



Eu Me Protejo



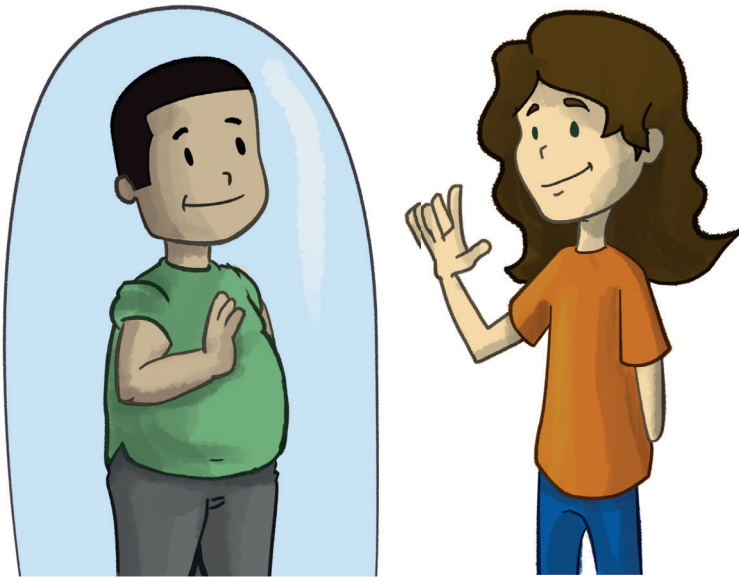
Versão
acessível

Eu Me Protej

Este livro foi feito para ensinar a criança
a conhecer seu corpo e se proteger

CUIDADO!

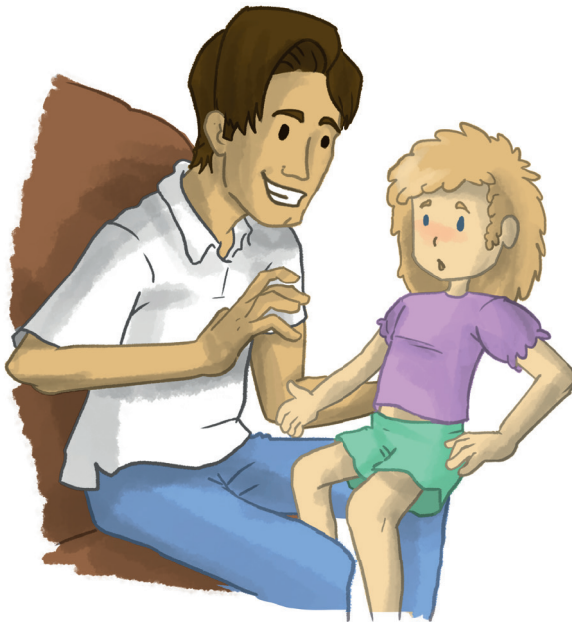
**Não toco
em PESSOAS QUE NÃO CONHEÇO
e não deixo elas tocarem em mim**



ATENÇÃO!

**Se alguém faz carinho
e toca nas minhas partes íntimas
ESSA PESSOA ESTÁ MENTINDO**

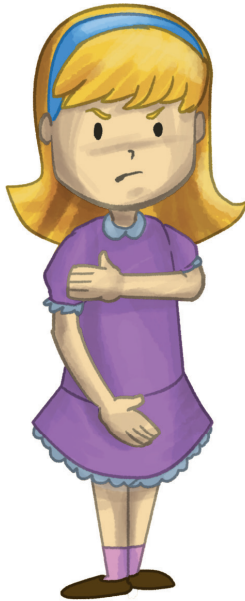
ISSO NÃO É CARINHO !



