

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, pensamentos, comportamentos e atração nas suas diferentes dimensões. A sexualidade não se reduz ao contacto físico com outras pessoas, existindo ao nível da forma como nos relacionamos íntima e afetivamente com as mesmas. Adicionalmente, é um posicionamento de como desejamos viver e partilhar a nossa intimidade e afetos.

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 pessoa.**

A forma como vivenciamos a sexualidade não é estanque, isto é, apresenta carácter flexível e molda-se no tempo às vivências de cada pessoa. O processo de autodescoberta e a vivência da nossa sexualidade em diferentes etapas da vida pode ser diferente, dando-lhe um carácter de fluidez. Para além de importante para a nossa saúde em todos os seus domínios, pode ser um fator de libertação que traz consigo experiências positivas para a pessoa.

A orientação sexual é uma **dimensão da nossa sexualidade** no que diz respeito às nossas atrações, sentimentos e comportamentos. Caracteriza-se por um **padrão de atração emocional, romântica e/ou sexual.**

CM-EVORA.PT

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



biz
FUTURE

Cofinanciado por:
CIG
COMISSÃO PARA A CIDADANIA
E A IGUALDADE DE GÉNERO

PO ISE
POLÍTICA DE IGUALDADE
DE GÉNERO

PORTUGAL
2020

EUROPEAN UNION
EUROPEAN UNION
Fundo Social Europeu

ÉVORA
Câmara Municipal

PARA MAIS
INFORMAÇÃO
CONSULTE O SITE
DO MUNICÍPIO



PMIND

Orientação Sexual & 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 e identidade de género, ainda é frequente as pessoas sentirem-se discriminadas com base na sua sexualidade.

A discriminação pode refletir-se em situações de violência, abuso e/ou assédio. Pode também traduzir-se como obstáculo no que diz respeito a empregabilidade, parentalidade e/ou inclusão em grupos sociais e 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 percebemos no que concerne ao sexo e atributos biológicos.

ORIENTAÇÃO SEXUAL

A forma como vivenciamos interna e externamente a afetividade e sexualidade na relação com outra pessoa.

SEXO

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

EXPRESSÃO DE GÉNERO

Refere-se ao modo como cada pessoa manifesta a sua identidade de género, através do comportamento, vestuário, linguagem verbal e não verbal.

DIFERENÇA

Identidade de Género e Orientação sexual

Identidade de género é a forma como a pessoa se reconhece



Orientação sexual é forma como a pessoa se relaciona efetivamente ou em potencial com outras pessoas.

Ex: Cisgénero
Transgénero
Pessoas não-binárias
...

Ex: Bissexual
Homossexual
Heterossexual
...

E o que significa assexualidade?

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

Algumas definições

HETEROSSEXUAL

Sente atração emocional, romântica ou sexual por pessoas de sexo e/ou género diferente.

HOMOSSEXUAL

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

BISSEXUAL

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

CISGÉNERO

Pessoas 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 se localiza em algum ponto do espectro entre os dois polos do binário de género. Ou se localiza fora do mesmo.

PANSEXUAL

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