

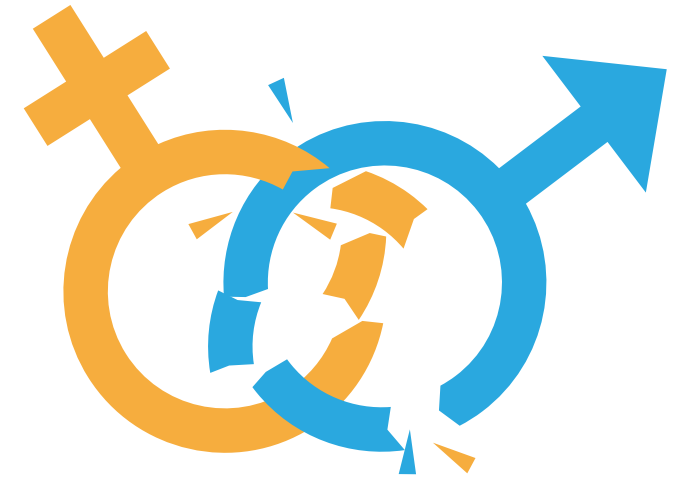
A sexualidade é variada e assume diversas formas. A sexualidade não se baseia apenas nas pessoas com quem temos relações sexuais ou com que frequência as temos.

A sexualidade abrange os nossos sentimentos sexuais, pensamentos, comportamentos e atrações. Podemos considerar que alguém é fisicamente, sexualmente ou emocionalmente atrativo; podemos sentir prazer no contacto físico com o outro – e tudo isto faz parte da nossa sexualidade.

A sexualidade é pessoal e uma parte importante de quem somos. Não existindo uma sexualidade "certa" e uma "errada", existe uma sexualidade que faz sentido para cada um.

A sexualidade não é constante, isto é, pode mudar ao longo do tempo. Pode-se vir a descobrir e viver a nossa sexualidade em diferentes etapas da vida. Além de importante para a nossa saúde (psicológica, mas também física) pode ser libertadora, excitante e uma experiência positiva.

A orientação sexual é uma dimensão da nossa identidade no que diz respeito às nossas atrações, sentimentos e comportamentos. Caracteriza-se por um padrão duradouro de atração emocional, romântica e/ou sexual relativamente a homens, mulheres ou a pessoas de ambos os sexos.



# Orientação Sexual e Identidade de Género



# Combater a discriminação, estigma e os preconceitos associados à sexualidade é um dever de todos.



Apesar da igualdade e da liberdade serem direitos fundamentais que se aplicam a todas as pessoas, independentemente da sua orientação sexual, ainda é frequente as pessoas sentirem-se discriminadas com base na sua sexualidade.

A discriminação pode refletir-se em casos de violência, abuso e assédio. Também pode ser visível em situações de empregabilidade, parentalidade ou até na inclusão em grupos sociais e em atividades de lazer.

As atitudes de discriminação têm repercussões psicológicas negativas e interferem no bem-estar das pessoas visadas.

SERVIÇOS DE APOIO E INFORMAÇÃO:

Sexualidade em Linha 800 222 003  
SOS Adolescente 800 202 484  
Linha LGBT 218 873 922 ou 969 239 229

## Identidade de Género

É a forma como nos vemos e de que género sentimos que fazemos parte independentemente da anatomia.

## Orientação Sexual

O que pensamos e sentimos sobre a afetividade e sexualidade e por quem nos sentimos atraídos afetiva e sexualmente.

## Sexo biológico

É o sexo cromossomático ou o sexo genital, que pressupõe capacidades reprodutivas.

## Expressão de género

Refere-se aos comportamentos, forma de vestir e de apresentação, aspeto físico, gostos e atitudes. Uma pessoa andrógina exprime-se de uma forma ambivalente, ou seja, apresenta uma combinação de traços físicos quer masculinos, quer femininos ou uma aparência que não permite identificar claramente o seu género.

## diferença Identidade de Género e Orientação sexual

Identidade  
de Género  
é a forma  
como  
a pessoa  
SE RECONHECE

EX: TRANSEXUAL,  
TRANSGÉNERO,  
TRAVESTI, CISGÉNERO,  
NÃO-BINÁRIO  
...



Orientação  
sexual  
é a RELAÇÃO  
AFETIVA  
E SEXUAL  
de cada um

EX: BISSEXUAL,  
HOMOSSEXUAL,  
HETEROSSEXUAL,  
PANSEXUAL  
...

## E o significa assexualidade?

Assexual é o termo usado para pessoas que não sentem atração sexual por nenhum género.

**É importante lembrar que cada identidade e sexualidade é única e que qualquer ser humano merece respeito e visibilidade.**

## Algumas definições

### Heterossexual

sente atração emocional, romântica ou sexual por pessoas do sexo oposto.

### Homossexual

sente atração sexual e/ou amorosa exclusivamente por pessoas do mesmo sexo.

**Bissexual** se se sente atraída por pessoas de ambos os géneros.

### Cisgénero

indivíduos que se identificam, em todos os aspetos, com o género atribuído ao nascer, em função do seu sexo biológico.

### Transgénero

pessoa que se identifica com um género diferente daquele que lhe foi dado ao nascer. Dentro do grupo dos transgéneros, incluem-se os transexuais e os travestis.

O transexual sente que nasceu num corpo errado. Para adequar-se ao género com o qual se identifica, faz tratamentos hormonais para alcançar a aparência desejada e, com orientação médica, pode realizar a cirurgia de redesignação sexual.

### Não-binário

Pessoa cuja identidade de género ou expressão de género não está limitada às definições de masculino ou feminino. Algumas podem sentir que seu género está "em algum lugar entre homem e mulher" ou que é totalmente diferente dos dois polos.

### Pansexual

Pessoa que possui atração sexual/romântica por pessoas independentemente do sexo ou género das mesmas