

## A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO SEXUAL NA CONSTRUÇÃO DA SEXUALIDADE FEMININA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

### THE IMPORTANCE OF SEX EDUCATION IN THE CONSTRUCTION OF FEMALE SEXUALITY: A LITERATURE REVIEW

DOI: 10.31072/rcf.v13i2.1146

**Savana Sara B. da Silva Orso** 

Graduanda em Psicologia pelo Centro  
Universitário FAEMA – UNIFAEMA.

E-mail: [savanaorso@gmail.com](mailto:savanaorso@gmail.com)

**Yesica Nunez Pumariega** 

Mestre em Psicologia pela Universidade  
Federal de Rondônia.

E-mail: [yesicapumariega@hotmail.com](mailto:yesicapumariega@hotmail.com)

**Submetido:** 5 set. 2022

**Aprovado:** 5 out. 2022

**Publicado:** 10 out. 2022

**E-mail para correspondência:**

[savanaorso@gmail.com](mailto:savanaorso@gmail.com)

Este é um trabalho de acesso aberto e distribuído sob os Termos da *Creative Commons Attribution License*. A licença permite o uso, a distribuição e a reprodução irrestrita, em qualquer meio, desde que creditado as fontes originais.

Imagem: StockPhotos (Todos os direitos reservados).



Open Access

**Resumo:** A sexualidade é um fundamento básico da personalidade, fazendo parte da vida de todo indivíduo, presente em todos os aspectos, como na forma de existir, de se comunicar, de viver e de se expressar. Sendo fundamental e essencial para a existência humana. O objetivo desta revisão foi compreender a importância da educação sexual para a construção da sexualidade feminina. Metodologia: O presente estudo constitui-se em uma revisão de literatura sobre a sexualidade feminina. A Realização desta pesquisa foi conduzida por meio de buscas obtidas nas bases de dados do Google Acadêmico; SCIELO, PEPISIC, LILACS, entre outros periódicos eletrônicos e livros físicos, com publicações entre 2003 a 2022, em língua portuguesa, utilizando-se dos seguintes descritores: Sexualidade; Sexualidade humana; Sexualidade feminina e Educação sexual, os mesmos combinados entre si para a formulação desta revisão. A sexualidade é influenciada e moldada pelas crenças, valores morais, culturais e religiosos, e engloba a relação sexual e o erotismo. Sendo esta, um dos pilares para se ter uma qualidade de vida. Visto que a sociedade tanto ajuda de forma positiva como de forma negativa na construção desta sexualidade, torna-se importante a educação sexual adequada na vida das mulheres, pois a educação sexual inadequada contribui para que mitos e crenças sejam construídos, assim prejudicando de forma significativa a qualidade de vida destas mulheres, podendo deixá-las vulneráveis ao diagnóstico de disfunções sexuais. Concluiu-se que através de uma educação sexual adequada, as mulheres além de adquirir conhecimento do seu próprio corpo, poderão abrir mão de informações errôneas acerca da sexualidade, permitindo-se uma melhor qualidade de vida sexual e emocional. Todavia ao contrário do que muitos pensam, a educação sexual de forma apropriada ajuda a proteger, pois a violência e o preconceito são resultados de uma educação sexual fracassada. Com isto, vê-se que é de suma importância que novos estudos e pesquisas surjam para que a educação sexual venha cada dia mais ganhar espaço, contribuindo de forma significativa para uma melhor qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Sexualidade. Sexualidade humana. Sexualidade feminina. Educação sexual.

**Abstract:** Sexuality is a basic foundation of personality, being part of the life of every individual, present in all aspects, such as the way of existing, communicating, living and expressing oneself. Being fundamental and essential for human existence. The objective of this review was to understand the importance of sex education for the construction of female sexuality. Methodology: The present study is a literature review on female sexuality. This research was conducted through searches obtained from Google Scholar databases; SCIELO, PEPISIC, LILACS, among other electronic journals and physical books, with publications between 2003 and 2022, in Portuguese, using the following descriptors: Sexuality; Human sexuality; Feminine sexuality and sex education, the same combined for the formulation of this review. Sexuality is influenced and shaped by beliefs, moral, cultural and religious values, and encompasses sexual intercourse and eroticism. This being one of the pillars to have a quality of life. Since society helps both positively and negatively in the construction of this sexuality, adequate sex education in women's lives becomes important, as inadequate sex education contributes to myths and beliefs being built, thus significantly harming the quality of life of these women, which may leave them vulnerable to the diagnosis of sexual dysfunction. It is concluded that through adequate sexual education, women, in addition to acquiring knowledge of their own body, will be able to give up erroneous information about sexuality, allowing a better quality of sexual and emotional life. However, contrary to what many think, sex education in an appropriate way helps to protect, as violence and prejudice are the result of a failed sex education. With this, it is seen that it is of paramount importance that new studies and research emerge so that sex education will increasingly gain space, contributing significantly to a better quality of life.

