

ENTREVISTA

ENTREVISTA COM A ENFERMEIRA, EDUCADORA SEXUAL ESPECIALISTA EM SAÚDE PÚBLICA E EM SEXUALIDADE HUMANA - LENA VILELA

por Tereza Cristina Pereira Carvalho Fagundes

Maria Helena Brandão Vilela ou Lena Vilela — Membro associada da SBRASH, nossa colega é enfermeira, educadora sexual especialista em saúde pública e em sexualidade humana pelo Centro de Estudos de Sexualidade Instituto H. Ellis. Como uma das fundadoras do Instituto Kaplan, foi diretora executiva e coordenadora de projetos, no Centro de Estudos da Sexualidade Humana. Criadora do Programa Papo Firme declara que sua principal missão é “capacitar Pais e Mães em como abordar e orientar seus filhos sobre a sexualidade”.

Sendo enfermeira de formação acadêmica, como começou seu interesse por educação em sexualidade? Qual o papel da enfermagem neste processo?

Como Enfermeira, formada pela Universidade Federal de Alagoas (UFAL), fiz Enfermagem com Especialização em Obstetrícia. Depois, quando fui para São Paulo e fiz Especialização em Saúde Pública, fui trabalhar na Maternidade da Vila Nova Cachoeirinha com gestantes e resolvi abrir um negócio com uma colega enfermeira Instrutora de Yoga; enquanto ela dava aulas de Yoga, eu fazia um trabalho de preparação para o parto. Um belo dia, conseguimos uma matéria no jornal em que eu contava como conversar com as gestantes, como eram minhas aulas, o conteúdo... Teve uma aluna da Yoga que leu a matéria e ao ver que eu ensinava sobre a reprodução humana, como o corpo funcionava, pediu-me para falar com seus filhos adolescentes. Concordando com a proposta, fui me preparar e organizei um grupo de adolescentes, tentando entender quais eram, de fato, os seus interesses. No início, saí das aulas achando que somente eu falava. Fui então estudar mais sobre sexualidade na adolescência, sobre metodologia de como trabalhar com sexualidade, enfim, me envolvi com este tema de tal forma que fiz uma Especialização no H. Ellis, o único existente na época destinado a médicos e psicólogos. Eu, sendo enfermeira, fui conversar com o coordenador do curso, Moacir Costa, questionando o que haveria no curso que um médico e um psicólogo pudessem entender e uma enfermeira, não. Ele, então, não tendo como contra-argumentar, me aceitou no curso. Fui, assim, a primeira cursista não médica e não psicóloga a fazer o Curso de Especialização em Sexualidade do Instituto H. Ellis. Para mim, o papel da Enfermagem é entender que dentro da Saúde Pública a gente trabalha com saúde, corpo, prevenção da gravidez, métodos contraceptivos, saúde da criança e do

adolescente, o bem-estar... e a sexualidade entrou como uma parte essencial deste entendimento. Então a Enfermagem cabe dentro deste processo. Fui vendo quantos mitos e tabus precisávamos vencer, nós, profissionais de saúde... a gente mexe com o corpo do outro, cuida do outro e não tem nenhuma palavra sobre sexualidade na faculdade. A única coisa que lembro foi a orientação de que “se o paciente ao ser cuidado ficar com o pênis duro, deve-se jogar éter que vai baixar”.

Como você caracteriza seu trabalho como educadora sexual – com crianças e adolescentes, com pais, com educadores?

Eu entendo o meu trabalho como educadora sexual na adolescência e infância, mas, principalmente, hoje eu trabalho com os pais e com as mães. Falo da sexualidade da criança e do adolescente no intuito de ajudar essas populações a receberem uma educação em sexualidade, de seus pais, mais adequada às suas necessidades e capaz de promover o respeito à diversidade, a saúde sexual e a proteção pessoal na internet e na vida real.

Destaque o trabalho no Instituto Kaplan, os jogos didáticos, publicações...

