

## UNIDADE DIDÁTICA

### GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA: PARE, PENSE, INFORME-SE, PREVINA-SE



Fonte: [www.falasp.futuro.usp.br/arquivo/e036/e036res.php](http://www.falasp.futuro.usp.br/arquivo/e036/e036res.php)

**PROFESSORA PDE: Beatriz Reinehr Vimmer**

**PROFESSORA ORIENTADORA UTFPR: Kátia Elisa Prus Pinho**

**NRE: União da Vitória**

## INTRODUÇÃO

Se para os adolescentes de hoje o que não falta é o acesso às informações, como justificar o fato que casos de gravidez na adolescência continuam acontecendo, ou melhor, vem aumentando nesses últimos anos?

O mundo moderno, sobretudo no decorrer do século vinte e início do século vinte e um vem passando por inúmeras transformações nos mais diversos campos: econômico, político e social. Essa situação favoreceu o surgimento de uma geração cujos valores éticos e morais encontram-se desgastados. O excesso de informações e liberdade recebida por esses jovens os levam à banalização de assuntos como o sexo, por exemplo. Essa liberação sexual, acompanhada de certa falta de limite e responsabilidade é um dos motivos que favorecem a incidência de gravidez na adolescência.

Então, estatísticas nos mostram que enquanto a taxa de gravidez em mulheres adultas cai, aumenta o número de casos de gravidez na adolescência e diminui a idade das adolescentes grávidas. Segundo os dados do IBGE, desde 1980 o número de adolescentes (15 a 19 anos) grávidas aumentou 15%. Isso significa que, no Brasil, anualmente, pelo menos 700 mil jovens têm filho, sendo que 1,3% delas têm idade entre 10 e 14 anos.

No Município de Cruz Machado, local onde resido, de acordo com dados da Secretaria Municipal da Saúde entre os anos de 2002 a 2007, 392 jovens menores de 20 anos engravidaram, correspondendo a 21 % dos partos que são realizados no município (SMS- 2008).

Existem vários fatores que contribuem para que isso aconteça: menarca precoce, a influência da mídia na exploração do corpo, a condição econômica das famílias, ausência de um projeto de vida, a falta de projetos de orientação sexual nas escolas e nas famílias, etc.

As informações acerca da sexualidade humana podem ser encontradas com facilidade nos livros, na internet, etc. Mesmo assim, não estão sendo suficientes para evitar casos de gravidez indesejada na adolescência. Isso nos mostra que a informação por si só não basta. É preciso discutir sexualidade fazendo os adolescentes perceberem que é algo inerente à vida e à saúde, que se expressa no ser humano desde o nascimento até a morte.

Segundo Egypto (2003):

Nunca se mostrou, pelo menos no Brasil, tanta coisa a respeito de sexo, mas não existe espaço de reflexão. Há muito estímulo, muita excitação, mas pouca ou nenhuma reflexão. O que acontece com as crianças e adolescentes é que eles não conseguem se situar nesse emaranhado de coisas e ficam respondendo àquela sexualidade “sacana”, àquela coisa consumista. Cabe a escola provocar a reflexão e o espírito crítico naquilo que é consumido pelas crianças e adolescentes.

Portanto, é necessário que a escola traga as informações junto com reflexões, para que os adolescentes percebam que a adolescência é um momento de formação escolar e de preparação para a vida adulta, sendo assim, precisam aprender a se valorizar como seres humanos e construtores de suas próprias vidas.

A disciplina de Ciências favorece a discussão sobre os temas referentes à sexualidade humana, no caso dessa unidade didática sobre gravidez na adolescência, pois o estudo do corpo humano já faz parte dos conteúdos curriculares dessa disciplina de ensino. Os alunos da 8ª(9ª) série do Ensino Fundamental já possuem certa maturidade para que lhes seja proporcionado uma reflexão sobre o tema proposto, série indicada para aplicação dessa unidade, mas pode ser utilizada na 7ª(8ª) série ou na 1ª e 2ª séries do Ensino Médio.

## **OBJETIVO GERAL**

Proporcionar aos adolescentes informações para que possam desenvolver e exercer sua sexualidade com prazer e responsabilidade, podendo assim evitar uma gravidez não planejada.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Contribuir para melhor acesso dos adolescentes às informações sobre sua sexualidade;
- Proporcionar conhecimento sobre o corpo, para que valorizem e cuidem de sua saúde como condição necessária para usufruir o prazer sexual;

- Contribuir para que os adolescentes possam resgatar a sua auto-estima;
- Abrir espaço de discussão sobre os desafios que os adolescentes enfrentam com uma gravidez não planejada;
- Proporcionar informações sobre o aborto e suas conseqüências no organismo;
- Utilizar-se das Novas Tecnologias da Educação na busca de informações e elaboração do conhecimento.

**"O mundo sempre sorri para aquelas pessoas que levam a vida a sério."  
(Autor desconhecido)**

## **ESTRATÉGIAS DE AÇÃO**

Esta unidade didática sobre sexualidade com ênfase na gravidez na adolescência, visa atingir alunos da 8ª série (9ª série) do Ensino Fundamental do Colégio Estadual Barão do Cerro Azul do Município de Cruz Machado no Estado do Paraná.

Estão previstas atividades entre os meses de março a junho do ano de 2009, permeadas com os conteúdos curriculares da disciplina de ciências desta série de ensino.

Será utilizada uma metodologia participativa, que permitirá aos envolvidos uma atuação efetiva, valorizando os conhecimentos e experiências dos mesmos, envolvendo-os na discussão para identificação e busca de soluções-problemas que emergem suas vidas cotidianas. Todas as atividades foram planejadas visando o respeito ao ser humano, buscando a valorização do corpo, evitando assim a vulgarização do mesmo. Para tanto, faz-se necessário desenvolver o trabalho baseado no prazer, na vivência e na participação em situações reais e imaginárias, onde através de técnicas de dinâmicas de grupo, pesquisas, filmes, DVDs informativos, textos e outros, os participantes consigam por meio de fantasias, trabalharem situações concretas.

