

GUIA DE **AUTOCUIDADO**

Recomendações para a Prevenção do Risco Sexual Precoce e da Gravidez na Adolescência







Presidente da República

Jair Messias Bolsonaro

Ministra de Estado da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos

Damares Regina Alves

Secretário Nacional dos Direitos da Criança e do Adolescente

Maurício Cunha

Diretora do Departamento de Promoção e Fortalecimento dos Direitos da Criança e do Adolescente

Luciana Dantas da Costa Oliveira

Apoio

Ministério da Saúde

Marcelo Queiroga

Secretaria de Atenção Primária à Saúde

Ministério da Educação

Milton Ribeiro

Secretaria de Políticas e Diretrizes da Educação Básica

Secretaria Nacional de Assistência Social

João Inácio Ribeiro Roma Neto

Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos

Secretaria Nacional dos Direitos da Criança e do Adolescente

Secretaria Nacional da Família

Secretaria Nacional dos Direitos da Pessoa com Deficiência

Secretaria Nacional de Políticas para as Mulheres

Secretaria Nacional da Juventude

Secretaria Nacional de Políticas de Igualdade Racial

Elaboração

Secretaria Nacional dos Direitos da Criança e do Adolescente

Colaboração

Lilian Lopes Fernandes

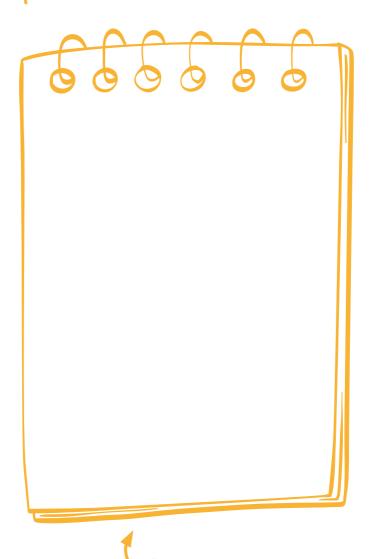
Projeto Gráfico e Diagramação

ASCOM / MMFDH

Organização e Revisão

ASCOM / MMFDH

Este guia pertence a:



faça uma colagem de uma foto ou um desenho de si





Isso é fácil, gente! Não se desesperem. Como o próprio nome já diz, autocuidado são ações ou procedimentos que a própria pessoa faz consigo ou para si mesma que promovem sua saúde e bem-estar geral, incluindo a prevenção de doenças, violências e riscos.





Ah, entendi! Com hábitos saudáveis em todas as áreas da minha vida eu assumo o protagonismo dela e vivo

bem e melhor, me preparando para uma vida adulta responsável e feliz. Isso mesmo, é essa a ideia! Isso porque crianças e adolescentes são reconhecidos, no Brasil e na comunidade internacional, como sujeitos de direitos, tanto dos direitos relacionados aos adultos e direitos específicos provenientes de sua condição peculiar de pessoas em desenvolvimento. E autocuidado é um direito também!





Agora é preciso que esse autocuidado seja reforçado com informações sobre o risco sexual precoce e suas consequências, de modo que vivam as suas relações afetivas e a sexualidade com responsabilidade no tempo certo, desenvolvendo aprendizagens e experiências que lhes permitem tomar decisões saudáveis e por si mesmos.





Autocuidado é:

A prática do indivíduo de cuidar-se a partir dos conhecimentos e das informações de que dispõe, de forma independente, responsável e bem orientada.

> A capacidade individual de promover e manter a saúde e de prevenir e lidar com doenças com ou sem o apoio de um profissional.

O cuidar de si mesmo(a), perceber seus sentimentos, suas emoções, suas sensações físicas e suas necessidades.

E como praticar o autocuidado?

- Compreendendo os reais objetivos de cuidar de si mesmo.
- Aplicando o autocuidado a todas as áreas da nossa vida: física, social, mental e espiritual.
- Observando que o desenvolvimento relacional e afetivo na infância e adolescência é englobado por diversos fatores individuais, familiares e sociais.
- Adotando ações que façam sentido no cotidiano.
- Respeitando seu corpo, suas emoções e seus sentimentos.
- Aprendendo a identificar abuso e outras violências contra si mesmo.
- Tomando decisões com autonomia, com cautela e responsabilidade.

