as conquistas dos Movimentos Negros, a urgência em quebrar o silenciamento é ainda maior para as mulheres negras que buscam ter suas vozes respeitadas e suas produções escritas e publicadas sem o aval do branco.

Neste Dia Internacional da Mulher, convidamos cinco ilustradoras para retratá-las, porque mais do que conhecer suas histórias queremos espalhar suas imagens. Apoie AzMina em março e receba as ilustrações em casa.

FEMINISMO E DIREITOS HUMANOS SEM INTERMEDIÁRIOS

Mulheres negras foram agentes importantes no processo de civilização do país, mas testemunhamos um apagamento de suas trajetórias, de acordo com a jornalista, doutora e mestre em Ciências da Comunicação pela Universidade de São Paulo (USP), Rosane Borges. "O primeiro romance brasileiro, Úrsula, é de uma mulher negra, Maria Firmina dos Reis. Só muito recentemente que esta informação circula para além dos circuitos locais e especializados. Um sem-número de mulheres negras foram e são notáveis em vários domínios da investigação, mas quase sempre ficam relegadas a determinados campos sem prestígio", reflete.

O nome disso é epistemicídio, o aniquilamento de formas de conhecimento e culturas, um apagamento coletivo. Um conceito que se tornou amplamente conhecido pelo trabalho da filósofa e ativista Sueli Carneiro, que o tomou de empréstimo do sociólogo português Boaventura de Sousa Santos.

QUEM FAZ A HISTÓRIA?

Quem foram as grandes mulheres negras da nossa história? Quais foram suas trajetórias? A verdade é que ainda há muito a ser estudado sobre isso. E por trás dessa falta, estão algumas questões: começando pela falta de registros oficiais de suas existências e passando também pela forma como a academia se organiza.

Quando falamos dos registros históricos das contribuições negras e indígenas no país, a complexidade é enorme. Especialmente do período que antecede a abolição da escravidão, em 1888, pois muitos documentos oficiais foram destruídos ou mesmo nem existem, visto que parte dessa população à época não era letrada e muitos sequer tiveram a possibilidade de serem retratados em pinturas.

Impossível falar de heroínas negras sem evocar as palavras da intelectual ameericana (termo usado pela pensadora) Lélia González: "Uma vez estabelecido, o mito da superioridade branca comprova a sua eficácia e os efeitos de desintegração violenta, de fragmentação da identidade étnica por ele produzidos, o desejo de embranquecer (de 'limpar o sangue' como se diz no Brasil) é internalizado com a consequente negação da própria raça e da própria cultura", escreveu em 1988 no artigo 'Por um feminismo Afro-latino-americano', conceito que liga à ideia de amefricanidade, ou seja, compartilhar uma experiência comum de negritude nas Américas que se desloque do centro dos Estados Unidos.

O próprio espaço acadêmico ainda enfrenta a recusa em abraçar os saberes não hegemônicos: o mais habitual é que pessoas que integram grupos étnicos e racializados apareçam mais como objetos de estudo de especialistas brancos, do que como condutores das suas próprias análises. Mas há os que estão na contramão e optam por acessar o conhecimento de maneira plural e inclusiva, como é o caso de mulheres negras pesquisadoras que se debruçam sobre o pensamento e trajetória de intelectuais negras africanas, brasileiras, latino-americanas e caribenhas.

Thuila Ferreira é uma delas. Internacionalista e mestra em História (UFRGS), é doutoranda em Estudos Étnicos e Africanos pela UFBA, coordena o projeto 'Biografia de Mulheres Africanas', da UFRGS, que visa catalogar virtualmente informações sobre a vida do maior número possível de mulheres nascidas no continente africano, de modo a oferecer subsídios de ensino e pesquisa sobre a história das mulheres africanas. "A resistência que existe, e ainda é grande, está sendo quebrada pelos negros e negras brasileiras e africanas que cada vez mais ocupam nossas universidades, mas não é fácil. A cultura eurocêntrica está enraizada neste ambiente que, embora aos poucos venha reconhecendo (ou engolindo!) pesquisas sobre mulheres negras da diáspora, desconhece África quase que completamente, inclusive a contribuição das intelectuais africanas", avalia.

Na produção de sua dissertação sobre o pensamento de mulheres africanas, a pesquisadora utilizou quase que exclusivamente material bibliográfico importado e chegou a fazer vaquinha para participar de eventos na Nigéria e na África do Sul para poder ter com quem trocar sobre o que vinha tecendo. Não encontrou ninguém que debatesse a temática no Brasil, ficando em "isolamento acadêmico" durante o mestrado.

"A estrutura, os currículos, o modo de produzir e de passar conhecimento partem de uma premissa eurocentrada que tem dificuldade, por exemplo, em reconhecer a oralidade enquanto fonte e difusora de conhecimento, meio empreendido não só em muitas sociedades africanas pré-coloniais, por exemplo, mas nos quilombos e nos terreiros brasileiros. Entendemos que se nós não considerássemos a história dessas mulheres pela inexistência de fontes escritas, nós estaríamos reproduzindo uma visão excludente, colonialista, e mesmo racista da História, que é justamente uma das coisas que procuramos combater com este projeto", defende Thuila. Ela enxerga nessas iniciativas de uso da oralidade como material uma abertura rumo à descolonização e à possibilidade de distintas pesquisas a partir de perspectivas que não as tão batidas e enviesadas, que refletem o caráter excludente da sociedade.

"UM DEFEITO DE COR"

Embora seja estabelecida por lei desde 2003 (Lei Nº 10.639/03) a difusão obrigatória da história e cultura afro-brasileira e africana em todas as escolas, públicas e particulares, do ensino fundamental até o ensino médio, isso não é uma realidade em 2021. Para aprender e mergulhar nesse outro lado oculto da história do país, encontramos na literatura uma poderosa ferramenta de preservação da memória coletiva de mulheres negras invisibilizadas que fizeram e continuam fazendo história.

A escritora mineira Ana Maria Gonçalves lançou em 2006 o celebrado e indispensável romance histórico 'Um defeito de cor' que apresenta a saga ao longo de oito décadas (em suas quase mil páginas) da protagonista Kehinde, mulher africana capturada e trazida como escravizada para o Brasil. Kehinde em solo tropical ganhou outro nome, mais branco: Luísa Gama, presença forte dentro de duas rebeliões, a Revolta dos Malês (Bahia/1835) e a Sabinada (Bahia/1837), e mãe do importante abolicionista e poeta brasileiro Luíz Gama. Abaixo, contamos mais da personagem real que inspirou o livro.

"Não há documentos históricos sobre a Luísa Mahin. Parti, então, de dois poemas do Luiz Gama, onde ele fala sobre a mãe, como ela era, sua aparência. Parti disto e procurei por documentos que me falassem da vida de centenas de mulheres que pudessem ter vivido nos mesmos lugares e épocas que, possivelmente, a Luísa Mahin. Como sou ficcionista, e não historiadora, o que me interessa é a verossimilhança, a possibilidade do acontecimento em si; e foi apenas com isto que me preocupei. Há personagens históricos, há acontecimentos históricos atravessados pela personagem, mas narrados

dentro de um romance; o que, pelo menos para mim, torna tudo ficção", recorda a escritora, que considera o capital a principal tecnologia de apagamento. "A História sempre foi contada pelos que possuem ou controlam as ferramentas de informação e divulgação, que nunca estiveram nas mãos de mulheres negras".

Hoje, Dia Internacional da Mulher, te convidamos para celebrar e refletir. Encamamos cinco mulheres que fizeram história: Esperança Garcia, Luíza Mahin, Antonieta de Barros, Maria Firmina dos Reis e Aqualtune. Conversamos com pesquisadores que contaram mais sobre suas trajetórias, confira na lista:

ESPERANÇA GARCIA

Esperança Garcia foi uma mulher negra escravizada que lutou por seus direitos no século XVIII e foi reconhecida como primeira advogada piauiense somente em 2017. Andreia Marreiro, presidenta do Instituto Esperança Garcia e mestra em direitos humanos pela UnB, conta que Esperança escreveu uma carta endereçada ao governador da capitania de São José do Piauí, em que denunciava as violências a que ela e seu povo estavam submetidos e reivindicava providências. "O documento escrito por Esperança Garcia era, além de carta, uma petição. Myrthes Gomes, hoje, é considerada a primeira advogada brasileira, tendo ingressado nos quadros da advocacia em 1889. Esperança Garcia, no entanto, escreveu sua petição em 1770, o que faz dela uma nova candidata a esse posto: não apenas a primeira mulher, mas a primeira pessoa a exercer a advocacia no País. Um reconhecimento pela OAB Nacional é defendido por juristas e advogadas negras", relata.

Esperança Garcia vivia com o marido e os filhos na Fazenda Algodões, região próxima a Oeiras, primeira capital do Piauí. Foi lá onde provavelmente aprendeu a ler e escrever com os jesuítas. Após a expulsão dos jesuítas por Marquês de Pombal, e a passagem da fazenda para outros senhores, Esperança foi separada da família para ser cozinheira em uma fazenda comandada pelo capitão Antônio Vieira do Couto.

O acesso à história de Esperança Garcia se deu pelas investigações do historiador e antropólogo Luiz Mott. A carta ao governador, escrita a punho, datada e assinada, foi encontrada pelo pesquisador no arquivo público do Piauí, quando realizava o trabalho de mestrado em 1979. O documento é um dos arquivos mais antigos escritos por pessoas escravizadas de que temos notícia até hoje no Brasil. Não existem informações se Esperança Garcia teve seu pedido aceito pela autoridade competente ou se sofreu represálias por seu ato corajoso de insubmissão.

*Andreia Marreiro é mestra em Direitos Humanos pela UnB. Idealizadora, coordenadora e professora da pós-graduação em Direitos Humanos Esperança Garcia. É também presidenta do Instituto Esperança Garcia e professora de Direito na UESPI. Costuma definir-se como uma "sentipensadora que esperança".

LUÍZA MAHIN

O nome e presença de Luíza Mahin são associados principalmente como a mãe do importante abolicionista Luiz Gama e também como uma das articuladoras do Levante dos Malês, em 1835 na Bahia. Mahin foi uma africana livre que viveu no Brasil praticando o comércio nas ruas de Salvador, Bahia, como ganhadeira e uma mulher aguerrida que possivelmente teria se envolvido com levantes na década de 1830 também em Salvador. Há relatos de que 'seria do santo' (ligada a religiões de matriz africana), outros sugerem que seria muçulmana. "Isso é o que se perpetuou na memória popular, gosto sempre de começar por aí porque foi também meu ponto de partida para pesquisa, estudei Luíza Mahin no mestrado e investiguei o processo de mitificação dessa figura", conta Dulci Lima doutora em Ciências Humanas e Sociais pela UFABC.

A pesquisadora analisou a carta de Luiz Gama, o primeiro registro que se tem da Luíza, entre outros documentos como o romance do Pedro Calmon, escritos de Arthur Ramos, poesias e verbetes produzidos por feministas negras nos anos 1980, uma radionovela dos anos 2000 e o romance da Ana Maria Gonçalves 'Um defeito de Cor'. "Minha perspectiva é de que Luíza Mahin é uma figura mítica, produto de um conjunto de narrativas que se desenvolve a partir da carta do Luiz Gama, onde ele descreve muito brevemente quem teria sido sua mãe e outros elementos vão sendo incorporados à essa narrativa inicial por outros autores" analisa Dulci.

É possível ainda encontrar seu nome em ruas, escolas e praças. "Hoje ninguém questiona a veracidade da existência da Luíza Mahin. Penso que ela fala muito da força narrativa das feministas negras que elevaram a figura dela a ponto dela se tornar heroína do Brasil".

***Dulci Lima, Doutora em Ciências Humanas e Sociais pela UFABC, mestra em Educação, Arte e História da Cultura pelo Mackenzie, bacharel em História pela USP.**

ANTONIETA DE BARROS

Antonieta de Barros está entre as três primeiras mulheres eleitas no Brasil, a única negra. Foi eleita em 1934 deputada estadual por Santa Catarina e desde a sua vitória nenhuma outra deputada negra se elegeu por lá. Outro dado histórico quando falamos em seu nome é que Antonieta foi a parlamentar responsável pela criação do Dia do Professor. "Antonieta foi eleita menos de meio século após a abolição da escravatura e apenas dois do sufrágio —que deu às mulheres direito ao voto facultativo. Num país fortemente preconceituoso quanto à classe, cor e gênero, ela tinha orgulho de sua história. Nasceu em Desterro, como era chamada Florianópolis, no dia 11 de julho de 1901, filha de Catarina Waltrich, mulher escravizada liberta, mãe solo", conta a jornalista Aline Torres.

Antonieta acreditava que a educação era a única arma capaz de libertar os desfavorecidos da servidão. Tinha 17 anos quando fundou o curso particular "Antonieta de Barros", com o objetivo de combater o analfabetismo de adultos carentes, e sua fama de excelente profissional fez com que lecionasse também para a elite. Além de professora, virou cronista e em 23 anos de contribuição à imprensa escreveu mais de mil artigos em oito veículos e ainda criou a revista 'Vida Ilhoa'. Em 1937, publicou o livro 'Farrapos de Ideias' e todos os lucros da primeira edição foram doados para construção de uma escola para abrigar crianças, filhas de pais internados no leprosário Colônia Santa Tereza.

"A primeira grande lei educacional do Brasil foi sancionada por Dom Pedro I em 15 de outubro em 1827, um marco para a educação brasileira. A data era comemorada informalmente, mas foi um projeto de Antonieta a lei que criou o Dia do Professor e o feriado escolar nessa data em Santa Catarina. Outras leis importantes foram concessões de bolsas de cursos superiores para alunos carentes e concursos para o magistério, para elevar o ensino público e evitar apadrinhamentos", lembra a jornalista que diante da história de Antonieta observa que uma das poucas frustrações de sua carreira foi não ter cursado o ensino superior -seu sonho era a Faculdade de Direito que era na época exclusiva para homens.

***Aline Torres, jornalista e diretora de projetos da Construtores de Memórias, agência de narrativas especializada em transformar histórias afetivas em biografias, reportagens e documentários.**

MARIA FIRMINA DOS REIS

Maria Firmina dos Reis é a primeira mulher negra a publicar um romance, "Úrsula" em 1859, em toda a lusofonia (países que têm o português como língua oficial ou dominante) e em toda a América Latina. É uma grande precursora da literatura negra ocidental que surge apenas a partir da década de 1920. Segundo Eduardo de Assis Duarte, professor da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), a obra é explicitamente política. "Feminista, antipatriarcal e antiescravista. Pela primeira vez, a África surge na literatura brasileira, e pela primeira vez o tráfico e, sobretudo, o porão do navio negreiro é descrito em detalhes e construído como espaço de sofrimento e morte, daí o nome "tumbeiro", derivado de "tumba". Firmina nunca se casou, e após se aposentar, criou a primeira escola mista do Maranhão e uma das primeiras do Brasil", aponta.

Firmina nasceu em 1822, ano da Independência do Brasil, em São Luís do Maranhão. Durante seus 95 anos de vida, a escritora abolicionista escreveu ainda 'Gupeva' (ficção, 1861), 'Cantos à beira-mar'(poemas, 1871), vários textos jornalísticos e um 'Álbum' com escritos memorialísticos.

