

Fontes

- <http://cfemea.org.br/>
- <http://www.uniaodemulheres.org.br/>
- <https://marchamulheres.wordpress.com/>
- <http://blogueirasfeministas.com/>
- <https://www.womenonwaves.org/pt/>
- <https://www.youtube.com/user/CanalDasBee>
- <http://www.ggb.org.br/>
- <http://www.abglt.org.br/port/index.php>
- <http://apublica.org/2013/09/um-milhao-de-mulheres/>
- <http://www.esquerdadiario.com.br/Aborto-legal-x-aborto-ilegal-a-realidade-pelo-mundo-afora>
- <http://www.revistacapitolina.com.br/maternidade-sobre-doulas-partos-e-direitos/>
- <http://azmina.com.br/2015/09/parto-humanizado-no-sus-a-regra-que-ainda-e-excecao/>

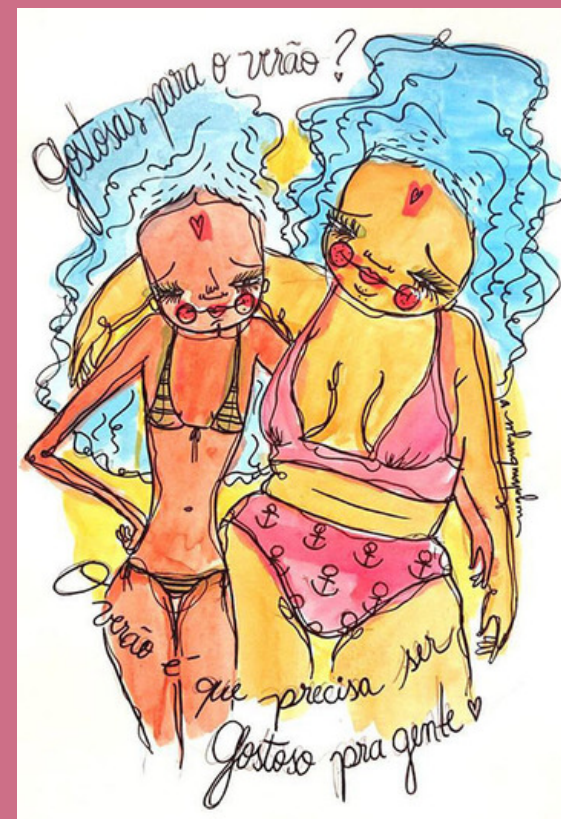
Direito ao Próprio Corpo

MARINA ADORA SEU VESTIDO LÍSTRADO, MAS AS REVISTAS DE MODA DISSERAM QUE LÍSTRAS HORIZONTAIS NÃO COMBINAVAM COM SEU **CORPO**.



LIGA PRAS REVISTAS NÃO, **MARINA**. O IMPORTANTE É USAR O QUE **GOSTA** E SE **SENTIR BEM** COM O SEU **PRÓPRIO CORPO!**

Carol Rossetti



Índice

Introdução

I - Direito à Diversidade

1.1

Identidade de gênero

1.2

Orientação sexual /
Orientação romântica

II - Direito à Reprodução

2.1

Aborto

2.2

Parto humanizado /
Violência obstétrica

2.3

Métodos contraceptivos

Introdução

Olá!

Essa cartilha tem como tema central o DIREITO AO PRÓPRIO CORPO.

Tentamos abordar temas que, infelizmente, não são muito comentados nas aulas da escola e nem nos círculos de família e de amigos. Em meio a todos esses assuntos, destacamos que o mais essencial é o RESPEITO ao próximo.

Não devemos deixar que a sociedade permaneça preconceituosa e conservadora com os temas ligados ao nosso Corpo e Sexualidade.

Julgar e discriminar não são mais admitidos. Desejamos que, lendo esta cartilha, você se identifique com os temas abordados, se aprofunde no que já conhece e descubra coisas novas. O importante é saber que não tem nada de errado em discutir tais assuntos, pois todos nós temos o Direito ao Próprio Corpo.

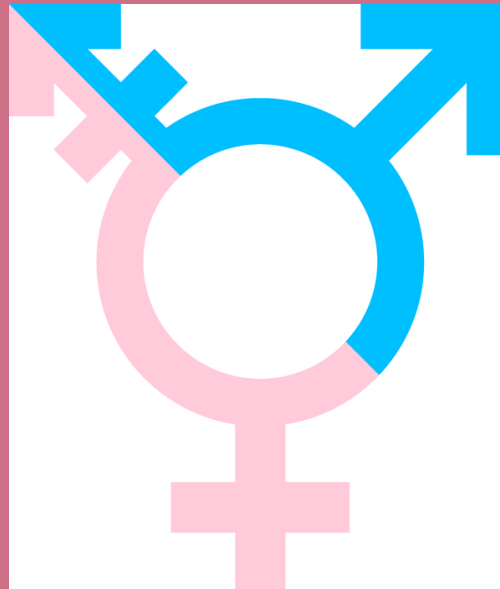


Você sabe o que é identidade de gênero?

