

The book cover features a light gray background with a subtle floral pattern. Two vertical red stripes are positioned on the left and right sides. A central white rectangular area is framed by a double black border. The title is written in bold red text within this white area.

Sexualidade Ciclo da Vida

A sexualidade “nasce” com o bebê e vai evoluindo na sua forma e expressão ao longo de toda a vida. Isto é, o desenvolvimento psicosssexual é um processo complexo e sutil, sujeito a diversos acasos à medida que o ser humano passa pela infância, adolescência, idade adulta e velhice (Félix, 1995). As crianças, os adolescentes, os adultos e as pessoas idosas têm interesses sexuais, manifestando a sua sexualidade através de determinados comportamentos.

A sexualidade muda com a idade, verificando-se características próprias que estão associadas a cada fase da vida. Em cada etapa da vida, as pessoas vivem a sua sexualidade de formas diferentes, estando esta sujeita à influência de diversos fatores socioculturais e às particularidades individuais do desenvolvimento biofisiológico e psicoafetivo de cada pessoa. Ao longo do ciclo da vida, do ponto de vista biofisiológico existem três períodos importantes: o período pré-natal, a puberdade e o climatério.

Na infância, a sexualidade é encarada como uma descoberta, nomeadamente do próprio corpo, considerando-se como o primeiro ato sexual da criança mamar no peito da mãe. As principais características da sexualidade nas crianças são:

- Os órgãos genitais estão pouco desenvolvidos.
- A quantidade de hormonas sexuais na circulação sanguínea é também muito pequena.
- Os estímulos táteis sobre o próprio corpo são os que têm maior poder propiciador de respostas fisiológicas sexuais.
- A sexualidade está mediatizada pelos afetos.

Até aos dois/três anos, as crianças adquirem consciência da sua identidade sexual, ou seja, reconhecem-se e identificam-se como rapaz ou rapariga. Simultaneamente, iniciam um processo de aprendizagem e interiorização das funções que a sociedade considera próprias do rapaz ou da moça, e que estão associadas ao papel de gênero.

A sexualidade na vida adulta, em comparação com a adolescência, na idade adulta a sexualidade é vivida mais tranquilamente. Porém, a sexualidade continua a ser é muito distinta de pessoa para pessoa, como consequência do grau de diversidade que implicam as suas formas de vida. Falar sobre sexualidade em qualquer idade ainda é é muito difícil, mesmo no século 21. Porque temos tanta dificuldade em falar sobre esse assunto, faz parte da nossa vida íntima desde a infância, a sociedade evita o assunto por medo, por constrangimento e por vergonha, muitas pessoas não sabem lidar de forma tranquila com o tema. A sexualidade está cercada de mitos (ideias sem fundamento científico e algumas falsas) e crenças, muitas vezes, ligados a preconceitos.

Referências

BELSKY, J. **Desenvolvimento humano: experienciando o ciclo da vida.** Porto Alegre: Artmed, 2010.

Félix, I. & Marques, A. M. (1995) **E nós...somos diferentes? Sexualidade e educação sexual na deficiência mental.** APF (Associação para o Planeamento da Família): Lisboa

PIAGET, J. **Aprendizagem e conhecimento.** Rio de Janeiro: Freitas Bastos, 1974.

VYGOTSKY, L. S. **A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores.** 6. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2002

Vídeos: Adolescência e Sexualidade. Disponível em https://www.youtube.com/watch?v=Rx5_LtXTi9I