Autocuidado sob a perspectiva da saúde

O autocuidado é um dos fatores de proteção da nossa saúde física, mental e emocional.

Autocuidado nas questões relacionadas à afetividade e à sexualidade é fator inerente ao ser humano, sendo indissociável no processo de desenvolvimento, e que não diz respeito somente à saúde, mas também à integralidade do ser.

Assim, o início da vida sexual de forma prematura provoca prejuízos ao desenvolvimento integral (físico, emocional, social) e aumenta os riscos de infecções sexualmente transmissíveis e de gravidez não planejada, além de, potencialmente, desencadear patologias psicológicas, emocionais e sociais.

A adolescência é um momento marcado por transformações, que se manifestam, por exemplo, em alterações biológicas, no processo de aprendizagem, nos comportamentos, nas descobertas e no nível de interação e de socialização. Entre as mudanças que se apresentam durante essa fase da vida, encontramse também aquelas relacionadas ao desenvolvimento da sexualidade.

O autocuidado tem muitas dimensões. Vamos conhecer cada uma delas?

Observe como anda o seu autocuidado e vamos em frente!

Autocuidado psicológico

Você já pensou o que é autocuidado para você?

O autocuidado psicológico envolve atividades que ajudam a cuidar da sua saúde mental e gerenciar o estresse da rotina, tais como:

- escrever em um diário;
- ler literaturas motivantes;
- permitir que os outros conheçam diferentes aspectos sobre você:
- observar sua experiência interior perceber seus pensamentos, julgamentos, crenças, atitudes, sentimentos;
- envolver seu tempo com uma nova área do conhecimento, por exemplo, digital ou presencial - museu de arte, música, evento esportivo, performance teatral;
- estabelecer limites e dizer "NÃO" quando for preciso;
- reconhecer suas qualidades;
- pedir ajuda sempre que precisar.

Autocuidado emocional

Para entendermos como cuidar da nossa saúde emocional, vamos conhecer um pouco sobre a **afetividade**. Esse é um termo que compreende várias modalidades de vivências afetivas, como o humor, as emoções e os próprios sentimentos. Algumas atitudes do autocuidado emocional podem ser:

- passar algum tempo com outras pessoas de quem você gosta;
- manter contato com pessoas importantes em sua vida;
- manter relacionamentos saudáveis com os familiares e amigos;
- ser afirmativo(a) consigo, elogiar-se;
- amar a si próprio;
- reler livros favoritos, rever filmes favoritos;
- identificar atividades reconfortantes, objetos, pessoas, relacionamentos, lugares e procurá-los;
- permitir-se chorar;
- encontrar coisas para rir;
- brincar (com crianças e/ou com seus pares).

Autocuidado físico

Em termos de desenvolvimento sexual, a adolescência representa uma etapa importante, marcada pelas transformações corporais e pela busca do prazer e da satisfação, o que desperta interesses em encontros e experiências com o próprio corpo e com outras pessoas, podendo levar a vivências afetivas de grande intensidade. Por isso, são fundamentais os valores do autocuidado físico e a prevenção de riscos sexuais e da gravidez nessa fase da vida, os quais envolvem:

- praticar atividades que goste e se sinta bem, como dançar, nadar, andar, correr ou fazer algum esporte;
- dormir bem, cuidando para que o sono esteja adequado e em quantidade e qualidade;
- alimentar-se adequadamente, a fim de manter a nutrição, o peso corporal e a boa imunidade;
- praticar bons hábitos de higiene pessoal, especialmente a higiene íntima, pois, se inadequada ou insuficiente, pode favorecer o surgimento de infecções e outras doenças causadas por vírus, fungos ou bactérias;
- desenvolver atitudes para a autopreservação do corpo, como evitar o uso de álcool, tabaco e outras substâncias prejudiciais à saúde e prevenir comportamentos de risco (início precoce da vida sexual, multiplicidade de parceiros, relacionamentos abusivos e violentos);
- manter-se informado(a) sobre saúde do adolescente, os riscos e as consequências de uma gravidez nessa faixa etária;
- buscar falar sobre sexualidade com pessoas da família;
- inserir-se em redes de apoio para obter informações sobre educação sexual, prevenção da gravidez na adolescência e saúde sexual;
- buscar ajuda e denunciar situações de violência sexual, seja você a vítima ou não:
- lembrar que, no Brasil, a prática de ato sexual com menores de 14 anos é crime e deve ser denunciada.