O que é

A identidade de gênero refere-se ao gênero como alguém se identifica, o qual pode ou não ser aquele atribuído à pessoa quando de seu nascimento. Em termos simples: ao nascerem, as pessoas geralmente são atribuídas como “homem” ou “mulher”. É possível que continuem se identificando dessa maneira, bem como que não.

Por exemplo: alguém que foi classificado como homem cresce e não se identifica dessa maneira, mas como mulher. Seria, portanto, uma mulher trans.



Sexo vs Gênero

O “sexo” é a genitália da pessoa, a estrutura anatômica do órgão sexual.

O gênero tem uma carga cultural e social. É possível que uma mulher transgênero, por exemplo, continue preservando sua genitália original, o que não muda o fato de ser trans. A única coisa que importa é a pessoa se sentir confortável com o próprio corpo e sua identidade.

CIS vs Trans

“Cis”, curto para “cisgênero”, é o identificador para pessoas cujas identidades de gênero coincidem com aquela atribuída ao nascerem. Trans é um termo guarda-chuva que abrange as pessoas cuja coincidência de identidades não ocorreu.

Orientação sexual?

A orientação sexual não tem qualquer relação com a identidade de gênero! É possível ser uma mulher trans e ainda gostar de mulheres ou um homem trans e gostar de mulheres, uma pessoa não binário e não sentir atração alguma, por exemplo. Um homem sentir atração por uma mulher trans não o torna homossexual (ou bi), pois é uma mulher de que se trata, independente de ser trans ou não.

IdentidadeS trans

Mulher trans e homem trans não são as únicas possíveis identidades. Os seres humanos vivem experiências únicas a si mesmos e podem se identificar das mais diversas formas, sem se prender ao binarismo mulher-homem. Algumas outras identidades, por exemplo: agênero (ausência de gênero), gênero fluído (transitar entre os gêneros). “Não-binário” pode tanto ser um termo guarda-chuva para abranger todas as identidades que não se encaixem em homem/mulher, quanto uma identidade de gênero própria, ficando a cargo da pessoa decidir. Não são as únicas, existem diversas outras, por isso o ideal é sempre respeitar e procurar entender quando se deparar com identidades que não estejam familiarizados!

Você sabe o que é orientação sexual?

A forma como cada pessoa se sente – a identidade sexual – é individual e pessoal, bem como o desejo por alguém para fazer sexo. A Orientação sexual é exatamente a direção para qual se inclina este desejo, de acordo com o gênero pelo qual a pessoa se sente atraída. Alguns exemplos de tipos de orientação sexual são:



- Heterossexual: atração por alguém do gênero oposto;
- Homossexual: atração por alguém do mesmo gênero;
- Bissexual: atração por ambos os gêneros;
- Pansexual: atração por pessoas, independente de gênero ou sexo.
- Assexual: Os assexuais representam um caso singular, uma vez que podem apresentar uma orientação romântica, porém não sexual, ou não apresentarem orientação romântica e nem sexual. Entretanto, ainda não há consenso se ela é ou não uma orientação sexual.

- Não podemos esquecer, porém, que o mundo real não é tão categórico assim. A sexualidade é uma área complexa e ainda tem muito a ser explorada. Logo, não podemos nos limitar somente a essas quatro orientações sexuais: temos que ter a mente aberta para aceitar quem não se enquadra em alguma dessas categorias e respeitar as diversas formas de orientação que as pessoas vivem.



- Nesse sentido, o Direito brasileiro está criando leis que protejam todas as pessoas e impeçam formas de discriminação. São exemplos a Resolução 175/2013 do Conselho Nacional de Justiça que autoriza o casamento civil entre pessoas do mesmo sexo; e a possibilidade de pessoas transexuais mudarem seu nome para um com o qual se identifica, de acordo com o artigo 57, Lei 6015/73.
- Assim, os conceitos de orientação romântica e de orientação sexual reconhecem que podem haver relações sexuais sem que haja ligações românticas entre os parceiros, e que vice-versa: relações românticas não necessariamente impliquem em atração sexual entre os parceiros; afinal, o sentimento de atração envolve muitos outros pontos além da sexualidade.

