

# Saúde Sexual

Realidade em  
Portugal

DIA INTERNACIONAL  
DA SAÚDE SEXUAL

GESSEX

GRUPO DE ESTUDOS DA SEXUALIDADE



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE  
MEDICINA GERAL E FAMILIAR

# Saúde Sexual

## O que é?

É uma condição de **bem-estar físico, emocional, mental e social** em relação à **sexualidade**, e não somente a ausência de doença

Organização Mundial de Saúde (OMS)



GRUPO DE ESTUDOS DA SEXUALIDADE



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE  
MEDICINA GERAL E FAMILIAR

# Promover a **Saúde Sexual** é uma questão de:

Igualdade de género

Realização plena de todas as pessoas



Proteção de crianças e jovens

Combate à discriminação e à violência de género

OMS

A **Saúde Sexual** pressupõe a garantia dos **direitos sexuais**, que são protegidos como **direitos humanos**

**Quais são os princípios fundamentais?**



OMS

GESEX

GRUPO DE ESTUDOS DA SEXUALIDADE



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE  
MEDICINA GERAL E FAMILIAR

# Saúde Sexual

1

## Direitos humanos aplicados à sexualidade

Direito à **informação**, à **educação sexual**, à **autonomia corporal**

**Antes de 1974** → contraceção proibida; interrupção da gravidez (IG) criminalizada;  
**1984** → Interrupção da gravidez permitida em casos restritos

**2007** → IVG despenalizada até 10<sup>a</sup> semana

**2010** → casamento legal entre pessoas do mesmo sexo

**2015** → adoção por casais do mesmo sexo

**2016** → Procriação Medicamente Assistida (PMA) acessível a todas as mulheres

# Saúde Sexual

2

## Promoção do prazer e intimidade

Reconhecer o **prazer sexual** como parte da **saúde e bem-estar**



**Antes de 1974** → prazer silenciado; atividade sexual com foco na reprodução

**Anos 80** → primeiros passos da sexologia clínica

**Atualidade** → consultas de Sexologia no SNS; desconstrução de tabus

# Saúde Sexual

3

## Acesso a serviços de saúde sexual e reprodutiva

Cuidados de **planeamento familiar**, **prevenção** e **tratamento** de infeções sexualmente transmissíveis, apoio a disfunções sexuais

**1979** → contraceção legalizada

**Anos 80** → programas de PF no SNS

**Anos 90** → expansão das consultas, prevenção VIH/SIDA

**2024** → Medidas de dignidade menstrual: distribuição gratuita de produtos em centros de saúde e escolas

**Atualidade** → rastreios organizados, PMA, contraceção gratuita, consultas de Sexologia no SNS

# Saúde Sexual

4

## Educação sexual

Baseada em **evidência**, adaptada à idade e contexto sociocultural, que capacite **escolhas informadas**



**Antes de 1974** → inexistente

**Anos 90** → primeiras tentativas de programas escolares

**2000** → lei da educação sexual obrigatória

**2009-2012** → regulamentação efetiva

**Atualidade** → Enquadramento legal, embora com remoção de conteúdos

# Saúde Sexual

5

## Diversidade e inclusão

**Reconhecer e respeitar** diferentes identidades e orientações sexuais

**Antes de 1974** → homossexualidade criminalizada

**Após 1974** → despenalização da homossexualidade

**2010** → casamento legal entre pessoas do mesmo sexo

**2011** → Lei de identidade de género (atualizada em **2018**)

**Atualidade** → quadro legal progressista, mas persistem estigmas



# Saúde Sexual

6

## Segurança

Direito a viver a sexualidade **sem violência** ou **discriminação**

**Antes de 1974** → abortos clandestinos de elevado risco para as mulheres

**Anos 80–90** → medidas protetoras contra a violência doméstica

**2007** → IVG segura no SNS

**Atualidade** → legislação contra violência doméstica e/ou sexual; apoio às vítimas; proteção constitucional, penal e civil contra a violência e discriminação baseadas na identidade de género e/ou orientação sexual



# Feliz Dia Mundial da Saúde Sexual!

Porque cada pessoa tem o  
direito a viver a sua  
sexualidade de forma  
saudável, segura e digna



# Referências Bibliográficas

Organização Mundial da Saúde

*Sexual Rights: An IPPF Declaration.* Federação Internacional de Planeamento Familiar, ONU e Associação Mundial de Sexologia

Legislação Portuguesa em vigor:  
<https://diariodarepublica.pt/>



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE  
MEDICINA GERAL E FAMILIAR