

4 de abril

# Dia Mundial pela Igualdade de Direitos Sexuais e Reprodutivos



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE  
MEDICINA GERAL E FAMILIAR

GESEX

GRUPO DE ESTUDOS DA SEXUALIDADE



Dia Mundial pela Igualdade de  
Direitos Sexuais e Reprodutivos

4 de abril

## Saúde Sexual e Reprodutiva

A **Saúde Sexual** é definida pela Organização Mundial da Saúde como um **estado de completo bem-estar físico, emocional, mental e social** associado à sexualidade e não só a ausência de doença ou enfermidade, **implica uma abordagem respeitosa e positiva da sexualidade e das relações sexuais**, assim como a possibilidade de ter experiências sexuais gratificantes e seguras, livres de coerção, discriminação e violência.

***Para que a Saúde Sexual seja atingida, os direitos sexuais de todas as pessoas devem ser respeitados, protegidos e satisfeitos.***

Tendo em conta esta definição, os conceitos de saúde sexual e de saúde reprodutiva extravasam a dimensão médica e preventiva a que muitas vezes aparecem associadas.



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE  
MEDICINA GERAL E FAMILIAR

GESEX

GRUPO DE ESTUDOS DA SEXUALIDADE



## Direitos Sexuais e Reprodutivos

Os **Direitos Sexuais e Reprodutivos** (DSR) surgiram na sequência do debate da **Declaração Universal dos Direitos Humanos**. A Declaração dos Direitos Sexuais foi proclamada pela primeira vez no 13.º Congresso Mundial de Sexologia em 1997, teve como base os seguintes documentos:

- **Declaração Universal dos Direitos Humanos (1948)**
  - Estabelece princípios gerais de liberdade e dignidade.
- **Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação contra a Mulher (CEDAW, 1979)**
  - Garante direitos iguais às mulheres, incluindo saúde reprodutiva.
- **Conferência Internacional sobre População e Desenvolvimento do Cairo (1994)**
  - Destacou a importância da autonomia reprodutiva.
- **Declaração de Pequim (1995)**
  - Reafirmou os direitos sexuais e reprodutivos como essenciais para a igualdade de género.



## Direitos Sexuais e Reprodutivos

Nos Cuidados de Saúde Primários (CSP) os DSR são respeitados sempre que existe um **acesso livre** e com base na **não discriminação** no que concerne à educação e aconselhamento sobre sexualidade, em qualquer contacto com os cuidados de saúde.

*Todas as pessoas têm direito a uma vida sexual saudável, segura, consensual e satisfatória, ao controlo sobre o próprio corpo e ao acesso a informações adequadas para tomar decisões conscientes e adotar comportamentos saudáveis. Assim, é essencial garantir o acesso a cuidados de saúde de qualidade.*

A capacitação dos profissionais de saúde para uma abordagem humanizada e sem preconceitos é um dos desafios para que os direitos sexuais e reprodutivos sejam garantidos a todas as pessoas.



## Declaração dos Direitos Sexuais:

### 1. Direito à Igualdade e à Não Discriminação

2. Direito à Vida, à Liberdade e à Segurança Pessoal

3. Direito à Autonomia e à Integridade Corporal

4. Direito de estar isento de tortura, tratamento ou punição cruel, desumana ou degradante

**5. Direito de estar isento de Todas as formas de Violência ou coerção**

**6. Direito à Privacidade**

1. Todas as pessoas têm o direito de usufruir dos Direitos Sexuais versados nesta Declaração, sem distinção de qualquer tipo, nomeadamente em função do sexo, identidade e expressão de género, orientação sexual, idade, origem étnica ou outra qualquer.

5 e 6. Todas as pessoas deverão estar isentas de violência e coerção na sua vida sexual e ter o direito à privacidade relacionada com o seu próprio corpo, as relações e as práticas sexuais em que se envolvem.

