



## SAÚDE SEXUAL E REPRODUTIVA

Sugerimos a realização de uma abordagem educativa focada na prevenção da gravidez na adolescência e das infecções sexualmente transmissíveis (ISTs). Também recomendamos incluir temas como higiene pessoal e íntima.

A higiene e a saúde sexual estão profundamente interligadas. Uma boa higiene íntima contribui para a prevenção de ISTs e outras enfermidades, enquanto uma compreensão saudável da sexualidade favorece o bem-estar físico, emocional e social dos indivíduos.

Nesse sentido, atividades voltadas à higiene íntima no ambiente escolar devem ser conduzidas de forma educativa, respeitosa e sempre adequadas à faixa etária das crianças, promovendo conhecimento, autocuidado e dignidade desde os primeiros anos de vida.

Abaixo listamos algumas opções de atividades que abordem a temática, podendo ser adaptadas conforme o público-alvo. Lembrando que são apenas sugestões, e as equipes possuem autonomia para reinventarem e criarem suas ações.

### Roda de Conversa sobre saúde sexual e reprodutiva

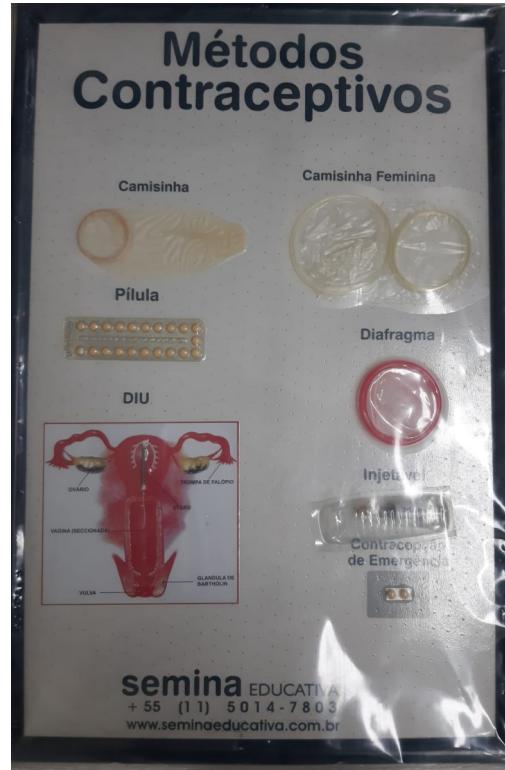
Após a divulgação da oficina/roda de conversa aos alunos, pode ser disponibilizada uma caixa para que eles possam depositar, de forma anônima, suas dúvidas e questionamentos. Antes da realização da atividade, a equipe responsável recolherá a caixa e analisará as mensagens recebidas, utilizando esse material para orientar e direcionar os temas a serem abordados, além de planejar a melhor forma de conduzir a conversa.

Temas sensíveis como este costumam gerar dúvidas, inseguranças e, muitas vezes, vergonha em perguntar abertamente. Por isso, a utilização da caixa de perguntas, exposta na escola dias antes do evento, representa uma estratégia eficaz para estimular a participação dos alunos. Essa abordagem contribui para a criação de um ambiente acolhedor, favorecendo o diálogo e a troca de experiências de forma respeitosa e significativa.





É muito provável que, ao tratar dessa temática, surjam dúvidas sobre métodos contraceptivos. Recentemente, recebemos a doação de quadro expositivo com informações sobre alguns desses métodos (foto abaixo). Caso considerem pertinente, podemos agendar o empréstimo para utilização.



**A equipe do PSE possui 2 exemplares do quadro disponível para empréstimo!  
Pedimos que se organizem com antecedência, solicitem via e-mail para o PSE com data**



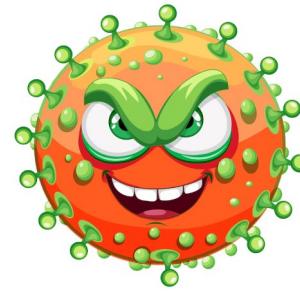
**de utilização, bem como previsão de retirada e devolução, para que possamos viabilizar a utilização para o máximo de equipes!**

## **Higiene pessoal**

O tema da higiene pessoal pode ser especialmente abordado com crianças menores, utilizando métodos lúdicos para ensinar, por exemplo, a correta lavagem das mãos. Essa prática traz benefícios ao longo de toda a vida, prevenindo diversas infecções e transmissões. Também é importante tratar da higiene corporal como um todo, como ressaltar a importância do banho diário e a higiene íntima.

### → **Opção 1**

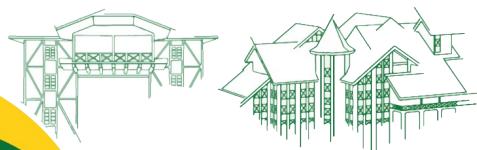
Uma boa estratégia para captar a atenção das crianças e facilitar a aprendizagem é o uso de desenhos que representem germes, tornando o conteúdo mais visual e acessível.