**Keywords:** Sexuality. Human sexuality. Female sexuality. Sex education.

## Introdução

A sexualidade é um fenômeno característico do ser humano, existente em todos os atos da vida. “É um fundamento básico da personalidade que possibilita as pessoas maneiras particulares e individuais de existir, se comunicar, viver e se expressar”. <sup>(1)</sup>. Ou seja, a sexualidade faz parte da vida de todo ser humano, marcada por emoções e anseios que transcorrem as relações individuais e sociais, além de estar presente em todas as etapas do desenvolvimento de cada indivíduo <sup>(2)</sup>.

A construção da sexualidade se dá através da escola, família, igreja, instituições legais e médicas, sendo estas instâncias de extrema importância na construção do indivíduo. Conselhos e imposições são frequentemente interpelados ao sujeito, sejam elas sobre saúde, comportamentos, religião, amor, dizendo o que é para preferir e o que é para se rejeitar, até mesmo quando recuar, influenciando tanto no modo de viver como no modo de ser <sup>(3)</sup>.

A sexualidade feminina teve seu grande marco após as 1ª e 2ª Guerras Mundiais. Nesta época, os homens estavam lutando, e muitas mulheres precisavam manter o sustento da casa; outras ficaram viúvas, sendo que a única forma de alcançar o seu sustento e dos seus filhos era buscar um espaço no mercado de trabalho. Houve uma enorme mudança do mundo feminino, a partir desta época, a mulher começa a ganhar a sua independência e começa a sair de casa. Logo na década de 1960, chega a pílula anticoncepcional, e com isto as mulheres começam a separar o “sexo produtivo do sexo prazeroso.” <sup>(4)</sup>.

Mesmo com o desenvolvimento da ciência e da tecnologia, as ideias distorcidas sobre o sexo se encontram arraigadas na sociedade em diversas culturas. Que por meio destas ideias deturpadas contribuem para a construção de crenças e/ou superstições acerca do assunto <sup>(5)</sup>. Com isto, acarretando diversas disfunções sexuais como consequência. Ao levantar o questionamento de que a falta de uma educação sexual ou a educação sexual inadequada contribui para o diagnóstico deste transtorno, surge assim, o interesse de pesquisar mais sobre o assunto, resultando nesta revisão de literatura.

Por meio dos estudos levantados, foi possível perceber que realmente a falta de uma educação em sexualidade, contribui para que muitos indivíduos sejam diagnosticados com dificuldades sexuais. E isto fica bem claro também nos estudos de Rodrigues Jr. <sup>(6)</sup>, no qual ele aponta que a falta de uma educação sexual faz com que muitos sujeitos apresentem estas dificuldades sexuais sem nem se quer saber onde recorrer ou o porquê das disfunções sexuais, que podem ser variadas; acreditando que os problemas são apenas de ordem fisiológica.

## Metodologia

O presente artigo foi desenvolvido por meio de uma revisão de literatura, utilizando as seguintes bases de dados: Google Acadêmico, SciELO (*Scientific Electronic Library Online*), PePSIC (Portal de Periódicos Eletrônicos de Psicologia), LILACS (Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde), entre outros periódicos eletrônicos e livros físicos, sendo estes materiais publicados no idioma português.

Dentre os critérios de inclusão foi possível elencar que foram utilizados materiais bibliográficos de caráter científico que estiveram em conformidade com a temática, que fossem da área da psicologia e que estivessem numa linguagem focada na Terapia Cognitivo-comportamental, para isto, foi preciso ler os resumos dos achados, para filtragem e posterior exclusão dentro dos critérios que serão mencionados mais à frente. Sendo selecionados materiais publicados entre os anos de 2003 a 2022, utilizando os seguintes descritores: Sexualidade, Sexualidade humana, Sexualidade feminina e Educação Sexual, os mesmos combinados entre si para a formulação desta revisão. Sendo o suficiente para compreensão do tema e a sistematização das informações.

Quanto ao critério de exclusão foi utilizado o seguinte método: estudos duplicados; artigos que citavam os mesmos autores considerados renomados nos estudos acerca da sexualidade humana, optando assim por buscar a fonte original e estudos que eram específicos de um determinado grupo, como por exemplo estudo de mulheres de uma determinada religião, idade ou região.