## INTERVENÇÃO

**Sugestão de texto sobre gravidez na adolescência:**

**Fonte:** [http://br.geocities.com/wepaaabrasil/aed/ap\\_co/contracepcao.html](http://br.geocities.com/wepaaabrasil/aed/ap_co/contracepcao.html)

**1ª ATIVIDADE – Reunião dos pais.**

**2ª ATIVIDADE – Aplicação do questionário**

1) Qual é o seu sexo?  <input type="checkbox"/> masculino <input type="checkbox"/> feminino	2) Qual é a sua idade?  <input type="checkbox"/> 13 <input type="checkbox"/> 14 <input type="checkbox"/> 15 <input type="checkbox"/> mais que 15
3) Você reside com:  <input type="checkbox"/> os pais <input type="checkbox"/> os tios <input type="checkbox"/> os avós  <input type="checkbox"/> outros	4) Sua forma de diversão é: (escolha duas opções)  <input type="checkbox"/> Dançar <input type="checkbox"/> sair com os amigos  <input type="checkbox"/> praticar esportes <input type="checkbox"/> namorar  <input type="checkbox"/> passear <input type="checkbox"/> internet <input type="checkbox"/> outros
5) O significado de ser adolescente para você é:  <input type="checkbox"/> poder ficar sozinho <input type="checkbox"/> escutar música  <input type="checkbox"/> saber transar <input type="checkbox"/> ser rebelde  <input type="checkbox"/> não ser compreendido na escola  <input type="checkbox"/> não ser compreendido em casa  <input type="checkbox"/> assistir TV <input type="checkbox"/> brincar  <input type="checkbox"/> outro . Qual?-----	6) Assinale três assuntos do seu interesse:  <input type="checkbox"/> esporte <input type="checkbox"/> música <input type="checkbox"/> AIDS  <input type="checkbox"/> novela <input type="checkbox"/> aborto  <input type="checkbox"/> agressividade <input type="checkbox"/> drogas  <input type="checkbox"/> cuidados com o corpo  <input type="checkbox"/> gravidez  <input type="checkbox"/> problemas com os pais  <input type="checkbox"/> Outro. Qual? .....

<p>7) É importante discutir o tema sexualidade na escola:</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não</p> <p>Porque?</p>	<p>8) De que maneira as informações sobre sexualidade chegam até você?</p> <p><input type="checkbox"/> Mãe <input type="checkbox"/> Pai <input type="checkbox"/> Mãe e Pai  <input type="checkbox"/> Amigos <input type="checkbox"/> professores</p> <p><input type="checkbox"/> televisão <input type="checkbox"/> internet</p> <p><input type="checkbox"/> Profissionais da saúde <input type="checkbox"/> outros</p>
<p>9) Você se preocupa com o seu corpo?</p> <p><input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não</p>	<p>10)O que você mais valorizaria em uma pessoa para ter relação sexual?</p> <p><input type="checkbox"/> beleza <input type="checkbox"/> amizade <input type="checkbox"/> carinho</p> <p><input type="checkbox"/> amor <input type="checkbox"/> companheirismo</p> <p><input type="checkbox"/> outros</p>
<p>11)Quais métodos anticoncepcionais você conhece e saberia utilizá-lo ou indicar para o parceiro ou parceira utilizar:</p> <p><input type="checkbox"/> camisinha <input type="checkbox"/> DIU</p> <p><input type="checkbox"/> pílula anticoncepcional</p> <p><input type="checkbox"/> injeção <input type="checkbox"/> Diafragma</p> <p><input type="checkbox"/> pílula do dia seguinte</p> <p><input type="checkbox"/> não conheço nenhum</p>	<p>12)Quais os processos que podem resultar em uma gravidez:</p> <p><input type="checkbox"/> beijo na boca <input type="checkbox"/> através da masturbação <input type="checkbox"/> através de remédios</p> <p><input type="checkbox"/> relação sexual <input type="checkbox"/> Não sei</p>
<p>13)A mulher pode engravidar:</p> <p><input type="checkbox"/> desde o nascimento</p> <p><input type="checkbox"/> a partir dos 10 anos</p> <p><input type="checkbox"/> a partir da 1ª menstruação</p> <p><input type="checkbox"/> Não sei</p>	<p>14)O homem é fértil:</p> <p><input type="checkbox"/> desde o nascimento</p> <p><input type="checkbox"/> com 21 anos</p> <p><input type="checkbox"/> a partir da puberdade</p> <p><input type="checkbox"/> não sei</p>

**3ª ATIVIDADE – Tabulação dos dados e construção de gráficos com a utilização do laboratório de Informática do Paraná Digital.**

**4ª ATIVIDADE - Construção de um mural com os dados da pesquisa.**

**5ª ATIVIDADE - Informações sobre o corpo, Aparelho Reprodutor Masculino e Feminino, período fértil e métodos anticoncepcionais (livros didáticos, dinâmicas, DVDs educativos, filmes e vídeos do Youtube.**

**Sugestão de Filme: JUNO**

### **Sinopse**

Juno MacGuff (Ellen Page) é uma adolescente que engravida de maneira inesperada de seu colega de classe Bleeker (Michael Cera). Com a ajuda de sua melhor amiga, Leah (Olivia Thirlby), e o apoio de seus pais, Juno conhece um casal, Vanessa (Jennifer Garner) e Mark (Jason Bateman), que está disposto a adotar seu filho, que ainda nem nasceu.

### **Informações técnicas do filme:**

Título no Brasil: Juno  
Título Original: Juno  
País de Origem: EUA  
Gênero: Comédia / Drama  
Classificação etária: 10 anos  
Tempo de Duração: 92 minutos  
Ano de Lançamento: 2007  
Estréia no Brasil: 22/02/2008

### **Sugestões de DVD educativo**

#### **1) Kit Educação Sexual: Inteligência – Editorial**

[inteligenciaeditorial@yahoo.com.br](mailto:inteligenciaeditorial@yahoo.com.br)

- **Volume 1: Os Aparelhos Reprodutores, a Adolescência e a Puberdade.**
- **Volume 2: A Gestação e o Nascimento**
- **Volume 3: Métodos Anticoncepcionais.**

## DINÂMICA - MITO OU REALIDADE

**Objetivo:** Refletir sobre os mitos relacionados à anatomia, fisiologia, anticoncepção e doenças sexualmente transmissíveis (DST).