Oprimida pelo patriarcado racista, Firmina não assinava seu nome nos livros, escrevia apenas "Uma maranhense". Segundo o pesquisador, ela é vítima de memoricídio justamente por colocar o dedo na ferida racial brasileira. "E o faz a partir da Bíblia se apropriando do discurso cristão que, na prática, referendava o sistema. Ainda polemiza com o filósofo alemão Hegel e com todo o pensamento eurocêntrico para o qual África e Brasil eram desprovidos de civilização, e critica abertamente o patriarcado por oprimir o negro e a mulher, mesmo branca", explica.

Resultado: Úrsula passou praticamente "em branco" por todo o século XX, só vindo a ter leitores, sobretudo jovens, a partir da edição de 2004. Firmina faleceu pobre e cega na cidade de Guimarães, no Maranhão.

*Eduardo de Assis Duarte, professor do Programa de Pós-graduação em Letras – Estudos Literários e Coordenador do Portal literafro, da UFMG.

AQUALTUNE

"Sobre ela ser ou não real, eu acho muito válido enfatizar que o apagamento da história do povo preto existe e isso não é de agora. No entanto, felizmente os historiadores resgatam os acontecimentos e a gente consegue absorver", afirma a professora Taynara Silva. De linhagem real, Aqualtune é uma personagem semi-lendária da história do Quilombo dos Palmares. Princesa africana e forte liderança, nasceu no Reino do Congo e liderou dez mil homens e mulheres contra Portugal, na Batalha de Mbwila em 1665, que resultou na sua captura e vinda para o Brasil. Aqui, foi vendida no Recife como uma escravizada de reprodução. Grávida, ela consegue fugir e se estabelece na região da Serra da Barriga, até então Pernambuco e que hoje pertence ao município de União dos Palmares, Alagoas, participando ativamente do grupo que formou o memorável Quilombo dos Palmares.

Aqualtune deu à luz Sabina, mãe do grande líder Zumbi dos Palmares, Ganga Zumba e Gana, que tempos depois seriam chefes dos mais importantes mocambos de Palmares. "Não se sabe ao certo se ela morreu numa das invasões do Quilombo dos Palmares ou se foi por alguma doença, o fato é que ela continuou lutando até o fim. Me dá muita força saber que a luta continua e que temos sim nomes de feministas negras muito anos antes do feminismo surgir", celebra Taynara.

Sua memória é preservada nas tradições orais e inspirou o tema do enredo da escola de samba Mangueira no Carnaval de 2019.

*Taynara Silva, alagoana, professora de Língua Portuguesa, pesquisa formas de efetivação da pedagogia antirracista. - Link para a matéria: <https://azmina.com.br/reportagens/heroínas-negras-do-brasil/> -





12

FEMINILIDADES TRANS

JÚLIA RODRIGUES

O que é transexualidade?

Ao nascimento atribui-se um gênero pré-estabelecido pelo sexo, no entanto, não são todas as pessoas que se encaixam nessas expectativas. Fala-se então, das pessoas que sofrem para se adequar ao padrão cis-heteronormativo³, e que por não atendem a tais expectativas de gênero, passam a ser penalizadas e em todos os âmbitos. Assim sendo, a transexualidade, se fundamenta na não concordância entre sexo biológico e gênero com o qual uma pessoa se identifica e deseja ser reconhecida socialmente.

Identidade de gênero "remete à constituição do sentimento individual de identidade" (GROSSI, 2010, p. 12), algo construído e vivenciado na "relação entre estrutura e práxis, entre o indivíduo e o social" (MOORE, 2000, p. 16). Já a orientação sexual remete à questão do desejo, da atração afetivo-sexual por alguém de algum gênero. Desse modo, tanto cisgêneros quanto transgêneros podem se auto identificar como heterossexuais, homossexuais, bissexuais ou assexuais, pois identidade de gênero

³ Palavra oriunda do termo cisheteronormatividade - conceito que faz referência a um conjunto de relações de poder que normaliza, regulamenta, idealiza e institucionaliza o gênero, sexo e a sexualidade em uma linha ilógica e estritamente horizontal.

e orientação sexual habitam campos diferentes da sexualidade.

Há quem julgue se tratar de algo novo, mas "da mitologia greco-romana ao século XIX passando pelas mais variadas fontes literárias e antropológicas, encontra-se relatos de personagens que se vestiam regularmente, ou até definitivamente, como membros do outro sexo, se dizendo sentir como do outro sexo. Aquilo que hoje é conhecido e designado sob o termo de 'transexualismo'⁴ não é próprio nem a nossa cultura nem a nossa época: o que é recente é a possibilidade de 'mudar de sexo', devido a novas técnicas cirúrgicas e a hormonioterapia" (CECCARELLI, 1998, p. 137), que possibilita aos sujeitos transexuais adquirir um fenótipo de acordo com suas identidades de gênero. Nesse sentido observam-se as fa'afafines⁵ de Samoa, as hijras⁶ da Índia e as muxes⁷ do México. A ciência continua a pesquisar a transexualidade buscando explicar sua gênese, até então, o que se sabe é que não é uma doença mental, perversão sexual, doença debilitante ou contagiosa, escolha ou capricho. A verdade é que ninguém sabe por que alguém é transexual, apesar das várias teorias: biológica, social.

Sob o termo "transexualismo", a transexualidade foi categorizada como Transtorno da Identidade Sexual na *Classificação Internacional de Doenças* (CID) da Organização Mundial de Saúde (OMS). Na lista de transtornos mentais, foi considerada "disforia de gênero" e em seguida "incongruência de gênero" (onde figuram doenças como: pedofilia e cleptomania). Em 2018 ela foi oficialmente retirada da lista de doenças mentais recebendo a classificação de "condição relativa à saúde sexual". A lista passou a vigorar a partir de 2022 (NAÇÕES UNIDAS BRASIL, 2019).

Os 50 anos (1968 a 2018) em que a transexualidade esteve associada à patologia,

4 O contexto em que o autor descreve a historicidade da transexualidade, ela fazia parte da lista de patologias da Organização Mundial de Saúde – OMS, figurando sob o CID 10.

5 Fa'afafine é um terceiro gênero específico da cultura de Samoa. As Fa'afafine são pessoas atribuídas como do sexo masculino ao nascer que na infância por imposição familiar é escolhido para se tornar um fa'afafine, pela sua natureza, por assumir papéis femininos, o que na sociedade tradicional de Samoa não é desencorajado. A palavra fa'afafine inclui o prefixo causativo "fa'a", que significa "à maneira de", e a palavra "fafine", que significa "mulher", e se assemelha com outras linguagens da Polinésia como o tonganês "fakafefine" ou "fakaleiti", o maori "whakawahine", e o havaiano "mahu".

6 A palavra era originalmente usada para designar meninos tinham seus órgãos genitais retirados e eram cedidos pela família para viver em comunidades religiosas como forma de agradar a deusa Bahuchara Mata. A partir daí, eram obrigados a vestir-se e portar-se como mulheres. Desde os anos 1990, o termo é usado para se referir aqueles que não se identificam com o gênero correspondente ao seu sexo biológico. Segundo a tradição religiosa hindú, as hijras tem grande facilidade para "abençoar ou amaldiçoar", o que torna esta comunidade temida e respeitada naquela sociedade.

7 Nas culturas zapotecas de Oaxaca (sul do México), uma muxe (ou muxhe) é uma pessoa não-binária de expressão de gênero feminina que foi atribuída como do sexo masculino ao nascer que não se identifica como homem nem como mulher. É muitas vezes visto como um gênero não-ocidental e/ou terceiro gênero.

contribuíram para aumentar a segregação e influenciar a percepção da transexualidade como "algo ruim", "pecaminoso", "desprezível", estigmatizando, ainda mais, os sujeitos transexuais. Para a ciência meros objetos de estudo. Durante esses 50 anos que pesquisas foram desenvolvidas para buscar entender e/ou compreender a transexualidade? Que medicamentos foram desenvolvidos para corpos trans?

Soma-se a esse fato a tecnologia do discurso cis-heteronormativo de manutenção do poder pautado nos saberes: médico, jurídico e religioso, (FOUCAULT, 2012). Tais "tecnologias do poder constituem a lógica binária que permeia a compreensão dos sujeitos, de suas identidades, das práticas sexuais e de seus corpos. Produzem gêneros, diferenças, margens, centros, padrões, tipologias. Produzem os corpos como ideais normativos e, também, os corpos abjetos" (SOUSA, 2015, p. 16-17).

A transfobia – ou seja, o preconceito contra pessoas trans – fez com que pessoas cisgênero⁸ passassem a construir pesquisas sobre pessoas transgênero⁹, quase sempre com base em seus próprios valores e visões, ignorando a experiência das pessoas trans, onde mesmo que na tentativa de desconstruir preconceitos, acabavam fortalecendo tais preconceitos e geravam uma expectativa social do que seria uma pessoa trans.

Em termos de números, pesquisas encontram frequências variadas de pessoas trans ao redor do mundo, mas esses números, que provavelmente subdimensionam a população de pessoas trans, chegam a 1,3% da população em geral (WINTER, 2016), o que corresponde a mais de 45 a cada 3500 pessoas. No Brasil, um estudo ainda não publicado encontrou uma porcentagem maior do que 1,3%. (SOCIEDADE BRASILEIRA DE MEDICINA DE FAMÍLIA E COMUNIDADE, 2020). Ressalta-se que não há por parte do estado brasileiro, por meio do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE, interesse do levantamento de dados acerca da população LGBTQIA+, visível no fato de que não são colhidos dados sobre a orientação sexual e identidade de gênero, este restrito ao biológico: masculino/feminino.

Para além da transexualidade, que é binária (masculino/feminino), observa-se que existem pessoas que não se identificam com nenhum gênero, abrindo espaço para pensar diferentes transgeneridades e formas de viver o gênero. É nesse âmbito que Jesus (2012) propõe pensar a vivência do gênero como funcionalidade (drag

8 Pessoa que se identifica com o gênero que lhe foi atribuído no nascimento. Obs.: transgênero e cisgênero são noções independentes da orientação sexual.

9 Pessoa que não se identifica com o gênero que lhe foi atribuído no nascimento. Obs.: transgênero e cisgênero são noções independentes da orientação sexual.

queens/transformistas/drag king¹⁰ e crossdressers¹¹) e como identidade (travestis e transexuais), incluindo-se também os não-binários, que vivenciam a combinação dos dois gêneros binários.

A transexualidade traz consigo uma série de estigmas e discriminações, fazendo com que a vida de sujeitos transexuais seja "marcada por experiências de constrangimento e discriminação que geram incessantes sofrimentos" (FREIRE, 2016, p. 21), como o profundo sentimento de inadequação, rejeição familiar, o estigma da prostituição e dificuldades de inserção social.



¹⁰ Artista que se veste, de maneira estereotipada, conforme o gênero masculino ou feminino, para fins artísticos ou de entretenimento. A sua personagem não tem relação com identidade de gênero ou orientação sexual.

¹¹ Pessoa que frequentemente se veste, usa acessórios e/ou se maquia diferentemente do que é socialmente estabelecido para o seu gênero, sem se identificar como travesti ou transexual. Geralmente são homens heterossexuais, casados, que podem ou não ter o apoio de suas companheiras.

Cisgêneros e Transgêneros

O termo cisgênero (cis, do latim, do mesmo lado) é usado para se referir a pessoas em que há a concordância entre a identidade de gênero e a configuração hormonal e genital de nascença, já o termo transgênero (trans - latim - do outro lado) é usado para identificar pessoas em que não há concordância entre a identidade de gênero e a configuração hormonal e genital de nascença.

Utilizado como parte do léxico empregado para diferenciar e arquitetar reflexões no âmbito das políticas de gênero, "o termo cis não foi inventado por pessoas trans, pelo contrário, foram pessoas não-trans - cis - que ao nomear pessoas transexuais em uma cultura que opera em termos binários e em oposição, delimitaram sua existência" (PERIÓDICUS, 2017/2018).

A utilização dos prefixos "cis" e "trans" trazem consigo uma série de significados que nos permite compreender seu uso como uma categorização que constrói a narrativa do interlocutor, uma espécie de imaginário coletivo, definido e localizando os sujeitos (LOURENÇO, 2017). Neste sentido, o uso do prefixo trans viabiliza uma localização específica, uma negação a cisgeneridade, estabelecendo e recuperando uma posição diferenciada de sujeito.

Ao utilizar os prefixos como diferença destaca-se a relação entre diferenciação e linguagem, onde as diferenças se expressam por meio de atos de linguagem, pois somente por meio de atos de fala - discursos - pode-se estabelecer a identidade e a própria diferença (SILVA, 2014). Na medida em que os discursos habitam os corpos a relação entre os prefixos e os genitais nos faz converter certas partes do corpo em definidores de gênero e, portanto, em definidores de sujeitos "cis" e "trans" (LOURO, 2013).

Não se trata de uma questão de linearidade entre genital e gênero nas definições de sujeitos "cis" e "trans", mas de compreender como o eixo de diferenciação se expressa e opera de forma acidental e contextual. Se a relação entre sexo biológico e gênero é referenciada pela imposição da experiência cisgênera, a suposta inconsistência entre os dois leva à transgeneridade, então a repetição necessária no ato de estabelecer a aparência do gênero cria condições de propensão à falha (BUTLER, 2013).

Experiências fronteiriças que perturbam o código binário, desfazendo a noção de sujeito que sucumbe simples e definitivamente às definições do suposto 'eu' substancializado e coerente de gênero, expondo atravessamentos de forças que

ordenam a compreensão em um conjunto mais estratificado e fluxos que oportunizam novas singularizações, explicitando tanto os limites dos termos utilizados, mas também sua força enquanto normatividade (BUTLER, 2003; SILVA, 2014). Sendo assim, cabe olhar para forças que, de um lado, tendem a fixar a diferença – produzindo subalternidades – e, de outro, os processos que atuam desestabilizando-as pela subversão (BUTLER, 2003; SILVA, 2014). É pela diferenciação desses termos emerge a necessidade de adequação ao padrão cisgênero, e consequente "aceitação".

Transgênero e cisgênero são conceitos independentes da orientação sexual, mas observa-se que ao longo da história foi a cisgeneridade que, como cama de Procusto¹², se encarregou de encaixotar as pessoas, impondo-se como padrão, delimitando espaços e direitos, e batendo o martelo sobre a vida e atuação das pessoas.

A transfobia nossa de cada dia

Valores, comportamentos e atitudes relacionados a gênero e sexualidade objetivam a manutenção do poder do grupo que se considera representante do padrão de gênero e sexualidade, visando inferiorizar todos os outros grupos que não performam a cis-heteronormatividade. Alguns estudiosos, como Junqueira, nomeiam essa discriminação de homofobia, termo que segundo o autor abarca todo segmento LGBTQIA+. A transfobia, para o referido autor, é:

Um conjunto de emoções negativas (tais como aversão, desprezo, ódio, desconfiança, desconforto ou medo), que costumam produzir ou vincular-se a preconceitos e mecanismos de discriminação e violência contra pessoas homossexuais, bissexuais e transgêneros (em especial, travestis e transexuais) e, mais genericamente, contra pessoas cuja expressão de gênero não se enquadra nos modelos hegemônicos de masculinidade e feminilidade. A homofobia, portanto, transcende a hostilidade e a violência contra LGBT e associa-se a pensamentos e estruturas hierarquizantes relativas a padrões relacionais e identitários de gênero, a um só tempo sexistas e heteronormativos (JUNQUEIRA, 2007, p. 60-61).