Autocuidado espiritual

O autocuidado espiritual se refere às concepções e atitudes que nos ajudam a encontrar e a sustentar um significado para nossas vidas. Essas atividades podem envolver práticas relacionadas à religião ou não. Afinal, existem muitas formas de viver com propósito. Algumas dessas atividades podem ser:

- dedicar um tempo para refletir;
- encontrar uma conexão espiritual ou comunidade;
- estar aberto(a) à inspiração;
- apreciar seu otimismo e esperança;
- estar ciente dos aspectos n\u00e3o materiais da vida;
- tentar, de vez em quando, n\u00e3o estar no comando ou ser o(a) especialista;
- estar aberto(a) a não saber;
- identificar o que é significativo para você e observar que lugar isso ocupa em sua vida;
- meditar, orar, cantar;
- passar algum tempo com amigos(as);
- ter experiências de contemplação;
- contribuir para as causas nas quais você acredita;
- ajudar o próximo (pode ser um familiar, um amigo, um estranho);
- buscar inspiração (músicas, palestras etc.);
- praticar a boa leitura;
- praticar a gratidão.

Autocuidado social

Exercitar o autocuidado em diferentes ambientes da vida contribui para mantermos também uma relação saudável com a sociedade à qual pertencemos (escola, comunidade) e com as outras pessoas. A educação de crianças e adolescentes tem efeitos positivos sobre a saúde desse grupo e, consequentemente, de toda a sociedade. Para o exercício do autocuidado social, podemos:

- fazer uma pausa durante a jornada escolar ou de estudo;
- tirar um tempo para conversar com amigos e familiares;
- reservar um tempo para concluir as tarefas e planejar ações futuras:
- identificar projetos ou tarefas interessantes e gratificantes;
- estabelecer limites com seus amigos(as) e familiares, expressando suas opiniões de forma respeitosa;
- manter grupos de apoio, que lhe ajude na tomada de decisões cuidadosas e responsáveis;
- buscar o equilíbrio entre as obrigações escolares, os amigos(as), a família, os relacionamentos, a diversão e o descanso;
- recusar sexo não desejado. Agora que você já entendeu o que é autocuidado, é hora de compreender um pouco mais sobre autoproteção e o enfrentamento às violências, com especial atenção à prevenção da gravidez na adolescência.

Agora que você já entendeu o que é autocuidado, é hora de compreender um pouco mais sobre autoproteção e o enfrentamento às violências, com especial atenção à prevenção da gravidez na adolescência.

Do ponto de vista da saúde pública, a gravidez na adolescência pode ser considerada de alto risco, especialmente para meninas com menos de 15 anos. Anemia, pré-eclâmpsia e hemorragia pós-parto podem ocorrer em maiores proporções do que na gravidez de uma mulher adulta. Além da gestação na adolescência representar risco fisiológico, reflete também nos índices de evasão e abandono escolar, impactando no nível de escolaridade da mãe adolescente e comprometendo suas projeções e oportunidades futuras.

É importante, assim, que meninas e meninos tenham acesso a uma educação abrangente na área da sexualidade e da afetividade, acompanhada de orientações para o desenvolvimento da sua autonomia, de modo a possibilitar a tomada de decisões responsáveis, seja voltadas ao início oportuno da vida sexual, seja para a construção de relacionamentos saudáveis e estabelecimento de metas de vida. Esta conversa deve começar na família.

Nesse sentido, o conhecimento oferecido aos adolescentes deve partir das múltiplas dimensões da sexualidade humana, buscando abordar os impactos decorrentes da iniciação sexual precoce e da preservação sexual como uma das formas de prevenção da gravidez na adolescência e do contágio de infecções sexualmente transmissíveis.