**Duração:** 30 a 45 minutos.

**Material:** Tiras de papel com frases escritas (ver as frases na Folha de Recursos do Coordenador) e quadro-negro ou folhas grandes de papel.

**Observação:** Leve em conta a sensibilidade dos adolescentes. Se o grupo rir da resposta de algum deles, lembre que todo mundo acredita num mito.

### Desenvolvimento:

1. Diga aos jovens que eles vão participar de um jogo que os ajudará a saber a verdade sobre os mitos relacionados com a sexualidade. Esclareça que, embora sexo e sexualidade estejam presentes em todas as áreas de nossa sociedade (televisão, livros, revistas e filmes), raramente a informação correta é fornecida. Explique que os mitos, boatos e superstições freqüentemente são aceitos como realidade.
2. Divida o grupo em duas equipes e peça que fiquem em lados opostos da sala. Cada subgrupo deverá escolher um nome para si.
3. Apresente as tiras com as frases viradas para baixo. Peça a um voluntário de uma das equipes que escolha um dos papéis e leia o que está escrito em voz alta. Os membros da equipe podem falar entre si durante algum tempo para determinar se a frase é um mito ou uma realidade. O voluntário que fez a leitura deve anunciar a decisão final do grupo.
4. Em seguida, diga se a resposta está correta e marque um ponto sob o nome da equipe num cartaz.
5. Continue com os demais voluntários das equipes, até que todas as frases tenham sido discutidas.
6. Marque um tempo para a discussão de cada frase. Aproveite esse tempo para dar informações adicionais, caso necessário.
7. Comente os pontos de discussão.

### Sugestões para reflexão:

- Pergunte ao grupo se tem perguntas sobre alguns dos mitos.
- Diga ao grupo que muitas pessoas acreditam em alguns mitos, e que estes variam de acordo com época e a cultura.
- De onde provêm? Onde adquirimos informações sobre a sexualidade? É correta a informação que adquirimos? Onde podemos obter informações corretas?

**Atividades opcionais:** Peça aos adolescentes que discutam os mitos sexuais com seus pais. Além disso, que verifiquem os mitos em que seus pais acreditavam quando eram jovens.



## ***Mito ou realidade?***

A seguir, apresentamos algumas frases, com instruções para utilização no jogo de mitos e realidade. Leia cuidadosamente cada uma das frases para ver se são adequadas à sua comunidade e acrescente informações relevantes sobre as políticas e as leis que regulam a saúde reprodutiva dos jovens (quando escrever as frases, não escreva "Mito" ou "Realidade"):

**Mito 1** - Quase todos os adolescentes já tiveram relações sexuais ao completar 19 anos. Pesquisas indicam que muitos adolescentes brasileiros tiveram relações sexuais antes dos 19 anos, mas, por outro lado, uma grande percentagem deles escolheu não ter relações sexuais durante a adolescência, ou antes, do casamento.

**Realidade 2** - Uma vez que uma menina tenha tido sua primeira menstruação, poderá ficar grávida. Quando uma menina começa a ter os períodos menstruais, significa que seus órgãos reprodutores começaram a funcionar e que, por isso, pode ficar grávida. Entretanto, isso não quer dizer que esteja pronta para ter um filho, nem que seu corpo esteja maduro para tê-lo.

**Realidade 3** - Antes de ter sua primeira menstruação, a menina pode ficar grávida. Como os ovários podem liberar um óvulo antes de seu primeiro período menstrual, é possível, mas não freqüente, que fique grávida antes da primeira menstruação.

**Mito 4** - Não é saudável para a menina lavar a cabeça ou nadar durante o seu período menstrual. Não há razão nenhuma para que uma mulher restrinja suas atividades durante a menstruação. Atividade física diminui cólicas menstruais.

**Mito 5** - Sem penetração e ejaculação vaginal não há risco de gravidez. Pode ocorrer a gravidez sem penetração, caso o rapaz ejacule próximo a vagina "sexo nas coxas".

**Mito 6** – Adolescentes precisam da autorização dos pais para solicitar métodos anticoncepcionais num serviço de planejamento familiar. Os serviços de planejamento familiar geralmente asseguram o sigilo de seus atendimentos (Observação ao coordenador: verifique se isso ocorre em sua comunidade).

**Realidade 7** - os jovens podem ter doenças sexualmente transmissíveis sem manifestar sintomas. Algumas doenças sexualmente transmissíveis manifestam sintomas facilmente reconhecíveis, outras não. A gonorréia, por exemplo, geralmente não apresenta sintomas na mulher. É importante consultar um médico se há suspeita de infecção, ou contato sexual com pessoa infectada.

**Mito 8** - Uma moça não pode engravidar se teve poucas relações sexuais. Uma mulher pode ficar grávida sempre que mantém relações sexuais, inclusive na primeira vez.

**Realidade 9** - Uma moça pode ficar grávida se tiver relações sexuais durante a menstruação. É possível que uma moça fique grávida durante seu período menstrual. Se os ciclos menstruais são curtos e o período menstrual longo, a ovulação pode ocorrer no final da menstruação.

**Mito 10** - As pílulas anticoncepcionais causam câncer. As pílulas, na realidade, protegem as mulheres contra dois tipos de câncer dos órgãos reprodutores (câncer endometrial e câncer dos ovários). Entretanto, a pílula é um dos métodos anticoncepcionais mais seguros e eficazes e quaisquer que sejam os efeitos colaterais e riscos, estes são menores que as conseqüências da gravidez e do parto.

**Mito 11** - A ducha previne a gravidez. A ducha vaginal não é um método anticoncepcional e deve ser evitada, pois pode provocar infecções vaginais e após a relação ajuda a levar o sêmen para dentro do útero.

**Realidade 13** - As camisinhas ou preservativos ajudam a prevenir a propagação das doenças sexualmente transmissíveis. As camisinhas são um método anticoncepcional efetivo, e também um modo eficaz de prevenir a propagação de muitas doenças sexualmente transmissíveis, inclusive a aids.