Você sabe o que é orientação romântica?

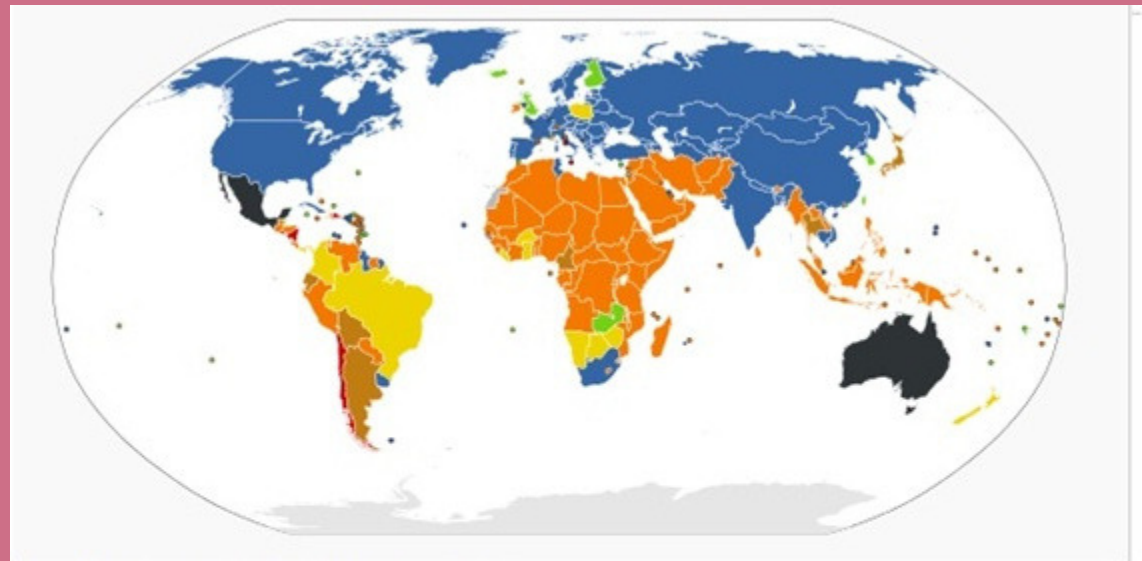
- Apesar de muita gente achar que orientação romântica e orientação sexual coincidam ou sejam a mesma coisa, não é bem assim que funciona. Orientação romântica, também chamada de orientação afetiva e romanticidade, é o que indica com qual gênero você é mais inclinado a construir uma relação romântica. A sua orientação afetiva mostra com qual gênero você tende a se apaixonar e querer ter um relacionamento sério.
- É nesse sentido que ela se diferencia da orientação sexual, pois essa está ligada a algo mais físico, enquanto a outra fica mais no campo emocional. Por exemplo, digamos que você seja bissexual. Logo, você sente atração pelos dois gêneros, certo?
- Porém, isso não quer dizer que você namoraria pessoas dos dois gêneros. Sua romanticidade pode indicar apenas o gênero masculino, por exemplo. Essa diferenciação também é perceptível em relação aos assexuais. O fato de eles não se sentirem sexualmente atraídos por alguém não os impede de se sentirem romanticamente atraídos.
- Assim como a sexual, a orientação romântica possui várias identidades. Estas são algumas, mas não as únicas:
- Heterromântico: sente atração romântica por um gênero diferente do seu;
- Homorromântico: sente atração romântica pelo mesmo gênero que o seu;
- Birromântico: sente atração romântica por dois gêneros;
- Panromântico: sente atração romântica por pessoas. O gênero aqui não importa;
- Arromântico: não sente atração romântica por ninguém. Isso não quer dizer que os arromânticos não amem, eles apenas não vão se envolver romanticamente com ninguém. Mas eles amam seus familiares e seus amigos.
- Demirromântico: sente atração romântica após alguma conexão inicial.

Direito à Reprodução

Aborto

- Hoje em dia no Brasil a interrupção voluntária da gravidez – o aborto – é considerado um crime, previsto no art.124 do Código Penal. A pena para a mulher que aborta é de 1 a 3 anos e também é punido quem auxiliar no aborto. Existem exceções, entretanto. A interrupção da gravidez é permitida no Brasil quando essa é a única forma de salvar a vida da gestante, quando a gravidez foi decorrente de um estupro ou em casos de fetos anencéfalos – exceção que passou a existir apenas em 2012.

- No resto do mundo, alguns países têm a mesma visão que o Brasil acerca do assunto, mas outros permitem a prática irrestritamente ou a condenam completamente. Veja abaixo um mapa da legislação sobre aborto no mundo:



Situação jurídica do aborto ao redor do mundo:

■ Legal.