A gravidez na adolescência é resultado de uma combinação de fatores sociais, culturais, educacionais, aliados ao acesso a serviços de atenção primária em saúde e à escassez de informações às famílias e aos próprios adolescentes, eis que a sexualidade ainda envolve tabus, crenças e tradições no Brasil.

MENINAS, MENINOS E SEXUALIDADE

Muitos adolescentes começam a vida sexual antes mesmo de conhecerem seu próprio corpo, de saberem como evitar uma gravidez e as infecções sexualmente transmissíveis. Pressão dos colegas e para se adaptar a certos estereótipos e comportamentos aumentam a probabilidade de ter atividade sexual precoce e desprotegida.

Por isso, é importante conhecer, reconhecer e valorizar o próprio corpo e o do outro; além do que, é fundamental desenvolver a consciência do autocuidado para o exercício da sexualidade de maneira autônoma, informada e responsável, impondo e respeitando limites.

A sexualidade é entendida como um conjunto de fenômenos psicossociais, de condições emocionais e de comportamentos envolvendo sexo como uma condição física e biológica básica. Além disso, também implica o reconhecimento do sentir, do pensar e do viver como ser sexuado, influenciado pela história e experiência pessoal, familiar e social, que afetam o desenvolvimento do ser humano em toda sua vida.

Nesse contexto, mostra-se essencialmente importante a participação da família, enquanto protagonista da educação de seus filhos e que tem a responsabilidade de protegê-los, orientá-los sobre sexualidade e afetividade e incentivá-los à autonomia, transmitindo-lhes experiências, valores, cultura, ética, religião.

Por outro lado, a escola e os serviços de atenção primária à saúde e de assistência social, igualmente, têm sua importância e precisam atuar em sintonia para a prevenção da sexualização precoce e da gravidez na adolescência, fortalecendo medidas que promovam a preservação do corpo e das emoções; o respeito mútuo, a autonomia com responsabilidade a partir de informações às famílias e seus filhos,

especialmente, aos que se encontram em situação de vulnerabilidade social e cujo contexto sociocultural favorece a sexualização prematura.

É IMPORTANTE FALAR SOBRE SEXUALIDADE E AFETIVIDADE PARA OS ADOLESCENTES - ESSA CONVERSA DEVE COMEÇAR NA FAMÍLIA

Algumas pessoas pensam erroneamente que, se não falarem sobre sexualidade com seus adolescentes (filhos, netos, sobrinhos, alunos), poderão reduzir, neles, os desejos e os comportamentos sexuais e que, pelo contrário, se falam de sexualidade, eles serão estimulados a iniciar relações sexuais.

Contudo, a realidade aponta que desejos sexuais e comportamentos variados estão presentes ao longo do desenvolvimento de uma pessoa. O silêncio apenas favorece a busca de informações em outras fontes, outros locais, outras pessoas, sob o risco de distorção ou inadequabilidade dessas fontes.

Se os adolescentes estão bem informados sobre sexualidade, conforme sua capacidade de compreensão e seu estágio de desenvolvimento, será mais fácil para eles agirem com responsabilidade e de acordo com os valores e as crenças que foram ensinados na família. Da mesma forma, educar sua sexualidade lhes dará maior autoestima e ajuda em sua maturidade pessoal.

Os adultos (famílias, professores), às vezes, pensam, por preconceitos ou tradições, que os adolescentes são muito jovens ou inocentes para aprenderem sobre a sexualidade, o que impede que as orientações sobre o tema sejam repassadas desde cedo em sua formação como algo natural. O ensino da sexualidade e da afetividade começa assim que se nasce; não é algo que começa abruptamente quando se pensa que o adolescente está pronto fazer sexo.

É claro que a preservação do corpo e das emoções se mostra uma importante medida de proteção, especialmente quando se trata de comportamentos sexualizantes e sensuais em crianças; contudo, é de se reconhecer que os adolescentes precisam de orientações abrangentes para que possam fazer escolhas conscientes e viver a sexualidade de forma integral e respeitosa, com responsabilidade e cuidado consigo mesmo e com o outro.

