

“Falar de sexualidade com os jovens é também falar de afetos e emoções”



Na sessão “Sexo a cores”, alunos debateram o que distingue uma relação saudável de uma relação abusiva

Debate A sexualidade foi um dos temas abordados durante a III Semana da Saúde, dinamizada pela Secundária Francisco Rodrigues Lobo. O interesse dos alunos do 12º ano sobre a temática foi manifesto

A participação de Isabel Gaio na sessão “Sexo a cores”, dinamizada, na passada sexta-feira, na Secundária Francisco Rodrigues Lobo, em Leiria, no âmbito da III Semana da Saúde, surpreendeu mas não desiludiu.

Com 77 anos, a antiga funcionária da escola, avó de um aluno, escolheu uma das atividades do programa “Conexões íntimas: sexualidade e afetos”, dedicado ao 12º ano, sentou-se entre as três dezenas de jovens inscritos e debateu com eles o que distingue uma relação amorosa e sexual saudável de uma relação abusiva.

Mas não só. Entre eles, pintou ainda, numa figura desenhada numa folha de papel, as zonas do coração, dos genitais e do cérebro, com uma escala de cores

muito pessoal, sinalizando o seu estado psicológico e emocional nos últimos 15 dias, a frequência de atividade sexual e a frequência em que se colocou eventualmente em risco, um exercício e desafio lançado a todos os alunos. No final, procurou ainda estabelecer, nesse mesmo desenho, eventuais ligações entre os três indicadores e as três áreas, seguindo as orientações da psicóloga Catarina Oliveira.

A sessão de apenas 50 minutos pareceu curta para abordar um tema tão complexo mas ainda permitiu dividir a turma em dois grupos, tendo um deles debatido as características de uma relação saudável e o outro as de uma relação abusiva.

Antes dessa análise, Catarina

Oliveira introduziu os resultados de alguns estudos, que apontam para o facto de “a tensão física e emocional afetar negativamente a sexualidade”. Ou seja, “o nosso estado físico e psicológico afeta o nosso desempenho o nosso desejo e a nossa performance”, alertou, adiantando ainda que “13% dos estudantes sexualmente ativos admitem ter tido relações sexuais na decorrência de consumos de álcool”.

Quanto aos fatores associados ao aumento dos parceiros sexuais, alguns estudos indicam “uma forte interrelação entre comportamentos de riscos”, notou.

Catarina Oliveira explicou ainda que, na adolescência, e porque “o pensamento abstrato ainda não está bem alicerçado”, os jovens têm dificuldade em perceber a sua “vulnerabilidade, por exemplo, em relação a doenças sexualmente transmissíveis, o que quer dizer que há uma maior probabilidade de se exporem a riscos sem avaliar ou prever as

consequências de alguns comportamentos”.

A psicóloga reportou ainda que “a disfunção ejaculatória foi a disfunção sexual mais referida” pelos jovens inquiridos do sexo masculino, enquanto “a disfunção erétil, sobretudo associada ao consumo de drogas, foi a segunda mais referida”. Quanto ao sexo feminino, “o que é mais referido é a dor no ato sexual, a dificuldade em atingir o orgasmo e a dificuldade de lubrificação”, acrescentou, dando conta que, “na mulher, o estado psicológico tem muito mais influência nestes aspetos do que no homem, embora a ansiedade e os consumos” também comprometam a saúde sexual masculina.

Catarina Oliveira não tem dúvidas de que falar de sexualidade na adolescência, nomeadamente em contexto escolar, é importante: “Nós temos vindo a sentir, cada vez mais, que os miúdos iniciam mais cedo as suas vidas sexuais, mas, infelizmente, continua a ser muito tabu na família falar sobre sexualidade”.

Dados que assustam

“Também nos assustam muito os dados que chegam do ensino superior sobre esta questão”, mas também “sobre relações abusivas e violência no namoro”, acrescenta a especialista, considerando fazer “todo o sentido trazer o tema à Semana da Saúde, mais especificamente para os alunos do 12º ano, que já têm mais facilidade em conversar connosco, em debater, em exporem as ideias deles, porque, em idades mais precoces, é um bocadinho mais difícil”.

“Também achamos que, nesta fase, eles já têm de facto mais algum discernimento e alguma capacidade para se colocarem a eles próprios em causa e aos seus comportamentos”, conclui.

Para Isabel Gaio, que assume particular interesse pelas questões da saúde, a aula revelou-se “interessante”, mesmo se “a sexualidade na nossa idade se resume aos abraços, aos beijinhos e às boas atenções”.

“No meu tempo não havia nada disto e é bom haver”, disse, enaltecendo “a forma aberta como falam das coisas, porque no meu tempo, enfim...”. “Quando me casei, até para falar com a minha mãe acerca do namoro, eu tinha quase que fazer continência e, nessa altura, eu já tinha necessidade de conversar”, confidenciou, convicta que o assunto não deve ser tabu.

Falta informação

Fátima Carvalho, coordenadora do Projeto de Educação para a Saúde e Sexualidade (PESES), na Secundária Francisco Rodrigues Lobo, concorda e reforça a importância da educação sexual, alertando para a falta de informação e respetivos riscos. “Muitas vezes são os próprios alunos que dizem que gostariam de falar sobre determinadas temáticas porque têm dúvidas”, adianta ao REGIÃO DE LEIRIA, referindo que não querem apenas falar de métodos contraceptivos, mas também “de afetos e de emoções”.

No âmbito da III Semana da Saúde, a secundária dedicou ainda um dia ao tema “Atividade física, sabor e nutrição” para o 10º ano e outro à “Atividade física e saúde mental” para o 11º ano.

A iniciativa, que contou com o apoio de várias entidades, incluiu ainda um rastreio de saúde, vários *showcookings*, bancas com informação, momentos culturais e de animação, atividades físicas, palestras, *peddy-paper*, sessões de autocuidado e construção de um mural, entre outras atividades.

MR