O Kaplan foi a minha vida; a minha vida profissional como educadora em sexualidade. O Instituto Kaplan é uma organização social sem fins lucrativos, que quando assumi a direção, dei foco no trabalho educacional. Quando a gente começou a visão da educação em sexualidade era baseada no medo. Provocar o medo, fazer o adolescente ter medo de uma IST, medo de engravidar, medo do sexo, e não aprender a lidar com sua sexualidade. Então, quando começamos a estudar a fundo as metodologias de ensino e de como lidar com a sexualidade, descobrimos que era

necessário mudar e assim desenvolvemos uma metodologia própria para que os adolescentes ficassem motivados, envolvidos, passassem a “nos dar bola”. Este período foi quando a AIDS apareceu. Foi um período muito frutífero para a educação/orientação sexual, como era chamada na época; todo mundo muito envolvido em tentar fazer com que os adolescentes ouvissem, entendessem a sexualidade e, principalmente, se motivassem para a prevenção. No Kaplan, o foco era trabalhar com a prevenção da gravidez e das Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST). Nossa equipe também fez formação em Psicodrama, que traz muito a questão lúdica, o jogar. Assim nós optamos pelo jogo, que é uma forma lúdica de aprender, envolvendo competição, que é tudo de bom para os adolescentes se envolverem, quebrar aquele clima de vergonha, de timidez, de medo mesmo, de não saber o que a gente ia fazer com as suas informações... ao mesmo tempo em que quebrava a frieza, os acolhia e os deixava mais à vontade para conversar com a gente sobre sexualidade. No entanto, os profissionais do Kaplan não iam dar conta de todas as escolas do Brasil como era nossa pretensão, então decidimos formar multiplicadores. Criamos, então, uma metodologia para que os professores, mesmo não sendo especialistas em sexualidade, pudessem fazer o trabalho de educação em sexualidade com autonomia e eficácia. Criamos jogos com regras a serem seguidas e que davam uma certa segurança na aplicação com adolescentes e não deixavam brechas para os educadores fazerem colocações pessoais. O jogo trazia não somente um respaldo técnico para os multiplicadores ensinarem aos adolescentes como também era uma referência e uma segurança para eles, terem ali no jogo, as respostas que poderiam dar para os adolescentes. Por outro lado, o jogo era uma diversão, uma aprendizagem de forma gostosa por meio do entretenimento. Tivemos resultados muito positivos. Foram quatro jogos do Instituto Kaplan voltados para a sexualidade na adolescência: 1 - “Jogo de Corpo” com temas como puberdade, reprodução humana, métodos contraceptivos, IST; 2 - “Aprendendo a viver” para os adolescentes conversarem, entre eles, sobre a prevenção à AIDS, sexualidade e drogas, sem precisar de adultos; 3 - “Valores em Jogo” para trabalhar a vulnerabilidade da mulher, aborda o empoderamento das meninas com foco na prevenção do HIV/Aids; 4 - “Vale Sonhar” que objetiva sensibilizar os adolescentes para a prevenção da gravidez. Neste jogo a gente pensou em inverter; não fazer o que seria ideal para se prevenir a gravidez na adolescência, mas sim qual o mínimo, do mínimo, do mínimo que a gente teria que trabalhar com o adolescente para que ele fosse capaz de querer se prevenir e conseguisse isso. Este jogo tem 3 oficinas: a motivação para prevenção, o conhecimento sobre o corpo e as sensações sexuais e por fim, os métodos contraceptivos. Esse trabalho foi a minha paixão! Com ele o Kaplan atingiu mais de um milhão de jovens, conseguimos implementar em todas as escolas de

Ensino Médio do Estado de São Paulo que correspondem a 6.535 escolas, conseguimos implantar em todas as escolas de Ensino Médio do estado de Alagoas, do estado do Rio Grande do Norte, do estado de Sergipe e do estado do Espírito Santo, fora algumas escolas avulsas pelo Brasil afora. O fato é que este projeto teve um resultado um muito positivo – a gente conseguiu diminuir o número de gravidez na adolescência nas escolas que participaram. Foi um trabalho extremamente gratificante.