■ Illegal, exceto em casos de risco à vida da mãe, problemas de saúde física ou mental, estupro/violação, defeitos no feto e/ou fatores socioeconômicos.

■ Illegal, exceto em casos de risco à vida da mãe, problemas de saúde física ou mental, estupro/violação e/ou defeitos no feto.

■ Illegal, exceto em casos de risco à vida da mãe, problemas de saúde física ou mental, e/ou estupro/violação.

■ Illegal, exceto em casos de risco à vida da mãe e/ou problemas de saúde física ou mental.

■ Illegal e sem exceções.

■ Varia por região.

■ Não há informações.

A proibição do aborto não reduz a quantidade de mulheres que o realizam. O que acontece é que as mulheres que desejam ou necessitam abortar – muitas por não terem condições financeiras ou psicológicas de criar um filho – acabam por realizar o procedimento de forma clandestina, colocando em risco sua vida em clínicas ilegais ou mesmo na própria casa, usando medicamentos ou inserindo objetos no útero para causar o aborto.

No mundo 42 milhões de abortos são realizados anualmente, sendo que desses, 20 milhões são ilegais, levando a 47 mil mortes de mulheres por ano, devido a infecções, hemorragias e outras complicações. A cada 9 minutos uma mulher morre tentando abortar no mundo.



Apenas no Brasil, a cada dois dias uma brasileira morre, vítima da displicência do estado, que não legaliza a prática, apesar dela resultar na morte de inúmeras mulheres (pobres). A única forma de proteger a vida dessas mulheres, além de seu direito ao próprio corpo e a decidir o que fazer com ele e com sua vida – uma liberdade fundamental e necessária para a dignidade humana–, e não sofrer discriminações decorrentes disso é através da legalização irrestrita do aborto.

Sobre o assunto, o deputado Jean Willys protocolou, em 2015, projeto de lei que visa a legalização completa do aborto para gestações de até 12 semanas. Neste projeto, diversas medidas que garantam o consentimento livre e esclarecido das mulheres assim como instruções para sua segurança, seu acesso a informação e auxílio estatal estão previstos. O projeto visa assim garantir que a escolha seja feita de forma consciente e voluntária pela mulher, além de que o procedimento seja seguro e a recuperação plena.