¹² Procusto – personagem da mitologia grega que tinha uma cama de ferro com seu exato tamanho, para a qual convidava todos os viajantes a se deitarem. Se os hóspedes fossem demasiados altos, ele amputava o excesso de comprimento para ajustá-los à cama, e os que tinham pequena estatura eram esticados até atingirem o comprimento suficiente. Uma vítima nunca se ajustava exatamente ao tamanho da cama porque Procusto, secretamente, tinha duas camas de tamanhos diferentes. Procusto representa, em regra, a intolerância do ser humano em relação ao seu semelhante.

Entretanto, ao utilizar o termo homofobia como referência a todas as pessoas LGBTQIA+, reforçar-se a ideia de que pessoas trans como homossexuais, levando a interpretação errônea de que são gays que se vestem de mulher ou lésbicas que se vestem de homem. Com os dados sobre violência homofóbica na sociedade brasileira (BRASIL, 2012), se pode visualizar a violência contra diferentes expressões trans, neste cenário o termo transfobia ganha centralidade devido à vulnerabilidade a que estão expostas as pessoas trans (CÉSAR, 2009). Assim sendo, nomear o preconceito e a discriminação contra pessoas trans de transfobia é visibilizar as violências sofridas por pessoas trans e reforçar a necessidade de políticas públicas que assegurem integridade física, mental e social de transexuais e travestis.

Dessa forma a transfobia remete ao "preconceito e/ou discriminação em função da identidade de gênero de pessoas transexuais ou travestis" (BENTO, 2012), seja intencional ou não. Pode ser definido também como aversão sem controle, repugnância, ódio de algumas pessoas ou grupo de pessoas contra pessoas trans, que se configuram em exclusão social, institucional e familiar, acarretando cotidianamente em humilhações, constrangimentos, vulnerabilidades, desamparo e outros. Diferente da homofobia, que se refere à orientação sexual, transfobia diz respeito à identificação de gênero. É vivenciada por transexuais e travestis desde muito cedo, pois meninas trans são postas de casa para fora, em média, aos 13 anos de idade, abandonadas pela família - instituição que deveria ser de apoio, acolhimento e amparo - e recorrem à prostituição como único meio de sobrevivência. Em decorrência desse fato 82% das mulheres transexuais e travestis "abandonam" o ensino médio entre os 14 e os 18 anos em função da falta de apoio familiar e da discriminação na escola, fato que reforça a necessidade da prostituição enquanto única forma de sustento (ANTRA, 2019). Nesta perspectiva, observa-se que a transfobia é estrutural.

Contradizendo algumas teorias do feminismo radical, mulheres trans também sofrem machismo, pois são submetidas ao mesmo padrão de beleza imposto a mulheres cis, sendo alvo dos mesmos machismos hipersexualizantes, as mesmas cobranças de 'castidade', os mesmos feminicídios por causa de posse, ciúmes ou por outros motivos machistas.

Passabilidade: uma fuga do preconceito?

A constante violação de direitos, discriminações, constrangimentos e segregação, a necessidade da transição, a automedicação (por vezes a automutilação), ao incidir sobre o sujeito despertam o desejo de criar uma estratégia para fugir da realidade de preconceitos. Nesse contexto, a estratégia observada é tornar-se igual ao outro, ou seja, "passar" por cisgênero, daí o termo "passabilidade". Assim sendo, a "passabilidade" propicia a determinados sujeitos transexuais, o direito de circular sem serem notados ou identificados enquanto transexuais, e desse modo, sem serem incomodados ou violentados.

Contudo, a "passabilidade" tem várias faces e nuances, figurando não só na aparência, mas também no comportamento, na voz, vestuário, estilo de falar, gesticular e na reprodução dos estereótipos de gênero. Todos esses aspectos somados servem como fator que legitima ou deslegitima a identidade do sujeito transexual. Entretanto, observa-se que a "passabilidade" não afeta somente transgênero, uma vez que são vários os padrões em que tanto transgêneros quanto cisgêneros tentam se "encaixar".

O discurso da "passabilidade" levanta reflexões sobre as narrativas do gênero, pois é diante do "nó" da coerência que empregamos as categorias de cisnormatividade e passabilidade como analíticas das regulações de gênero, a fim de oportunizar leituras teóricas corporificadas que, mediante questionamento do corpo como dado natural, buscam traçar os efeitos das relações de poder na materialização dos corpos (BUTLER, 2003; BAGAGLI, 2016).

Estar dentro dos padrões de passabilidade, exige a performatividade de gênero, um conglomerado de atos/atitudes regulados e repetidos que asseguram uma imagem substancial do gênero de matriz heterossexual e cisgênera, lidas como práticas cotidianas da produção e manutenção de uma determinada corporalidade, que incidem no policiamento constante das fronteiras – masculino/feminino – com finalidade de suprimir todo traço ambíguo que expusesse o trânsito de gênero frente às normas de inteligibilidade, comunicando os possíveis riscos da não inteligibilidade naquele contexto (BUTLER, 2013; LOURO, 2013).

Assim sendo, o sexo não se resumiria as características que alguém possui, mas uma das normas de produção desse alguém, pois "a remodelação da matéria dos corpos como efeitos de uma dinâmica de poder, de tal forma que a matéria dos corpos será

indissociável das normas regulatórias que governam sua materialização" (BUTLER, 2003). Desse modo, os meios, mais conhecidos, para se alcançar "passabilidade", para aqueles que a desejam, são a hormonização e cirurgias, entretanto não são as únicas.

A exigência da passabilidade pode ser observada no pouco espaço que pessoas trans têm na mídia, restrito ao que é considerado "passável" por cisgênero. Esta padronização estética é mais uma das várias opressões às quais pessoas trans são submetidas socialmente, uma vez que "passar" é ser reconhecido na vida cotidiana como alguém que está de acordo com as normas de gênero.

Observa-se que aquilo que seria a possibilidade de estratégia de defesa contra preconceitos traz consigo armadilhas como o medo relatado por Gael, (nome fictício, em entrevista a pesquisa: Cisnormatividade e passabilidade: deslocamentos e diferenças nas narrativas de pessoas trans), "se antes eu tinha medo do estupro, de determinadas violências como mulher negra... depois da transição eu tenho mais medo da polícia" (PONTES; SILVA, 2013). Ou seja, embora permaneça o receio do estupro em menor grau, o medo que se instaura é o da polícia.

No caso das mulheres trans negras lidas, antes da transição, enquanto homens – sinônimo de virilidade, visto que a sociedade visa o corpo do homem negro como potência sexual – no pós-transição passam a ser vistas como alguém que abdica do posto de dominante para tornarem-se submissas, e como o feminino sempre é atacado, "sofrem opressões por performarem feminilidade e subverterem as normas regulatórias na ótica do binarismo heterossexual compulsório" (MENEZES, 2018, p. 165).

No que diz respeito às questões de gênero observa-se que os preconceitos e discriminações delegados a mulheres transexuais e travestis são diferentes daqueles direcionados a homens trans, uma vez que são as mulheres trans as estigmatizadas pela prostituição, sendo que 90% destas sobrevivem de tal função (ANTRA, 2019). Desse modo a transfobia atravessa tanto homens quanto mulheres trans, e de maneira interseccional e mais incisa a mulher transexual por ser mulher e ser trans.

A descoberta do sexo e da sexualidade

O sexo e a sexualidade (comportamento sexual) Segundo Preciado (2018), eles ocupam uma posição central na arte da gestão dos corpos, onde as condutas sexuais passam a ser controladas e padronizadas, as invenções baseadas nas diferenças de gênero (masculino e feminino), a repressão da masturbação e a invenção da identidade sexual com suporte científico são instrumentos para tal fim. Por exemplo, em 1868 foram inventadas as identidades heterossexuais e homossexuais, a primeira vivenciando o processo de normalização da burguesia, e a segunda constituindo-se como um desvio da norma, como monstruosidade (PRECIADO, 2018). Foi a partir desse período que a homossexualidade se tornou uma patologia.

Em 1955, o psicólogo norte-americano John Money usou pela primeira vez o termo "gênero" para designar uma ferramenta clínica e diagnóstica baseada na aplicação de hormônios e cirurgia em bebês intersexuais (anteriormente denominados hermafroditas), com base na norma binária de masculino e feminino. Ao utilizar tal termo no sentido de identidade psicológica, Money considera o uso da tecnologia para produzir subjetividade e construir o corpo em um sistema de visibilidade biopolítica¹³ que especifica o corpo humano como feminino ou masculino (PRECIADO, 2018).

Embora se possa, dentro de tais termos, definir se um corpo é masculino ou feminino – no nascimento e até mesmo antes – atribuindo-lhe única e definitivamente a um gênero, a transexualidade traz outra maneira de se pensar o sexo – agora gênero – que não é o biológico, mas sim o "sexo psicológico" – convicção subjetiva de homem ou mulher – que pode ser diferente daquele atribuído ao nascimento, levantando várias questões acerca de verdades arraigadas e colocando a interrogação: real é aquilo que se vê e toca ou aquilo que se sente? Assim sendo o real escapa aos olhos e a explicação empírica. As convicções psicológicas suprimem o reconhecimento biológico visual, não sendo invisíveis ao empírico, e propiciando a sujeitos se afirmarem homens ou mulheres, heterossexuais ou homossexuais, cisgêneros ou transgêneros. (PRECIADO, 2018). É importante notar que o termo gênero surge aqui com uma perspectiva de regulação, de conformar os corpos num modelo binário, ou se é homem ou se é mulher.

¹³ Termo utilizado por Foucault para designar a forma na qual o poder tende a se modificar no final do século XIX e início do século XX. As práticas disciplinares utilizadas antes visavam governar o indivíduo. A biopolítica tem como alvo o conjunto dos indivíduos, a população.

Nesse contexto, os comportamentos passam a ser estimulados e vigiados pelos papéis sociais de gênero. Tais papéis são o conjunto de hábitos, modos e comportamentos pertinentes a determinado gênero – masculino ou feminino – tendo como base alguns critérios, percebidos como "uma representação de um personagem. Tudo aquilo que é associado ao sexo biológico 'fêmea' ou 'macho' em determinada cultura. Estes papéis mudam de uma cultura para outra" (GROSSI, 2010, p. 6), e sofrem modificações dentro de uma mesma cultura. Na cultura ocidental, pautada pelo saber masculino, os papéis de gênero são pautados em dicotomias: os homens seriam dotados de uma natureza ativa, portanto, suas atividades estão situadas na esfera pública. Já as mulheres "naturalmente" passivas e submissas, na esfera privada. Bento (2008) afirma que esse fato está ligado a forma como a pessoa se apresenta, onde aparência e comportamento devam estar de acordo com expectativas sociais de aparência e comportamento de um determinado gênero. Expressão intrinsecamente ligada à cultura que se vivencia, pode ser mutável.

Dessa forma a infância passa a ser regulada, onde os papéis sociais de gênero são constantemente vigiados e por vezes punidos quando da não adequação entre o sexo e o comportamento esperado e pré-determinado de determinado sexo (sentar, andar, brincar, entre outros), por meio de discursos em que tais "discursos, como os silêncios, nem são submetidos de uma vez por todas ao poder, nem opostos a ele. É preciso admitir um jogo complexo e instável em que o discurso pode ser, ao mesmo tempo, instrumento e efeito de poder, e também obstáculo, escora, ponto de resistência e ponto de partida de uma estratégia oposta", (FOUCAULT, 1988, p. 96), ou seja, a vigília do sexo para que esse não se "desvirtue". Essa forma de regulação da infância pode ser observada em frases de controle como: menino não chora, menina não brinca de carrinho, menina não se senta de perna aberta, menino não usa rosa, entre outras.

Assim sendo, as crianças que esboçam qualquer comportamento entendido como não conformidade entre sexo e papel social de gênero passam a sofrer castigos e sanções, onde suas liberdades, entre estas o brincar, é forçadamente direcionado para as expectativas sociais do que se convencionou como universo masculino e universo feminino. Para crianças trans, que ainda buscam entender a si mesmas e ao meio em que estão inseridas, é aterrador e agressivo, pois além de cerceadas e vigiadas sentem-se podadas em suas subjetividades, tendo que performar um comportamento engessado, passando da naturalidade a auto vigília. Nesse processo de vigília e normatização dos corpos encontram-se várias sanções e punições na tentativa de "correção", visando adequação entre sexo e comportamento condizente a este de acordo com a norma cis-heteronormativa.

Nome social: da empatia ao desrespeito

Pessoas transexuais, em geral, enfrentam as maiores dificuldades para permanência na escola/academia, isso se dá pelo fato de diferentes setores da sociedade, como escolas/academias e serviços públicos, se negarem a tratar as pessoas transexuais pelo nome social enquanto não há alteração do seu registro civil. A recusa em tratar pessoas transexuais pelo nome social gera uma série de constrangimentos, uma vez que o nome com o qual as pessoas trans foram registradas não coincide com sua identidade de gênero. O nome social é aquele pelo qual as pessoas travestis e transexuais se reconhecem, e são identificadas, é, portanto, o nome usualmente empregado nas relações diárias do indivíduo, nome que é utilizado publicamente. O nome social vem substituir o nome civil que não aderiu à personalidade da pessoa, dessa forma, evitando constrangimentos e situações embaraçosas. Neste contexto nome social está ligado à identidade de gênero. Observa-se que para a efetivação do nome social é imprescindível à adequação dos documentos (formulários, declarações, certidões, certificados, diplomas e afins) onde o nome social se sobreponha ao nome civil não retificado, como também a modificação do campo sexo para gênero em formulários de matrícula, questionários, diplomas, etc., constitui-se como uma forma de inclusão, pois apenas o modelo binário (feminino ou masculino) não abarca as identidades trans. Os formulários podem conter as opções: homem cisgênero; homem transgênero; mulher cisgênera; mulher transgênera; travesti e não binário.



A Saúde que adocece

A transição de fenótipo que visa a "passabilidade" implica acesso à saúde, onde os meios mais conhecidos para a transição, para aqueles que a desejam, são a hormonização (terapia hormonal) e as cirurgias (entre elas a transgenitalização), entretanto não são as únicas. A implementação do Processo Transexualizador (PrTr) do Sistema Único de Saúde (SUS) só foi possível diante do cenário de lutas sociais, onde foi necessária a apropriação dos discursos patologizantes da ciência para reivindicar atendimento. Para grande maioria das pessoas trans, o único meio possível de atendimento de saúde é a aquisição da "passabilidade". Desse modo, o PrTr consiste em um conjunto de estratégias assistenciais para transexuais e travestis que pretendem realizar modificações corporais ou não, em função do sentimento de desacordo entre seu sexo biológico e identidade de gênero, estando disponível, para aqueles e aquelas que desejam, e que consigam acessar tal serviço, a terapia hormonal e procedimentos cirúrgicos. A primeira cirurgia de redesignação sexual oficialmente comunicada aconteceu em 1952 na Dinamarca.

