



A SEXUALIDADE NA ADOLESCÊNCIA

A adolescência traz consigo mudanças biológicas, intelectuais, emocionais e sexuais importantes que se traduzem em aquisições singulares no desenvolvimento humano, capazes de alterar profundamente quem somos, a nossa visão do mundo e o nosso relacionamento com os outros. A sexualidade não é disto exceção e com as mudanças pubertárias surgem também as primeiras sensações relacionadas com a curiosidade sexual, a noção de intimidade interpessoal e a experiência de emoções como o enamoramento e a paixão.

A masturbação é um dos comportamentos que começa a assumir novos contornos na adolescência, uma vez que aqui ganha busca de sensações e prazer. É importante que os pais compreendam que a masturbação é uma atividade comum na adolescência, que permite ao jovem conhecer e compreender as sensações do seu corpo, sem riscos associados.

Na adolescência surge também a necessidade de testar, sendo a experimentação sexual ou a curiosidade relativa à intimidade com outros uma parte frequente do processo. Neste sentido, é fundamental apoiar os jovens na construção de atitudes responsáveis e conscientes nas referidas práticas sexuais.

Ao reconhecer a importância da informação sobre a contraceção, sobre a prevenção de doenças sexualmente transmissíveis (VIH e outras) e da gravidez indesejada, de uma forma adaptada à maturidade e características de cada jovem, pais e educadores estão a possibilitar aos filhos a vivência de uma sexualidade mais saudável e positiva. Mais ainda devem ser debatidos com o jovem a importância do prazer de ambos e a noção de consentimento e partilha de intimidade. Esta informação pode ser transmitida através das conversas informais, com temas do quotidiano, do acesso a livros, sites ou outros recursos, ou até da “sugestão” de uma consulta de planeamento familiar.

A par de noção da importância da adoção de comportamentos sexuais responsáveis, é importante a transmissão de que a vivência da sexualidade pode assumir diferentes expressões e que todas elas serão válidas desde que não interfiram com a liberdade pessoal e dos outros e ajudem o jovem a sentir-se pleno, seguro e feliz, naquelas que são as suas escolhas.

Inês Torrado, Pediatra

Texto elaborado para o Portal C&F, SPP 2020.04.20©

Texto elaborado por solicitação para o Portal C&F, SPP 2020.04.20