

## O que diz o Conselho Científico sobre...



HELENA JOSÉ

Conselho Científico da Nursing

### REFLECTINDO UM POUCO SOBRE SEXUALIDADE...

Indo ao encontro do «tema de capa deste mês» começo por destacar que, na actualidade, a sociedade parece estar a dar especial atenção aos temas relativos à educação para a saúde e educação sexual, sendo que, em Portugal, a Lei n.º 60/2009, de 6 de Agosto, estabelece um conjunto de princípios e regras, no que concerne a esta última e prevê a sua ocorrência nas escolas.

A Portaria 196-A/2010, de 9 de Abril, regulamentadora da lei anteriormente mencionada, refere que O conceito actual de educação para a saúde tem subjacente a ideia de que a informação permite identificar comportamentos de risco, reconhecer os benefícios dos comportamentos adequados e suscitar comportamentos de prevenção. A educação para a saúde tem, pois, como objectivos centrais a informação e a consciencialização de cada pessoa acerca da sua própria saúde e a aquisição de competências que a habilitem para uma progressiva auto-responsabilização. A educação sexual foi integrada por lei na educação para a saúde precisamente por obedecer ao mesmo conceito de abordagem com vista à promoção da saúde física, psicológica e social [p. 1170 – (2)].

A WHO (1995) entende que a sexualidade é um aspecto importante da personalidade humana, intrínscado na própria natureza humana e uma dimensão da humanidade. Há poucas pessoas para quem, em alguma circunstância da vida, o

sexo não foi importante, contudo, a sexualidade é mais do que o comportamento sexual evidente, já que abrange e sublinha o todo da experiência global de vida, contribuindo, de muitos modos, para o bem-estar das pessoas.

Uma sexualidade saudável ou um sentido de sexualidade positivamente desenvolvido, possibilita que, muitas pessoas, e através das crianças, consigam estabelecer ligações com o futuro; proporciona um meio de libertação física e prazer sexual; permite unir as pessoas; facilita comunicar sentimentos subtis, suaves ou intensos; conduz ao atingir de uma sensação de auto-estima, quando as experiências sexuais são positivas, sendo, também, um dos factores que constrói a identidade da pessoa (WHO, 1995).

Definir saúde sexual é tão difícil quanto definir saúde em si. O conceito de saúde sexual salienta que esta não se relaciona, somente, com a questão das doenças sexualmente transmissíveis mas, também, com a necessidade e importância de ter conhecimento sobre fenómenos sexuais, de desfrutar de uma imagem corporal positiva de si, de possuir auto-consciência sobre a sua atitude face ao sexo e um juízo próprio sobre sexualidade. Inclui, ainda, uma capacidade valorativa para a tomada de decisões ao nível sexual, sublinhando-se a necessidade de um grau de conforto emocional, relativo à vida sexual praticada.

A saúde sexual engloba a integração dos aspectos emocionais, intelectuais e sociais do ser sexual, de forma positivamente enriquecedora,

realçando a personalidade, a comunicação e o amor (WHO, 1995).

Assim, a noção de saúde sexual, implica um resultado positivo

da abordagem da sexualidade humana e da finalidade de exploração sexual, sendo que os cuidados de saúde devem centrar-se na melhoria da vida da pessoa e das relações que esta estabelece, e não, simplesmente, no aconselhamento e cuidados relacionados com a reprodução, ou com as doenças sexualmente transmissíveis.

Deste modo, os enfermeiros têm um papel de relevo no sentido de ajudar as pessoas com quem cuidam, e ao longo do ciclo vital, a superar ou lidar com problemas relacionados com a sexualidade.

**Para uma ajuda eficaz, e como em todas as situações de cuidados, o enfermeiro necessita, primeiro, conhecer-se: conhecer os seus valores, preconceitos, formas de ser e estar perante a sexualidade para, assim, colocar «de lado» os seus referenciais e centrar-se no quadro de referência da pessoa com quem cuida,**

sentindo-se confortável em abordar o tema da sexualidade humana, temática esta indubitavelmente influenciada pela cultura e normas sociais.