De acordo com o Ministério da Saúde (BRASIL, 2008), o Processo Transexualizador no SUS foi instituído por meio da Portaria nº 1.707 de 18 de agosto de 2008 e da Portaria nº 457 de 19 de agosto de 2008, pautadas na habilitação de serviços em hospitais universitários e na realização de procedimentos hospitalares.

Visando suprir a grande demanda dos Movimentos Sociais LGBTs pela ampliação do atendimento especializado às pessoas transexuais e travestis e pelo acolhimento sem discriminação, tendo como objetivo revisar a "lógica do cuidado" por meio da estruturação de uma linha de cuidado organizando a atenção à saúde desde a atenção básica à especializada, sendo esta última focada não somente no procedimento cirúrgico e hospitalar, mas também na estruturação e ampliação dos serviços de atenção ambulatorial, a portaria foi readequada sendo publicada a Portaria nº 2.803, em 19 de novembro de 2013, que redefiniu e ampliou o Processo Transexualizador no SUS.

A readequação da portaria tinha o objetivo de atender as pessoas que sofrem com a incongruência de gênero, pois a condição transexual, em nossa sociedade, gera um intenso sofrimento em decorrência do não reconhecimento no corpo biológico e do preconceito. Esta situação leva a diversos distúrbios de ordem psicológica acompanhados de tendências à automutilação e ao suicídio (ARÁN, 2009).

O posicionamento do Ministério da Saúde (BRASIL, 2017), afirma que "a implementação do Processo Transexualizador no SUS, que regulamenta os procedimentos para a

readequação sexual, se insere no contexto da Política Nacional de Saúde Integral LGBT e o desafio subsequente é a garantia do acesso a todas as pessoas que necessitam desta forma de cuidado". A portaria engloba as modalidades hospitalar e ambulatorial. No entanto, questiona-se, por parte da comunidade trans, o nome dado a tal processo, que se assemelha a um "moedor de carne", processo industrial, salientando que antes do PrTr já existiam pessoas trans, assim sendo não precisavam passar por tal processo para se autoidentificar enquanto transexuais e travestis. Atualmente tem-se no país 5 centros habilitados pelo SUS na modalidade ambulatorial e hospitalar (cirúrgico), e 29 centros habilitados pelo SUS e pelas redes estaduais de saúde na modalidade ambulatorial.

Observa-se que PrTr só foi possível mediante a evolução no processo de transição, onde o discurso biotecnológico proveniente das indústrias médicas e terapêuticas dos Estados Unidos no final da década de 1940 foi o ponto de partida de tal evolução. O regime de produção e governo da sexualidade, onde os gêneros, a masculinidade e a feminilidade passam a ser artefatos do capitalismo industrial, o que Preciado nomeou de era farmacopornográfica, que diz respeito à política econômica do sexo no capitalismo avançado, onde novos saberes do campo da medicina, da psicologia e da sexologia expandiram suas fronteiras de regulação biopolítica. (PRECIADO, 2018).

Esse é o momento em que se passou a estabelecer a produção intencional de subjetividade (modificar o corpo) de forma a concordar com a ordem visual e biopolítica do que se supunha ser um corpo masculino ou feminino. Tal conformidade compulsória fez com que intersexuais fossem mutilados no intuito de acordar com a norma cis-heteronormativa, dessa forma, o gênero passa a ser um artefato industrial biotécnico. Desse modo, as tecnologias do gênero, do sexo, da sexualidade e da raça são, na era farmacopornográfica, os verdadeiros fatores econômicos e políticos, que fazem do masculino e do feminino, "termos sem conteúdo empírico para além das tecnologias que os produzem" (PRECIADO, 2018, p. 111).

Embora se possa, dentro de tais termos, definir se um corpo é masculino ou feminino – no nascimento e até mesmo antes – atribuindo-lhe única e definitivamente a um gênero, ressalta-se o "sexo psicológico" – convicção subjetiva de homem ou mulher – que pode ser diferente daquele atribuído ao nascimento, o que coloca a interrogação: real é aquilo que se vê e toca ou aquilo que se sente? Assim sendo o real escapa aos olhos e a explicação empírica. As convicções psicológicas suprimem o reconhecimento biológico visual, não sendo invisíveis ao empírico, e propiciando a sujeitos se afirmarem homens ou mulheres, heterossexuais ou homossexuais, cisgêneros ou transgêneros. (PRECIADO, 2018).

As várias tentativas de afirmação dos gêneros masculino e feminino – cis-heteronormatividade¹⁴ – juntamente com os discursos patologizantes da época – são, nada mais, que "medidas desesperadas (e violentas) para reforçar uma epistemologia abalada". (PRECIADO, 2018, p. 113). Dentre todos os fatos que suscitaram a discussão de gênero, juntamente com as possibilidades apresentadas, um fato foi preponderante para os sujeitos transexuais: a possibilidade de adequar o fenótipo ao gênero com o qual se identificam. "Trata-se de tecnologias biomoleculares, digitais e de transmissão de informação em alta velocidade. Esta é a era das tecnologias suaves, ligeiras, viscosas e gelatinosas que podem ser injetadas, inaladas – incorporadas". (PRECIADO, 2018, p. 85). Enquanto o regime disciplinar do século XIX considerava o sexo natural como imutável, estável e transcendental, na era farmacopornográfica passou a ter plasticidade, desse modo, sintético, maleável, mutável, instável e imitável - portanto, tecnicamente produzido e reproduzível. (PRECIADO, 2018).

Nesse processo, transgêneros se apropriam de medicamentos desenvolvidos para corpos cisgêneros para realizar a transição de fenótipo. (PRECIADO, 2018). Entende-se tal apropriação como uma gambiarra, pois não há pesquisas que visem o desenvolvimento de medicamentos específicos para corpos trans, fato que acarreta prejuízos a saúde de tais pessoas. A exemplo na transição fenotípica, uma mulher trans faz uso da Finasterida ou da Espironolactona – medicamentos desenvolvidos para corpos cis respectivamente para calvície e para o tratamento da hipertensão e distúrbios edematosos – como bloqueadores de testosterona. Desse modo, as novas tecnologias possibilitaram transformações corporais em transgêneros, onde cirurgias e gambiarras farmacológicas produzem "tecnicorpos" que descerram subjetividades ímpares.

Embora o PrTr tenha proporcionado atendimento a pessoas trans, vê-se contrastes e dificuldades na implementação e ampliação do serviço, a exemplo cita-se deliberação do Conselho Federal de Medicina (CFM) de 2019, que por meio da Resolução nº 2.265, reduziu de 18 para 16 anos a idade mínima para o início de terapias hormonais, de 21 para 18 anos a idade mínima para procedimentos cirúrgicos, e o tempo de acompanhamento para cirurgias de 2 para 1 ano (CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA, 2020), tal ato contrasta com fato do Hospital das Clínicas de Recife (PE) ter sido o último centro habilitado, na modalidade hospitalar, em 2014. Da mesma forma que não se observa a ampliação das equipes multiprofissionais de forma a agilizar os atendimentos. Fatores que corroboram para o aumento do tempo de espera para efetivação dos procedimentos, a desigualdade de acesso ao serviço, e as crescentes filas de espera para acessar o PrTr (SAMPAIO; COELHO, 2012; POPADIUK; OLIVEIRA; SIGNORELLI, 2017).

Percebe-se também o despreparo dos profissionais de saúde no acolhimento das

14 Vide no glossário em anexo.

peessoas trans, atitudes que expõe tais sujeitos a discriminações e constrangimentos no âmbito do SUS, gerando exclusão, podendo prejudicar a assistência à saúde, e os afastar do serviço. (ARÁN et al., 2009; ARÁN MURTA, 2009; FREIRE et al., 2013; POPADIUK; OLIVEIRA; SIGNORELLI, 2017; SAMPAIO; GERMANO, 2017). Fato que revela a necessidade da promoção de ações de capacitação e sensibilização dos profissionais de saúde, visando dirimir atos preconceituosos e discriminatórios, buscando, desse modo, promover o atendimento acolhedor e equitativo, evitando, dessa forma, que jovens trans estejam suscetíveis a riscos como infarto e trombose, entre outros.

Na contramão da utopia do atendimento de saúde, observa-se que meninos e meninas trans, tem a internet como consultora e bula para a automedicação, e recorrem à compra de testosterona de maneira clandestina (no caso de meninos trans), bem como a busca por "bombadeiras" para a aplicação do silicone industrial, e a ingestão de hormônios e "bloqueadores" de maneira indiscriminada (no caso de meninas trans), ações fronteiriças a riscos como infarto e trombose, entre outros. Medidas desesperadas em busca da imagem que não veem no espelho, imagem inalcançável até mesmo para cisgêneros, dado que pode ser atestado no fato do Brasil ter se tornado em 2018 o país que mais realiza cirurgias plásticas estéticas no mundo. (SOCIEDADE INTERNACIONAL DE CIRURGIA PLÁSTICA ESTÉTICA - INTERNATIONAL SOCIETY OF AESTHETIC PLASTIC SURGERY - ISAPS, 2019). Assim sendo, observa-se que a "passabilidade" afeta transgêneros e cisgêneros, pois ambos buscam se "encaixar" ao padrão pré-estabelecido. Neste contexto, a exposição de pessoas trans na mídia, "passáveis" e vivendo sua transexualidade de maneira plena, contrasta com a realidade de jovens trans que se frustram ante a TV, mídias e redes sociais em busca da imagem que para eles é, até então, inalcançável. Em sua grande maioria, jovens trans que são expulsos da família, da escola, e que carregam no corpo suas subjetividades e as marcas da transfobia.

Referências

ANTRA. *Dossiê - assassinatos e violências contra travestis e transexuais brasileiras em 2019*. 2020. Disponível em: <https://antrabrasil.files.wordpress.com/2020/01/dossic3aa-dos-assassinatos-e-da-violc3aancia-contra-pessoas-trans-em-2019.pdf>. Acesso em: 12 dez. 2020.

ARÁN, M. et al. Transexualidade e saúde pública no Brasil. *Ciência e Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 14, n. 4, p. 1141-1149, 2009.

ARÁN, Márcia; MURTA, Daniela. *Do diagnóstico de transtorno de identidade de gênero às redescrições da experiência da transexualidade: uma reflexão sobre gênero, tecnologia e saúde*. 2009. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-73312009000100003&script=sci_abstract&lng=pt. Acesso em:

12 maio. 2018.

BAGAGLI, Beatriz Pagliarini. A diferença trans no gênero para além da patologização. *Revista Periódicus*, v.1, n.5, p. 87-100, maio-outubro/2016.

BENTO, Berenice. *O que é transexualidade?* São Paulo: Brasiliense, 2008. 223p.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Portaria nº 1.707, de 18 de agosto de 2008*. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2008/prt1707_18_08_2008.html. Acesso em: 12 maio. 2018.

ASIL. *Relatório sobre violência homofóbica no Brasil: ano de 2012*. Brasília: Secretaria de Direitos Humanos, 2012.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Processo Transexualizador no SUS*. 2017. Disponível em: <http://portalms.saude.gov.br/atencao-especializada-e-hospitalar/especialidades/processo-transexualizador-no-sus>. Acesso em: 12 maio. 2018.

BUTLER, J. ATHANASIOU, A. *Dispossession: the performative in the political*. Cambridge: Polity, 2013.

BUTLER, J. *Problemas de gênero: feminismo e subversão da identidade*. Tradução de Renato Aguiar. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2003.

CECCARELLI, Paulo Roberto, in Viviani, A., (Org.) *Temas da Clínica Psicanalítica*. São Paulo: Experimento, 137-147, 1998.

CÉSAR, Maria Rita de Assis. *Um nome próprio: transexuais e travestis nas escolas brasileiras*. In: REUNIÃO ANUAL DA ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA EM EDUCAÇÃO, 32., 2009, Caxambu. Anais eletrônicos... Rio de Janeiro: ANPED, 2009. 14 p. Disponível em: <http://32reuniao.anped.org.br/arquivos/trabalhos/GT23-5521-Int.pdf>. Acesso em: 20 de jul. 2021.

CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA. *CFM atualiza regras para aperfeiçoar o atendimento médico às pessoas com incongruência de gênero*. 2020. Disponível em: <https://portal.cfm.org.br/noticias/cfm-atualiza-regras-para-aperfeiçoar-o-atendimento-medico-as-pessoas-com-incongruencia-de-genero/>. Acesso em: 07 maio 2021.

FOUCAULT, Michel. *A ordem do discurso: aula inaugural no Collège de France, pronunciada em 2 de dezembro de 1970*. Tradução de Laura Fraga de Almeida Sampaio. São Paulo: Edições Loyola, 2012.

FOUCAULT, Michel. *História da sexualidade I: a vontade de saber*. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1988, p.96.

FREIRE, E. et al. *A clínica em movimento na saúde de TTTS: caminho para materialização do SUS entre travestis, transexuais e transgêneros*. Saúde em Debate, Rio de Janeiro, v. 37, n. 98, p. 477-484, 2013.

FREIRE, Lucas. *Sujeitos de papel: sobre a materialização de pessoas transexuais e a regulação do acesso a direitos*. 2016. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-833320160003000502&script=sci_arttext. Acesso em: 03 jan. 2021.

GROSSI, Miriam Pillar. *Identidade de Gênero e Sexualidade*. Antropologia em Primeira Mão (versão revisada). Florianópolis. 2010.

JUNQUEIRA, R. *O reconhecimento da diversidade sexual e a problematização da homofobia no contexto escolar*. In: Seminário Corpo, gênero e sexualidade: discutindo práticas educativas. Rio Grande. Anais. Rio Grande, RS: FURG. 2007.

LOURENÇO, Daniel. *Queer na primeira pessoa: notas para uma enunciação localizada*. Estudos Feministas, v.25, n.2, p. 875-887, maio-agosto, 2017.

LOURO, Guacira Lopes. *Um corpo estranho: ensaios sobre sexualidade e teoria queer*. Belo Horizonte: Autêntica Editora, 2013.

MENEZES, Lincoln Moreira de Jesus. *Transfobia e racismo: articulação de violências nas vivências de trans*. 2018. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/09/1016512/bis-v19n2-diversidade-62-76.pdf>. Acesso em: 21 dez. 2020.

MOORE, Henrietta L. *Fantasia de poder e fantasias de identidade: gênero, raça e violência*. Indiana University Press. 2000.

NAÇÕES UNIDAS BRASIL. *OMS retira a transexualidade da lista de doenças mentais*. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/83343-oms-retira-transexualidade-da-lista-de-doencas-mentais>. Acesso em: 08 jun. 2019.

PERIÓDICUS, Salvador, n. 8, v. 1, nov. 2017/abr. 2018. Disponível em: <http://www.portalseer.ufba.br/index.php/revistaperiodicus>

PONTES, Júlia Clara; SILVA Cristiane Gonçalves da. *Cisnormatividade e passabilidade: deslocamentos e diferenças nas narrativas de pessoas trans*. *Periodicus*, Salvador, 2013. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/revistaperiodicus/article/view/23211>. Acesso em: 19 dez. 2020.