**Realidade 14** - os adolescentes podem receber tratamento para doenças sexualmente transmissíveis sem permissão dos pais. Como no caso de fornecimento de métodos anticonceptivos, as clínicas e os médicos geralmente não exigem permissão dos pais para o tratamento de doenças sexualmente transmissíveis. (Observação ao coordenador: verifique as leis ou políticas atuais).

**Mito 15** - O álcool e a maconha são estimulantes sexuais. Têm exatamente o efeito contrário. O álcool e a maconha podem aumentar o desejo e reduzir as inibições, mas dificultam o ato sexual por reduzir o fluxo de sangue da área genital.

**Mito 16** - Uma moça pode saber sempre exatamente qual é o seu período fértil, a fim de evitar a gravidez. Ninguém pode estar absolutamente segura de quando ovula. Embora os métodos não naturais (Billings, tabela, temperatura) possam funcionar com alguns casais, são muito seguros, e implicam em muitas regras rígidas sobre quando o casal pode ter relações sexuais. Esses métodos podem ser de difícil utilização pelos jovens.

**Mito 18** - As meninas, em geral, são estupradas por estranhos. Uma grande percentagem dos estupros registrados é realizada por homens conhecidos das mulheres (amigos ou parentes).

Fonte: <http://www.abennacional.org.br/revista/cap6.3.html>

## **MÉTODOS ANTICONCEPCIONAIS**

**Sugestão para busca de textos sobre métodos anticoncepcionais.**

Fonte: [http://br.geocities.com/wepaaabrasil/aed/ap\\_co/contracepcao.html](http://br.geocities.com/wepaaabrasil/aed/ap_co/contracepcao.html)

## **6ª ATIVIDADE - Resgate da auto-estima e elaboração de um sonho ou projeto de vida.**

**“Na utopia dos sonhos é que construímos a nossa melhor realidade.”  
(Camila Borges)**

Auto-estima é a opinião e o sentimento que cada um tem por si mesmo. É ter consciência de seu valor pessoal, acreditar, respeitar e confiar em si. Coisas nem sempre são tão simples assim.

A auto-estima, juntamente com o amor-próprio, é a base para o ser humano. É a cura para todas as dificuldades e sofrimentos. E mais, é a cura para todas as doenças de origem emocional e relações destrutivas.

A auto-estima influencia tudo que fazemos, pois é o resultado de tudo que acreditamos ser, por isso o autoconhecimento é de fundamental importância para aumentar a auto-estima. Ou seja, confiar em si mesmo, ouvir sua intuição, acreditar em sua voz interior, respeitar seus limites, reconhecer seus valores, expressar seus sentimentos sem medo, sentir-se competente, capaz e se tornar independente da aprovação dos outros, tudo isso faz com que a auto-estima se eleve. Mas é um processo gradativo que exige trabalho e conscientização.

Essa atividade será realizada com o auxílio de duas dinâmicas:

### **DINÂMICA AUTO-ESTIMA**

**Objetivo:** Explicar aos jovens o que é auto-estima e o que influi nela.

**Duração:** 20 a 30 minutos.

**Material:** Folhas de papel para cada membro do grupo.

**Desenvolvimento:**

1. Pergunte ao grupo se alguém sabe o que é "auto-estima". Se ninguém souber, explique que a auto-estima é a forma como uma pessoa se sente a respeito de si mesma, e que a auto-estima está estreitamente relacionada com nossa família e nosso meio ambiente. Mostre que, a cada dia, enfrentamos situações que afetam o modo como nos sentimos a respeito de nós mesmos. Por exemplo, se brigarmos com nossos pais ou se um amigo nos critica isso pode prejudicar nossa auto-estima.
2. Entregue uma folha de papel para cada participante, explicando que representa sua auto-estima. Explique que você lerá uma lista de situações que podem ocorrer, ocasionando prejuízo à nossa auto-estima.
3. Diga que cada vez que você ler uma frase, eles devem arrancar um pedaço da folha de papel, na mesma proporção em que essa situação afetaria a auto-estima.

Dê um exemplo: leia a primeira frase, rasgue um pedaço de sua própria folha de papel, dizendo: "Isso me afeta muito, ou isso não me afeta muito".

4. Leia as frases que julgar adequadas, ou crie suas próprias frases.
5. Depois de ler todas as frases que afetam a auto-estima, explique que agora eles vão recuperar a auto-estima. Diga que reconstituirão sua auto-estima aos pedaços, também.
6. Comente os pontos de discussão.

**Observação:** Certifique-se de ter a mesma quantidade de frases para reforçar a auto-estima e para enfraquecê-la. Adapte ou crie frases, de forma que reflitam o mais fielmente possível as situações vividas pelos jovens em sua comunidade.

Afetar a auto-estima (imagine que, na última semana, aconteceu o seguinte:)

1. Uma briga com seu/sua namorado
2. Seu chefe ou seu professor criticou seu trabalho
3. Um grupo de amigos íntimos não o convidou para um passeio
4. Seu pai ou sua mãe o chamou de malcriado
5. Um amigo revelou um segredo que você contou a ele
6. Surgiu um boato sobre sua reputação
7. Seu/sua namorado (a) o deixou por causa de outro
8. Um grupo de amigos zombou de você por causa de sua roupa ou de seu penteado
9. Você tirou péssimas notas numa prova, ou fracassou no trabalho
10. Seu time de futebol perdeu um jogo importante
11. Um menino de quem você gosta recusou um convite para sair com você

Recuperar a auto-estima (Na última semana, imagine que aconteceu o seguinte:)

1. Algum colega de trabalho ou da escola pediu seus conselhos sobre um assunto delicado
2. Um rapaz/uma moça de quem você gosta convidou-o para sair
3. Seu pai ou sua mãe lhe disse que gosta muito de você
4. Você recebeu uma carta ou um telefonema de um amigo
5. Você tirou boas notas numa prova, ou se saiu bem em seu trabalho
6. Um rapaz/uma moça aceitou seu convite para sair
7. Seu time ganhou um jogo importante
8. Seus colegas da escola o escolheram como líder
9. Você ganhou uma bolsa de estudos
10. Seu/sua namorado mandou-lhe uma carta de amor
11. Todos os seus/suas amigos elogiaram sua roupa ou seu penteado

**Sugestões para reflexão:**

- Todos recuperaram sua auto-estima?
- Qual foi a situação que mais afetou sua auto-estima? Por quê?
- E qual causou menos danos?
- Qual foi a situação mais importante na recuperação da auto-estima?