Como se dá o seu trabalho atual de educação em sexualidade na internet (ou mídias sociais)? Quais os objetivos, a quem se destina, qual a dinâmica e como avalia os resultados?

Quando o meu ciclo com o Instituto Kaplan findou, resolvi voltar para a minha deliciosa Maceió e hoje estou aqui fazendo este trabalho. Como eu não poderia me aposentar, deixar de falar sobre sexualidade, porque amo trabalhar com esta temática, resolvi ir à fonte – trabalhar diretamente com os pais, e para isso o caminho foi usar a internet, buscar os pais através de meus canais: o YouTube, o Instagram, o Facebook, agora também no Telegram e o WhatsApp... enfim, onde dá para a gente se comunicar, a gente vai entrando. Há dois anos venho trabalhando nisso, e percebi que os pais não tinham conhecimento sobre sexualidade e muitas vezes faziam interpretações erradas, de forma intempestiva e, pior, acabavam criando uma dificuldade na comunicação com seus filhos. Depois fui vendo que exatamente esses mitos, esses tabus, faziam elas pensarem que sexualidade é do mal, confundir sexualidade com sexo, a função sexual como sendo um acessório que pudesse ser controlado e monitorado de acordo com o desejo dos pais, que seus filhos pudessem obedecê-los em todos os sentidos.... tudo isso me fez ver o quanto as mães que me seguiam não tinham a menor percepção do quanto que isso as afastavam de seus filhos! Quer dizer, o tabu da sexualidade já afastava mães e filhos há muito tempo... Mas agora, essa geração de adolescentes vive num mundo com muito mais liberdade, com possibilidades de viver muitas experiências, maior exposição, conviver com mundos diferentes, com privacidade e liberdade. Por isso, esta geração de pais, mais do que nunca tem uma responsabilidade maior do que as outras, de preparar seus filhos para lidar com a sexualidade. Mas o fato é que muitas mães confessam que não sabem como fazer isso. Portanto, o objetivo de meu trabalho é preparar mães para que elas tenham condições de lidar e de falar com seus filhos sobre sexualidade. Esse trabalho se destina tanto aos pais quanto às mães de adolescentes e de crianças, mas, em geral são as mães que me seguem; quase que 90% de meus seguidores são mulheres e então é a elas que eu acabo me direcionando. Tem alguns educadores que também me seguem, mas a minha fala é para a educadora-mãe. E para fazer isso, eu criei três estratégias:

1. Eu publico, diariamente, em minhas redes sociais vídeos gratuitos, curtos, com mensagens que contribuem para ampliar os conhecimentos das minhas seguidoras sobre sexualidade, especificamente, sobre a relação com a sexualidade de seus filhos. 2. Eu realizo, semanalmente, uma live com duração aproximada de 1h, sobre temas variados, ligados a sexualidade e educação. 3. E para sistematizar esse aprendizado, eu criei o curso “Papo Firme – Sexualidade na adolescência”, 100% *on-line*, com a proposta de ensinar mães a falarem sobre sexualidade com seus filhos adolescentes. No primeiro módulo mostro como os mitos, tabus e preconceitos são os principais entraves da conversa com os filhos. Faço uma abordagem sobre a história desses mitos e a história da sexualidade, como a função sexual é desenvolvida, mostrando uma visão positiva do sexo na nossa vida. No segundo módulo abordo conteúdos sobre educação, mostrando que as mães educam mesmo sem terem consciência e evidencio o que os filhos não podem deixar de saber, em cada faixa etária. No terceiro módulo trago a puberdade, todo o entendimento sobre o púbere – momento crucial para a construção da confiança entre filhos e pais. No quarto módulo, abordo a adolescência e a importância dos pais no entendimento desta fase, desmontando esse estereótipo do adolescente, tão comum entre os pais, do “aborrescente”. No quinto, discuto as principais violências sexuais, evidenciando tudo aquilo que pode funcionar como um problema na vida do adolescente, inclusive as IST, a gravidez na adolescência e, claro, o abuso sexual, o estupro, a exposição na internet, a pornografia. O objetivo desse módulo é ampliar o repertório dos pais para que, de fato, agreguem valor em suas conversas com os filhos. Por fim, trago então um passo a passo do meu método de diálogo que dá o nome para o curso – “Papo Firme”: Como desenvolver uma postura positiva e criar ambiente apropriado até estratégias de como abordar os filhos, saber chamar a atenção para uma conversa, ouvi-los e fazer o diagnóstico do que eles precisam, e façam uma intervenção complementar... aquela que agrega valor... O que eu quero com esse curso é que os pais sejam capazes de ter uma conversa sobre sexualidade que os filhos saiam dizendo – que bacana, mãe, aprendi uma coisa nova, que bom, valeu!”. Então, este é o intuito do método “Papo Firme” – que as mães abram um diálogo, que sejam capazes de conversar no seu cotidiano sobre sexualidade, podendo instruir cada vez mais e melhor os seus filhos. Ainda é cedo para avaliar, eu comecei a vender esse curso para as mães no ano passado, e até hoje eu tenho quase 30 mães que estão sendo trabalhadas por mim, mas, de uma certa forma, o retorno que recebo delas é que elas passaram a conversar com seus filhos sobre sexualidade, umas com mais dificuldades, outras com menos, mas o fato é que ouvir e aprender sobre sexualidade e ter um método para isso está ajudando-as a desmontar esses tabus e preconceitos e, principalmente conseguir entender os seus filhos e falar

com eles sobre sexualidade. Outro fator que me leva a avaliar esse trabalho como um todo como positivo é o número de pessoas que vem me seguindo nas redes sociais (33 mil no Face, mais de 10 mil no Instagram e mais de 3 mil no YouTube). Tem uma coisa muito interessante no YouTube, lá eu tenho muitos adolescentes que me escutam. É muito legal o que encontro nos comentários deles!

Como você vê, na atualidade, o impacto da Covid-19 (distanciamento, isolamento, quarentena) na sexualidade das pessoas (de todas as idades)?

Trabalhando com educação não tenho ouvido muito os relatos... tenho relato de mães com dificuldades em lidar com interesses sexuais de seus filhos, principalmente na internet. Pelo que tenho ouvido de outros profissionais, avalio que o impacto da Covid no distanciamento, no isolamento das pessoas para quem já sabe lidar com a sexualidade, para quem já convivia bem e tem parceiros com os quais se dão bem, conseguiram aproveitar desse momento para desfrutar mais de sua vida sexual. Mas, essa, infelizmente, não é a realidade da maioria dos brasileiros. As pessoas, em geral, têm muita dificuldade de comunicação em sexualidade, e numa convivência muito intensa, se já não havia um relacionamento positivo, não foi essa quarentena que aproximou. Nesses casos, pelo que pude ouvir, a relação do casal ficou ainda mais complicada. Já os solteiros, principalmente a mulher adulta, tiveram um ganho interessante, que foi buscar se conhecer melhor, se soltar mais, buscar brinquedinhos sexuais, descobrir o seu corpo, de estar mais consigo mesmo, sem deixar de lado as experiências com os aplicativos de relacionamentos. Tudo isso, eu acredito que deve ter gerado ganhos positivos. E um deles, por mais difícil que tenha sido para as pessoas que convivem com muitas restrições em sua vida sexual, foi o de prestar mais atenção em si, nos seus desejos, na forma de como lida com a própria sexualidade.

Maceió, 15 de setembro de 2020.

Tereza Cristina P.C. Fagundes

Pedagoga, mestra e doutora em Educação
Professora da Universidade Federal da Bahia (UFBA)
Diretora de Relacionamento da SBRASH (2018-2021)
Membro da Comisión de Educación y Formación
Continua de FLASSES (2018-2020).