POPADIUK, G. S.; OLIVEIRA, D. C.; SIGNORELLI, M. C. *A Política Nacional de Saúde Integral de Lésbicas, Gays, Bissexuais e Transgêneros (LGBT) e o acesso ao Processo Transexualizador no Sistema Único de Saúde (SUS): avanços e desafios*. *Ciência e Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 22, n. 5, p. 1509-1520, 2017.

PRECIADO, P. B. *Testo Junkie: Sexo, drogas e biopolítica na era farmacopornográfica*. São Paulo: n-1 edições, 2018.

SAMPAIO, L. L. P.; COELHO, M. T. Á. D. *Transexualidade: aspectos psicológicos e novas demandas ao setor saúde*. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, São Paulo, v. 16, n. 42, 2012.

SILVA, Tomaz Tadeu. *A produção social da identidade e da diferença*. In: SILVA, Tomaz Tadeu (Org.). *Identidade e diferença: a perspectiva dos estudos culturais*. Rio de Janeiro: Vozes, 2014, p. 73-102.

SOCIEDADE INTERNACIONAL DE CIRURGIA PLÁSTICA ESTÉTICA (INTERNATIONAL SOCIETY OF AESTHETIC PLASTIC SURGERY - ISAPS). *Estudo internacional mais recente revela que as cirurgias estéticas continuam crescendo em todo o mundo*. 2019. Disponível em: <https://www.isaps.org/wp-content/uploads/2019/12/ISAPS-Global-Survey-2018-Press-Release-Portuguese.pdf>. Acesso em: 25 fev. 2021.

SOCIEDADE INTERNACIONAL DE CIRURGIA PLÁSTICA ESTÉTICA (INTERNATIONAL SOCIETY OF AESTHETIC PLASTIC SURGERY - ISAPS). *Estudo internacional mais recente revela que as cirurgias estéticas continuam crescendo em todo o mundo*. 2019. Disponível em: <https://www.isaps.org/wp-content/uploads/2019/12/ISAPS-Global-Survey-2018-Press-Release-Portuguese.pdf>. Acesso em: 25 fev. 2021.

SOUSA, Sandra Maria Nascimento. *Fazendo e desfazendo gêneros: Produções do gênero e de certas abjeções: entre "normais" e "anormais", "deuses e monstros", há mais coisas além daquelas que a nossa ciência "da verdade" pode explicar*. São Luís: Edufma, 2015.

WINTER, S., DIAMOND, M., GREEN, J., KARASIC, D., REED, T., & WHITTLE, S. *Transgender people: health at the margins of society*. *Lancet*. 2016.

Educação e TRANS-formação

As proposições que fazem com que transexuais e travestis observem os espaços educacionais formais, informais e não formais¹⁵ como ambientes hostis tem como base a transfobia estrutural, onde as pessoas trans que conseguem se firmar na nesses espaços são confrontados e subjugados pelo padrão cis-heteronormativo¹⁶ evidenciados da educação básica ao ensino superior. Dentre as várias formas de transfobia uma das mais cruéis é aquela que além de discriminar, constranger e expor, viola o direito à educação de crianças e adolescentes trans. As pessoas que não se submetem aos padrões de feminilidades, masculinidades encarados como norma, a partir da ótica do padrão cis-heteronormativo, são reiteradamente expostas, a discriminações de todo tipo e a agressões físicas e verbais, sendo, por fim, expulsas dos espaços educacionais, uma clara violação do direito à educação.

Perante uma sociedade que tem como norte instruir seus cidadãos para a justiça, solidariedade, e livres de qualquer tipo de discriminação e/ou preconceito, é precípuo, para os espaços educacionais, enfrentar a transfobia e promover os direitos humanos, pois atos transfóbicos têm efeitos imediatos. Fugindo a estes termos os espaços educacionais desviam de seu papel transformador e redentor, e torna-se a agenciadora da reprodução de padrões cis heteronormativos, podendo-se entender que tal instituição instrui e aceita atitudes transfóbicas e nessa perspectiva compactua com a transfobia estrutural, ou seja, uma instituição cisheteronormativamente hostil a transexuais e travestis.

O caráter excludente dos espaços educacionais pode ser observado em dois depoimentos, dentre vários, que demonstram as experiências negativas de pessoas trans em espaços educacionais:

"Se não fosse o ódio, eu não tenho dúvidas, hoje, eu seria doutora. No começo, era só eu passar que as pessoas se cutucavam, apontavam. Como se eu fosse um bicho. Me chamavam de aberração" (diz, com a voz embargada, mesmo depois de tantos anos). "Eu era vista como se fosse um bicho num zoológico. As pessoas iam lá na faculdade que eu estudava, passavam por mim no corredor, chegavam no final do

¹⁵ A educação formal é aquela desenvolvida nas escolas, com conteúdos previamente demarcados; a informal como aquela que os indivíduos aprendem durante seu processo de socialização - na família, bairro, clube, amigos, etc., carregada de valores e cultura própria, de pertencimento e sentimentos herdados; e a educação não formal é aquela que se aprende "no mundo da vida", via os processos de compartilhamento de experiências, principalmente em espaços e ações coletivas cotidianas (Gohn, 2006, p. 28). No contexto desta pesquisa visando o aporte didático será usado o termo espaços educacionais.

¹⁶ Vide cisheteronormatividade no glossário em anexo.

outro corredor e perguntavam: 'onde é que está a transexual que estuda aqui?'. Eu me sentia como um animal. Não parecia ser normal eu estar dentro da universidade". "Durante uma aula, ela falou que tinha gente na sala que deveria estar em um salão de beleza ou em uma cozinha, não em uma universidade", (frase proferida uma professora). "Lembro de tudo e sinto medo. Não sei se consigo voltar a uma sala de aula". Rafaela Damasceno. Em 1999, a goiana foi uma das primeiras transexuais a entrar em uma universidade pública no Brasil. A estudante, que tinha na época 23 anos, ingressou no curso de geografia da Universidade Federal de Goiás (UFG) cheia de esperanças e com o objetivo de seguir na carreira acadêmica. O preconceito e a intolerância de colegas e até de professores, porém, a obrigaram a abandonar o sonho e a sair da faculdade sem diploma. Hoje, Rafaela estuda para entrar na faculdade de novo e concluir a graduação em geografia. Ela também quer ingressar no mestrado (AGÊNCIA BRASIL, 2016 apud RODRIGUES, 2018).

"Você tem ideia do que é chegar em uma escola sendo uma mulher transexual e a pessoa da escola dizer que poderia te matricular, mas não garantir a sua integridade? Como é que uma instituição não garante a integridade de um de seus membros, sendo travesti ou sendo qualquer outro tipo de pessoa". Aline Marques, 37 anos, abandonou a escola ainda criança e entrou para a prostituição aos 17 anos. Hoje, aos 37, comemora o fato de ter saído das ruas há 7 meses (AGÊNCIA BRASIL, 2016 apud RODRIGUES, 2018).

O despreparo da educação brasileira na gestão da diversidade com vistas a evitar a transfobia faz com que pessoas trans tenham os espaços educacionais como um território hostil. A baixa escolaridade e a transfobia estrutural são barreiras para a empregabilidade trans, como resultado desse fato observa-se grande número de pessoas trans na informalidade e na prostituição. A Associação Nacional de Travestis e Transexuais (ANTRA) estima que apenas 10% da comunidade trans exercem trabalhos registrados (ANTRA, 2019).

Nesse contexto, observa-se a necessidade da adoção de ações afirmativas, que visem à entrada e permanência de pessoas trans em espaços educacionais. Salienta-se que a invisibilização da população trans pelo Estado começa pela ausência do levantamento de dados sobre tal população no censo demográfico, realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), que dentre tantas perguntas não questiona a orientação sexual ou a identidade de gênero.

Referências

ANTRA. *Dossiê - assassinatos e violências contra travestis e transexuais brasileiras em 2019*. 2020. Disponível em: <https://antrabrasil.files.wordpress.com/2020/01/dossic3aa-dos-assassinatos-e-da-violc3aancia-contra-pessoas-trans-em-2019.pdf>. Acesso em: 12 dez. 2020.

GOHN, Maria da Glória. Educação não-formal, participação da sociedade civil e estruturas colegiadas nas escolas. *Ensaio: aval. pol. públ. Educ.*, Rio de Janeiro, v.14, n.50, p. 27-38, jan./mar. 2006.

RODRIGUES, Júlia Naomi Costa. *Reflexões sobre a hospitalidade no processo de inclusão de transexuais na Universidade Federal do Maranhão*. 2018. 93p. TCC (Graduação em Hotelaria) - Departamento de Turismo e Hotelaria, Universidade Federal do Maranhão. São Luís, 2018. Disponível em: <https://monografias.ufma.br/jspui/bitstream/123456789/2259/1/JuliaRodrigues.pdf>. Acesso em: 28 maio 2021.

ANEXO I - GLOSSÁRIO OBJETIVO/DIRETIVO

AGÊNERO: pessoa que se identifica com a ausência de gênero, ou seja, não sente a necessidade de ser classificada com algum gênero específico.

ALLY: termo inglês, que, em português, significa aliado, ou seja, pessoa que entende e apoia as causas LGBTI+. – Ver "Simpatizante".

ANDROGINIA: termo genérico usado para descrever qualquer indivíduo que assuma postura social, especialmente a relacionada à vestimenta (papel de gênero), comum a ambos os gêneros.

ASSEXUAL: é um indivíduo que não considera a prática sexual algo fundamental. Relaciona-se afetivamente, pode ter atração sexual, contudo, não busca a prática sexual de forma geral.

BIFOBIA: preconceito e discriminação direcionado a pessoas bissexuais por conta de sua orientação.

BIGÊNERO: pessoa que se identifica com dois gêneros (não necessariamente binários). As pessoas podem vivenciar os dois gêneros ao mesmo tempo, ter características de um ou outro gênero mais acentuado em determinados períodos da vida ou até ter uma experiência mais fluida entre os gêneros possíveis.

BINARISMO (de gênero): o termo descreve um sistema no qual a sociedade divide, visibiliza e legitima as pessoas somente entre dois eixos, homem e mulher, gêneros binários construídos socialmente e não evidenciando a existência de outros gêneros.

BISSEXUAL: é a pessoa que se sente atraída, relaciona-se afetiva e sexualmente com pessoas de ambos os sexos/gêneros. O termo "Bi" é o diminutivo para se referir a pessoas bissexuais.

CIRURGIA DE TRANSGENITALIZAÇÃO: é a cirurgia que as pessoas transexuais podem buscar realizar para adequar sua corporeidade a seu gênero. Os termos "cirurgia de mudança de sexo" ou "mudança de sexo" são questionados como transfóbicos, pois se entende que ninguém muda de sexo, a pessoa o adequa.

CISGÊNERO: pessoa que se identifica com o gênero que lhe foi atribuído no nascimento. Obs.: transgênero e cisgênero são noções independentes da orientação sexual.

CISGÊNERO: pessoa que se identifica com o mesmo gênero designado ao nascer.

CISHETERONORMATIVIDADE: conceito que faz referência a um conjunto de relações de poder que normaliza, regulamenta, idealiza e institucionaliza o gênero, sexo e a sexualidade em uma linha ilógica e estritamente horizontal.

CISNORMATIVIDADE: comportamento social compulsório que normatiza e universaliza a perspectiva cisgênera, isto é, que valoriza e valida somente a condição de gênero de quem é cis, o que resulta na transfobia e no cissexismo. Diz-se que a sexonormatividade está para os assexuais como o patriarcado está para as feministas, a heteronormatividade para LGBTI+s, ou a cisnormatividade para transgêneros – Ver "Cissexual".

CISSEXISMO: baseado na ideia do binarismo de gênero, remete a uma espécie de "apagamento" do status jurídico das pessoas trans na sociedade por meio da negação das necessidades específicas dessas pessoas – Ver "Trans".

CROSSDRESSER: pessoa que frequentemente se veste, usa acessórios e/ou se maquia diferentemente do que é socialmente estabelecido para o seu gênero, sem se identificar como travesti ou transexual. Geralmente são homens heterossexuais, casados, que podem ou não ter o apoio de suas companheiras.

DEMISSEXUAL: pessoa que se relaciona com o outro após ter algum tipo de vínculo emocional, psicológica e/ou intelectual com o outro.

DESEJO AFETIVO E SEXUAL: é como a pessoa classifica por quem se sente mais atraída afetiva e sexualmente independentemente do gênero da parceria.

DRAG KING: pessoas do gênero feminino que vivenciam outro gênero para fins artísticos ou de entretenimento. A sua personagem não tem relação com identidade de gênero ou orientação sexual.

DRAG QUEEN: pessoas do gênero masculino que se vestem do gênero feminino para performances para fins artísticos ou de entretenimento. A sua personagem não tem relação com identidade de gênero ou orientação sexual. É considerado um artista performático.

EXPRESSÃO DE GÊNERO: apresentação externa de gênero da pessoa, geralmente seu estilo pessoal: roupas, penteado, maquiagem, joias, inflexão vocal e linguagem corporal. Ela costuma ser categorizada como masculina, feminina ou andrógina. E pode ser congruente ou não com a identidade de gênero da pessoa. Depende da cultura em que a pessoa vive.

FLUIDO (OU "GÊNERO-FLUIDO"): designa uma pessoa cuja identidade sexual é variável, que passa do masculino ao feminino ou até mesmo ao gênero neutro.

FTM: Sigla em inglês para female to male (feminino para masculino). São os homens transgêneros, aqueles que transicionaram do feminino para o masculino.

GAY: pessoa do gênero masculino (cis ou trans) que se atrai, tem, práticas sexuais e/ou relacionamento afetivo com outras pessoas do gênero masculino (cis ou trans) – Ver Lésbica.

GENDERQUEER: indivíduos que não seguem as performances impostas pela sociedade do que é dito "homem" ou "mulher". Trata-se de uma identidade de gênero, as pessoas vivenciam um gênero que lhes é único, independente dos valores atribuídos a cada papel de gênero. Buscam a singularidade, em detrimento da cisheteronormatividade.

GÊNERO FLUIDO OU FLUIDEZ DE GÊNERO: é aquele que se identifica ou se expressa às vezes com determinado gênero e, às vezes com outro gênero. São indivíduos

GÊNERO: conceito criado no século XX. Gênero refere-se a um conjunto de expectativas que recaem sobre as pessoas desde quando elas nascem e exigem delas uma coerência entre seu corpo, sua identidade, suas práticas e desejos. Diferente do sexo biológico, o gênero é uma representação que atribui significado aos indivíduos. A ideia de gênero busca enfatizar as causas culturais sobre as

diferenças e desigualdades entre masculinidades e feminilidades. Quando se fala em gênero, apoia-se em um sistema de diferenciação que, na nossa sociedade, atrelou-se também a relações de poder e posições hierárquicas.

GLS: sigla para "gays, lésbicas e simpatizantes". Não é mais utilizada e foi substituída por *LGBTI+*.