- Que podemos fazer para defender nossa auto-estima quando nos sentimos atacados?
- Que podemos fazer para ajudar nossos amigos e familiares quando sua auto-estima está baixa?
- Crie alguns pontos de discussão para as perguntas que surgirem.

### **Atividades Opcionais:**

1. Peça aos jovens que façam uma lista sobre como reagiriam a situações que afetassem sua auto-estima, como poderiam se defender do efeito que essas situações pudessem causar.

Peça aos jovens que elaborem uma lista, durante um dia, sobre coisas ou fatos que melhoraram sua auto-estima, e que apresentem suas listas em pequenos grupos.

Fonte: <http://www.abennacional.org.br/revista/cap6.3.html>

**"Sonhos são como deuses quando, não se acredita neles deixam de existir"**

**(Paulinho Moska)**

## **O PROJETO VOCÊ**

Para que um adolescente consiga ter esperanças e sonhar com o futuro, é necessário que ele dê um sentido à sua vida.

Dar sentido à vida é elaborar um projeto para ela.

Do projeto de vida ele poderá e deverá extrair vários tipos de prazer, fazer algo que o agrada, ter a sensação de que estará evoluindo e tornando-se cada vez melhor.

Para tanto é necessário que reflita: O que vou ser quando crescer? O que eu quero para minha vida? Quais serão os objetivos a serem alcançados?

## **DINÂMICA (PROJETO DE VIDA)**

Busque um lugar tranquilo, confortável e coloque uma música de fundo.

Faça com que reflitam as seguintes questões:

- 1) Fazer um levantamento breve do que eles conseguem lembrar-se de sua vida pessoal até hoje (onde nasceu, quem são os seus pais, aonde mora, etc.).
- 2) (Quais foram os principais acontecimentos da vida em relação: a família, afetividade, escola, trabalho, etc.).

- 3) Pense nas características que você sabe que tem e naquelas que foram indicadas por outras pessoas.
- 4) Hoje quais são seus compromissos: O que faz? Por que faz? E o que sente?
- 5) Quais as qualidades que uma pessoa deve ter?
- 6) Como você imagina sociedade ideal para todos viverem?
- 7) Em que você acredita?
- 8) O que lhe dá prazer nas coisas que você realiza? (trabalho, estudo, lazer, etc.)
- 9) Em quais atividades gostaria de centrar suas energias?
- 10) Como anda a relação com você mesmo?
- 11) Como anda seus relacionamentos?
- 12) O que você faz que aproxime ou afasta das pessoas?
- 13) O que você pensa em ser no futuro?
- 14) O que você tem feito para capacitar-se e realizar-se profissionalmente?
- 15) Como você tem pensado o futuro para poder garantir as questões básicas de sobrevivência: moradia, alimentação, saúde, cuidados com o corpo, lazer,...

### **ESCREVENDO UM SONHO – UM PROJETO DE VIDA**

Como todo projeto, sua vida começa, termina e é única. Nenhum projeto de vida vale à pena se não tiver qualidade. Você tem obrigação de ser feliz.

O seu projeto de vida deve responder aonde você quer chegar.

Peça para que os seus alunos reflitam e escrevam em uma folha:

- 1) Que decisões ou atitudes (ações concretas) você pretende tomar nos seguintes aspectos:
  - a) Relacionamento familiar;
  - b) Relacionamento afetivo;
  - c) Vida de estudo e preparação profissional;
  - d) Vida no trabalho;
  - e) Vida diária;
  - f) Relacionamento com você mesmo;
  - g) Relacionamento com seus amigos.
- 2) Reflita sobre sua missão: o que você quer fazer na vida e como vai conseguir chegar lá.
- 3) Visão de seis meses: pense livremente e anote o que você gostaria de alcançar neste período.
- 4) Visão de dois anos: faça o mesmo exercício para dois anos.
- 5) Visão de sete anos: faça o mesmo exercício de antes pensando em tudo o que gostaria de realizar até o final de sete anos.
- 6) Agora escreva um texto com base nas suas anotações, elaborando um projeto de vida para o qual o seu sonho de vida está voltado neste momento.

**“Sem Sonhos, as perdas se tornam insuportáveis,  
as pedras no caminho se tornam montanhas,  
os fracassos se transformam em golpes fatais.  
Mas, se você tiver Grandes sonhos...  
Seus erros produzirão crescimento,  
seus desafios produzirão oportunidades,  
seus medos produzirão Coragem. ”  
(Autor Desconhecido)**

## **7ª ATIVIDADE – Reflexão dos casos de gravidez indesejada.**

Esta etapa tem como objetivo mostrar para os adolescentes que não basta ter informações sobre sexualidade, mas é preciso ter maturidade para saber decidir qual é o melhor caminho a seguir.

Divida a sala em quatro grupos, de preferência faça uma mistura entre meninos e meninas. Entregue uma das Estórias de casos de gravidez não planejada para que cada grupo leia e discuta as questões propostas. Depois organize a sala em círculo e coloque em discussão com todo o grupo.

### **Estória de Camila**

Camila tem 15 anos e é a filha mais velha, numa família de três irmãos. A sua mãe é secretária em uma grande empresa e trabalha o dia inteiro; à noite, mesmo quando está atarefada, sempre encontra um tempinho para conversar com os filhos e ver se vai tudo bem com eles. O pai também trabalha o dia todo.

Quando terminou a 8ª série, Camila foi com a família de sua melhor amiga passar as férias em Salvador. Era a primeira vez que ela viajava sem a sua própria família e por isso sua mãe lhe fez mil recomendações, mesmo confiando no bom senso da filha e acreditando que havia lhe dado todo tipo de informação possível sobre sexualidade.

O sol, a praia, o calor, tudo era maravilhoso e Camila sentia que estava vivendo o melhor período da sua vida. Teve certeza disso quando conheceu Tiago. Um mineiro de Itajubá, 18 anos, olhos cor de mel.