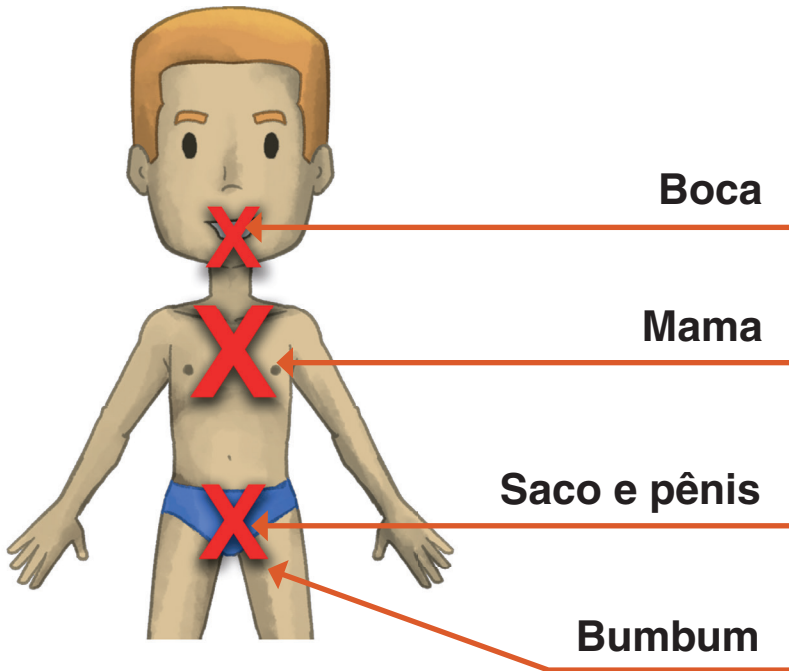
ATENÇÃO!

**Pessoas em que CONFIO
podem tocar em mim**

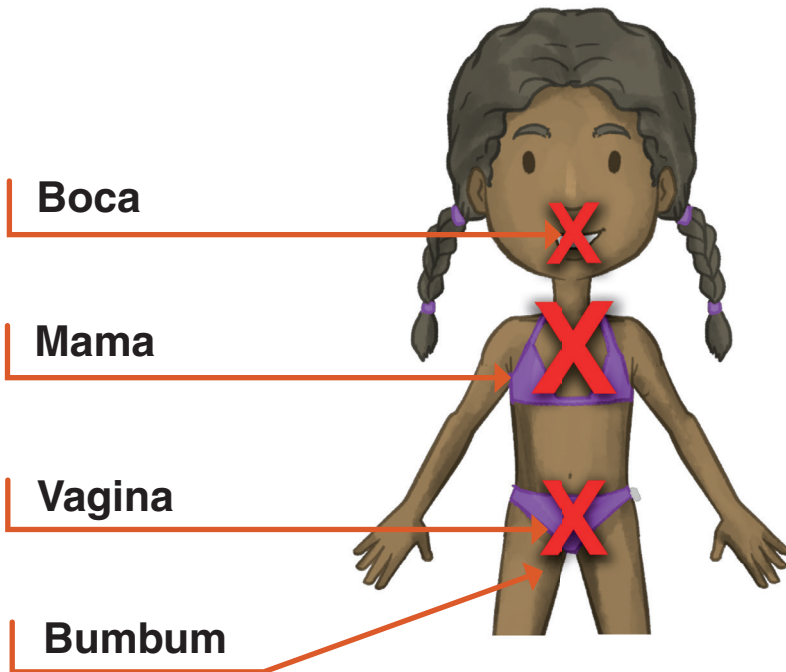
**MAS NÃO PODEM TOCAR
NAS MINHAS PARTES ÍNTIMAS**

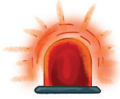


CONHECENDO O MEU CORPO E AS PARTES ÍNTIMAS



CONHECENDO O MEU CORPO E AS PARTES ÍNTIMAS





PERIGO!

TENHO CUIDADO SE ALGUÉM

- Quer entrar no banheiro
- Me chama para brincar de médico
- Passa a mão no meu corpo



POSSO PRECISAR DE AJUDA PARA

- Ir ao banheiro
- Tomar banho
- Trocar de roupa





PERIGO!

TENHO CUIDADO SE ALGUÉM ME OFERECE

- Doces
- Comida
- Presentes
- Dinheiro
- Passeio

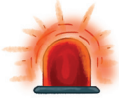


**OU SE ME AMEAÇA
OU AMEAÇA ALGUÉM DA MINHA FAMÍLIA
EM TROCA DE TOCAR
NAS MINHAS PARTES ÍNTIMAS**

ATENÇÃO!

**Tenho cuidado com a internet
Lá também tem gente que não é legal
A pessoa que eu confio sempre me faz
companhia.**





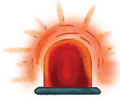
PERIGO!

TENHO CUIDADO SE ALGUÉM

- **Pede para eu tirar a roupa**
- **Pede para ver minhas partes íntimas**
- **Mostra as partes íntimas para mim**
- **Filma ou tira fotos do meu corpo**

ISSO ESTÁ ERRADO!





PERIGO!