Os profissionais de saúde devem estar atentos e combater as diferentes formas de discriminação que muitas vezes coexistem e limitam o acesso aos cuidados de saúde, e às diferentes formas de violência de que os seus utentes podem ser alvo, entre as quais o crescente fenómeno da "pornografia de vingança" que pode coagir pessoas a manterem-se em contextos relacionais adversos.



## Declaração dos Direitos Sexuais:

- 7. Direito ao mais alto padrão de Saúde atingível, inclusive de Saúde Sexual; com a possibilidade de experiências sexuais prazerosas, satisfatórias e seguras**
8. Direito de usufruir dos benefícios do Progresso Científico e suas aplicações
9. Direito à Informação
- 10. Direito à Educação e o direito a uma Educação Sexual esclarecedora**

7. Este direito inclui as dimensões do prazer e do consentimento reforçadas na Declaração do Prazer Sexual de 2019 da Associação Mundial da Saúde Sexual (WAS).

10. Todas as pessoas têm o direito a uma educação sexual esclarecedora adequada à sua idade, cientificamente rigorosa, baseada na equidade dos géneros e com uma abordagem positiva relativa à sexualidade e ao prazer. Em Portugal, a Educação Sexual está plasmada na Lei como um Dever do Estado desde 1984 (Lei nº 3/84).

Os profissionais de saúde devem facilitar o acesso a cuidados de saúde sexual e reprodutiva com respostas adaptadas às reais necessidades das populações que servem. Os profissionais de saúde são um dos principais veículos de Educação Sexual Informal pelo que deverão ter conhecimentos atualizados e cultivar a autonomia e empoderamento dos seus utentes nesta área.



## Declaração dos Direitos Sexuais:

- 11. Direito de constituir, formalizar e dissolver Casamento ou outros relacionamentos similares baseados em Igualdade, com consentimento livre e absoluto**
- 12. Direito a decidir sobre ter filhos, o número de filhos e o espaço de tempo entre eles, além de ter informações e meios para tal**
13. Direito à Liberdade de pensamento, opinião e expressão
14. Direito à Liberdade de associação e reunião pacífica.
15. Direito de participação na vida pública e na vida política
16. Direito de acesso à Justiça, reparação e indemnização

11. Todas as pessoas têm o direito de escolher casar-se ou não, bem como adentrar livre e consensualmente em casamento, parceria ou outros relacionamentos similares, sendo titulares de direitos iguais na sua formação, manutenção e dissolução.

12. Todas as pessoas têm direito ao planeamento familiar, isto é, a cuidados de saúde sexual e reprodutiva relacionados com a gravidez, a contraceção, a fertilidade, a interrupção da gravidez e a adoção.

Os profissionais de saúde devem manter uma postura de abertura face à diversidade de pessoas que constituem os tipos de famílias das suas listas. Não devem assumir que todos os utentes são heterossexuais, ou que todos os utentes são monogâmicos. Podem, ainda, ajudar a combater o estigma face a projetos de parentalidade que não incluam a decisão de ter filhos ou de projetos de conceção ou adoção homoparental ou monoparental.



4 de abril

# Dia Mundial pela Igualdade de Direitos Sexuais e Reprodutivos

O **Médico de Família**, através de uma abordagem holística e integrada, desempenha um papel essencial na **defesa e promoção dos DSR**. Tem o dever de garantir o acesso e atendimento livres de preconceitos, privilegiando o uso de uma linguagem inclusiva e uma abordagem baseada no consentimento e no sigilo profissional.

Reconhecer que sexualidade não é apenas reprodução, valorizar a diversidade e respeitar a importância do prazer, da intimidade e do bem-estar sexuais, são aspetos essenciais para a **promoção de uma sexualidade positiva como parte integrante da saúde global** dos indivíduos.

Bibliografia:



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE  
MEDICINA GERAL E FAMILIAR

GESEX

GRUPO DE ESTUDOS DA SEXUALIDADE

