

CONTEÚDOS CURRICULARES MÍNIMOS DE EDUCAÇÃO SEXUAL

Com base na Portaria nº 196-A/2010

Carga horária mínima por ano de escolaridade:

Artigo 5.º

Carga horária

A carga horária dedicada à educação sexual deve ser adaptada a cada nível de ensino e a cada turma, não devendo ser inferior a seis horas para o 1.º e 2.º ciclos do ensino básico, nem inferior a doze horas para o 3.º ciclo do ensino básico e secundário, distribuídas de forma equilibrada pelos diversos períodos do ano lectivo.

Lei nº60/2009, de 6 de agosto

Ciclo	Carga Horária (mínima)	
	Nº de horas	Nº de tempos letivos
Primeiro e Segundo	6	8
Terceiro e Secundário	12	16

DISTRIBUIÇÃO DOS CONTEÚDOS CURRICULARES MÍNIMOS POR ANO DE ESCOLARIDADE:

«(...) *sublinha-se que, tratando-se de conteúdos mínimos, em circunstância alguma devem estes conteúdos ser omitidos ou reduzidos, qualquer que seja a forma e a sequência pela qual sejam abordados.*»
Relatório Final do Grupo de Trabalho de Educação Sexual, ME, 2007

Nota: A estes conteúdos mínimos podem ser acrescentados outros do âmbito da educação sexual e que façam parte dos conteúdos programáticas dos diferentes projetos curriculares disciplinares.

Pré-escolar (3 - 6 anos)

CONTEÚDOS MÍNIMOS
<ul style="list-style-type: none">• O corpo e a identidade sexual;• O respeito pelas diferenças/diversidade;• Permanência e mudança nos processos de crescimento (nos seres vivos, nomeadamente humanos).• Características pessoais e familiares;• Conhecimento e práticas de higiene, de saúde, de alimentação saudável e de segurança (casa, escola, rua);• Relações interpessoais (diferenciar sentimentos /emoções, distinguir manifestações de afeto/abuso, valorização das relações familiares, de amizade...);• Prevenção da violência em meio escolar.• Práticas de respeito pelo ambiente.

Primeiro Ciclo

CONTEÚDOS MÍNIMOS	
	<ul style="list-style-type: none">• Noção de corpo;• O corpo em harmonia com a Natureza;• Noção de família;• Diferenças entre rapazes e raparigas;• Proteção do corpo e noções dos limites, dizendo não às aproximações abusivas.

Segundo Ciclo

Ano	CONTEÚDOS MÍNIMOS
5º Ano	<ul style="list-style-type: none">• Puberdade: aspetos biológicos e emocionais;• O corpo em transformação (com relevância para a higiene corporal);• Caracteres sexuais secundários¹.• Normalidade, importância e frequência das suas variantes bio-psicológicas (heterocronia);• Diversidade e respeito;• Sexualidade e género.• Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas;• Dimensão ética da sexualidade humana.
6º Ano	<ul style="list-style-type: none">• Puberdade: aspetos biológicos e emocionais;• O corpo em transformação;• Caracteres sexuais secundários. Normalidade, importância e frequência das suas variantes biopsicológicas (heterocronia);• Diversidade e respeito;• Sexualidade e género;• Reprodução humana e crescimento; contraceção e planeamento familiar;• Compreensão do ciclo menstrual e ovulatório;• Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas;• Dimensão ética da sexualidade humana.

¹ Não se pretende, no 5º Ano, uma abordagem exaustiva dos caracteres sexuais secundários.

Terceiro Ciclo

Ano	CONTEÚDOS MÍNIMOS
-----	-------------------

7º Ano	<ul style="list-style-type: none"> • Dimensão ética da sexualidade humana; • Compreensão da sexualidade como uma das componentes mais sensíveis da pessoa, no contexto de um projeto de vida que integre valores (ex: afetos, ternura, crescimento e maturidade emocional, capacidade de lidar com frustrações, compromissos, abstinência voluntária) e uma dimensão ética; • Compreensão da epidemiologia e prevalência, em Portugal e no mundo, da infeção por VPH2/ Vírus do Papiloma Humano, bem como os métodos de prevenção; • Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas.
Ano	CONTEÚDOS MÍNIMOS
8º Ano	<ul style="list-style-type: none"> • Compreensão da sexualidade como uma das componentes mais sensíveis da pessoa, no contexto de um projeto de vida que integre valores (ex: afetos, ternura, crescimento e maturidade emocional, capacidade de lidar com frustrações, compromissos, abstinência voluntária) e uma dimensão ética; • Compreensão da epidemiologia e prevalência, em Portugal e no mundo da infeção por VIH/ Vírus da Imunodeficiência Humana, bem como os métodos de prevenção; • Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas.
9º Ano	<ul style="list-style-type: none"> • Compreensão da fisiologia geral da reprodução humana; • Compreensão do ciclo menstrual e ovulatório; • Compreensão da sexualidade como uma das componentes mais sensíveis da pessoa, no contexto de um projeto de vida que integre valores (ex: afetos, ternura, crescimento e maturidade emocional, capacidade de lidar com frustrações, compromissos, abstinência voluntária) e uma dimensão ética; • Compreensão da prevalência, uso e acessibilidade dos métodos contraceptivos, e conhecer, sumariamente, os mecanismos de ação e tolerância (efeitos secundários); • Compreensão da epidemiologia e prevalência das principais IST em Portugal e no mundo (incluindo infeção por VIH/ Vírus da Imunodeficiência Humana , VPH2/ Vírus do Papiloma Humano – e suas consequências) bem como os métodos de prevenção; • Conhecimento das taxas e tendências de maternidade na adolescência e compreensão do respetivo significado; • Conhecimento das taxas e tendências das interrupções voluntárias da gravidez, suas sequelas e respetivo significado; • Compreensão da noção de parentalidade no quadro de uma saúde sexual e reprodutiva saudável e responsável; • Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas.