HETERONORMATIVIDADE: o termo heteronormatividade, cunhado em 1991 por Michael Warner, é compreendido e problematizado como um padrão de sexualidade que regula o modo como às sociedades ocidentais estão organizadas. Em sua maioria, a sociedade brasileira é heteronormativa e cisnormativa. Ela considera que o normal é ser heterossexual e cisgênero. Quem foge do padrão seria anormal, esquisito ou até mesmo doente. "Heteronormatividade é um termo que permeia a ideia de binarismo e convenções sociais em relação à orientação sexual".

HETEROSSEXISMO: atitude condizente com a ideia de que a heterossexualidade é a única forma sadia de orientação sexual. O termo é utilizado na mesma acepção que caracteriza as palavras racismo e sexismo.

HETEROSSEXUAL: pessoa (cis ou trans) que se atrai amorosa, física e afetivamente por pessoas de outro gênero (cis ou trans). Heterossexuais não precisam, necessariamente, terem tido experiências sexuais com pessoas de outro gênero para se identificarem como tal.

HOMEM TRANSEXUAL: pessoa que reivindica o reconhecimento social e legal como homem. O homem transexual pode ser heterossexual, homossexual ou bissexual, não se prendendo a gênero.

HOMOAFETIVO: multiplicidade de relações afetivas e/ou sexuais entre pessoas do mesmo gênero, que diferentemente do homoerótico e homossexual, diz respeito aos aspectos emocionais e afetivos envolvidos na relação amorosa.

HOMOFOBIA: violência e preconceito direcionado a qualquer *LGBTI+*. É toda discriminação ou violência, seja ela física ou simbólica, contra pessoas homossexuais.

HOMOSSEXUAL: é a pessoa que se sente atraída sexual, emocional ou afetivamente por pessoas do mesmo gênero. Assim, o termo homossexual pode se referir a homossexuais femininas (lésbicas) ou homossexuais masculinos (gays).

IDENTIDADE DE GÊNERO: gênero com o qual a pessoa se reconhece, que pode ou não ser o mesmo designado pelo sexo biológico ao nascimento. Quando é o mesmo, a pessoa é cisgênero quando é diferente, a pessoa é transgênero. Não tem relação com a orientação sexual.

INTERSEXUAL: pessoa que possui características biológicas que não cabem nas classificações binárias de gênero. Eram designadas, antigamente, como "hermafroditas", termo que não é mais usado por seu caráter pejorativo. Há várias possibilidades de intersexualidade (genética).

LÉSBICA: pessoa identificada pelo gênero feminino que se sente atraída ou mantém relações afetivo-sexuais com pessoas do mesmo gênero.

LESBOFOBIA: violência e preconceito direcionado especificamente às lésbicas por conta de sua sexualidade.

LGBTQIA+: L – lésbica; G – gay; B – bissexual; T – transgênero (travestis, transexuais); Q – Questionando (pessoas que estão em questionamento); I – intersexual; A – assexual. O símbolo "+" diz respeito à inclusão de outras orientações sexuais, identidades e expressões de gênero, outras diversidades possíveis, como fluido, neutro, assexual, entre outros. A sigla LGBTQ cuida-se de acrônimo usado para se referir a pessoas lésbicas, gays, bissexuais, travestis, transexuais, transgêneros e queer e outros questionadores. Segundo artigo do site The Gay UK, a sigla LGBT deveria ser trocada para "LGBTQQICAPF2K+". O Manual de comunicação LGBT da Associação Brasileira de Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis e Transexuais, entende que a sigla é excludente, porque não identifica as pessoas bissexuais, travestis e transexuais e que, portanto, não deve ser empregada como referência às diversas vertentes dos movimentos LGBTI+.

MTF: Sigla em inglês para male to female (masculino para feminino). São as mulheres transgêneras, aquelas que transicionaram do masculino para o feminino.

MULHER TRANSEXUAL: pessoa que reivindica o reconhecimento social e legal como mulher. A mulher transexual pode ser heterossexual, homossexual ou bissexual, não se prendendo a gênero.

NÃO-BINÁRIO: pessoa que não se identifica no binarismo "homem ou mulher". Um espectro de identidades e expressões, baseado na rejeição da ideia simplista que o gênero é, estritamente, uma opção baseada no sexo atribuído no nascimento de acordo com a aparência visual dos genitais.

NOME SOCIAL: nome pelo qual as travestis e pessoas transexuais se identificam e preferem ser identificados, a retificação do registro civil é possível, para transexuais que desejam fazer tal procedimento.

ORGULHO: antônimo de vergonha. Conceito desenvolvido pelo movimento social LGBT para propagar a ideia de que a forma de ser de cada pessoa é uma dádiva que a aproxima de comunidades com características semelhantes às suas, e deve ser afirmada como diferença que não se altera, não deve ser reprimida nem recriminada.

ORIENTAÇÃO SEXUAL: delimita indica por qual(is) gênero(s) a pessoa se atrai, independentemente de sua identidade de gênero. Simboliza para quem a pessoa direciona o afeto/atração dela. As orientações sexuais incluem assexualidade, heterossexualidade, bissexualidade, homossexualidade, pansexualidade, entre outras.

PANSEXUAL: pessoa que aprecia e é atraído por todos os gêneros sexuais, independentemente do sexo ou identidade de gênero.

PANSEXUALIDADE: considera-se que a pansexualidade é uma orientação sexual, assim como a heterossexualidade ou a homossexualidade. O prefixo "pan" vem do grego e se traduz como "tudo". Significa que as pessoas pansexuais podem desenvolver atração física, amor e desejo sexual por outras pessoas, independentemente de sua identidade de gênero ou sexo biológico. A pansexualidade é uma orientação que rejeita especificamente a noção de dois gêneros e até de orientação sexual específica.

PAPEL DE GÊNERO: modo de agir em determinadas situações conforme o gênero atribuído, ensinado às pessoas desde o nascimento. Construção de diferenças entre homens e mulheres. É de cunho social, e não biológico.

POLISSEXUAL: pessoa que se relaciona com pessoas de vários gêneros.

PROCESSO TRANSEXUALIZADOR: trata-se das modificações possíveis que algumas pessoas trans optam por efetivar para adequarem sua corporeidade ao seu gênero. Não se restringem às cirurgias (uma das possibilidades), mas quaisquer intervenções que viabilizem um papel de gênero almejado por cada indivíduo. Algumas pessoas podem se referir ao termo "transição de gênero", mas é termo questionado, uma vez que pode denotar situação temporária e instável.

QUEER: palavra utilizada para denominar uma pessoa fora do espectro da heterossexualidade, que não se identifica no binarismo de gênero (homem ou mulher). O termo surgiu nos anos 80, nos Estados Unidos, e significa, em gíria inglesa, "estranho", "ridículo", "excêntrico", "raro", "extraordinário". As pessoas não-binárias são uma vertente do Movimento Queer, visto que o não-binarismo é um termo que se fala mais recentemente. Logo, o conceito se propõe a questionar o que entendemos como verdade, ou seja, uma essência do que é o masculino, o que é o feminino e do que é do desejo.

SEXO BIOLÓGICO: definido por características cromossômicas específicas, que determinam, entre outras coisas, os órgãos sexuais dos indivíduos. É a estrutura biológica que, de acordo com nossa sociedade, delimita nosso gênero ao nascer. Exemplo: se há vagina, ovários e útero o corpo é classificado como de mulher.

SIMPATIZANTE (gay friendly): é um termo usado para referir-se a lugares, políticas, pessoas ou instituições que procuram ativamente a criação de um ambiente confortável para as pessoas LGBTI+. O termo fazia parte da sigla GLS, que se popularizou por designar, em uma única sigla, não só os "gays" e "lésbicas", mas também aqueles que, independentemente de orientação sexual ou identidade de gênero, são solidários, abertos e "simpatizantes" em relação à diversidade LGBTI+.

TERCEIRO GÊNERO: pessoa que não se identifica nem como homem, nem como mulher (em uma sociedade binária), mas com um novo gênero que tem características próprias e singulares, não cabendo classificações.

TRANS / TRANSGÊNERO: termo genérico (guarda-chuva), que designa todos os indivíduos que não têm a vivência do gênero que lhes atribuíram ao nascimento. São as pessoas transgênero: mulheres transexuais, homens transexuais, gênero queer, travestis, não-binárias, etc.

TRANSEXUAL: indivíduos que buscam, de alguma forma, modificações diversas para se sentirem mais confortáveis com sua corporeidade. Pessoas transexuais sentem que seu corpo não está adequado ao que são e querem adequá-lo ao gênero que têm de si. Esta adequação pode se dar, por exemplo, pelo uso de roupas, tratamentos hormonais, ou mesmo, cirurgias. Deve-se evitar o uso do termo de forma aleatória, preferencialmente, deve-se utilizar "mulher transexual" ou "homem transexual".

TRANSFOBIA: violência em suas mais diversas formas (psíquicas, físicas, verbais) e discriminação que atingem especificamente as pessoas transgênero.

TRANSFORMISTA: indivíduo que se veste com roupas de um gênero diferente do seu sexo biológico, movido por questões artísticas ou de entretenimento. A sua personagem não tem relação com identidade de gênero ou orientação sexual.

TRANSGÊNERO: pessoa que não se identifica com o gênero que lhe foi atribuído no nascimento. Obs.: transgênero e cisgênero são noções independentes da orientação sexual.

TRANSIÇÃO: período durante o qual a pessoa transexual se submete a terapia hormonal e cirurgias (caso desejar), para adquirir características de acordo com sua identidade de gênero.

TRAVESTI: não há uma definição única e exata para o conceito de travesti, antes delimitado por pessoas que performavam um gênero diferente do designado ao nascer, mas que não faziam intervenções cirúrgicas que caracterizam oficialmente a transexualidade. Atualmente, o termo travesti adquiriu um teor político de ressignificação de termo historicamente tido como pejorativo. Ser travesti é diferente de "estar travestido": se travestir se resume a vestir roupas e acessórios, enquanto ser travesti é uma identidade de gênero. Usado para a pessoa que se identifica com o gênero feminino, sendo o correto dizer "a travesti" e não "o travesti".

ATIVIDADE 37

DESCONECTAR IDENTIDADE DE GÊNERO E ORIENTAÇÃO SEXUAL

Objetivos:

- * Fazer com que as participantes desassociem a imagem a orientação sexual
- * Criar um espaço seguro para partilha de dúvidas e questionamentos sobre a sexualidade trans.

Materiais necessários

- * 01 folha de papel A4 por participante;
- * Canetas.

Escrever em folha de papel de maneira que fique visível a todas as participantes:

- * Sexo biológico: masculino / feminino
- * Identidade de gênero: masculino / feminino
- * Expressão de gênero: masculina / feminina
- * Orientação sexual: heterossexual / homossexual / bissexual
- * Prepare uma folha de papel A4 por participante:
- * Desenhe (ou imprima) uma mulher, abaixo do desenho quatro questões:
- * Uma mulher trans é alguém que nasci com o sexo biológico?
- * Qual a identidade de gênero de uma mulher trans?
- * Qual a expressão de gênero de uma mulher trans?
- * Uma mulher trans pode expressar qual orientação sexual?

Tempo Estimado: 1h00min.

Roteiro

- * *Acolhida:* 10 minutos
- * Recepcione as participantes ao som de Linn da Quebrada. Música: Amor Amor

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

Obs. preferencia por vídeo (se possível).

Peça para as participantes sentarem no chão em círculo. Comente com as participantes que o conteúdo do encontro é Feminilidades Trans, questione:

- * Qual a compreensão que têm acerca da transexualidade?
- * Que figura imaginam de uma mulher trans?
- * Alguma das participantes tem alguma amiga trans?
- * Peça que as participantes respondam às questões, deixe claro que elas podem trocar ideias sobre o assunto.
- * Uma mulher trans é alguém que nasci com o sexo biológico?
- * Qual a identidade de gênero de uma mulher trans?
- * Qual a expressão de gênero de uma mulher trans?
- * Uma mulher trans pode expressar qual orientação sexual?

Após concluírem peça para que compartilhem suas respostas, acompanhe as respostas para tirar as dúvidas que possam surgir.

Para concluir, partilhe a mensagem-chave:

Desconectar orientação sexual e identidade de gênero é, por vezes, um exercício difícil, pois o gênero está socialmente conectado as práticas sexuais, fazendo certa confusão entre atração afetivossexual (orientação sexual) e percepção de si (identidade de gênero). Neste contexto cabe observar que pessoas gays, lésbicas e bissexuais são cisgêneros, pois há a concordância entre identidade de gênero e a configuração hormonal e genital de nascença (vide cisgênero no glossário em anexo).

ATIVIDADE 38

MURAL DA TRANSFOBIA

Objetivos

- * Demonstrar como a privacidade de uma pessoa trans é invadida.
- * Convocar as participantes a exercerem respeito e empatia junto às mulheres trans.

Materiais necessários

- * 15 em folhas de papel A4
- * Escreva nas em cada folha uma frase ou uma pergunta transfóbica que mulheres trans ouvem em seus cotidianos:
- * Não sabia que você é trans, você parece uma mulher de verdade!
- * Qual o seu nome de verdade?
- * Mas o que seu namorado acha de você ser trans?
- * Você é uma mulher trans e gosta de mulher? Por que não continuou sendo homem então?
- * Você fez a cirurgia, né? Se não, não é trans mesmo!
- * Ser trans agora é modinha!
- * Você não é mulher mesmo, sabe, né? Mulher tem vagina, útero e peitos!
- * Sou contra cirurgia de mudança de sexo, acho mutilação!
- * Não faz a cirurgia não, você pode mudar de ideia!
- * Eu quero ver uma foto sua de antes de mudar de sexo, mostra aí!
- * Não consigo te chamar pelo nome feminino, pra mim, você ainda é um cara!
- * Descola uns hormônios aí para eu tomar!
- * Você decidiu virar mulher do nada?
- * Nossa, você virou mulher, era tão lindo como homem!
- * Sempre tive curiosidade de experimentar!

Tempo Estimado: 1h30min.

Roteiro: Acolhida

- * Recepcione as participantes com o mural da transfobia ao som de Mel. Musica: O medo.

Link: https://www.youtube.com/watch?v=tq-8g4b44_E

Obs. preferencia por vídeo (se possível).

- * Enquanto as participantes leem as frases e questionamentos do mural tente captar suas percepções.
- * Peça para as participantes sentarem no chão em circulo e pergunte:
- * Como se sentiriam se essas frases e perguntas fossem dirigidas a elas?
- * Quais são as frases ou perguntas mais absurdas e invasivas?
- * Que outras sensações ou percepções tiveram ao lerem o mural?
- * Para concluir questione se alguma das participantes:
- * Teve ou tem alguma professora trans?
- * Para concluir, partilhe a mensagem-chave:

As frases e questionamentos sobre os quais conversamos foram colhidos junto a mulheres trans vítimas da transfobia. Muitas dessas frases vieram de pessoas que para saciar sua curiosidade invadiram a privacidade e provocaram danos emocionais a essas mulheres. Reconhecer o impacto de suas ações, e agir com responsabilidade e respeito é dever de cada uma de nós e de todas as pessoas.