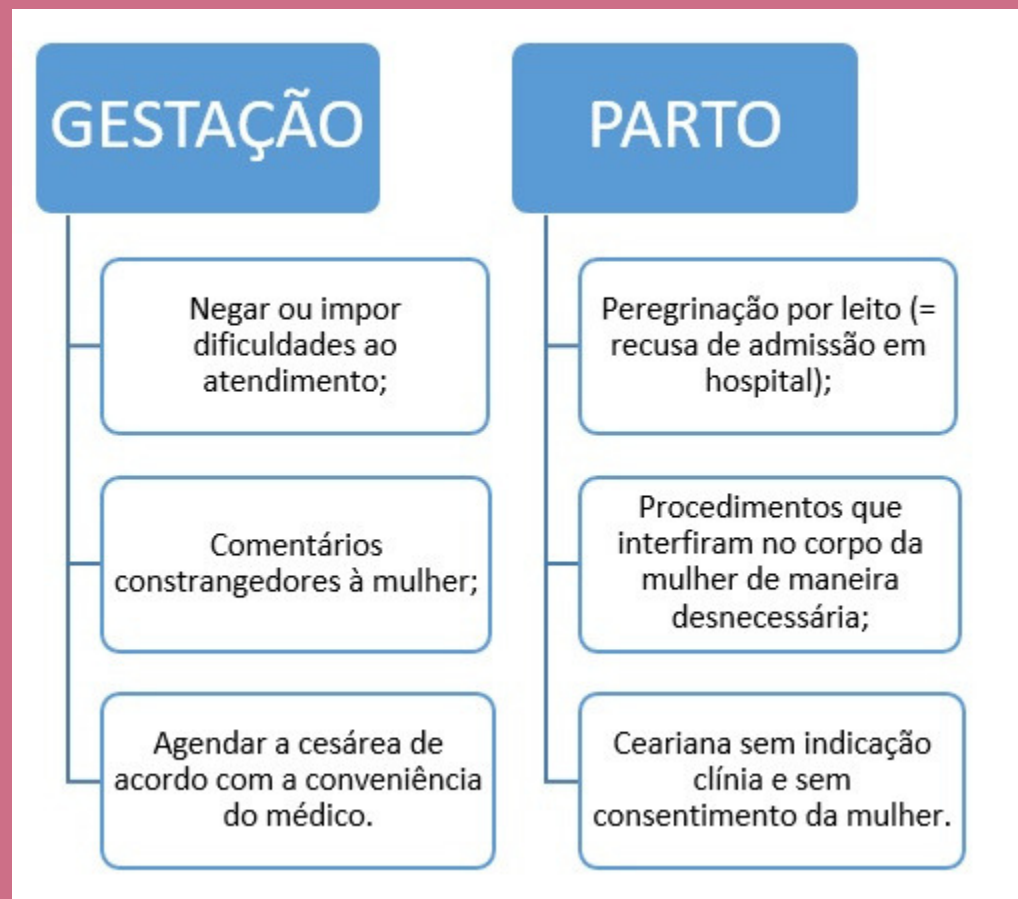
Violência obstétrica

A violência obstétrica se caracteriza, especialmente, como uma violação ao protagonismo feminino ao longo da gestação e no momento do parto. Consoante as definições trazidas pelas leis argentina e venezuelana (países nos quais a violência obstétrica é tipificada como crime), tal prática pode ser compreendida como:

“É a apropriação do corpo e processos reprodutivos das mulheres pelos profissionais de saúde, por meio do tratamento desumanizado, abuso de medicalização e patologização dos processos naturais, causando a perda da autonomia e capacidade de decidir livremente sobre seus corpos e sexualidade, impactando negativamente na qualidade de vida das mulheres”

Assim, a violência obstétrica pode se mostrar algo sutil, cuja manutenção é legitimada tanto pelo modelo de sociedade machista e androcêntrico em que vivemos, como também se é confirmada pela cultura de valorização do médico, tomando-o como “dono” do parto. A legitimação desse tipo de violência, portanto, é incorporada na cultura social dominante e se fortalece justamente a partir da vulgarização do parto normal como sinônimo de dor e sacrifício e da instituição da cesárea como o único método possível e adequado para a realização do parto.

A violência obstétrica, portanto, pode se dar tanto na gestação como no parto:



Direito à escolha

Em contraposição a esse modelo vigente de parto, existe o movimento pelo parto humanizado. Este atendimento se baseia completamente nas determinações da mulher sobre o corpo e os procedimentos realizados, o que deveria ser a regra de todos os atendimentos, de acordo com a ética médica.

No parto humanizado, profissionais especializados como as doulas (acompanhantes de parto treinadas) mantêm as mulheres completamente informadas sobre o processo do parto, de forma a permitir que as gestantes possam tomar decisões. Geralmente, o acompanhamento é realizado desde a gestação e acompanha o pós-parto.

Assim, por exemplo, a mulher pode decidir pelo parto normal ou pela cesárea, sem a pressão dos médicos para que seja feita a cesárea sem uma escolha deliberada da gestante.

O parto humanizado pode ocorrer em qualquer ambiente, inclusive em hospitais, por se basear na conduta de respeitar a autonomia da mulher.

Contudo, essa prática é pouco difundida no Brasil, de forma que o atendimento das doulas é principalmente particular. Isso dificulta o acesso de quem não tem condição financeira de pagar por esse tipo de atendimento.



Partos humanizados realizados pelo SUS

O parto humanizado, teoricamente, é a regra dos procedimentos realizados pelo SUS. Ocorre que, na prática, não é isso que acontece, ficando a gestante à mercê da discricionariedade do médico que estiver de plantão no momento. Os profissionais, então, geralmente se mostram desatualizados e adotam procedimentos que acabam mais prejudicando do que beneficiando a mulher e o bebê.

Diante disso, a ONG Artemis e a Associação Brasileira de Obstetras e Enfermeiros Obstetras criaram o Projeto de Lei 7.633 (PL), que visa à garantir às mulheres o direito ao parto humanizado, seja na rede pública, seja na rede privada. Caso o PL seja aprovado, a mulher terá direito à assistência humanizada durante a gestação, no parto e após o parto.

Qualquer prática que se mostre contrária às decisões da mulher acerca do parto deve ter justificativa clínica e deve ser anotada no prontuário médico. Além disso, haverá preferência por métodos não invasivos em relação ao corpo da mulher.

Desse modo, ainda que o atendimento do SUS não obedeça às regulamentações de humanização estabelecidas, espera-se que, caso o PL seja aprovado, mais mulheres possam ter acesso a um parto humanizado e livre de violências, resgatando seu protagonismo sobre seu próprio parto.