## Resultados e Discussões

### Sexualidade

A sexualidade “é um fundamento básico da personalidade que possibilita à pessoa maneiras particulares e individuais de existir, se comunicar, viver e se expressar.”. <sup>(1)</sup>. Ou seja, a sexualidade faz parte da vida e da saúde de todo ser humano, vindo marcada por emoções e anseios que transcorrem as relações individuais e sociais, além de estar presente em todas as etapas do desenvolvimento de cada indivíduo <sup>(2)</sup>.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde – OMS <sup>(7)</sup>, a sexualidade é um dos pilares para se ter uma qualidade de vida, sendo um aspecto central presente na vida de todo indivíduo. Ela engloba a relação sexual, o prazer, o erotismo, a orientação sexual e a reprodução, sendo manifesta e percebida por pensamentos, desejos, fantasias, intimidade, comportamentos, valores e relacionamentos. Com isto, a qualidade da saúde sexual pode ter influência no bem-estar e na qualidade de vida do sujeito.

A sexualidade é entendida como algo fundamental que dá significado e sentido para a existência humana, algo de extrema importância, da qual fazem parte diversos fatores sendo estes biológicos, psicológicos, sociais e culturais, apregoados de geração em geração <sup>(8)</sup>. Compreende-se que a cada momento histórico o saber sobre a sexualidade é apresentado de formas diversas, daquilo que se tem por verdades, sejam elas ditadas pela igreja, pelo Estado ou pela medicina <sup>(9)</sup>.

Ao longo dos tempos o discurso científico permaneceu sob o controle das instituições que detinham o poder sobre as escolhas do indivíduo, sendo estas, a Igreja, o Estado, a Medicina e a Família. Cada uma destas instituições, preocupadas em impor as suas verdades ao sujeito queriam ter o controle da vida sexual destes que, por meio das imposições carregada de crenças distorcidas, acabavam contribuindo de forma negativa para a construção de crenças distorcidas e mitos a respeito da sexualidade <sup>(10)</sup>.

Percebe-se que, Louro <sup>(3)</sup> traz o mesmo pensamento que Fonseca <sup>(10)</sup> ao apontar que a construção da sexualidade se dá através da família, escola, igreja, instituições legais e médicas, estas se mantêm por certas, como instâncias de suma importância no processo constitutivo do indivíduo. Conselhos e imposições são constantemente interpeladas ao indivíduo, sejam elas sobre saúde, religião, comportamentos e amor, dizendo o que é para preferir e o que é para se rejeitar, até mesmo quando recuar, influenciando tanto no modo de ser como no modo de viver. E algumas ordens sendo destes campos consagrados e tradicionalmente famosos por sua autoridade.

Compreende-se que, por causa de todas estas influências o papel de ensinar, se torna solto, sendo a responsabilidade imputada ao outro. Diante disto <sup>(2)</sup>, a escola tem receio dos pais, a escola não tem formação adequada para discutir sobre assuntos da sexualidade, muitos pais também não querem que este seja o papel dela. A maioria dos pais também não teve formação neste assunto, para discutirem com os seus filhos. Por ser um assunto tabu, muitos pensam que ensinar os seus filhos sobre sexo, estarão estimulando a prática do sexo.

Então este trabalho de “ensinar” fica fatigante, aumentando o desafio, devido a este contexto cultural em que há uma grande diversidade de discursos, se chocando, disputando a validade, poder e o espaço nas mídias, nas escolas, nos materiais didáticos, nas igrejas, nas leis, no mercado e na política. Na indústria, pois, acredita-se que é devido a vontade do saber é que alimenta os elementos onde eles têm o “poder de produzir identidades, moldar os corpos e as mentes, alma e espírito, sempre disfarçado de “validade científica.” <sup>(2)</sup>.

## Sexualidade feminina

A trajetória da sexualidade feminina teve seu grande marco após as 1ª e 2ª Guerras Mundiais. Nesta época os homens estavam lutando, e muitas mulheres precisavam manter o sustento da casa, outras ficaram viúvas, sendo que a única forma de alcançar o seu sustento e dos seus filhos eram buscar um espaço no mercado de trabalho. A partir desta data, houve uma enorme mudança do mundo feminino. A mulher estava saindo de casa, ganhando a sua independência. Já na década de 1960, chega a pílula anticoncepcional, com isto as mulheres começam a separar o “sexo produtivo do sexo prazeroso.”. <sup>(4)</sup>.

Sabe-se que devido as conquistas da mulher ao longo desta época mencionada, permite-se dizer que é admitida todas as formas de prazer. Contudo, o sexo e a sexualidade são algo subjetivo, dizendo respeito a si própria, e é esta mulher quem deve dizer as suas regras e determinar o que é legal e ilegal para ela. De acordo com as relações de poder e as construções socioculturais sobre a forma com que estas mulheres têm que lidar com o sexo e com a sexualidade, haverá sempre discórdias e diferenças que dividirá as opiniões sociais <sup>(10)</sup>.