ATIVIDADE 39

LUGAR HOSTIL

Objetivo: Demonstrar como a transfobia é estrutural, vinculando delimitando, entre outras coisas, a quem se destinam os espaços e o lazer.

Materiais necessários: Folha de papel, caneta.

Tempo Estimado: 1h30min.

Roteiro

Acolhida

- * Recepcione as participantes com Liniker. Música: Baby95

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=CZwZX-QdJoE>

Obs. preferência por vídeo (se possível).

- * Peça para as participantes se sentarem no chão formando um círculo. Em seguida, peça que façam uma lista dos lugares que você costuma frequentar (por ex.: shopping, praia, passeios em praças, cinema etc.).

Após as listas estarem completas, questione as participantes:

- * Nos lugares que você listou já identificou alguma mulher trans?
- * Por que vocês acham que mulheres trans não estão nesses espaços?
- * Para concluir, socialize a mensagem-chave:

A violência presente na sociedade interdita às pessoas trans de exercerem plenamente o seu direito a convivência familiar e comunitária e o direito a esportes e lazer. Esses limites e barreiras impostos constroem a subjetividade, especialmente de mulheres trans que passam a perceber determinados espaços como não sendo de seu acesso. O que você pode fazer para mudar essa realidade?

ATIVIDADE 40

THEATRUM REALI (TEATRO REAL)

Objetivo: Demonstrar cotidianos da vida de uma pessoa trans ao acessar "direitos".

Materiais necessários: Espaço para teatralização e duas pessoas da equipe.

Tempo Estimado: 30min.

Roteiro

Acolhida

- * Recepcione as participantes com Jup do Bairro. Música: O corre

Link: <https://www.youtube.com/watch?v=QbeKvHI2sVg>

Obs. preferência por vídeo (se possível).

No centro do espaço duas pessoas fazem uma performance: atendimento em clínica de oftalmologia.

Personagem 01 – pessoa trans.

Personagem 02 – atendente da clínica oftalmológica.

Atuação:

Personagem 01 – Boa tarde, eu gostaria de marcar uma consulta.

Personagem 02 – Boa tarde, pois não, a consulta custa R\$ 80,00. Preciso de um documento com foto, pode ser RG.

Personagem 01 – Olha sou uma pessoa trans, mas não fiz, ainda, a retificação do meu nome, queria lhe pedir para que me chamasse pelo meu nome social.

Personagem 02 – Como assim? Não entendi. Pode me explicar melhor?

Personagem 01 – É porque no meu RG tem um nome, mas que não uso, porque não me representa, então gostaria que você me chamasse de Bruna.

Personagem 02 – Ah sim, entendi você é uma pessoa trans. Olha o sistema mostra e anuncia o nome que é registrado no ato do preenchimento dos dados. Vou falar com minha supervisora para saber se posso lançar seu nome social, porque sou instruída a lançar os dados do RG. Me aguarde um instante, por favor.

Pergunta

- * Você o que faria? Por quê?

Obs. Deixe as participantes argumentarem entre si e com o grupo.

Para concluir, socialize a mensagem-chave:

Essa é uma questão de empatia, se colocar no lugar do outro. Geralmente pessoas cisgênero não pensam sobre esse assunto que, para elas, está resolvido, pois seus nomes não causam constrangimento, mas para pessoas trans o nome é o divisor de águas que pode ou não ser um fator para acesso a direitos e a cidadania. O nome precede a pessoa, pois muitas vezes o seu nome chega antes de você.

ANEXOS FEMINILIDADES TRANS

ANEXO 1 – DICAS PARA FACILITADORAS

- * Estabeleça acordos básicos sobre atenção, respeito pelas outras, confidencialidade e participação (Ver "Atividade: Acordos" na introdução deste manual).
- * É importante ter espaço físico adequado para realizar as atividades sem restrição de movimentos. Evite a arrumação no estilo sala de aula. Em vez disso, faça com que as participantes sentem em círculo durante as discussões para promover maior interação. O espaço também deve ser privado no sentido de que as mulheres jovens precisam se sentir confortáveis para discutir assuntos delicados e opiniões pessoais. Inclua o máximo de movimento físico possível para manter as participantes alerta e interessadas.
- * Seja amigável e crie um bom relacionamento com as participantes.
- * Certifique-se de se vestir apropriadamente.
- * Lembre-se de que a informação deve ser fornecida de forma não-autoritária, neutra e sem julgamentos. Você nunca deve impor seus sentimentos às participantes.
- * Tenha consciência da linguagem e da mensagem apresentada às participantes. Por exemplo, ao discutir com as participantes a questão da violência, é necessário ter cuidado com termos como "combate a violência", "eliminação da violência" palavras que já trazem consigo uma linguagem bélica e contrária ao que está sendo trabalhado.
- * Lembre-se de que, embora as participantes às vezes ajam como se fossem bem-informadas sobre sexo, elas em geral têm dúvidas sobre relacionamentos e saúde sexual.
- * Envolver as participantes na escolha dos temas para a discussão e faça com que os temas sejam pessoalmente significativos. Lembre-se de refletir sempre sobre as atividades e perguntar às participantes como elas podem aplicar o que aprenderam em suas próprias vidas.
- * Esteja preparada para adaptar as atividades se as participantes não souberem ler ou escrever. Por exemplo, em vez de pedir que as participantes leiam um texto individualmente, você pode lê-lo em voz alta. Em vez de pedir que as participantes escrevam algo, você pode pedir que desenhem.
- * Use atividades participativas que sejam divertidas e educativas. Por exemplo, as encenações permitem as jovens explorar problemas que elas talvez não se sintam confortáveis para discutir em outros ambientes. As encenações também ajudam as jovens a praticar diversas habilidades, como negociação, recusa e tomada de decisão, assim como o uso

correto da camisinha. Lembre-se que algumas participantes podem não se sentir confortáveis com o contato físico durante as encenações ou ao representar personagens. Uma alternativa à encenação é o debate em que as participantes precisam argumentar perspectivas que podem ou não ser consideradas com frequência.

- * Não estabeleça um ambiente de medo, pois as jovens podem se desinteressar ou se sentir paralisadas.
- * Se uma participante fizer comentários exagerados ou fornecer informações equivocadas e mitos durante a discussão, tente pedir mais explicações e certifique-se de fornecer fatos e informações precisos. Você pode, também, perguntar se outra participante tem uma opinião diferente ou, se ninguém tiver, você pode dar a sua opinião.
- * Preste atenção se as jovens de um determinado grupo social, cultural ou religioso provocam emoções fortes em você. Use sua reação como oportunidade de refletir e superar suas suposições e preconceitos.
- * Mantenha verificações regulares! As verificações normalmente ocorrem no início de cada sessão. Esse é o momento de perguntar as participantes:
 - Como estiveram desde o último encontro?
 - Aconteceu alguma coisa?
 - Vocês conversaram com alguém sobre os problemas discutidos na última sessão?

Se surgirem questões importantes durante esta etapa, não seja muito rígido sobre a programação. Deixe algum espaço para lidar com os problemas das participantes.

- * Forneça recursos adicionais para que as jovens possam obter mais informações e apoio acerca das questões discutidas no workshop. Por exemplo, talvez seja preciso dizer às participantes onde obter preservativos ou aconselhamento voluntário e exames.
- * Lembre-se, mantenha o controle do tempo. Uma oficina não deve durar mais que 2 ou 2h30min. Mais do que esse tempo, pode cansar as participantes e é importante respeitar o fato de que elas têm outros compromissos. Além disso, não planeje realizar mais do que uma atividade no mesmo dia. O trabalho deve ter um intervalo de dois dias a uma semana.

ANEXO 2 – RECURSOS ONLINE

SAÚDE DA MULHER - GERAL

Atmosfera Feminina

www.atmosferafeminina.com.br (em português).

Feminist Women's Health Center

www.fwhc.org (em inglês e espanhol).

International Women's Health Coalition

www.iwhc.org (em inglês, português e espanhol).

Mulheres de olho

www.mulheresdeolho.org.br (em português).

Manual do adolescente

www.adolescente.psc.br (em português).

Women's Health

www.womens-health-clinic.com (em inglês).

World Health Organization

www.who.int/reproductive-health (em inglês).

EQUIDADE DE GÊNERO E DIREITOS - GERAL

Fundo de Desenvolvimento das Nações Unidas para a Mulher

www.unifem.org.br (em português) e www.unifem.org (em inglês).

Gender Equality and the Millennium Development Goals

www.mdgender.net (em inglês).

Mujeres en red

www.nodo50.org/mujeresred (em espanhol).

United Nations - Women Watch

www.un.org/womenwatch (em inglês).

Women's Human Rights Net

www.whrnet.org (em inglês, português e espanhol).

DIREITOS SEXUAIS E REPRODUTIVOS

Ipas

www.ipas.org (em inglês, português e espanhol).

International Planned Parenthood Federation

www.ippfwhr.org (em inglês e espanhol).

SOS Corpo

www.soscorpo.org.br (em português).

DIVERSIDADE SEXUAL

ABGLT

www.abglt.org.br (em inglês, português e espanhol).

Agência GLBTS

www.agenciagls.com.br (em português).

Fundación Triángulo

www.fundaciontriangulo.es (em inglês e espanhol).

Gay and Lesbian National Hotline

www.glnh.org (em inglês e espanhol).

National Association of LGBT Community Centers (NALGBTCC)

www.lgbtcenters.org (em inglês).

Parents, Families, and Friends of Lesbian and Gays (P-FLAG)

www.pflag.org (em inglês).

ABORTO

Abortion Access Project

www.abortionaccess.org (em inglês).

Católicas pelo Direito de Decidir

www.catolicasonline.org.br (em português).

National Abortion Federation (NAF)

www.prochoice.org (em inglês e espanhol).

VIOLÊNCIA

Campanha da Não-violência contra a mulher

www.bemquerermulher.com.br (em português).

Campanha do Laço Branco Brasil

www.lacobranco.org.br (em português).

Portal de Violência Contra a Mulher - Instituto Patrícia Galvão

www.patriciagalvao.org.br (em português).

GRAVIDEZ

Amigas do Parto

www.amigasdoparto.org.br (em português).

About: Pregnancy and Childbirth

www.pregnancy.about.com (em inglês).

Embarazada.com

www.embarazada.com (em espanhol).

HIV/AIDS

Adolesite - Ministério da Saúde/ Coordenação Nacional de IST e AIDS

www.adolesite.aids.gov.br (em português).

AVERT.org

www.avert.org (em inglês).

The Body: An AIDS and HIV Information Resource

www.thebody.com (em inglês e espanhol).

Ministério da Saúde do Brasil

www.aids.gov.br (em inglês, português e espanhol).

Grupo Pela Vida

www.aids.org.br (em português).

DROGAS

Rede Brasileira de Redução de Danos e Direitos Humanos

www.reduc.org.br (em português).

Cebid - Centro Brasileiro de Informações sobre Drogas Psicotrópicas

<http://www.unifesp.br/dpsicobio/cebrid/> (em português).

De Drogas

www.dedrogas.com (em espanhol).

LasDrogas.info

www.lasdrogas.info (em espanhol).

Observatório Brasileiro de Informações sobre Drogas

www.obid.senad.gov.br (em português)

Portal Drogas

www.drogas.org.br (em português).

Albert Einstein - Sociedade Brasileira Beneficente Israelita Brasileira

www.einstein.br (em português).

ABORDA - Associação Brasileira de Redutoras e Redutores de Danos

www.abordabrasil.org (em português).

TRABALHO

Centro Feminista de Estudos e Assessoria (Cfemea)

www.cfemea.org.br (em português).

Women Work

www.womenwork.org (em inglês).

CEPIA: Cidadania Estudo Pesquisa Informação e Ação

<http://www.cepia.org.br/> (em português)

Pacto Global - ONU

<http://www.pactoglobal.org.br/> (em português).

ANEXO 3 – TESTAGEM DO MANUAL E VÍDEO

As atividades incluídas neste Manual foram testadas com o apoio da Secretaria Especial de Políticas para as Mulheres – SEPM/Ministério da Saúde/Brasil, OAK, IPPF e USAID em quatro países: Jamaica, México, Nicarágua e Brasil. Na Jamaica, o trabalho foi realizado com 35 participantes, divididas em grupos entre 15 e 19 anos e entre 20 e 24. Na Nicarágua, 20 adolescentes entre 15 e 19 anos participaram das oficinas na "Casa Municipal de Adolescentes y Jóvenes" (CMAJ). No México, as atividades foram testadas em Queretaro, com dois grupos de mulheres jovens, totalizando 31 participantes. No Brasil, a testagem foi feita em duas cidades. Com o apoio de lideranças locais, foram selecionadas 90 mulheres, 45 no Rio de Janeiro e 45 em Recife. O resultado da testagem em todos esses países gerou modificações no texto original do Manual e sugestões que podem servir para a aplicação das atividades educativas em outros grupos. Abaixo, seguem comentários e sugestões feitas a partir da testagem.

Em relação aos resultados do teste feito com as técnicas em campo, merecem destaque os seguintes pontos:

- * Maior confiança e desembaraço. O conhecimento adquirido pareceu contribuir para aumentar a autoestima das participantes, que passaram a se sentir mais à vontade para conversar assuntos antes tratados como tabu (tais como HIV/AIDS, aborto, violência, entre outros) com pessoas dentro e fora do grupo. À medida em que as atividades educativas foram realizadas, as participantes tornaram-se mais confidentes. Algumas mulheres se mostraram mais aptas a revelar fatos de sua vida pessoal, como expressão de confiança entre o grupo. As participantes mais jovens começaram a se sentir a vontade com participantes mais velhas.
- * Maior habilidade de comunicação. A tentativa de transformar em palavras os sentimentos nas discussões em grupo, melhorou as habilidades de comunicação das participantes. Algumas foram capazes de se tornar porta-vozes de questões sobre as quais não tinham conhecimento prévio, tais como prevenção de AIDS e a importância do uso do preservativo.
- * O período de tempo insuficiente. Muitas participantes consideraram o tempo das seções insuficiente. Em geral, em atividades educativas em grupo que requerem o diálogo, é muito difícil medir este tempo. Muitas vezes, isto depende da disponibilidade do grupo para discutir o tema e da habilidade da facilitadora explorar algumas questões. No entanto, se lhes são explicadas as limitações do tempo e informado, logo no início da sessão, o tempo do qual dispõem, as participantes se sentem mais confortáveis.
- * Necessidade de capacitação para facilitadoras. Embora todas as

facilitadoras tenham se reconhecido capacitadas para aplicar as técnicas, algumas sentiram que um aprofundamento nos temas mais 'polêmicos', como aborto, gravidez na adolescência, violência contra a mulher, HIV/AIDS, seria de grande valia. As oficinas despertam muita curiosidade nas jovens e é importante que as facilitadoras tenham os conhecimentos apropriados para esclarecer dúvidas e desenvolver as técnicas da maneira mais proveitosa possível.