A educação sexual é sobre aprender uma relação com outra pessoa, com carinho, com respeito e dignidade. Também se refere a responder especificamente às preocupações e perguntas de crianças e adolescentes sobre o relacionamento sexual, que geralmente é a coisa mais difícil de falar, precisamente porque não se aprende, no dia a dia, que sexualidade é algo de que também se fala. A educação sexual não prejudica, pelo contrário, é orientação necessária e benéfica, pois contribui para a preparação integral do ser humano para a vida.

Desde a infância, muitas mensagens são recebidas em relação ao que é permitido ou não, independentemente se você é homem ou mulher. A educação sexual também não deve ser diferente para meninos e meninas. Educar sobre a sexualidade e afetividade dos filhos de forma desigual, conforme sejam homens ou mulheres, pode restringir oportunidades e limitar habilidades para seu desenvolvimento. Alguns aspectos podem ser enfatizados de forma diferente para meninos ou meninas, mas ambos precisam conhecer seu próprio corpo e o do outro sexo e sentirem-se preparados para assumir as diferentes tarefas e desafios da vida.

É na família que ocorrem as primeiras e principais aprendizagens sobre sexualidade e afetividade. É no seio familiar em que as primeiras mudanças corporais são observadas, sendo ali o local de confiança das crianças e dos adolescentes. Daí a importância do bem-estar e do fortalecimento dos vínculos familiares, para que a educação sexual seja

aplicada de uma forma mais individual e personalizada à situação, à idade e às circunstâncias particulares de cada criança ou adolescente.

ATUAÇÃO COLABORATIVA ENTRE FAMÍLIA E ESCOLA

Embora o papel da escola, na educação da sexualidade e afetividade de crianças e adolescentes, seja subsidiário ao da família, não é menos importante. Além das informações que pode fornecer, a escola é espaço de convivência, de troca de saberes, de relacionamento interpessoal e de afetividade no qual meninas e meninos circulam diariamente por muitas horas.

O papel da escola na educação sexual não se limita aos alunos, devendo promover ações com as famílias, para repasse de informações sobre o assunto, e oportunizar o compartilhamento de inquietações e dúvidas, colaborando para promover mudanças no ambiente familiar a fim de que sejam adotadas ou encorajadas atitudes positivas em relação à sexualidade das crianças e dos adolescentes, especialmente daqueles com deficiência, bem como incentivar maior comunicação afetiva entre as famílias e seus filhos.

Ter o apoio ou a resistência da família pode ser decisivo para o sucesso ou o fracasso dos processos de acompanhamento que a escola se propõe a realizar no campo da educação em sexualidade e afetividade de seus alunos.

A comunicação com a família é, assim, fundamental para o educador conhecer os valores pessoais da família, compartilhar métodos de intervenção para lidar com o comportamento sexual impróprio, identificar as estratégias de treinamento que funcionam melhor para aquela criança ou aquele adolescente em casa, bem como perceber onde emergem as dificuldades de aprendizagem habituais.

Nesse contexto, é legítima a participação das famílias no contexto escolar, sob a perspectiva da educação sexual de crianças e adolescentes, bem como da união de esforços para o enfrentamento da sexualização precoce e suas consequências, entre elas, as violências sexuais e a gravidez na adolescência.

GLOSSÁRIO

Neste glossário, apresentam-se conceitos valiosos para uma experiência agradável com o material.

Autonomia: ter autonomia é gerir a própria vida e, assim, ser capaz de fazer escolhas baseadas no próprio conjunto de princípios e valores, podendo avaliar as consequências e lidar com elas.

Crianças e adolescentes: considera-se criança a pessoa até doze anos de idade incompletos, e adolescente aquela entre doze e dezoito anos de idade (Lei n. 8.969/1990: Estatuto da Criança e do Adolescente).

Acolhimento: nas ações de promoção de saúde mental e emocional, é importante oferecer uma postura acolhedora e construir um ambiente acolhedor, que permitam a expressão sincera dos sentimentos e a compreensão, sem avaliação e sem julgamento. O acolhimento é essencial para uma relação saudável, de respeito e de empatia.