Ensino Secundário²

Ano	CONTEÚDOS MÍNIMOS
------------	--------------------------

10º Ano	<ul style="list-style-type: none"> • A sexualidade como uma das componentes mais sensíveis da pessoa humana, no contexto de um projeto de vida que integre valores (ex: afetos, ternuras, crescimento e maturidade emocional, capacidade de lidar com frustrações, compromissos, abstinência voluntária) e uma dimensão ética. • Idade do início das relações sexuais em Portugal e na UE (dados estatísticos) • Taxas e tendências nacionais de maternidade em geral e da adolescência em particular; • Consequências físicas, psicológicas e sociais da maternidade e da paternidade de gravidez na adolescência e do aborto. • Noção de parentalidade no quadro de uma saúde sexual e reprodutiva saudável e responsável. • Evolução das Taxas de gravidez e aborto em Portugal e na UE (dados estatísticos) • Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas. • Aspetos relacionados com a incidência e sequelas das DTS (com infeção por VIH e HPV) e suas consequências. • Métodos contraceptivos disponíveis e utilizados: razões do seu falhanço e não uso; • Compreensão e determinação do ciclo menstrual em geral, com particular atenção à identificação, quando possível, do período ovulatório, em função das características dos ciclos menstruais.
Ano	CONTEÚDOS MÍNIMOS
11º Ano	<ul style="list-style-type: none"> • A sexualidade como uma das componentes mais sensíveis da pessoa humana, no contexto de um projeto de vida que integre valores (ex: afetos, ternuras, crescimento e maturidade emocional, capacidade de lidar com frustrações, compromissos, abstinência voluntária) e uma dimensão ética. • Idade do início das relações sexuais em Portugal e na UE (dados estatísticos) • Taxas e tendências nacionais de maternidade em geral e da adolescência em particular; • Consequências físicas, psicológicas e sociais da maternidade e da paternidade de gravidez na adolescência e do aborto. • Noção de parentalidade no quadro de uma saúde sexual e reprodutiva saudável e responsável. • Evolução das Taxas de gravidez e aborto em Portugal e na UE (dados estatísticos) • Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas. • Aspetos relacionados com a incidência e sequelas das DTS (com infeção por VIH e HPV) e suas consequências. • Métodos contraceptivos disponíveis e utilizados: razões do seu falhanço e não uso; • Compreensão e determinação do ciclo menstrual em geral, com particular atenção à identificação, quando possível, do período ovulatório, em função das características dos ciclos menstruais.

12º Ano

- A sexualidade como uma das componentes mais sensíveis da pessoa humana, no contexto de um projeto de vida que integre valores (ex: afetos, ternuras, crescimento e maturidade emocional, capacidade de lidar com frustrações, compromissos, abstinência voluntária) e uma dimensão ética.
- Idade do início das relações sexuais em Portugal e na UE (dados estatísticos)
- Taxas e tendências nacionais de maternidade em geral e da adolescência em particular;
- Consequências físicas, psicológicas e sociais da maternidade e da paternidade de gravidez na adolescência e do aborto.
- Noção de parentalidade no quadro de uma saúde sexual e reprodutiva saudável e responsável.
- Evolução das Taxas de gravidez e aborto em Portugal e na UE (dados estatísticos)
- Prevenção dos maus tratos e das aproximações abusivas.
- Aspetos relacionados com a incidência e sequelas das DTS (com infeção por VIH e HPV) e suas consequências.
- Métodos contraceptivos disponíveis e utilizados: razões do seu falhanço e não uso;
- Compreensão e determinação do ciclo menstrual em geral, com particular atenção à identificação, quando possível, do período ovulatório, em função das características dos ciclos menstruais.

² *Dada a diversidade de cursos ao nível do ensino secundário e a especificidade de cada um, apresentam-se para cada ano, os conteúdos mínimos propostos para todo secundário. Assim, deverá ser cada disciplina de acordo, com o seu programa, a escolher os conteúdos que melhor se enquadrem na sua realidade. O importante é que no final do secundário todos esses conteúdos tenham sido abordados.*

Legislação:

- Lei nº 60/ 2009, de 6 de agosto
- Portaria nº196-A/ 2010, de 9 de abril

A Coordenadora da Educação para a Saúde
Maria Teresa Ribeiro

A Diretora