- * Possibilidade de usar as atividades com mulheres mais jovens e mais velhas. Houve muitos relatos de que as atividades presentes no Manual podem ser também utilizadas com mulheres a partir dos 10 anos de idade, haja vista que a sexualidade tem sido discutida cada vez mais cedo. É importante considerar que refletir sobre sexualidade com adolescentes não é algo que vai estimular-lhes a ter sua primeira relação sexual. O que pode ser necessário é adaptar a linguagem das atividades educativas à linguagem das adolescentes e tornar o encontro mais lúdico.
- * Onde deixar os filhos e/ou irmãos mais novos? Muitas das participantes têm filhos e/ou cuidam de seus irmãos mais novos, por isso, uma das mudanças que pode ser pensada para evitar a falta das jovens em algumas sessões é a criação de uma "brinquedoteca". Um lugar com brinquedos, livros para colorir, livros com histórias infantis onde as crianças pudessem ficar distraídas enquanto as mulheres jovens estão nas atividades. Uma facilitadora extra ou até mesmo alguém da comunidade para acompanhar essas crianças também é uma boa opção para as crianças não ficarem sozinhas.
- * Algumas facilitadoras notaram a necessidade de simplificação/adaptação das atividades para grupos não letrados. Algumas participantes tiveram dificuldade para seguir algumas instruções. Para as atividades que requerem leitura ou escrita, foram sugeridos passos alternativos para simplificar a atividade. Todas as técnicas deste Manual podem ser adaptadas e utilizadas de acordo com as características de cada grupo.
- * Potencialidades da utilização de técnicas de aquecimento e integração. Entre algumas das técnicas sugeridas, a utilização de técnicas auxiliares de aquecimento e integração, foi fundamental para o alcance dos objetivos. Este recurso foi utilizado em alguns locais de testagem, a partir da necessidade percebida pelas próprias facilitadoras, tornando as atividades mais lúdicas e interativas, já que o formato proposto exige uma reflexão constante sobre os temas, de forma profunda. Essas técnicas auxiliares, sempre que utilizadas, foram muito bem recebidas pelas mulheres jovens, sendo por vezes solicitadas por elas próprias.

Em termos de resultados quantitativos, foi utilizado um instrumento simples de pré e pós-teste, para avaliar as mudanças de atitudes e conhecimentos após a participação nas atividades propostas. Por conta das diferentes técnicas, que foram testadas em diferentes contextos, as mudanças avaliadas devem ser consideradas

preliminares. Além disso, o fato do pós- teste ter sido aplicado imediatamente após a participação nas técnicas, não torna possível afirmar mudanças de atitudes a longo prazo. Ainda assim, podemos observar mudanças baseadas nas questões que se seguem. Cada uma destas perguntas foi apresentada com as opções: concordo parcial ou inteiramente, não concordo, não sei.

- * "Eu me sentiria insultada se meu parceiro pedisse para fazer o teste de AIDS".
- * "Em um relacionamento sexual, a mulher é a única responsável em obter contraceptivos".
- * "O homem não precisa se envolver em decisões relacionadas ao aborto".
- * "Mulheres que fazem sexo com mulheres são sem vergonha".
- * "Tomar remédio é a melhor opção para quem gostaria de perder peso".

Houve uma significativa alteração nos percentuais de "não concordo" nesses tópicos, sugerindo uma maior conscientização da necessidade de preservação de sua saúde e também possibilidades de mudanças na compreensão sobre relações de gênero, como o reconhecimento da necessidade de maior equidade, comunicação e negociação nas relações, e a mudança de alguns preconceitos e estereótipos sobre o comportamento da mulher.

- * "Se meu parceiro estiver com raiva e usar violência contra mim, eu devo desculpá-lo".
- * "As mulheres devem ter mais responsabilidade no cuidado com os filhos do que os homens".

O número de participantes que discorda dessas afirmações aumentou, o que indica a alteração de algumas percepções sobre masculinidades e do conceito de passividade e subserviência que seriam supostamente enraizados na "essência" da mulher. Ou seja, pode-se perceber uma tendência de crescimento das percepções sobre a necessidade de uma maior equidade de gênero pelas jovens.

- * "A contracepção de emergência deve ser tomada até 72 horas após ter tido sexo sem proteção".
- * "O uso do álcool aumenta a chance de não usar a camisinha".

O nível de informação das jovens sobre saúde sexual e reprodutiva aumentou consideravelmente. Muitas dúvidas surgiram durante as sessões, sugerindo que escolas e famílias ainda tratam esses assuntos como tabus, privando as jovens do

acesso a informações seguras sobre tais temas e colocando em risco sua saúde.

- * "Se a mulher quiser, ela pode ter mais de um parceiro sexual".

Aqui houve uma percepção diferenciada em duas comunidades da mesma cidade. Uma parece ter absorvido a informação como uma libertação das normas tradicionais de gênero, a mulher deve e pode ter tantos parceiros quanto quiser e não agir passivamente. Ou seja, houve um aumento significativo do percentual de jovens que passaram a concordar com essa afirmação. Já a outra comunidade parece ter assimilado as informações através do prisma da saúde sexual, gerando uma diminuição no número de participantes que concordava, podendo indicar uma maior preocupação com gravidez e doenças sexualmente transmissíveis.

- * "Não posso fazer nada para ajudar uma amiga que esteja em um relacionamento violento".

Houve um aumento do número de jovens que discorda dessa afirmação. Aparentemente mudaram suas perspectivas sobre o que é um relacionamento abusivo e afirmaram estar mais confiantes para procurar relacionamentos mais positivos. Além de não se sentirem tão envergonhadas quanto antes, em falar sobre suas experiências com outras pessoas, reconhecendo-se suficientemente fortes a ponto de quebrarem a cultura do silêncio existente.

- * "Eu acho que os homens são naturalmente mais agressivos do que as mulheres".
- * "Homens e mulheres pensam e agem diferente por fatores biológicos".

A naturalização dos comportamentos de gênero torna difícil percebê-los como construções sociais. É importante estimular o questionamento de normas que tornam fixos os comportamentos e atitudes de homens e mulheres, permitindo transformações que vão ao encontro dos direitos e da saúde sexual e reprodutiva de cada um.

- * "Algumas vezes é difícil para a mulher sair de uma relação violenta, se ela for dependente financeira de seu parceiro".

As mulheres expressaram que nas comunidades há pouco apoio para prevenir a violência e o uso problemático de álcool e outras drogas, sem essa 'rede de proteção'. Por serem, muitas vezes, dependentes do parceiro, torna-se mais difícil exigir o cumprimento do direito à integridade corporal.

Por fim, gostaríamos de deixar claro que os benefícios das atividades contidas nesse Manual não podem ser medidos apenas por estes resultados, nem o impacto dessa ação educativa em longo prazo, embora seja notória a mudança de discurso de algumas jovens e relatos sobre novas descobertas, a partir da participação nas atividades.

Consideramos que a listagem desses comentários e sugestões, feitas a partir da testagem nos quatro países citados, podem ajudar a identificar dificuldades já experienciadas e a superá-las.

Testagem do vídeo

O vídeo "Era uma Vez Outra Maria" também foi construído a partir de testagem de versões preliminares com mulheres jovens. A versão final do vídeo foi bastante elogiada por essas mulheres jovens, que afirmaram observar coerência entre os temas trabalhados no Manual e tratados no vídeo, apontando para as potencialidades na utilização do recurso audiovisual junto com as técnicas propostas, para melhorar os resultados obtidos em relação a abordagem dos temas.

Referências

Barker, G. (2000). Gender Equitable Boys in a Gender Inequitable World: Reflections from Qualitative Research Program Development in Rio de Janeiro, *Sexual and Relationships Therapy*, (15)3: 263-282.

Bock, A.M.M. (2001). *Revendo o conceito de adolescência*. Rio de Janeiro: ABRAPSO.

Bott, S., Guedes, A., Claramunt, M.C. e Guezmes, A. (2004) *Improving the Health Sector Response to Gender-Based Violence: A Resource Manual for Health Care Professionals in Developing Countries*. New York: International Planned Parenthood Federation, Western Hemisphere Region.

Costa, M.A.N. (2003). *Sinergia e capital social na construção de políticas sociais: a favela da Mangueira no Rio de Janeiro*. *Revista de Sociologia e Política*, 21: 147-163.

Curtain, R. (2001). *Youth and Employment: a Public Policy Perspective*. Melbourne: Curtain Consulting.

Economic Commission for Latin America and the Caribbean (ECLAC) (2004). Report on the 9th Regional Working with Young Women: Empowerment, Rights and Health Conference on Women in Latin America and the Caribbean. México, 10-12 de junho de 2004.

Edmundo, K., Bittencourt, D. & Fonseca, V. (2003). *Ideias d'agente: Catálogo de Estratégias Comunitárias de Prevenção das IST/Aids*. Rio de Janeiro: CEDAPS.

ESTRADA, N. R. N. (2006). *Caminhos para "resolver a vida": Significados e alternativas de participação em uma comunidade popular da zona oeste do Rio de Janeiro*. Dissertação (Mestrado). Rio de Janeiro: UFRJ, Instituto de Psicologia.

Fischer, K.W. e Pruyne, E. (2002). Reflective thinking in adulthood: Development, variation, and consolidation. In: Demick, J. & Andreoletti, C. (Eds.) *Handbook of Adult Development*. New York: Plenum: 169-197.

Fonseca, V. (2004). *Saúde, Cultura e Comunidade: Um Estudo Etnográfico do Trabalho de Agentes Locais na Prevenção da AIDS*. Dissertação (Mestrado). Rio de Janeiro: UFRJ, Instituto de Psicologia.

Greene, M. (2004). *Revisión de la literatura y el marco teórico acerca del empoderamiento de mujeres jóvenes*. Cuernavaca: México. mimeo.

Heise, L. e Elias, C. (1995). *Transforming AIDS prevention to meet women's needs: A focus on developing countries*, *Social Science and Medicine*, 40(7): 933-943.

Instituto NOOS e Instituto Promundo. (2002). *Homens, violência de gênero e saúde sexual e reprodutiva: um estudo sobre homens no Rio de Janeiro*. Rio de Janeiro: Promundo.

Lopez-Claros, A. e Zahidi, S. (2005). *Women's Empowerment: Measuring the Global Gender Gap*. Switzerland: World Economic Forum.

Marsiglio, W. (1988). *Adolescent male sexuality and heterosexual masculinity: a conceptual model and review*, *Journal of Adolescent Research*, 3: 285-303.

Mathur, S. e Gupta, G (2004). *Addressing young women and girls' unique vulnerability to HIV/AIDS*. Royal Tropical Institute: Sexual Health Exchange 2004/3-4.

Mensch, B., Bruce, J., e Greene, M. (1998). *The Uncharted Passage: Girls' Adolescence in the Developing World*. New York: Population Council.

Ministério da Saúde (2007). *Plano Integrado de Enfrentamento da Feminização da Epidemia de Aids e outras DST*. Brasília: Ministério da Saúde. Programa Nacional de DST e Aids/SVS. Área Técnica de Saúde da Mulher/SAS. Secretaria Especial de Políticas para as Mulheres.

National Council for Research on Women. (1998). *The Girls Report: What We Know and Need to Know about Growing Up Female*. Disponível em: www.ncrw.org/research/girlsrpt.htm. Acesso em: 27 ago. 2008.

Nzioka, C. (2001). *Perspectives of Adolescent Boys on the Risks of Unwanted Pregnancy and Sexually Transmitted Infections*. Kenya, Reproductive Health Matters, 9: 108-117.

The Population Council e International Center for Research on Women (2000). *Adolescent Girls' Livelihoods: Essential Questions, Essential Tools: A Report on a Workshop*. Washington, DC: The Population Council e International Center for Research on Women.

Prospero, D. (2004). Apesar das conquistas, mulheres são discriminadas e têm menos oportunidades para se destacarem. *Setor 3 - SENAC*. Disponível em: www.setor3.com.br/senac2/calandra.nsf. Acesso em: 27 ago. 2008.

Putnam, R.D. e Feldstein, L.M. (2003). *Better Together: Restoring the American Community*. New York: Simon & Schuster.

Reyes, R. E. (1999). *Nuevos Horizontes: Nuestra salud y los derechos sexuales y reproductivos: Manual de Metodología Educativa desde la perspectiva de Género*. México: Solidaridad Internacional, EMAS A.C.; Salud y Género A.C. e Instituto de la Mujer en España.

Rocha-Coutinho, M. L. (1994). *Tecendo por Trás dos Panos: Mulher Brasileira nas Relações Familiares*, Rio de Janeiro: Rocco.

Scott, J. (1990) *El género: una categoría útil para el análisis histórico*, Revista Educação e Realidade 16(2): 1-27. UNAIDS (2005). *AIDS Epidemic Update*. Geneva: UNAIDS.

NFPA (1994). *Programme of Action of the International Conference on Population and Development*. Cairo, 5-13 September 1994. Disponível em: www.unfpa.org/icpd/icpd-programme.cfm. Acesso em: 27 ago. 2008.

UNFPA (2005). *State of the World Population: The Promise of Equality Gender Equity, Reproductive Health and the Millennium Development Goals*, New York: UNFPA.

United Nations (1995). *Report of the Fourth World Conference on Women*. Beijing 4-15 September 1995. New York: United Nations Department of Public Information.

UNICEF (2001). *Profiting from abuse*. New York: UNICEF.

Vasconcelos, E. M. (2003). *O poder que brota da dor e da opressão: empowerment, sua história, teorias e estratégias*. São Paulo: Paulus.

Velzeboer, M, Ellsberg, M., Clavel Arcars, C., e García-Moreno, C. (2003) *Violence against women: the health sector responds*. Washington, DC: PAHO.

Weiss, E. e Gupta, G. Rao. (1998). *Bridging the Gap: Addressing Gender and Sexuality in HIV Prevention*. Washington, DC: International Center for Research on Women.

World Health Organization (2005). *Multi-country Study on Women's Health and Domestic Violence against Women*. Geneva: WHO.

NOTAS

Este Manual foi criado para ajudar educadoras e educadores a engajar mulheres e homens em discussões sobre como ideias rígidas sobre o que significa ser mulher e homem afetam as escolhas de mulheres, sua saúde e sexualidade.

O manual foi testado no Brasil, Jamaica, México e Nicarágua e inclui introduções teóricas e uma série de atividades participativas para o trabalho em grupo com mulheres jovens (entre 15 e 24 anos) sobre diversas questões, incluindo saúde sexual e reprodutiva, violência e participação comunitária. Para complementar as atividades propostas aqui, o manual é acompanhado do vídeo "Era uma vez outra Maria", que conta a história de uma mulher jovem que comei;a a questionar os "sim" e os "não" do mundo à sua volta e como isso influencia seus atos e sua maneira de ser. Falando sobre brincadeiras de crianças, tarefas domésticas e papéis nas relações íntimas, o vídeo contribui para promover uma reflexão crítica sobre os desafios que as meninas precisam vencer ao se tornarem mulheres.

Aliança H é uma parceira internacional para a promoção da equidade de gênero entre os jovens. São membros da Aliança:

ECOS (Sao Paulo) | Instituto PAPAÍ (Recife) | Salud y Genero (México) | World Education (EUA) | CORO (Índia) | IPPF/WHR | JohnSnowBrasil | OPAS PATH | Population Council | SSL International (Durex).