Direito à Reprodução

A sexualidade é um tema importante em todas as culturas, ora valorizada e estimulada, ora reprimida e desencorajada. Até quando é reprimida, podemos observar a relevância do assunto para uma determinada sociedade, que tenta esconder e punir, ou tornar o prazer erótico privilégio de poucos.

Porém, como todas as capacidades humanas, a sexualidade tem uma potência criadora, que pode contribuir para nossa felicidade e prazer, mas que, infelizmente, é muito degenerada em nossa cultura, usada às vezes até como arma de guerra, no caso do estupro, para cometer crimes e para submeter os outros seres humanos.

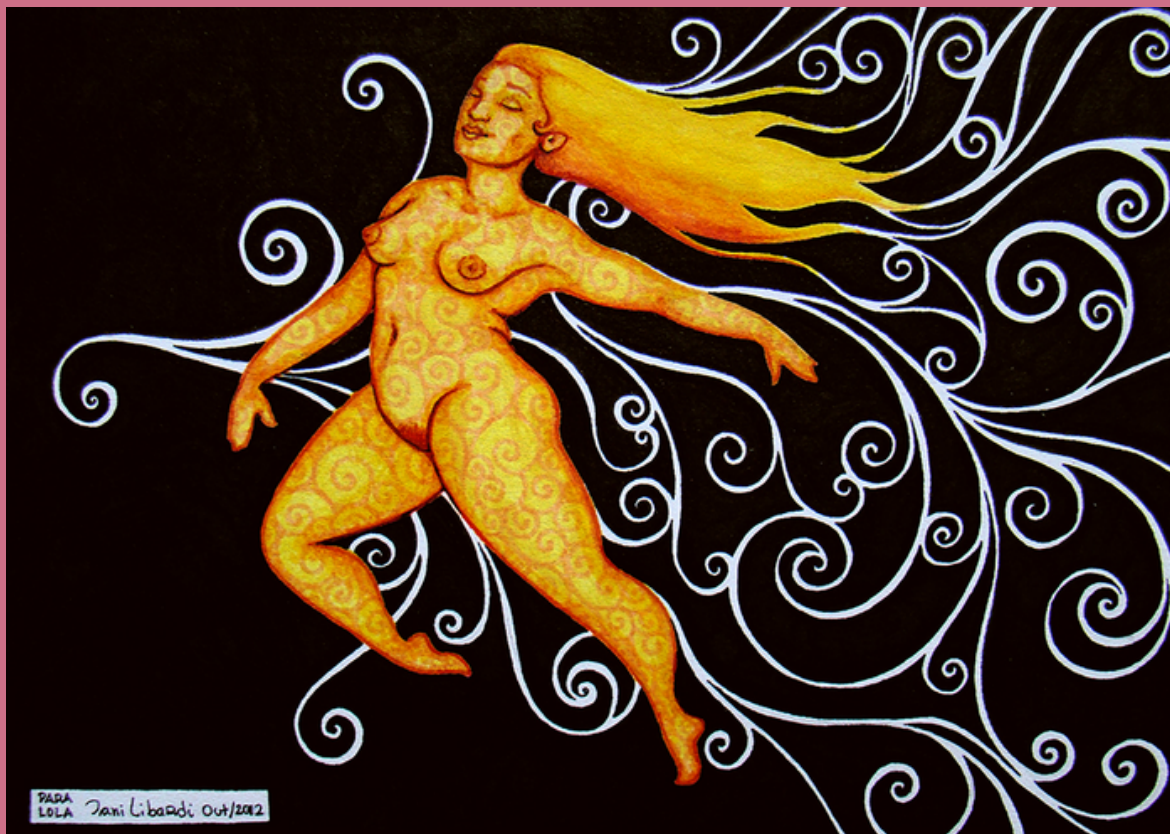


A sexualidade não está em uma redoma e é atingida pela violência e contaminada pelo sistema social do PATRIARCADO e do MACHISMO, sob cuja sombra ainda persistimos, fazendo parte do próprio sistema social.

Segundo Simone de Beauvoir, a história mostra que os homens sempre detiveram todos os poderes concretos e mantiveram as mulheres em estado de dependência. E isso também no sexo. Assim como, com o feminismo, as mulheres juntam forças e se reconstróem, exigindo mais direitos trabalhistas, de saúde, de moradia, de igualdade; também é preciso se reconstruir no sexo, já que o discurso dominante é extremamente nefasto para as mulheres.

A pressão para ser sempre bonita e atraente, para se encaixar no padrão de beleza ideal (um padrão branco, magro e de cabelo liso), de uma vivência objetificada para o usufruto e prazer dos homens, a pureza necessária para ser esposa e mãe de família: todos os mitos e tabus contribuem para a repressão da mulher na área da sexualidade.