**Música o sapo lavou a mão:** Existe a opção da música o sapo lavou a mão, criada em uma campanha publicitária, que ensina os movimentos para lavagem das mãos: "O sapo lavou a mão, com água e muito sabão, criança com a mão limpinha não vai pegar bichinho não, bichinho, não". Pode ser visualizada na íntegra pelo link: <https://www.youtube.com/watch?v=cKsnU4UhWxk>

**Experiência do óleo:** em forma de brincadeira essa experiência ilustra a importância de higienizar as mãos corretamente e pode ser utilizada em todas as faixas etárias.

- sujar as mãos com óleo e polvilhar algum pó, como a canela.
- solicitar que friccionem as mãos, criando uma textura nas mãos;
- ofertar um recipiente com água para que lavem as mãos, entretanto a sujeira não





sairá;

➤ sempre direcionando a atividade, agora coloca-se sabonete líquido e orienta-se a novamente lavar as mãos, demonstrando a diferença na eficiência na lavagem.

**Observação:** Esta dinâmica pode ser adaptada para diferentes faixas etárias, ajustando o nível de orientação conforme a idade das crianças.

### ➔ **Opção 2:**

Inicie a atividade com uma conversa breve e acessível com a turma sobre o tema da higiene pessoal, destacando sua importância para a saúde e o bem-estar diário.

Em seguida, para ilustrar de forma lúdica e educativa os hábitos saudáveis, apresente o vídeo “Higiene pessoal: atividades para crianças”, disponível no link:

<https://www.youtube.com/watch?v=ugWPBthICV0>.

Durante a exibição, é possível pausar o vídeo em momentos estratégicos — especialmente quando surgirem perguntas — para promover a participação ativa das crianças por meio de reflexões e respostas. Essa interação torna o aprendizado mais significativo.

Dando continuidade à atividade, exiba o vídeo “10 passos para lavar as mãos (versão curta)”, disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=V1cYKFhJNjA>.

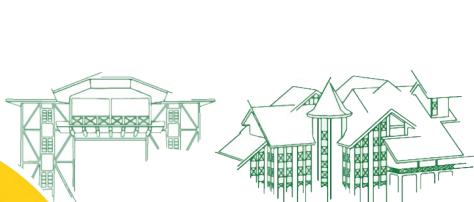
Após o vídeo, proponha uma experiência prática para reforçar o conteúdo abordado:

- Lambuze as mãos das crianças com guache;
- Vendar os olhos delas (sugestão: TNT - temos disponível com o PSE);
- Peça que lavem as mãos com os olhos vendados, baseando-se nos passos ensinados no vídeo;
- Em seguida, retire as vendas para que possam observar e avaliar a efetividade da lavagem.

**Observação:** Esta dinâmica pode ser adaptada para diferentes faixas etárias, ajustando o nível de orientação conforme a idade das crianças.

Para encerrar a proposta de forma leve e divertida, finalize com o vídeo musical “Higiene é legal: música divertida para ensinar crianças a cuidar da higiene!”, disponível em:

[https://www.youtube.com/watch?v=2zWPDSBnXQE&list=RD2zWPDSBnXQE&start\\_radio=1](https://www.youtube.com/watch?v=2zWPDSBnXQE&list=RD2zWPDSBnXQE&start_radio=1).





**A equipe do PSE possui 1 projetor disponível para empréstimo! Não possuímos notebook! Pedimos que se organizem com antecedência, solicitem via e-mail para o PSE com data de utilização, bem como previsão de retirada e devolução, para que possamos viabilizar a utilização para o máximo de equipes!**

### **Semáforo do toque**

O semáforo do toque é uma forma didática de ensinar as crianças sobre os limites do seu corpo e também dos seus colegas. A sugestão fica principalmente para as equipes que não utilizaram esta dinâmica nos meses de junho e julho, onde foi trabalhado violência sexual (temas associados).



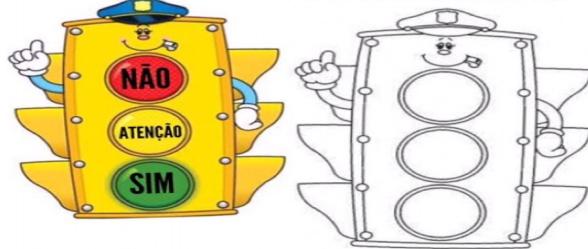


## **SEMÁFORO DO TOQUE**

Uma forma didática de explicar para a criança onde ela pode e não pode ser tocada.

Baseado em algo que ela observa em seu dia a dia: o Semáforo.

### **PINTE O SEMÁFORO**



**NÃO Proibido**  
**ATENÇÃO cuidado**  
**SIM Pode tocar**

Pinte as bolinhas de acordo com a indicação das cores:



A equipe do PSE possui 1 exemplar do semáforo do toque disponível para empréstimo! Pedimos que se organizem com antecedência, solicitem via e-mail para o PSE com data de utilização, bem como previsão de retirada e devolução, para que possamos viabilizar a utilização para o máximo de equipes!