No Brasil, a história da sexualidade feminina passou-se por diversas transformações no decorrer dos anos até chegar ao modelo que vemos hoje. Padrões sociais refletem nesta história. Vemos que esta temática ainda é rodeada por enormes debates, tabus, mitos e verdades. A vida sexual das mulheres está firmada nos padrões morais, éticos, comportamentais, que as ensinavam a viverem somente para a família, cuidando do lar, sendo as responsáveis pelos filhos. Sendo o sexo matrimonial apenas com finalidade reprodutiva, as mulheres mais erotizadas eram tidas somente como amantes <sup>(11)</sup>.

De acordo com Hoffman et al. (2014) <sup>(12)</sup>, o fato de a sexualidade estar ligada com fatores sociais, psicológicos, ambientais, espirituais e de aprendizagem, faz com que a satisfação sexual das mulheres esteja menos dependente dos componentes físicos do sexo e mais da qualidade dos seus relacionamentos e do contexto em que o comportamento sexual esteja inserido.

No século XXI, a mulher é protagonista da sua própria vida, resultado de grandes conquistas. É evidente que a sociedade capitalista causou uma revolução de necessidades, resultando em revolução sexual, conseqüentemente gerando uma revolução dos costumes. O resultado disso se observa em uma maior liberdade sexual feminina, que antes considerada sinal de imoralidade, sendo beneficiada com todas estas revoluções o processo da atividade profissional feminina <sup>(13)</sup>.

Como visto acima, a liberdade da mulher foi conquistada nas últimas décadas do século passado, mas esta evolução foi vista com mais nitidez após a 2ª Guerra Mundial. A busca pelos direitos sexuais era apenas uma das reivindicações que o movimento feminino buscava conquistar. Além dos direitos



políticos, laborativos, legais, econômicos e, no intuito da igualdade, também a igualdade da conduta sexual. Sobre estes direitos sexuais será citado a seguir.

### Direitos sexuais

Diversas foram as conquistas que as mulheres obtiveram ao longo das décadas, como citado acima, destacando-se entre elas o direito a questões voltadas à sua sexualidade, tais como: direito a saúde sexual e reprodutiva, entre outros <sup>(15)</sup>.

Algumas características citadas na Declaração dos Direitos Sexuais são:

- Defender que o desenvolvimento da sexualidade é essencial para o bem-estar individual, interpessoal e social, além de deixar claro que ela se desenvolve na interação do indivíduo com as estruturas sociais;
- Propagar que os direitos sexuais são direitos humanos universais, portanto, que são direitos de toda e qualquer pessoa, independentemente de sua orientação sexual; e que a saúde sexual só pode ser adquirida em um ambiente que reconhece, respeita e exercita estes direitos <sup>(15)</sup>.

Ou seja, todo indivíduo tem o direito à sua liberdade sexual, sendo parte de suas necessidades básicas, ter prazer e um bem-estar pessoal e social dentro de suas relações. A seguir, será apontado o conjunto dos direitos sexuais:

- 1 – O direito à liberdade sexual [...]
- 2 – O direito à autonomia sexual, integridade sexual e à segurança do corpo sexual [...]
- 3 – O direito à privacidade sexual [...]
- 4 – O direito à igualdade sexual [...]
- 5 – O direito ao prazer sexual [...]
- 6 – O direito à expressão sexual [...]
- 7 – O direito à livre associação sexual [...]
- 8 – O direito às escolhas reprodutivas livres e responsáveis [...]
- 9 – O direito à informação baseada no conhecimento científico [...]
- 10 – O direito à educação sexual integral [...]
- 11 – O direito à saúde sexual [...] ... <sup>(15)</sup>.

Visto que a educação sexual é um direito de todo indivíduo, é necessário que esta aconteça de forma adequada e positiva para que a construção da sexualidade ocorra de forma natural, para que os tabus e os mitos que permeiam esta temática, sejam desconstruídos ao longo do processo.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde – OMS <sup>(7)</sup>, a sexualidade do indivíduo é influenciada por pensamentos, sentimentos, ações e integrações, fazendo parte da saúde física e mental. Portanto, a saúde sexual é a relação dos aspectos sociais, intelectuais, somáticos e

emocionais, que influencia diretamente na personalidade e na capacidade de comunicação com outras pessoas.

Todavia, se a saúde é um direito fundamental do indivíduo, a saúde sexual também deve ser considerada como direito deste sujeito. Diante deste aspecto a mulher deve se conhecer e ter acesso à educação sexual e serviços de saúde adequados. Contudo, sabemos que os mitos, tabus e crenças, devido a diversos fatores, construído ao longo da história, têm contribuído de forma negativa para que muitas mulheres alcancem a satisfação e contemplação de sua sexualidade.