O namoro corria solto, gostoso, até que um dia Tiago convidou Camila a ir na casa em que ele estava hospedado porque todo mundo tinha ido a Itaparica e eles poderiam ficar toda a tarde juntos, sozinhos e tranquilos.

Camila pensou um pouco e resolveu aceitar. Afinal, estava apaixonada e se sentia preparada para iniciar sua vida sexual.

Quando chegou à casa de Tiago, Camila teve certeza que a transa ia rolar. O ambiente cheirava a caju maduro, Tiago estava super romântico. Foram para um canto da sala e começaram a se beijar e a se abraçar.

Um dado momento Camila disse que era virgem, que não tomava pílula e que tinha medo de engravidar. Tiago acalmou-a ele tinha certeza.

Camila, então, lhe disse que sua mãe sempre lhe dizia que se cuidasse e que todo mundo deveria usar camisinha por causa da AIDS. Tiago ficou nervoso: "Transar com camisinha é o mesmo que chupar bala com papel" - disse ele. "Além do mais eu não sou homossexual, nem tomo drogas. Não ponho camisinha de jeito nenhum".

Camila acabou topando e eles transaram sem prevenção alguma.

As férias acabaram e Camila voltou para casa. Ficava horas pensando naquela tarde, lembrando detalhe por detalhe e escrevendo longas cartas para Tiago. Tiago, por sua vez, também ia lhe escrevendo cartas e mais cartas.

Depois de um mês e meio, Camila percebeu que alguma coisa estava acontecendo, tinha enjôos constantes e sua menstruação estava atrasada.

Ficou desesperada. "E se eu estiver grávida?", pensou.

A mãe de Camila notou que sua filha estava muito agoniada. Nem parecia aquela Camila que tinha voltado tão radiante e apaixonada das férias. È noite, quando voltou do trabalho, foi até o quarto da menina e perguntou-lhe o que estava acontecendo.

Quando Camila contou, sua mãe começou a chorar e a lhe dizer que ela tinha lhe dito mil vezes que se prevenisse e que ela tinha que ter tomado esses cuidados.

No dia seguinte foram ao médico e veio a confirmação. Camila estava realmente grávida.

- Quem teria que pensar na contracepção? Camila ou Tiago?
- Como vocês imaginam que seria um papo sobre contracepção entre os dois?
- Como eles poderiam se prevenir?
- A menina pode engravidar na primeira vez que transa?
- O que vocês acharam da atitude de Tiago quando Camila lhe pediu que usasse camisinha?
- O que vocês acham que Camila fez quando Tiago se recusou a usar o preservativo?
- O que vocês acham que ela deveria ter feito?
- O que vocês acharam da afirmação de Tiago quanto a não ser homossexual nem tomar drogas e, portanto, não ter AIDS?
- Como vocês encaram a atitude da mãe de Camila?
- Como vocês acham que Camila se sentiu com a notícia?
- Quais seriam as opções de Camila?



- Qual delas vocês acham mais acertada para este caso? Por quê?
- Na opinião do grupo, qual será a atitude de Tiago?
- E a do pai de Camila?

### **Estória de Paula**

Paula chumbou três anos seguidos. Quando chegava ao portão da escola, perguntava-se: "O que é que venho aqui fazer?". De manhã, era costume discutir com o namorado porque queria deixar de ir às aulas. E deixou mesmo. Pouco tempo depois ficou grávida. Tinha 18 anos e o 9.º ano incompleto. "Nem tinha estudos, nem tinha trabalho", reconhece hoje, arrependida do abandono escolar precoce.

A gravidez resultou de um desleixo: a carteirinha da pílula acabou, mas a compra de outra caixa era adiada todos os dias. Paula lembra-se dos avisos do namorado: "Ele dizia-me: "Paula, tu andas a brincar com isto!"".

Dois anos depois do nascimento da filha, Paula está a fazer um estágio remunerado como camareira num hotel. O dinheiro que recebe permite ajudar a sustentar a casa, até porque o namorado está desempregado. Até agora o único trabalho que tinha conseguido era fazer limpezas em escritórios.

Paula parece encaixar no perfil que os especialistas consideram ser o de boa parte das mães adolescentes de hoje em dia: quando engravidam já abandonaram a escola, mas ainda não têm um emprego seguro.

- Será que Paula pensou na contraceção de forma correta?
- O que eles poderiam ter utilizado como método contraceptivo, já que ela não havia comprado a pílula anticoncepcional?
- A menina pode engravidar se não utilizar nenhum método contraceptivo e transar?
- O que vocês acharam da atitude de Paula de abandonar os estudos?
- O que vocês acham que ela deveria ter feito antes de engravidar?
- Será que Paula teve que interromper os seus projetos de vida quando soube que estava grávida?
- O que provavelmente foram essas mudanças?
- Quando as pessoas têm um filho para criar, podem pensar em recusar trabalho, mesmo que este seja pouco remunerado? Por quê?

### **Estória de Rose**

"Nunca imaginei que fosse tão difícil ser mãe aos 15 anos! O pai do meu filho era só um ficante, mas um dia transamos e aconteceu. Quando contei a ele sobre a gravidez, o garoto disse que não tinha nada a ver com isso e que nem acreditava que o filho fosse dele. O pior foi enfrentar meus pais. Escondi até o quinto mês. Depois, não deu mais. Meu pai ficou superbravo e até agora não aceita o que eu fiz. Tive que deixar a escola para cuidar do bebê, pois minha mãe trabalha e não pode ficar com ele. Com isso, perdi minhas amigas e, desde que engravidei, não saí mais com elas. Sou eu quem tem de olhar meu filho dia e noite. Nunca mais namorei. Parece que os meninos fogem de mim ao descobrirem que eu já sou mãe."

Fonte: <http://atrevida.uol.com.br/revista/Edicoes/147/artigo33309-1.asp?o=s>

- Será que uma relação sexual deve acontecer entre pessoas que mal se conhecem?
- Quais os riscos que uma relação sexual sem proteção pode trazer?
- Esconder a gravidez dos pais é uma boa solução? Por quê?
- Quando duas pessoas resolvem ter uma relação sexual elas devem pensar nas conseqüências que esse ato pode trazer?
- Quais as principais perdas que um (a) adolescente tem, quando se depara com uma gravidez não planejada?
- A responsabilidade da gravidez é somente da adolescente?
- Quem deve pensar na prevenção da gravidez? O adolescente ou a adolescente?
- Quais as primeiras reações do homem, quando descobre que vai ser pai sem ter tido um planejamento?
- Será que um adolescente é digno de ser chamado de pai, após ter tido uma reação como o da estória de Rose?

