



## NAMORO: DIREITOS E DEVERES

É durante a adolescência que nos tornamos independentes, estabelecemos a nossa identidade e assumimos a nossa sexualidade (1). A experimentação é uma condição inerente à adolescência, permitindo desenvolver todas estas tarefas essenciais neste período tão importante do nosso ciclo de vida! Desta forma, é durante este período que muitos começam a namorar...

Mas, afinal, o que é namorar? Ao consultar o dicionário, podemos verificar que é “pretender o amor de” ou “procurar inspirar amor em” ou, ainda, “manter uma relação amorosa com”. (2). Para perceber melhor, podemos ainda procurar o que é o amor e, assim, perceber que é o “sentimento que predispõe a desejar o bem de alguém” (3). Sendo assim, namorar e amar implicam, ambos, desejar o bem e receber o bem de alguém!

Para que possamos viver o namoro em toda a sua plenitude, como todos merecemos, devemos estar conscientes dos nossos direitos e deveres:

Em qualquer relação, temos o direito de:

- Ser respeitado, independentemente de se ser rapaz ou rapariga, da idade, nacionalidade e origens culturais;
- Dar a nossa opinião;
- Estabelecer limites;
- Dizer “Não”;
- Decidir e escolher livremente, sem pressões;
- Ter outros amigos;
- Passar tempo com as pessoas de quem gostamos;
- Não ser agredido psicológica, emocional, física ou sexualmente (4).

Em qualquer relação, temos o dever de:

- Respeitar a outra pessoa, independentemente do seu sexo, idade, nacionalidade e origens culturais;
- Aceitar a opinião da outra pessoa, principalmente quando é diferente da nossa;
- Respeitar os limites da outra pessoa;
- Escutar a outra pessoa;
- Permitir que a outra pessoa faça escolhas e decida livremente, sem pressões;
- Aceitar que a outra pessoa tem o direito de ter outros amigos;
- Dar à outra pessoa espaço para passar tempo com pessoas de quem gosta;
- Não agredir psicológica, emocional, física ou sexualmente a outra pessoa (4).

Devemos ainda lembrar-nos sempre que:



- A violência nunca é uma forma de expressar amor ou paixão por outra pessoa;
- Os ciúmes não servem de justificação para qualquer comportamento violento (5).

Acima de tudo, o direito e o dever mais importantes no namoro são: amar e ser amado!  
Portanto, de desejar o bem e sentir o bem de alguém!

Referências bibliográficas:

1. Levy ML. Adolescência – Uma Fase do Ciclo de Vida. Acta Pediatr Port 1997; 3(28): 207-9
2. Namorar in Dicionário Infopédia da Língua Portuguesa. Porto: Porto Editora, 2003-2018. <https://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa/namorar> (acesso em 10/03/2018);
3. Amor in Dicionário Infopédia da Língua Portuguesa. Porto: Porto Editora, 2003-2018. <https://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa/amor> (acesso em 10/03/2018);
4. Associação Portuguesa de Apoio à Vítima. Direitos e deveres no namoro. <http://www.apavparajovens.pt/pt/go/direitos-e-deveres> (acesso em 10/03/2018);
5. Associação Portuguesa de Apoio à Vítima. Violência no namoro. <http://www.apavparajovens.pt/pt/go/o-que-e1> (acesso em 10/03/2018).

Maria Inês Santos, Pediatra, Sociedade Portuguesa de Medicina do Adolescente da  
Sociedade Portuguesa de Pediatria

Texto elaborado para o Portal Criança e Família, SPP 2018.04.04