SE ISSO ACONTECE,

- **Eu grito**
- **Eu digo não**
- **Eu corro**
- **Eu peço socorro**



NÃO É NÃO!






- **Faço sinal de pare com a mão**
- **Balanço a cabeça**





PERIGO!

SE O CARINHO ME DEIXA COM

- Medo 
- Raiva 
- Tristeza 
- Culpa 
- Vergonha 

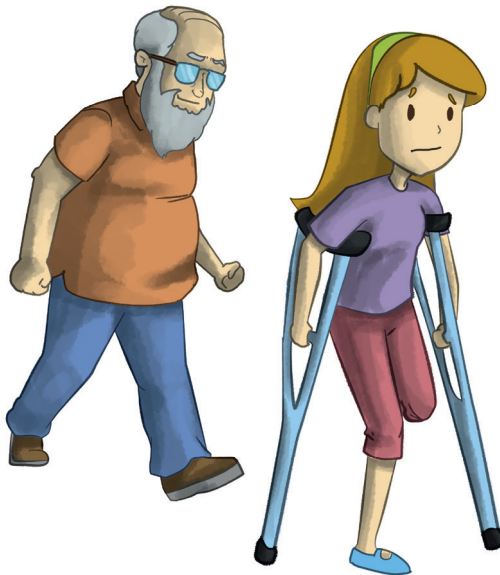
E eu não posso contar o que
aconteceu a ninguém

NÃO É CARINHO! PEÇO AJUDA!



ATENÇÃO!

- **Eu conto para quem eu confio muito**
- **Peço ajuda**
- **Fico longe da pessoa,
mesmo se ela é da minha família**





PERIGO!

**Se eu não encontrar nenhuma pessoa em
quem confio perto de mim
vou buscar ajuda**

- **Com um parente**
- **Na casa da vizinha**
- **Na minha escola**
- **No posto de saúde**
- **No conselho tutelar**



EU ME PROJETO PORQUE O CORPO É SÓ MEU



**NÃO SE CALE
DISQUE 100**

SOBRE O EU ME PROTEJO

O livro Eu Me Protejo foi validado de 2019 até 2023 por crianças, pais, professores e profissionais em creches municipais, comunidades, escolas, residências familiares, igrejas, faculdades etc.

A intenção em validar o material foi quebrar o tabu em relação à questão da violência sexual contra crianças e adolescentes e trabalhar a prevenção.

O tema precisa ser incluído em uma rotina diária de cuidado, em que todas as pessoas possam falar sobre prevenção de uma forma clara, direta e objetiva.

A criança, com ou sem deficiência deve ser aprender a se proteger, entendendo o contexto, gerando protagonismo, proporcionando um desenvolvimento emocional saudável.

Ciclo da prevenção - Observar, ensinar, orientar e notificar.

Observar para evitar a violência.

Ensinar à criança que o corpo humano não é só cabeça, ombro joelho e pé, que tem as partes íntimas e que elas são íntimas porque são só nossas!

Orientar a criança a pedir ajuda, contar a alguém se algo acontecer, dizer que ela não será castigada, orientar a criança a não guardar segredo!

Notificar. Uma suspeita já é um caso e pode ser notificado.

O abusador não tem um perfil característico, pode ser qualquer um.
É necessário:

- descobrir e monitorar os mecanismos,
- fazer um diagnóstico,
- descobrir as barreiras que impedem a denúncia e permitem que a criança continue inserida em situação de violência sexual e física.

COMO TRABALHAR A PREVENÇÃO CONTRA A VIOLÊNCIA COM AS CRIANÇAS?

Desde pequena, TODA criança tem que:

1 – Saber o NOME de todas as partes do corpo, inclusive as PARTES ÍNTIMAS

2 - Gostar e ter ORGULHO do próprio corpo

3 - Saber que ela é DONA DO SEU CORPO

4 - Saber que pessoas em quem ela CONFIA podem AJUDAR a tomar banho, ir ao banheiro

5 - Saber que a MÉDICA ou MÉDICO pode tocar nela quando está doente

6 - Saber que é ERRADO qualquer pessoa TOCAR NAS PARTES ÍNTIMAS dela

7 - Saber que é ERRADO qualquer pessoa BATER NELA

8 – Saber RESPEITAR o corpo do outro

9 – Saber reconhecer situações de PERIGO

10 - Saber O QUE FAZER, caso aconteça alguma violência:

Gritar, dizer não, sair de perto, pedir socorro

11 - Saber O QUE FAZER, caso aconteça alguma violência:

Fazer não com a cabeça, fazer sinal de pare com a mão

12 – Saber que deve CONTAR para uma pessoa de confiança o que aconteceu, ATÉ ENCONTRAR PROTEÇÃO

13 – Aprender a NÃO GUARDAR SEGREDO do que é ERRADO

14 – Saber que A CULPA NÃO É DELA

15 – Saber que deve ficar LONGE da pessoa que faz mal

SINAIS SINTOMAS DE ABUSO SEXUAL

Enfermidades sem causas aparente

Urinar na roupa

Mudanças comportamentais

Erupções na pele

Proximidade excessiva

Raiva e agressividade

O sono alterado

Traumas físicos

Emocional abalado

Jeito de brincar muda

O silêncio e introspecção são visíveis

COMO PREVENIR

Ensinar o nome certo das partes íntimas

Unir a sociedade no combate à violência

Medidas legais para afastar o abusador

Explicar sobre os limites do corpo

Promover ações de prevenção à violência

Romper o ciclo do silêncio

Oferecer cursos e formações

Treinar o olhar para identificar

Ensinar a tomar banho sozinho

Justiça ao alcance de todos

Orientar crianças, famílias, sociedade

CUIDADOS NA INTERNET

- Converse com a criança sobre os perigos na internet
- Limite a exposição à internet
- Estabeleça regras de uso
- Oriente a criança a não compartilhar dados pessoais
- Oriente a não postar fotos com uniformes escolares
- Oriente a não postar fotos de biquínis ou roupas íntimas
- Oriente a manter a câmera fechada
- Os perfis precisam sempre ser privados
- Monitore os sites usados e coloque filtro
- Observe a criança se ela fecha a tela rapidamente ou esconde quando um adulto chega
- Celular e computador nunca podem esconder segredos

COMO PROMOVER A PREVENÇÃO E O ENFRENTAMENTO À VIOLÊNCIA?

Para a prevenção ser efetiva é preciso reconhecer que a violência existe e desenvolver ações para enfrentá-la, como por exemplo:

- Promover o debate sobre o tema em casa e nas escolas
- Promover ações preventivas
- Inserir a prevenção em igrejas e instituições
- Inserir a prevenção em contexto familiar
- Orientar as crianças sobre os riscos
- Formar profissionais de saúde e educação em relação ao tema
- Elaborar políticas públicas efetivas em contexto de prevenção
- Ouvir as crianças
- Ouvir os professores
- Ouvir os pais
- Ter informações sobre os órgãos de proteção
- Integralidade da rede de apoio e dispositivos
- Fortalecimento das UBSs como rede de apoio com foco na violência sexual na infância
- Inserir o conselho tutelar em contexto de prevenção, não só em garantias de direitos
- Disponibilizar rede de prevenção em contexto familiar
- Fortalecimento e integração às redes de apoio
- Criar e fomentar programas de prevenção
- Protocolo único de atendimento e encaminhamento
- Qualificação de serviços de atendimentos
- Sigilo nas notificações e feedback do fluxo
- Acompanhamento com equipes multidisciplinares a vítimas e famílias
- Conhecimento dos profissionais sobre todos os dispositivos e o seu papel nos programas de prevenção e proteção
- Encaminhamentos prioritários de urgências
- Lista dos dispositivos disponíveis para que os profissionais saibam para onde encaminhar a criança (protegendo sua integridade física e psicológica).
- Garantir a acessibilidade e o serviço personalizado à necessidade de cada indivíduo em todo processo

Criança tem direito a ser criança

A criança tem o direito à vida, a não ser sexualizada, agredida e ter sua infância preservada. O Estado e a sociedade precisam proporcionar à criança um desenvolvimento pleno e saudável. E para que isso ocorra, o abuso não pode ser naturalizado como carinho. Lutar contra a violência sexual na infância, é uma responsabilidade de todos nós.

**Autoria: Neusa Maria, Patricia Almeida e
equipe Eu Me Protejo**

Eu Me Protejo



DENUNCIE

TELEFONE
DISQUE 100



WHATSAPP
DISQUE 100



Eu me protejo é um projeto
voluntário, gratuito e independente
de educação para prevenção
da violência na infância

www.eumepestejo.com
eumepestejobrasil@gmail.com
[@eumepestejobrasil](https://www.instagram.com/eumepestejobrasil)