



MUNICÍPIO DA ESTÂNCIA BALNEÁRIA DE PRAIA GRANDE

Estado de São Paulo
SEDUC - Secretaria de Educação

SEMANAS 3 e 4

SALA DE AULA



Disciplina: Ciências

7ª série do Ensino Fundamental - EJA

SEXUALIDADE

A sexualidade humana é um assunto complexo e, muitas vezes, é alvo de discussão. A sexualidade é uma condição humana que é construída durante toda a vida do indivíduo, iniciando ainda na infância. Ela é influenciada por diversos fatores, como biológicos, psicológicos, sociais, políticos, culturais, históricos, econômicos e religiosos.

A sexualidade envolve muito mais que as características dos sistemas genitais masculino e feminino e os mecanismos de reprodução. Veja abaixo a definição de sexualidade de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS):

“Sexualidade é uma energia que nos motiva para encontrar amor, contato, ternura e intimidade; ela integra-se no modo como sentimos, movemos, tocamos e somos tocados, é ser-se sensual e ao mesmo tempo ser-se sexual. A sexualidade influencia pensamentos, sentimentos, ações e interações e, por isso, influencia também a nossa saúde física e mental”.

Percebemos, portanto, que a sexualidade está relacionada com a qualidade de vida, logo, é fundamental uma vivência sexual saudável. Para isso, é importante tratar o assunto de forma que se evitem a disseminação de crenças errôneas, a desinformação e a discriminação.

Puberdade

Puberdade é o nome dado ao período de transição entre a infância e a fase adulta e acontece em meninas entre os 8 e 13 anos de idade e em meninos entre 9 e 14 anos. Essa fase é marcada, principalmente, pelo desenvolvimento dos caracteres sexuais secundários e o início da fase reprodutiva, tanto do homem quanto da mulher.

Durante a puberdade, uma série de alterações acontecem no corpo do indivíduo e o leva à maturação sexual e à capacidade de reprodução. Nesse momento, observa-se um desenvolvimento físico, mas também mental e social.

O início da puberdade é influenciado por uma série de fatores, incluindo fatores psicológicos, genéticos, condições ambientais e até mesmo a saúde do indivíduo e sua nutrição. Nessa etapa, o indivíduo perceberá, entre outras alterações, o surgimento de pelos, modificações na oleosidade da pele, surgimento das mamas em meninas e aumento do testículo em meninos. De uma maneira geral, podemos dizer que, independentemente do sexo, as principais modificações que ocorrem na puberdade são:

- Estirão puberal (rápido crescimento em estatura, que dura cerca de 2 a 4 anos);
- Desenvolvimento do sistema reprodutor;
- Desenvolvimento do sistema esquelético e muscular;
- Aparecimento de caracteres sexuais secundários.

É importante destacar que adolescentes na mesma idade podem estar em fases diferentes da puberdade. Sendo assim, o corpo de uma menina de 11 anos, por exemplo, nem sempre apresentará as mesmas características de outra de uma mesma idade.

Na puberdade masculina, o menino enfrenta modificações em seu corpo que o prepara para a fase adulta e o deixa apto para a reprodução: aceleração da velocidade do crescimento; aumento da secreção dos hormônios sexuais (maior quantidade de testosterona); aumento do volume do testículo; aumento do pênis, tanto em comprimento quanto em diâmetro; surgimento dos pelos púbicos; crescimento dos pelos faciais; aumento da massa muscular e alterações na voz (voz atinge timbre mais grave).

Na puberdade feminina, observa-se modificações no corpo que a prepara para a fase adulta e a reprodução. Dentre os principais eventos relacionados com a puberdade feminina destacam-se: aceleração da velocidade de crescimento; aumento da secreção dos hormônios sexuais (maior concentração dos hormônios estrogênio e progesterona); surgimento dos brotos mamários e desenvolvimento posterior dos seios; aumento do acúmulo de gordura no quadril, nádegas e coxas; surgimento dos pelos púbicos; menarca (primeiro fluxo menstrual), que geralmente ela acontece dois anos após o aparecimento das mamas. A menstruação pode ser definida como a descamação do endométrio do útero e marca o início do ciclo menstrual, o qual dura em média 28 dias.

A puberdade termina por volta dos 18 anos de idade. Nesse momento, termina o crescimento físico e também o amadurecimento do sistema genital.

Fontes de pesquisa:

<https://brasilecola.uol.com.br/sexualidade/puberdade.htm>

<https://mundoeducacao.uol.com.br/sexualidade/puberdade.htm>

Após leitura do texto, responda as questões.

- 1) A primeira menstruação da mulher é um fenômeno que ocorre durante a adolescência e que carrega em si uma série de sentimentos. Associada à feminilidade e à fertilidade, ela é recebida por cada menina de uma forma muito individual, às vezes com alegria, mas, às vezes, com angústia. A primeira menstruação descrita nessa questão é chamada de:
 - a) Gestação.
 - b) Menarca.
 - c) Menopausa.
 - d) Ovulação.

- 2) Marque a alternativa que cita apenas mudanças físicas (características secundárias) exclusivas dos meninos no período da puberdade:
 - a) Mudanças na voz e surgimento de pelos nas axilas.
 - b) Desenvolvimento das mamas e aumento de estatura.
 - c) Primeira menstruação e aumento da estatura.
 - d) Aumento em volume dos testículos e oscilação da entonação da voz.

- 3) Quais mudanças físicas ocorrem nos órgãos sexuais dos meninos e nas meninas na puberdade? Qual é a função dessas mudanças e que cuidados de higiene com o corpo são necessários?
