

SAÚDE SEXUAL E REPRODUTIVA

Papo de Mulher:

informação, autonomia, escolhas e cuidado



2026

DISTRIBUIÇÃO
VENDA PROIBIDA
GRATUITA



A roda de conversa é um espaço de escuta, troca de experiências e construção coletiva. Quem conduz não precisa ter resposta pronta para tudo. Seu papel é acolher o que as mulheres trazem, ajudar a organizar a conversa, oferecer informações confiáveis e, quando uma questão exigir avaliação individual, orientar a procura pela equipe de saúde.

Lembre-se:

- Não estamos fazendo uma palestra.
- Pergunte, escute e dialogue.
- É importante utilizar uma linguagem acessível.
- Evite corrigir uma participante de maneira constrangedora.
- Quando surgir uma informação equivocada, uma boa saída é dizer: “Essa é uma dúvida muito comum. Vamos conversar um pouco sobre isso?”.
- A proposta da roda de conversa é fortalecer a autonomia, ampliar o acesso à informação qualificada e apoiar as escolhas, respeitando as diferenças culturais, sociais e territoriais.
- Essa atividade comunitária é voltada às mulheres usuárias do Sistema Único de Saúde (SUS).



**Algumas dúvidas que
podem aparecer e dicas de
como responder:**

01

“Mas, afinal, o que é saúde sexual e reprodutiva?”

Explique de forma simples!

Exemplo: “É muito mais do que evitar ou planejar uma gravidez. Tem a ver com conhecer o próprio corpo, ter acesso à informação e aos serviços de saúde, poder fazer escolhas sobre sexualidade e reprodução e receber cuidado com respeito e sem violência ou discriminação”.

Aproveite para reforçar que as necessidades de saúde mudam ao longo da vida e que a saúde das mulheres não é somente saúde reprodutiva. Esses são pontos centrais da dinâmica de “Fato, Fake e Dúvidas” prevista na oficina.

02

“Qual é o melhor método contraceptivo?”

Evite responder indicando um único método.

Você pode dizer que não existe um método que seja o melhor para todas as mulheres. Existem diferentes opções, e a escolha precisa considerar as necessidades, preferências e condições de saúde de cada mulher.



A oficina deve reforçar a autonomia e a escolha informada e compartilhada, apresentando os diferentes métodos e suas características.

03

“O SUS oferece métodos contraceptivos?”

Sim. Reforce que o Sistema Único de Saúde oferece diferentes opções contraceptivas, como preservativo, DIU, pílula e implante subdérmico, e fale sobre duração, benefícios e possíveis efeitos de cada um.

Oriente a participante a procurar sua Unidade Básica de Saúde para conhecer as alternativas disponíveis e conversar com a equipe sobre qual delas pode atender melhor às suas necessidades.

O importante é evitar a ideia de que existe um “método certo” para todas.

04

“E o implante contraceptivo? O que é?”

Explique de maneira acessível que o implante de etonogestrel é uma das opções contraceptivas que podem ser apresentadas durante o aconselhamento.

A conversa deve abordar o que é o método, como funciona, sua duração, benefícios e possíveis efeitos. Se surgirem perguntas muito específicas sobre indicação, contraindicação ou uma situação clínica individual, não tente resolver o caso na roda.

Você pode dizer que essa pergunta é importante, mas precisa ser conversada individualmente com a equipe de saúde, porque cada mulher tem uma história e necessidades diferentes.

05

“Depois que escolhi um método, sou obrigada a continuar com ele?”

Não. Uma mensagem importante da roda é que a escolha contraceptiva não precisa ser definitiva. As necessidades podem mudar ao longo da vida.

A mulher deve ter espaço para conversar com a equipe de saúde, esclarecer dúvidas e discutir outras possibilidades. A afirmação de que, depois de escolher um método, nunca será possível mudar é apresentada como falsa na metodologia da oficina.

06

“Todo o mundo tem os mesmos efeitos com o implante?”

Não. Evite prometer que determinada mulher terá ou não determinado efeito.

Explique: “Cada corpo pode responder de uma maneira. Por isso é importante receber orientação e ter acompanhamento da equipe de saúde”.



A roda de conversa trabalha especificamente a desconstrução da ideia de que todas as mulheres apresentam exatamente os mesmos efeitos durante o uso do implante.



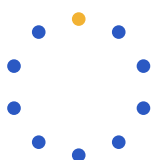
E quando aparecer uma situação de violência?

Esse pode ser um dos momentos mais delicados da roda. A proposta inclui o diálogo sobre violência, autonomia corporal, direitos sexuais e reprodutivos e situações de controle ou coerção relacionadas à sexualidade e à reprodução.

Pode surgir, por exemplo, uma participante dizendo que o parceiro não permite que ela utilize contraceptivo, controla suas decisões ou a pressiona em relação à sexualidade ou à reprodução.

Não transforme a experiência pessoal em debate coletivo e não peça detalhes diante do grupo. Acolha de maneira respeitosa e diga algo como: “Agradeço por trazer isso. Ninguém deve ser pressionada ou obrigada a tomar decisões sobre seu próprio corpo. Se você quiser, depois da roda podemos conversar de forma mais reservada e procurar a equipe que pode te orientar e apoiar”.

Também é importante lembrar ao grupo que violência contra a mulher não se resume à agressão física, justamente uma das falsas crenças previstas para discussão na atividade.



O que fazer quando você não souber responder?

Tudo bem não saber.