## Educação sexual

### Aparelho genital feminino

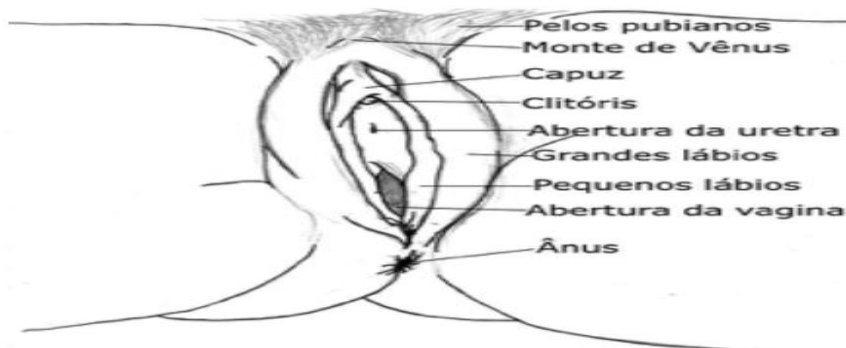
Muitas mulheres chegam aos consultórios com diversas queixas, e se percebe que a falta de informação sobre a sua própria genitália é bem comum, mesmo que pareça um conhecimento básico a ser adquirido. Estas mulheres acreditam que a vagina seja o seu órgão sexual, mas na verdade o órgão sexual feminino é o clitóris. A maior parte da literatura de anatomia e de educação sexual não detalham as informações sobre o clitóris, e isto contribui para que muitas mulheres não tenham conhecimento sobre o seu próprio órgão <sup>(16)</sup>.

Segundo Carvalho e Sardinha:

O aparelho genital feminino é formado pelos órgãos genitais internos e externos. Os órgãos internos são: vagina, ovários, trompas de Falópio e útero. Os órgãos externos são: monte de vênus (púbis) e vulva, que engloba os grandes e pequenos lábios e o clitóris <sup>(17)</sup>.

Para melhor entendimento da genitália feminina, segue imagens tanto da parte interna como da parte externa:

**Figura 1** - Anatomia externa da vagina.

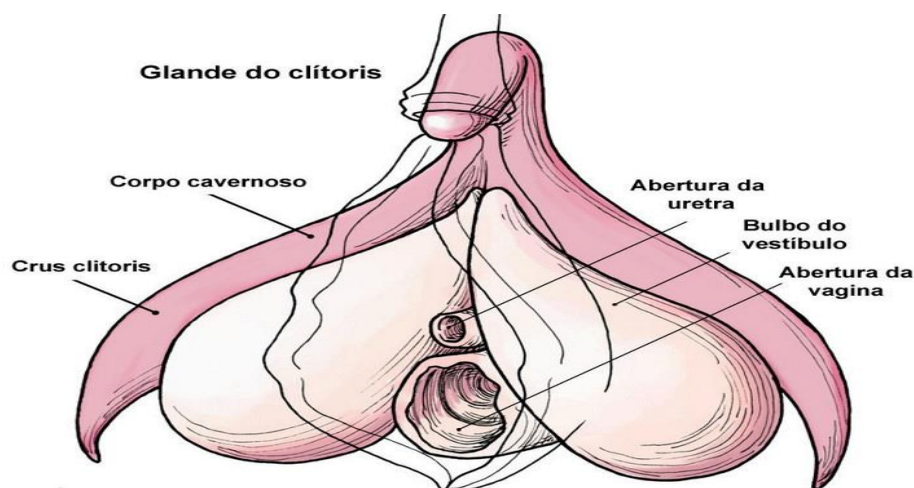


Fonte: Sardinha <sup>(16)</sup>

A genitália feminina inicia pelo grandes lábios, formados de tecidos conjuntivo e gorduroso, sendo responsável por proteger a vulva. Na vulva, encontra-se os pequenos lábios, composto por uma mucosa sensível que reveste também a parte interna da vagina. E esta mucosa segue até a abertura do canal vaginal, que é o local onde ocorre a penetração do pênis durante o ato sexual ou coito vaginal. Logo acima, está localizada a uretra, que é a responsável pela saída da urina. Boa parte das mulheres não conseguem diferenciar bem a localização da uretra, sendo esta informação de extrema importância, pois em algumas vezes, infecções de urinas podem estar associadas à relação sexual <sup>(16)</sup>.

