

**Autor:** Carolina Oliveira, Joana Carvalho

**Última atualização:** 2019/02/04

**Palavras-chave:** Adolescente, Sexualidade, Comportamento Sexual, Saúde Sexual, Medicina Preventiva

## Resumo

A adolescência é uma fase transitória caracterizada por um enorme desenvolvimento físico e psicológico nas raparigas e nos rapazes, e também da sexualidade.

Os adolescentes manifestam muitas vezes interesse e atração pelos pares e frequentemente questionam-se acerca da sua identidade de género e orientação sexual.

A falta de informação fundamentada leva muitas vezes a comportamentos negativos, como a discriminação, bullying e violência, com consequências negativas no crescimento, saúde e aprendizagem do adolescente.

## Identidade de género e orientação sexual na adolescência

A adolescência caracteriza-se por um enorme desenvolvimento físico e psicológico. Nesta fase, há uma aceleração da progressiva autonomização, com maturação dos diferentes aspetos da vida, incluindo o desenvolvimento sexual. O aparecimento dos caracteres sexuais é a face visível do ponto de vista anatómico e fisiológico. Mas a sexualidade não é apenas genitalidade e envolve a procura de amor, contacto, ternura e intimidade, e que se integra no modo como nos sentimos, movemos, tocamos e somos tocados. É uma experiência subjetiva de pensamentos, expectativas, sentimentos, ações e interações, de vivência do eu comigo mesmo e com o outro.

Na adolescência, como na vida, a aprendizagem faz-se por experiências felizes e compensadoras e outras não tão conseguidas ou mesmo geradoras de grande desconforto. No comportamento sexual importa desmistificar e perceber que há muitas formas de expressar a sexualidade e que esta é evolutiva no tempo e nos contextos. As experiências de hoje poderão não ser as de amanhã.

### O que significa orientação sexual?

A **orientação sexual** refere-se ao que cada pessoa pensa e sente sobre si própria, assim como, por quem se sente atraído afetiva e sexualmente.

Alfred Kinsey, um biólogo e sexólogo americano do início do século XX, definiu orientação sexual como um *espectro que pode variar desde exclusivamente heterossexual até exclusivamente homossexual?*.

Assim, considera-se que alguém é:

- **Heterossexual** - quando se sente, sobretudo atraída por pessoas de género diferente;
- **Homossexual** - quando se sente, principalmente atraída por pessoas do mesmo género.
- **Bissexual** - quando se sente atraída por pessoas de ambos os géneros.

- **Assexual** ? quando a pessoa não sente atração sexual por nenhum dos géneros.

Existem outros tipos de orientação sexual para além das listadas, como as pessoas heterossexuais que têm interesse ocasional pelo mesmo sexo (designadas de heteroflexíveis) ou pessoas homossexuais com interesse ocasional pelo sexo oposto (designadas como homoflexíveis). Também existem pessoas que preferem não definir a sua orientação sexual.

## O que significa Sexo Biológico?

---

O **sexo biológico** é o sexo que nos é atribuído ao nascimento, baseado na definição inicial dos caracteres sexuais (pénis ou vagina) e que tem a ver com características cromossómicas, genitais e hormonais masculinas ou femininas, pressupondo a capacidade reprodutiva.

## O que é a Identidade de Género?

---

A **identidade de género** surge mais tardiamente. Refere-se ao sentimento pessoal de ser do género feminino ou do género masculino. O padrão mais comum é a pessoa identificar-se com o sexo biológico, feminino nas mulheres e masculino nos homens, independentemente dos comportamentos sexuais e relacionais assumidos.

Uma **pessoa transgénero** é alguém que não se identifica com seu sexo biológico. Por exemplo, alguém que nasceu rapariga mas que se identifica como rapaz ou vice-versa.