### **Estória de Gertrudes**

"Eu sabia como evitar a gravidez. Até usei pílula durante um tempo, mas parei porque estava engordando. Então engravidei do garoto com quem namorava há um ano. No início, ele disse que iria assumir. Depois, não quis saber. No final, minha família achou que seria pior se a gente se casasse. Então, fiquei com meus pais mesmo. Eu gosto da minha filha, claro, mas não pensei que iria perder a juventude por causa da maternidade. Minha mãe cuida dela, mas eu preciso trabalhar para ajudar nas despesas e meus pais exigem que eu estude à noite. Não tenho tempo pra quase nada, nem consigo mais conversar com pessoas da minha idade. Às vezes, me sinto sozinha."

Fonte: <http://atrevida.uol.com.br/revista/Edicoes/147/artigo33309-1.asp?o=s>

- Será que o casamento é a solução, quando acontece uma gravidez não planejada?
- Uma gravidez prende namorada (o)?
- Os pais dos (das) adolescentes não estão preparados para enfrentar a idéia de ver sua filha grávida ou de seu filho ser pai precocemente e expulsa seu (sua) filho (a) de casa. O que vocês acham que aconteceria nas casas de vocês? Seus pais aceitariam numa boa ou haveria algum problema?
- As estatísticas mostram que uma grande parte das adolescentes que engravidam sem planejamento, tem entrado em depressão. Por que vocês acham que isso acontece?
- O uso de pílulas anticoncepcional na adolescência não é um método muito indicado pelos médicos. Na opinião do grupo, se caso o adolescente resolver ter relações sexuais, qual seria o método mais indicado para adolescentes? Por quê?

Exercícios para os adolescentes, que fará com que reflitam sobre a possibilidade de se tornarem pais e mães nessa fase da vida que estão.

1 – Experimente pensar naquilo de que um bebê que está a caminho precisa e classifique as necessidades dele segundo as opções abaixo, marcando com um X.

	Fundamental	Importante	Dispensável
Enxoval			
Remédios			
Mamar			
Pré-natal			
Estimulação			
Música			
Higiene			
Atenção e carinho			
Vacinas			
Ir ao médico regularmente			
Muitas fraldas			
Chupetas			
Ser atendido quando chora			
Sair para passear			
Ter limites			
Pai			
Mãe			
Alguém que converse com ele			
Berço			
Quarto			
Carrinho			
Mimos			
Ter rotina			
Companhia			
Brinquedos			
Família			
Beijos			
Leite em pó			
Alguém que cuide			
Ser desejado			

2 – E agora pense nas necessidades da mãe e do pai adolescentes, durante a gravidez e depois do nascimento do bebê, marcando também com um X em cada item.

		Fundamental	Importante	Dispensável
Dinheiro	Pai			
	Mãe			
Sair com os amigos	Pai			
	Mãe			
Fazer acompanhamento pré-natal	Pai			
	Mãe			
Dieta e exercícios	Pai			
	Mãe			
Orientação para cuidar do bebê	Pai			
	Mãe			
Alguém que ajude	Pai			
	Mãe			
Divertir-se	Pai			
	Mãe			
Dormir	Pai			
	Mãe			
Comer bem	Pai			
	Mãe			
Descansar	Pai			
	Mãe			
Cuidar do corpo	Pai			
	Mãe			
Conversar com alguém	Pai			
	Mãe			
Transar	Pai			
	Mãe			
O álbum do bebê	Pai			
	Mãe			
Assistir a TV	Pai			
	Mãe			
Praticar esportes	Pai			
	Mãe			
Trabalho remunerado	Pai			
	Mãe			

Após o preenchimento das tabelas, faça um debate com os alunos, perguntando o que eles acharam das responsabilidades que os pais adolescentes precisam assumir? E sobre as renúncias que eles deverão fazer nas suas atividades enquanto adolescentes com a responsabilidade de serem pais?

## **8ª ATIVIDADE – Informações sobre o aborto e suas conseqüências.**

**1) Sugestão de vídeo: Coleções Super Interessante – Discovery Channel – Gravidez.**

**2) Sugestão de site sobre o aborto e suas conseqüências:**

**Fonte:** <http://providafamilia.org/doc.php?doc=doc06359>

**3) Sugestão de leitura da legislação sobre o aborto:**

**Fonte:** [http://www.dhnet.org.br/tecidosocial/anteriores/ts091/direitos\\_mulher.htm](http://www.dhnet.org.br/tecidosocial/anteriores/ts091/direitos_mulher.htm)

### **DINÂMICA: GRAVIDEZ NÃO PLANEJADA**

**Objetivo:** Relacionar as questões e dúvidas que a mulher adolescente tem, no momento em que descobre uma gravidez não planejada; refletir sobre a questão do aborto e a legislação vigente.

**Duração:** 1 hora e meia.

**Material:** Sala ampla e confortável.

#### **Desenvolvimento:**

1. Uma das participantes apresenta-se voluntariamente para a aplicação da técnica.
2. O facilitador inicia fornecendo as instruções: "Faz de conta que essa jovem acabou de saber que está grávida. Vocês pensem sobre isso, e em seguida cada um dará a esta grávida um motivo para que ela tenha esse filho e um motivo para que ela não tenha esse filho".
3. Em seguida a "grávida" senta-se no centro da sala e em silêncio aguarda os motivos dos colegas, enquanto os demais caminham em volta, refletindo sobre o tema abordado.
4. Cabe ao facilitador fazer o registro de todas as opiniões para depois expô-las ao grupo, ressaltando as prováveis dúvidas que povoam a imaginação da mulher nessa situação.

#### **Pontos para discussão:**

- A quem cabe a decisão final sobre ter ou não ter esse filho?
- A legislação em vigor, em relação ao aborto e à violência sexual.