Os pequenos lábios também cobrem o capuz do clitóris, que visivelmente se consegue identificar na junção dos lábios dentro da vulva. O clitóris é uma área extremamente sensível, podendo ser comparado ainda mais sensível do que o olho humano. O clitóris não é formado apenas pela sua ponta na junção dos pequenos lábios, trata-se de um grande órgão que se ramifica por toda a região da vulva e do canal vaginal. Segue abaixo anatomia do clitóris <sup>(16)</sup>.

**Figura 2** - Anatomia do clitóris, órgão sexual feminino.



Fonte: Sardinha <sup>(16)</sup>

Todavia, o desconhecimento acerca do próprio órgão, pode acabar repercutindo nas disfunções sexuais. Pois, havendo o desconhecimento, dificilmente a mulher terá uma resposta sexual que poderia ou que desejaria, por não estimulá-lo adequadamente <sup>(16)</sup>. Por isso, a importância de uma educação sexual na vida de todo indivíduo, mais especificamente a sexualidade feminina, tratada nesta pesquisa.

Acredita-se que é a partir do conhecimento que diversas problemáticas e ideias distorcidas sobre a temática são solucionadas, podendo assim, se permitir ao prazer. Que segundo Carvalho e



Sadina (2017) <sup>(17)</sup> explicam que “o prazer aliado ao sexo é um mecanismo evolutivo que favorece a reprodução, oferecendo o orgasmo como recompensa ao ato sexual.”.

## **Orgasmo**

De acordo com Lins & Braga (2005) <sup>(18)</sup>, o orgasmo tem sua origem na palavra grega *orgasmós*, seu sentido está relacionado a ferver de ardor. Sendo considerado um fenômeno que atinge o nível mais alto de excitação sexual, ou seja, o “prazer físico mais forte que nós seres humanos podemos experimentar.”.

Durante a resposta sexual, do ponto de vista da psicofísica, o sujeito é dominado por um estado de excitação crescente, quando esta excitação atinge a um ponto máximo, sente-se uma mistura de alívio acompanhado por uma “maravilha de prazer”, e esta sensação que é chamada de orgasmo <sup>(19)</sup>.

Entende-se que “a resposta sexual feminina alcança o seu clímax com a fase do orgasmo, que consiste em contrações reflexas ritmadas e involuntárias dos músculos perivaginais e perineais, com intervalos de aproximadamente 0,8 segundos.” <sup>(20)</sup>.

## **A importância de uma educação em sexualidade**

A falta de acesso à informação sexual adequada, ou a disseminação de informações errôneas, seja por ensinamentos religiosos, culturais ou sociais, acabam contribuindo para que surjam entre os mais variados distúrbios na atividade sexual. E para piorar ainda os distúrbios na vida do sujeito, as crenças distorcidas ganham cada vez mais força de uma verdade inquestionável sobre aqueles que estão sob algum tipo de influência. Por isso, é de suma importância que profissionais da saúde, tenham capacitação para informar e educar os pacientes que chegam com queixas ou suspeitas de problemas sexuais. Não sendo incomum que o tratamento das disfunções sexuais tenha de ser feito por uma equipe multidisciplinar <sup>(19)</sup>.

As ideias distorcidas sobre o sexo, mesmo com o desenvolvimento da ciência e tecnologia, estão arraigadas em várias sociedades. E estas ideias deturpadas corroboram para a construção de crenças e/ou superstições <sup>(5)</sup>. Fica claro que a falta de uma educação sexual adequada, faz com que uma boa parte das pessoas apresentem algumas dificuldades sexuais sem nem se quer saber onde recorrer ou o porquê estamos tendo determinadas dificuldades sexuais. Algumas pessoas acreditam que as disfunções sexuais são apenas de ordem fisiológica, quando podem ter outras origens, como a construção social acerca do assunto, que acaba por influenciar como os indivíduos enxergam a sexualidade <sup>(6)</sup>.

Com isto a psicoeducação se faz importante no *setting* terapêutico, pois vai reestruturar essas crenças e metacognições negativas <sup>(21)</sup>. Que de acordo com Anami e Figueiró (2009) <sup>(22)</sup>, entre 1920 e 1930, a Educação Sexual começou a ser apontada como fundamental no Brasil, em decorrências de alguns educadores e médicos iniciarem a defesa deste tema nas escolas, preocupados em trazer benefícios para melhorar a saúde, mais especificamente da mulher. Cada dia mais fica evidenciado a importância de produzir conhecimento em sexualidade humana, para que com isto possa ser preenchida as lacunas existentes, consolidando ainda mais a importância na área da saúde em suas práticas clínicas.