## Mitos acerca da homossexualidade e transsexualidade

---

### A homossexualidade e a transsexualidade são doenças mentais

A **homossexualidade não é doença**. Foi em 17 de maio de 1990 que a Organização Mundial da Saúde deixou cair este conceito. Esta data passou a ser celebrada como o Dia Internacional contra a Homofobia. Mais tarde, em 2018, a transsexualidade foi também retirada da lista de doenças, permitindo uma abordagem integrativa e procurando reduzir o estigma associado.

### A homossexualidade é uma opção ou uma escolha

A **orientação sexual** parece ser resultado de fatores biológicos, sociais e ambientais, ainda não completamente esclarecidos. Não é uma opção pois isso exigiria que pudéssemos ter um controlo efetivo sobre ela, o que não se verifica. As ?Terapias de Conversão? do passado nunca demonstraram qualquer eficácia na ?reorientação sexual?, e foram abandonadas por falta de base científica, verificando-se que estas pessoas continuaram a manter sentimentos e comportamentos homossexuais.

## A homossexualidade e a bissexualidade estão associadas a promiscuidade

O **compromisso** numa relação afetiva e a **fidelidade** não dependem da orientação sexual mas de aspetos de relação. Ser heterossexual, homossexual ou bissexual só por si não altera a capacidade de compromisso e não interfere na estabilidade das relações.

## Transgénero é alguém que se gosta de vestir de mulher ou homem

**Transgénero** é alguém que não se identifica com o seu sexo biológico, independentemente da forma como se veste ou dos comportamentos públicos que assume. Drag queen/king (travestismo) é um termo utilizado para descrever um homem que se veste de mulher ou vice-versa como entretenimento, independentemente da sua orientação sexual.

## Homofobia e Transfobia em Portugal

---

Ser homofóbico ou transfóbico é sentir ódio, desprezo e/ou desconforto por pessoas homossexuais ou transgénero, respetivamente.

A **homofobia/transfobia** é frequentemente baseada em mitos pré-concebidos de atitudes negativas face a vivências não heterossexuais da sexualidade.

O **estigma** homofóbico e transfóbico levam à discriminação. Em 2017, o Observatório da Discriminação, da ILGA, recolheu 188 relatos de casos de discriminação, afetando sobretudo os jovens (média de 29 anos) e homossexuais masculinos. A grande maioria das situações denunciadas ocorreram na forma de insultos verbais, violência doméstica ou *bullying*.

O **bullying homofóbico** nas escolas é frequente e particularmente preocupante pelas consequências negativas associadas, como a baixa autoestima, dificuldade de concentração, tristeza, isolamento, fobia à escola e eventual abandono, e tentativas de suicídio. A depressão é 3 a 5 vezes mais comum nas vítimas de discriminação.

## Linhas de apoio

---

Numa área em que pode ser difícil verbalizar as dúvidas e as ideias num contacto personalizado, as linhas de apoio podem ser particularmente importantes. Em Portugal, existem diversos serviços de apoio e informação:

- **Sexualidade em Linha** (800 222 003)
- **SOS Adolescente** (800 202 484)
- **Linha LGBT** (218 873 922 ou 969 239 229)

## Conclusão

---

A adolescência é uma fase de grandes mudanças. É importante que o adolescente esteja suficientemente informado sobre esta temática, de modo a que viva uma sexualidade satisfatória e protegida.

## Referências recomendadas

---

- [Associação para o Planeamento da Família. Identidade e orientação sexual. 2016](#)
- [Department of Health. A guide for young trans people in the UK. 2007](#)
- [Finlayson, C. Bertagnolli E. Paterson, G et al. Translation: Gender Identity Explained](#)
- [Matias D, Silva RP. Perguntas e Respostas sobre Orientação Sexual e Identidade de Género. Projeto Educação LGBT. Edição rede ex aequo. 2008](#)
- [Portal da Juventude. Saúde e Sexualidade Juvenil](#)

[Voltar à página inicial](#) [Tem alguma dúvida? Fale connosco](#) \*\*\*\*\*

[Carolina Oliveira](#) • [Joana Carvalho](#)