#### **Resultado esperado:**

- Entendimento sobre porque evitar a gestação não desejada.
- Aprendizagem sobre a legislação sobre o aborto

## **9ª ATIVIDADE – Confeção de uma cartilha informativa**

Após todas essas informações assimiladas, em grupos, os adolescentes com o auxílio da internet, buscarão material para produzirem uma cartilha informativa.

Essa cartilha poderá ser produzida em contra turno, se a clientela de alunos tiver a possibilidade de se fazer presente, ou se isso não for possível, então durante as aulas de Ciências, no turno das aulas. A produção desta cartilha será acompanhada pelo professor e antes de sua impressão será passada pela Equipe Pedagógica e Direção da escola para validação da mesma.

Após a validação e impressão da cartilha, a mesma será distribuída aos alunos do Ensino Médio deste Colégio, através do professor de Biologia, para que possa utilizar-se das informações em suas aulas.

### **AVALIAÇÃO**

A avaliação desta intervenção pedagógica será feita através da aplicação de um questionário para saber qual o conhecimento que os alunos já possuíam sobre o assunto, antes da realização das atividades. Durante o desenvolvimento será observada a participação e o envolvimento dos mesmos nas atividades propostas. No final do projeto será solicitada a todos uma avaliação descritiva do projeto, se o mesmo correspondeu às expectativas em relação a conhecimentos e reflexões sobre gravidez na adolescência.

## REFERÊNCIAS

- BLOCK, R.W.; SALTZMAN, S.; BLOCK, S.A. - **Teenage pregnancy**. *Adv Ped*, 28: 75-98, 1981.
- BRUNO, V. Z.; SOUZA, M.A.; TEIXEIRA, L. G. M.; SILVA, R.B.; GUANABARA, E. M.; OLIVEIRA, F.C. **Sexualidade e anticoncepção na adolescência: conhecimento e atitude**. *Reprodução & climatério*, v.12, p.137-140, 1997.
- CARDOSO, O. B. **Visão geral dos problemas da adolescência**. In: **Problemas da adolescência**. 5ª edição. Rio de Janeiro: Edições Melhoramentos, 1967. p. 23-45.
- CARVALHO, A. M. P. de. Ensino de Ciências – **Unindo a pesquisa e a prática**.
- DESSER, N. A. **Adolescência- sexualidade e culpa**. Rio de Janeiro: Editora Rosa dos Tempos/EDUNB, 1993, p. 72-73.
- EGYPTO, A. C. **Orientação Sexual na Escola – Um Projeto Apaixonante**. São Paulo, Cortez editora, 2003.
- EISENSTEIN, E. & SOUZA, R.P. - **Situações de risco à saúde de crianças e adolescentes**. Petrópolis, Vozes, 1993. 145 p.
- FÁVERO, M. H. & Mello, R. M. (1997). **Adolescência, maternidade e vida escolar: a difícil conciliação de papéis**. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 13, 1: 131 – 136.
- FIGUEIRÓ, M. N. D. (24/09/2003) Espaço Aberto – Educação Sexual nas escolas. Folha de Londrina –Paraná.
- GUIMARÃES, E.M.B.- **Adolescência para pais e professores**. 2.ed. Goiânia, Ed. Escaleno, 1992. 96p.
- KALINA, E. **Psicoterapia de adolescentes: teoria, prática e casos clínicos**. 3ª edição. Porto Alegre: Artes Médicas, 1999.
- GALLETTA, M. A. (1999) **Garotas de classe média**. Órgão Oficial do Conselho Regional de Medicina do Estado de São Paulo: *Jornal do Cremesp*, Ano XVIII, 145, 9.
- GOLDENBERG, R. L., M. D. & KLERMAN, L. M., PhD (1995) **Adolescent pregnancy – another look**. *The New Journal England of Medicine*, 32,17:1161 – 1162.
- MACHADO, O. T. M. **Começo de Conversa – Orientação Sexual**. 1ª edição. São Paulo: Editora Saraiva, 1993.
- MADERGAN, A. S. *et al* (2001). **Anticoncepcionais na Adolescência** [http://estudmed.com.sapo.pt/trabalhos/anticoncepcionais\\_adolescencia\\_3.htm](http://estudmed.com.sapo.pt/trabalhos/anticoncepcionais_adolescencia_3.htm) (acesso em 29/06/2008)

MANDU, E. N. T. **Adolescência: saúde, sexualidade e reprodução.** In: *Adolescer: compreender, atuar, acolher.* Projeto Acolher. Brasília: Ministério da saúde/ ABEn, p. 61-76,2001.

MARCOS, M. **Sexo sem mistério.** 2ª edição. São Paulo: Saraiva 1996.

MATHEUS, A.T. ; EISENSTEIN, E. (2007). **Fala sério! Perguntas e respostas sobre adolescência e saúde.** p. 25-26.

MÁXIMO, Ana. **Gravidez na adolescência – Orientar é a melhor prevenção.** 2007

ÓRGÃO OFICIAL DO CONSELHO REGIONAL DE MEDICINA DO ESTADO DE SÃO PAULO (1999). **Gravidez na adolescência: problema complexo.** *Jornal do Cremesp,* Ano XVIII, 145, 08 – 09.

PORTAL SÃO FRANCISCO. **Gravidez na adolescência**  
<http://www.colegiosaofrancisco.com.br/alfa/gestantes/gravidez-na-adolescencia.php> (acesso em 29/06/08)

REY, F. G. (1993). **Personalidad: salud Y modo de vida** (pp. 07 – 45). México: Unam Iztacala.

SAYAO, R. **Sexo: prazer em conhecê-lo.** Porto alegre: Artes e Ofícios,1995.

TIBA, I. **Sexo na adolescência.** 9ª edição. São Paulo: Editora Ática, 1996.

TORRES, P. L. **Alguns fios para entretecer o pensar e o agir/** Patrícia Lupion Torres [ org.]. – Curitiba: SENAR-PR, 2007. p. 41-83.

VASCONCELOS, N. de. **Sexo: questão de método.** São Paulo: Moderna, 1994. – (Coleção Polêmica).

WONG, L. L. R. & MELO, A. V. (1987). **Gravidez na adolescência.** *Revista São Paulo em Perspectiva,* 1,1: 30 – 36.