A educação de modo em geral, deve ter como objetivo a formação do sujeito, devendo ser libertadora fazendo o seu papel de conscientização, sendo geradora de equilíbrio pessoal e que estimule o real desenvolvimento em todas as suas potencialidades. Fucs (1993) diz que:

A educação sexual poderia ser definida como a parte da educação geral que transmite os conhecimentos e as mensagens necessárias para que o indivíduo possa ter atitudes, expressar seus sentimentos e firmar os valores que o permitem aceitar e vivenciar a sexualidade própria e dos outros num contexto livre e responsável <sup>(23)</sup>.

Ou seja, a educação sexual permite de forma significativamente a mudança e progresso, para que o indivíduo possa usufruir e conviver com a sua própria sexualidade e com as dos outros, de uma maneira consciente, equilibrada e respeitosa.

Para a ABDO <sup>(24)</sup> o indivíduo deve ter uma educação sexual adequada ainda enquanto criança, em idade escolar, antes que mitos e crenças distorcidas sejam construídas. As orientações devem ser passadas com naturalidade, para que a criança estabeleça o conhecimento e o contato com ela mesma e consiga se relacionar com os outros. E com isto, aprendem quais são os seus direitos e deveres, pois, ainda de acordo com ABDO <sup>(24)</sup> “desconforto, preconceito, discriminação e violência resultam de uma educação sexual falida ou da ausência desta, entre outras falhas educacionais.”

Segundo Cavalcanti e Cavalcanti <sup>(19)</sup> todo processo educativo deve obedecer a princípios éticos, pois quando se educa; o sujeito cresce não apenas por conhecimentos que lhe foram acrescidos, “de fora para dentro, mas cresce de dentro para fora”. Sendo assim, o conhecimento acerca da temática contribui para que os indivíduos ainda na infância além de poderem identificar sinais de violência, se tornando mais capazes de se proteger e buscar por ajuda, aprendem quais são os limites de cada um e o respeito mútuo. Diante disto, conclui-se quão importante é a educação de modo em geral na vida de cada indivíduo.

### **Considerações finais**

Conforme foi tratado neste trabalho, entende-se que a sexualidade faz parte da vida de todo indivíduo e é essencial para a existência humana, ela está presente desde o nascimento até a morte, e é vivenciada em todos aspectos, seja na forma de existir, de se comunicar, de viver e de se expressar, ela também é influenciada e moldada pelas crenças, valores morais, religiosos e pela cultura.

Devido às inúmeras conquistas como visto no decorrer da história, estas aquisições lhes deram o direito à liberdade sexual. Porém, conforme analisado, mesmo com tantas transformações, os padrões sociais que na maioria das vezes são impostos à estas mulheres, acabam refletindo em seus comportamentos sexuais. E ainda hoje, esta temática continua sendo rodeada de enormes debates e permeado de tabus. Deste modo, os estudos apontam que a sociedade e a cultura vão interferir tanto de forma positiva como de forma negativa na vida sexual das mulheres.

Outro fator que foi observado é que a maioria das mulheres não conhecem o próprio corpo, muitas delas confundem ou não sabem na maioria das vezes a diferença entre o órgão reprodutor do órgão sexual. Este desconhecimento da sua própria genitália repercute de forma significativa nas disfunções sexuais, deste modo, entende-se que dificilmente estas mulheres terão uma resposta sexual que poderiam ou que desejariam ter.

Assim, vê-se quão importante é a educação sexual na vida do indivíduo, pois, além de contribuir para o conhecimento do próprio corpo, favorece às mulheres uma melhor qualidade de vida sexual e emocional. Por meio dos estudos observou-se que a falta da educação sexual está diretamente relacionada às disfunções sexuais, e que os indivíduos, além de não saberem a quem recorrer, não sabem muitas vezes o porquê de apresentarem determinadas disfunções sexuais.

A educação sexual pode não apenas ajudar, trazendo o conhecimento adequado, mas pode contribuir para a diminuição de diversos tipos de violência e abusos sexuais, pois ao contrário do que muitos acreditam, a educação sexual de forma apropriada ajuda a proteger. O que fica claro quando Abdo <sup>(24)</sup> traz que o preconceito e a violência são resultados de uma educação sexual fracassada.

Contudo, entende-se que este assunto não foi esgotado, concluindo-se que esta temática ainda requer muitos estudos e pesquisas devido tanto a sua complexidade como a sua necessidade, trazendo benefícios não só para a classe acadêmica como também de uma forma geral à saúde e o bem-estar das mulheres.