Autoconhecimento: capacidade de conhecer-se a si mesmo em todas as suas dimensões, orientando suas atitudes, valores e escolhas.

Sexualidade: uma dimensão fundamental do ser humano ao longo da vida, que inclui aspectos físicos, emocionais, interpessoais e espirituais, e é expressa por meio de pensamentos, desejos, atitudes, valores, comportamentos, papeis sociais e relacionamentos.

Saúde sexual: é o estado de bem-estar emocional, físico, mental, espiritual e social relacionado à sexualidade, não se referindo à mera ausência de doenças e disfunções.

Bem-estar: pelo conceito positivo de saúde sugerido pela Organização Mundial da Saúde (OMS), o bem-estar é uma dimensão da saúde, que se compreende como bem-estar físico, emocional, mental, espiritual, ambiental e social.

Afetividade: dimensão do desenvolvimento humano que se refere ao conjunto de emoções, estados de ânimo e sentimentos que permeiam as ações das pessoas, influenciando o pensamento, o comportamento e a forma de se relacionar consigo mesmo e com os outros.

Estratégias positivas: são recursos que desenvolvemos ao longo da vida para nos sentirmos melhor ou melhorarmos a situação desafiadora em que nos encontramos. Crianças e adultos que dispõem de um

grande repertório de estratégia positivas para lidar com as dificuldades sofrem menos consequências negativas após terem passado por situações difíceis ou estressantes na vida.

Gravidez não planejada: gravidez que ocorre sem intenção e/ou planejamento prévio.

Família: núcleo social de pessoas unidas por laços sanguíneos e/ou afetivos, que geralmente compartilham o mesmo espaço de moradia e mantêm entre si uma relação solidária, com vínculos de reciprocidade e responsabilidade mútua.

Comunidade: conjunto de pessoas que convivem em determinado ambiente, partilhando de objetivos comuns, incluindo as escolas, unidades de saúde e de assistência social, entre outros.

REFERÊNCIAS

BASSON, R. Sexual desire and arousal disorders in women. **The New England Journal of Medicine**, v. 354, n. 1497-1506, 2006.

BLANK L, B. S. K.; PAYNE, N.; GUILLAUME, L. R.; PILGRIM, H. Systematic review and narrative synthesis of the effectiveness of contraceptive service interventions for young people, delivered in educational settings. **J Pediatr Adolesc Gynecol.**, v. 23, n. 6, p. 341-51, 2010.

BLANK, L. BAXTER, S. K. PAYNE, N. GUILLAUME, L. R.; SQUIRES, H. Systematic review and narrative synthesis of the effectiveness of contraceptive service interventions for young people, delivered in health care settings. **Health Educ Res.**, v. 27, n. 6, p. 1102-19, 2012.

BOUZAS, I. C. S.; CADER, S. A.; LEÃO, L. Gravidez na adolescência: uma revisão sistemática do impacto da idade materna nas complicações clínicas, obstétricas e neonatais na primeira fase da adolescência. **Adolesc Saude**, 11, v. 3, n. 7-21, 2014.

BRANDAO, Elaine Reis; HEILBORN, Maria Luiza. Sexualidade e gravidez na adolescência entre jovens de camadas médias do Rio de Janeiro, Brasil. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro , v. 22, n. 7, p. 1421-1430, July 2006 .

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Área Técnica de Saúde da Mulher. **Assistência em Planejamento Familiar**: Manual Técnico. 4. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2002.

BRASIL. Presidência da República. Casa Civil. **Lei n. 8.069, de 13 de julho de 1990**. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. Brasília: Presidência da República, 1990.

BRASIL. Presidência da República. Casa Civil. **Lei n. 8.080, de 19 de setembro de 1990**. Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. Brasília: Presidência da República, 1990.

BRASIL. Presidência da República. Casa Civil. **Lei n. 8.742, de 7 de dezembro de 1993**. Lei orgânica da assistência social. Dispõe sobre a organização da Assistência Social e dá outras providências. Brasília: Presidência da República, 1993.