Marta Amaral, em estudo realizado com mulheres adolescentes, observou que as famílias tratam diferentemente filhos e filhas, concedendo aos meninos regalias e permitindo-lhes vivenciar com mais liberdade sua sexualidade.



Estudos comprovam que há maior atribuição de responsabilidades às mulheres (tarefas domésticas, ajuda aos pais, cuidado com irmãos menores), com distintas repercussões na adolescência e vida adulta. As mulheres são mais responsabilizadas pelo sexo que os meninos em uma relação aonde ambos participam! Isso é uma desigualdade causada pelo machismo, e precisa ser combatida para que as mulheres possam ter prazer no sexo. Como ter prazer quando há tantas cobranças e maus tratos por parte dos parceiros, familiares e sociedade?

As preocupações com gravidez e doenças deve ser compartilhada por todas as pessoas que participam dos atos e experiências sexuais: sejam menino e menina, meninas, meninos, não-binários, transgêneros. A responsabilidade é de todas, sendo uma prática injusta e abusiva cobrar responsabilidade só das mulheres.

Voltemos ao aspecto positivo dessa capacidade humana (o sexo!). Existe uma ideia de que o prazer faz parte de uma sexualidade saudável, como podemos ler nesse trecho de publicação acadêmica:

"Saúde sexual é a habilidade de mulheres e homens para desfrutar e expressar sua sexualidade, sem riscos de doenças sexualmente transmissíveis, gestações não desejadas, coerção, violência e discriminação. A saúde sexual possibilita experimentar uma vida sexual informada, agradável e segura, baseada na auto-estima, que implica uma abordagem positiva da sexualidade humana e no respeito mútuo nas relações sexuais. A saúde sexual valoriza a vida, as relações pessoais e a expressão da identidade própria da pessoa. Ela é enriquecedora, inclui o prazer, e estimula a determinação pessoal, a comunicação e as relações." HERA (1999 s.p.)

Logo, o prazer está inserido em um rol de outros direitos que em conjunto formam a saúde sexual que, como parte da nossa saúde, é um direito fundamental, quer dizer, um direito muito importante e reconhecido, estando em um lugar de destaque na nossa Constituição Federal (art. 5º). Isso quer dizer que o prazer é um direito fundamental? Indiretamente, sim!

Vejamos uma definição de sexualidade do Ministério da Saúde:

"A sexualidade humana é uma construção histórica, cultural e social, e se transforma conforme mudam as relações sociais. No entanto, a sexualidade foi histórica e culturalmente limitada em suas possibilidades de vivência, devido a tabus, mitos, preconceitos, interdições e relações de poder."

Relações consensuais

O prazer é um elemento essencial para a sexualidade. A sexualidade faz parte das funções do corpo humano, e é possível a busca do prazer, sozinhas ou não, exercendo essas funções físicas. Para que exista prazer, quando não se está sozinho, primordialmente é necessário que exista reciprocidade, o que significa que todos os envolvidos em uma relação sexual devem estar presentes de livre e espontânea vontade.

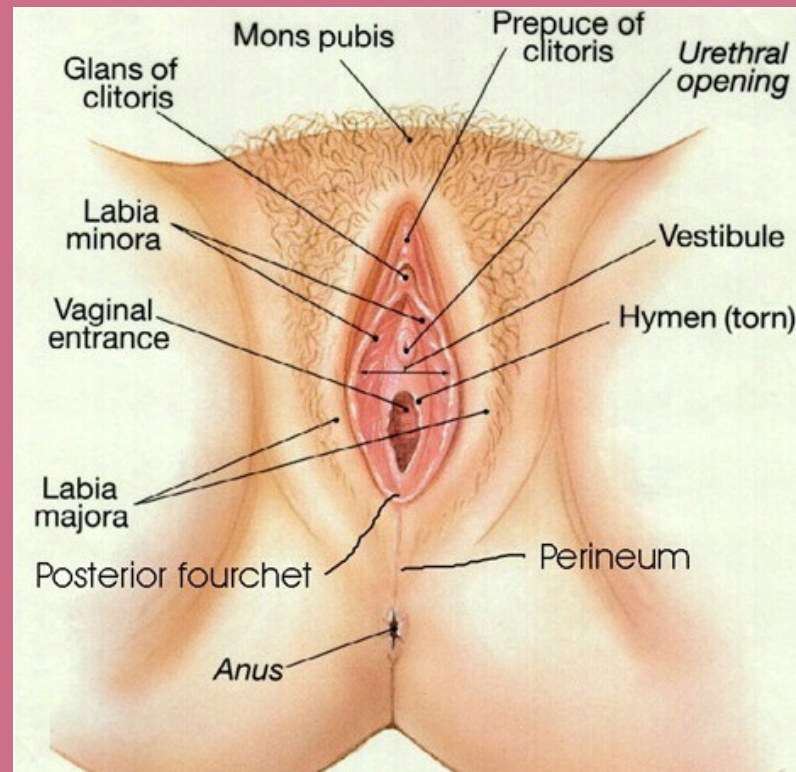
Se não existe reciprocidade do desejo, em matéria de sexo, ou seja, se alguém está fazendo sexo ou atos sexuais contra a vontade, pode ser um caso de estupro, o que é proibido na maioria dos lugares, inclusive no Brasil:

Art. 213 - . Constranger alguém, mediante violência ou grave ameaça, a ter conjunção carnal ou a praticar ou permitir que com ele se pratique outro ato libidinoso: Pena - reclusão, de 6 (seis) a 10 (dez) anos.

Masturbação

Devido a todos os tabus e impedimentos sociais e culturais em relação às mulheres terem prazer sexual, temos uma realidade difícil para as meninas que estão iniciando sua vida sexual na puberdade.

Enquanto os meninos são estimulados a se explorarem e se masturbarem, sem que isso incomode os familiares, para as meninas não é tão simples. Além da autonomia da vulva não ser proeminente quanto o pênis, desde meninas ouvimos que nos tocar é feio ou errado. Por conta desse bloqueio social, nos exploramos menos. Demoramos para desenvolver intimidade. Por tudo isso, fica mais difícil descobrir onde está o prazer, experimentar de que jeito é gostoso para cada uma. A vulva é a área total que envolve o órgão sexual de todo mundo que “possui vagina” – seja mulher cis, homens trans, mulher trans pós cirurgia etc:



Conhecendo as áreas do nosso corpo que podem nos proporcionar prazer e treinando elas para isso, vai fazer tudo ficar muito melhor. A vulva possui um circuito nervoso que possui a função de proporcionar prazer. A autonomia permite simplesmente ter prazer sem absolutamente nenhuma função reprodutiva direta nisso.

Menine, para ter orgasmo, é preciso ensinar o seu circuito nervoso, que leva os estímulos ao cérebro, que dependendo da forma que você é estimulada, fica bom assim, você goza. Para descobrir o que te dá prazer, é preciso explorar, estimular! Tente se descobrir sozinha para, depois, poder ensinar aos outros humanos como é que você pode gozar. Filmes, contos eróticos, fotos? Nada é ridículo ou reprovável, é só você e seu corpo, sem ferir a nada ou a ninguém.

Zonas erógenas

O sexo vai muito além da penetração e/ou do estímulo das genitálias. As possibilidades de prazer podem ser das mais diversas, envolvendo o estímulo nos cabelos, nuca, orelhas, boca entre outros locais do corpo sensíveis ao toque que produzem excitação e são chamados de zonas erógenas.

A compreensão do sexo a partir dessa ampliação de seu escopo explica o porquê o sexo e o prazer a ele conectado perpassa por todas as pessoas de diferentes maneiras, sendo, portanto, fonte de prazer inclusive à pessoas portadoras de deficiências que impedem a utilização total da genital para estes fins.

Desta forma, o estigma ligado à determinados pontos de prazer (como é o caso do estímulo anal) não possui qualquer razão para existir. O auto-conhecimento e destruição de pré-conceitos, é a forma mais saudável de se tornar a prática sexual mais satisfatória.



Fatores antiprazer

O direito ao prazer muitas vezes encontra-se limitado por razões externas e internas à pessoa.

Cada indivíduo tem o direito de comportar-se da forma que melhor lhe convém quando o assunto é o próprio prazer, sendo certo que cada pessoa deve delinear seus próprios limites e modificá-los no tempo e com quem quiser.

Neste sentido, somente o autoconhecimento e o diálogo são capazes de tornar a prática sexual prazerosa para seus praticantes.

Ademais, além da consciência acerca de si e do próprio corpo e do outro parceiro/parceira, a compreensão dos riscos ligados ao sexo permitem torná-lo não só prazeroso, mas também responsável e saudável.



Em suma, o direito ao prazer pode ser limitado por cada um segundo sua consciência devidamente esclarecida, todavia, a ninguém é dado o direito de impor certas práticas a outrem. Compreender a sexualidade é, portanto, de um exercício de emancipação e de realização, inclusive no campo do prazer.