## Referências

1. Pinto ÊB. Sexualidade Humana. In: Orientação Sexual: como ensinar aos jovens dialogando com a sua religião. São Paulo: Ideias & Letras; 2015, capítulo 1, p. 19-96.
2. Martines EAL de M, Rossarolla JN. Sexo e sexualidade: tabu, polêmica ou conceitos polissêmicos? Reflexões sobre/para a formação de educadores. Revista Exitus, 2018;8(2):273-299. DOI: 10.24065/2237-9460.2018v8n2ID537.
3. Louro GL. Gênero e sexualidade: pedagogias contemporâneas. Pro-posições, 2008;19:17-23.
4. Zikan IS. O Prazer Sexual Feminino na História Ocidental da Sexualidade Humana. Universidade Cândido Mendes (Monografia), 2005, 95 f.
5. Carvalho A, Sardinha A. História Crítica da Sexualidade. In: Terapia Cognitiva Sexual: Uma proposta integrativa na psicoterapia da sexualidade. Rio de Janeiro: Cognitiva; 2017. Capítulo 1, p. 19-39.
6. Rodrigues Jr OM. Problemas Sexuais: Guia de casal para reconhecer e superar os problemas sexuais. São Paulo: Biblioteca 24horas; 2009.
7. World Health Organizations. Sexual and reproductive health. Disponível em: [http://www.who.int/reproductivehealth/topics/sexual\\_health/sh\\_definitions/en/](http://www.who.int/reproductivehealth/topics/sexual_health/sh_definitions/en/). Acesso em: 21 mar. 2022.
8. Vieira KFL et al. Representação Social das Relações Sexuais: um Estudo Transgeracional entre Mulheres. Psicologia: Ciência e Profissão [online]. 2016;36(2):329-340.
9. Salles ACTC, Ceccarelli PR. A invenção da sexualidade. Reverso, 2010;32(60):15-24.
10. Fonseca MEM da. Religião, Mulher, Sexo e Sexualidade: que discurso é esse?. PARALELLUS Revista de Estudos de Religião - UNICAP, 2011;2(4):213-226.
11. Oliveira EL, Rezende JM, Gonçalves JP. História da sexualidade feminina no Brasil: entre tabus, mitos e verdades. Revista Ártemis, 2018;26(1):303.
12. Moreira AS. Elaboração de uma tecnologia educativa para promoção da sexualidade. 2017. 47f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) – Universidade Federal de Mato Grosso, Instituto de Ciências da Saúde, Sinop, 2017.
13. Santos LR dos. Entendendo a Construção Social das Diferenças de Gênero. In: FIGUEIRÓ, Mary N. D. Educação Sexual: múltiplos temas, compromissos comuns. Londrina: UEL; 2009, capítulo 1, p. 1-11.
14. Cavalcanti R, Cavalcanti MD. Disfunções sexuais. In: Tratamento Clínico das Inadequações Sexuais. 5. ed. São Paulo: Payá; 2019. Capítulo 11, 207-232.

15. Ribeiro HC de F. Direitos Humanos, Direitos Sexuais e as Minorias Sexuais. In: FIGUEIRÓ, Mary N. D. Educação Sexual: múltiplos temas, compromissos comuns. Londrina: UEL; 2009, capítulo 2, p. 13-37.
16. Sardinha A. Como abordar a queixa sexual: um guia para psicólogos, educadores e profissionais de saúde. Rio de Janeiro; 2018.
17. Carvalho A, Sardinha A. Sexualidade Feminina. In: Terapia Cognitiva Sexual: Uma proposta integrativa na psicoterapia da sexualidade. Rio de Janeiro: Cognitiva; 2017. Capítulo 4, p. 90-135.
18. Sousa PSM de. Podem as mulheres gozar? Discursos científicos sobre o orgasmo feminino. 2019. 28 fl. (Trabalho de Conclusão de Curso – Monografia), Curso de Licenciatura em Ciências Biológicas, Centro de Educação e Saúde, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité – Paraíba – Brasil, 2019.
19. Cavalcanti R, Cavalcanti M. Desordens do orgasmo. In: Tratamento Clínico das Inadequações Sexuais. 5. ed. São Paulo: Payá; 2019. Capítulo 15, 307-322.
20. Peralta P. Tons femininos: uma visão sobre as disfunções sexuais das mulheres. Cadernos de sexologia, 2010;(2):9-25.
21. Sardinha A. Psicoeducação e Reestruturação de Crenças. In: Terapia Cognitiva Sexual: Teoria e Prática. 2. ed. Campo Grande: Episteme; 2020, capítulo 14, p. 147-156.
22. Silveira GF et al. Produção científica da área da saúde sobre a sexualidade humana. Saúde e Sociedade [online], 2014;23(1):302-312.
23. Machado VN. Educação e sexualidade como prática de empoderamento feminino. Seminário Interlinhas, 2015;3(2):149-156.
24. Abdo CHN. (Des) Educação sexual. Ai! In: Abdo CHN. Sexo no cotidiano: atração, sedução, encontro, intimidade. São Paulo: Contexto; 2021. Capítulo 4, p. 29-34.