BRASIL. Presidência da República. Casa Civil. **Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996**. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Estabelece as

diretrizes e bases da educação nacional. Brasília: Presidência da República, 1996.

BRASIL. Senado Federal. Secretaria-Geral da Mesa. Secretaria de Informação Legislativa. **Decreto Legislativo n. 28, de 14 de setembro de 1990**. Aprova o texto da Convenção sobre os Direitos da Criança, adotada pela Assembleia Geral das Nações Unidas, em 20 de novembro de 1989 e assinada pelo Governo Brasileiro, em 26 de janeiro de 1990. Brasília: Senado Federal, 1990.

FERGUSON, K. T.; CASSELLS, R. C.; MACALLISTER, J. W.; EVANS, G. W. The physical environment and child development: an international review. **International Journal of Psychology**, v. 48, n. 4, p. 437-468, 2013.

FREITAS, M. L. S. **Educação Integradora da Sexualidade Humana** - Resgate do Sentido do Amor. Ribeirão Preto: IECVF, 2015.

GENNATAS, E. et al. Age-Related Effects and Sex Differences in Gray Matter Density, Volume, Mass, and Cortical Thickness from Childhood to Young Adulthood. **Journal of Neuroscience**, v. 37, n. 20, p. 5065-5073, 2017.

GOGTAY, N.; THOMPSON, P. Mapping gray matter development: Implications for typical development and vulnerability to psychopathology. **Brain and Cognition**, v. 72, n. 1, p. 6–15, 2010.

GOLDSCHEIDER, F.; BERNHARDT E.; LAPPEGARD, T. The Gender Revolution: A Framework for Understanding Changing Family and Demographic Behavior June 2015. **Population and 41 Development Review**, v. 41, n. 2, p. 207-239, 2015.

HENRY, K. L. *et al.* The Potential Role of Meaning in Life in the Relationship Between Bullying Victimization and Suicidal Ideation. **Journal of Youth and Adolescence**, v. 43, p. 221-232, 2013.

JUNG, E.; HWANG, W.; ZHANG, Y. Do Parents' Educational Expectations in Adolescence Predict Adult Life Satisfaction? **Family Relations**, v. 67, n. 4, p. 552-566.

MICHELSON, N., RIIS J. L.; JOHNSON S. B. Subjective Social Status and Psychological Distress in Mothers of Young Children. **Maternal and Child Health Journal**, v. 20, p. 2019-2029, 2016.

MILLER, G. E.; CHEN, E.; PARKER, K. J. Psychological stress in childhood and susceptibility to the chronic diseases of aging: moving toward a model of behavioral and biological mechanisms. **Psychological Bulletin**, v. 137, n. 6, p. 959-997, 2011.

NEGRU-SUBTIRICA, O. *et al.* The meaningful identity: A longitudinal look at the interplay between identity and meaning in life in adolescence. **Developmental Psychology**, v. 52, n. 11, p. 1926-1936, 2016.

PILON, A. F. **Desenvolvimento na adolescência: sexualidade, interação com os pais, companheiros e sexo oposto**. 247 f. Tese (Doutorado em Saúde Pública) - Faculdade de Saúde Pública, USP, São Paulo, 1984.

SERRANO, R. La «ley Aído» fracasa en Francia. **La razón**, 2010. Disponível em https://www.larazon.es/historico/1515-la-ley-aido-fracasa-en-francia-QLLA_RAZON_296876/. Acesso em: 13 jan. 2022.

STEINBERG, L. Risk taking in adolescence: New perspectives from brain and behavioral science. **Current Directions in Psychological Science**, v. 16, p. 55-59, 2007.

WASIK, H. What Works for Adolescent Sexual and Reproductive Health: Lessons from Experimental Evaluations of Programs and Interventions. **Child Trends**, 2014. Disponível em https://www.childtrends.org/publications/whatworks-for-adolescent-sexual-and-reproductive-health. Acesso em: 13 jan. 2022.

WORTHMAN, C.; TOMLINSON, M.; ROTHERAM-BORUS, M. J. When can parents most influence their child's development? Expert knowledge and perceived local realities. **Social Science & Medicine**, v. 154, p. 62-69, 2016.