Não improvise uma resposta, principalmente sobre medicamentos, contraindicações, diagnósticos ou situações clínicas individuais. Você pode dizer: “Essa é uma ótima pergunta e eu não quero responder sem ter certeza. Vamos buscar essa informação em uma fonte oficial ou conversar com a equipe de referência”.

A metodologia prevê materiais educativos oficiais do Ministério da Saúde e do Instituto Nacional de Câncer (Inca) que podem ser consultados na oficina.





Papo de Mulher:

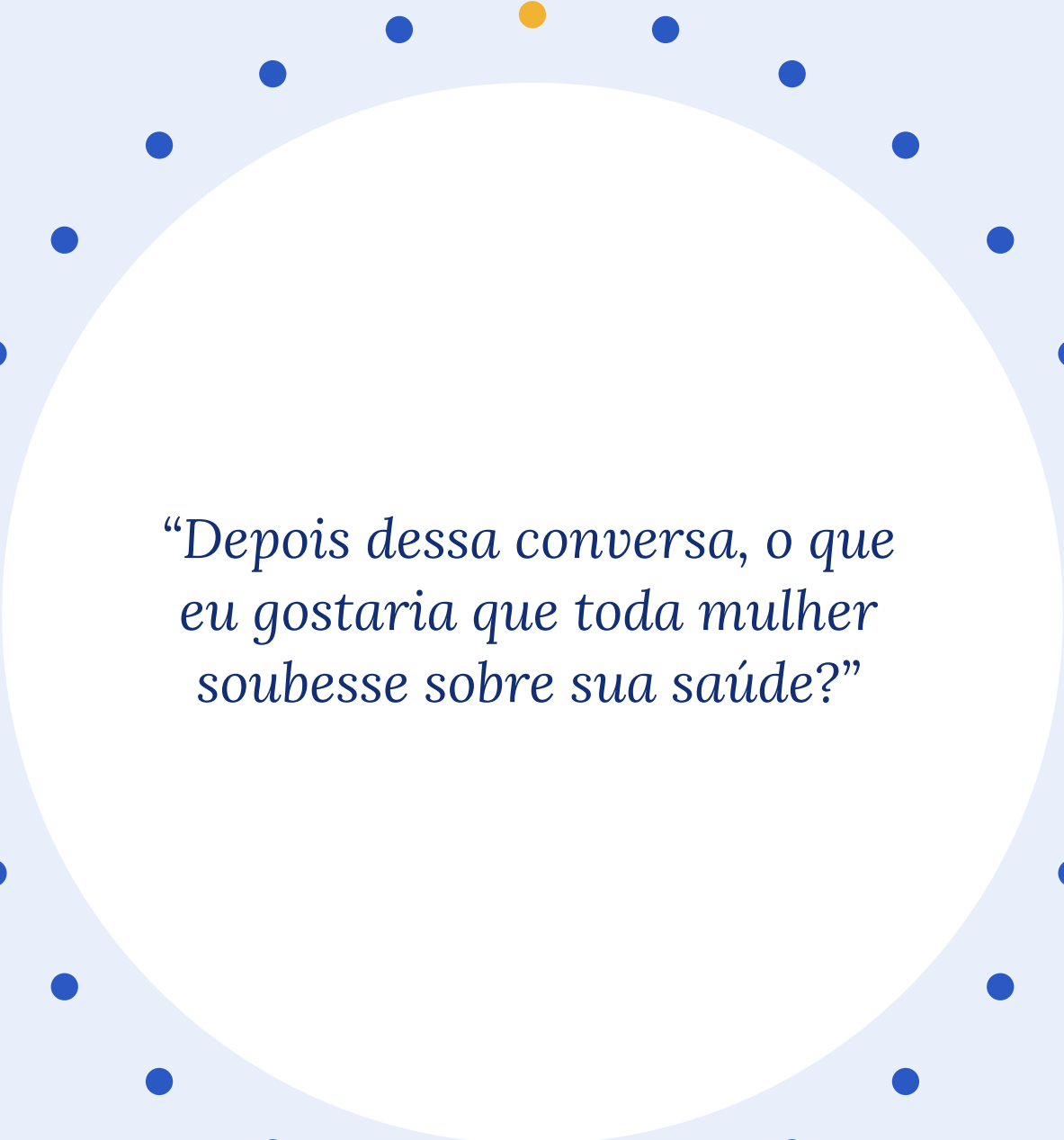
informação, autonomia, escolhas e cuidado

Durante toda a roda, procure devolver perguntas ao grupo: “Alguém já ouviu falar disso?”, “O que vocês pensam?”, “Como isso acontece aqui no território?”.

Depois, complemente com informações curtas e qualificadas. O princípio é simples: escutar primeiro, dialogar, informar sem impor e reconhecer que cada mulher tem sua história, suas necessidades e o direito de participar das decisões sobre seu próprio corpo e seu cuidado.

No encerramento, retome a pergunta proposta pela metodologia: “Depois dessa conversa, o que eu gostaria que toda mulher soubesse sobre sua saúde?”. A partir das respostas, construa com o grupo a síntese “O que levamos daqui?”.





“Depois dessa conversa, o que eu gostaria que toda mulher soubesse sobre sua saúde?”

O que levamos daqui?

A oficina integra a temática “Saúde Integral das Mulheres: saberes, cuidados e direitos construídos em diálogo” e adota uma metodologia baseada na Educação Popular em Saúde.



**Ouv
SUS 136**
Ouvidoria-Geral do SUS

Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde
bvsmms.saude.gov.br



MINISTÉRIO DA
SAÚDE

