

ACESSO À INFORMAÇÃO



Mércia Cristina com Jasmim, 11 anos, Estela, 8, e Olívia, de 10 meses



Kamille Silva tinha 15 quando descobriu a gravidez de Heitor, 5 anos



Bruna Rayara Guedes, 16, é mãe de Benjamin, de 2 meses

O desafio da gravidez na adolescência

Apesar da redução nos casos, especialistas alertam para o impacto do silêncio familiar, da desinformação e da falta de prevenção

» ANA CAROLINA ALVES

Arquivo pessoal

Um teste de gravidez positivo pode transformar a vida de qualquer pessoa, mas, para adolescentes, o impacto é ainda mais profundo. Apesar da queda no número de gestações entre garotas no Distrito Federal nos últimos cinco anos, a realidade persiste.

Em 2025, segundo a Secretaria de Saúde (SES-DF), foram registradas 2.453 gestações em adolescentes de 15 a 19 anos. Em crianças entre 10 e 14 anos — casos em que é estupro de vulnerável —, a SES registrou 65 ocorrências. Por trás dos números, especialistas apontam um fator em comum: o silêncio. A falta de diálogo dentro de casa sobre sexo somada à dificuldade de acesso a métodos contraceptivos são fatores centrais para a gestação precoce e aparece de forma recorrente nas histórias de quem viveu a gestação ainda na adolescência.

Bruna Rayara Guedes, 16 anos, descobriu que estava grávida de Benjamin, hoje com 2 meses, quando tinha 15. “Assim que eu descobri, entrei em desespero. Só pensava como as pessoas iriam me julgar”, lembrou. Na época, cursando o 9º ano, encontrou apoio na escola. “Foi um momento muito sensível, mas de muita empolgação também. Todos ficaram muito felizes e me apoiaram desde o início”, relatou.

O acolhimento fez diferença. “A gravidez na adolescência é uma pancada. A sua mente fica muito conturbada, e aquele apoio te ajuda muito a passar por tudo. Eu me sentia abraçada”, contou.

Bruna destacou, porém, que o diálogo sobre relações sexuais nunca foi aberto dentro de casa. “A gente nunca falou sobre sexo. Ao meu ver, deveríamos começar a estudar sobre vida sexual o mais cedo possível, porque os pais sempre vão nos ver como bebês e nunca vão tocar nesses assuntos”, ressaltou.

A percepção se repete na história de Rafaela Rabelo, 20 anos. Ela soube da gravidez de Maya, hoje com 2 anos, aos 17, e descreveu o momento como um choque. “Eu não estava acreditando. Eu não sabia o que fazer, só pensava que minha vida tinha acabado. Pensava no que meus pais iriam falar. Entrei em desespero total”, contou.

No caso dela, a gestação aconteceu mesmo com o uso de anticoncepcional, mas sem orientação adequada. “Eu já tomava, mas era muito recente, e não deu tempo de fazer efeito. Faltou informação. Se eu tivesse entendido melhor como funcionava, talvez tivesse sido diferente”, afirmou.

Com o tempo, o cenário dentro de casa mudou. “Quando ela nasceu, minhas tias e minha avó se revezavam para dormir comigo. Hoje, minha mãe fica com ela quando



Rafaela Rabelo descobriu a gravidez de Maya, hoje com 2 anos, aos 17, e descreveu o momento como um choque

vou para a faculdade”, disse. O apoio veio depois — mas, para ela, a informação poderia ter chegado antes.

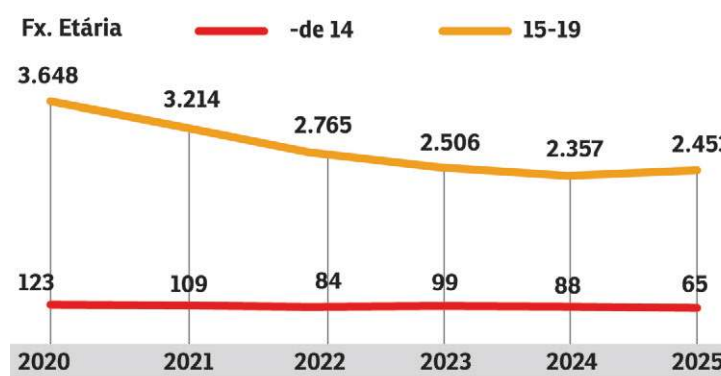
Mércia Cristina Costa, hoje com 27 anos, tinha 16 quando pegou o teste de gravidez positivo em mãos. “Parecia que o mundo estava desabando”, lembrou. O choque veio novamente quando a filha Jasmim, hoje com 11 anos, nasceu. “Fui tomada por um desespero profundo. Tive depressão pós-parto, então foi um momento de muito choque e insegurança”, completou.

A psicóloga contou que, por conta da gestação precoce, precisou interromper os estudos pela falta de uma rede de apoio. “Senti como se todos os meus planos tivessem ficado paralisados”, disse. Pouco mais de um ano depois, ela engravidou novamente, dessa vez de Estela, aos 17 anos. “Parecia que o mundo estava desabando outra vez”, acrescentou.

Mércia ressaltou que a orientação familiar seria essencial, principalmente na adolescência. “Conversas abertas e sinceras sobre sexualidade na adolescência ainda são um tabu para muitos pais, mas são fundamentais. Quando existe diálogo, confiança e participação ativa na vida dos filhos, os jovens têm mais acesso à informação e conseguem fazer escolhas mais conscientes”, alertou. “Isso poderia ter mudado muita coisa na minha história”, completou.

Depois de ter a segunda filha, Mércia decidiu que não poderia desistir de seus sonhos e, aos 19 anos, concluiu o ensino médio. “A Mércia de 16 anos jamais imaginaria que,

Série histórica de gestações em adolescentes residentes no DF



Fonte: Secretaria de Saúde do DF

em 11 anos, teria conquistado uma profissão e uma certa estabilidade. Não é fácil ser mãe na adolescência, mas hoje eu entendo que aquilo que parecia o fim, na verdade, foi o começo da minha história”, assegurou.

Acolhimento

Casos como o de Mércia ajudam a dar rosto a uma questão que especialistas consideram estrutural. A professora Sílvia Badim Marques, do Departamento de Saúde Coletiva da Universidade de Brasília (UnB), defendeu a ampliação do debate sobre educação sexual e que ignorar o tema não impede o contato dos jovens com o assunto. “Não tem como a gente fechar os olhos e achar que os adolescentes não estão falando sobre sexo, não estão

acessando redes sociais”, pontuou. Nesse contexto, Sílvia reforçou o papel das famílias. “É muito importante alertar os pais para já debater o assunto quando perceberem que o filho entra na adolescência, conversar sobre como se prevenir de uma gravidez e como fazer sexo seguro.”

A professora destacou a importância de fortalecer a rede de proteção e o acolhimento. “A gente tem serviços disponíveis em unidades básicas de saúde, em programas de saúde da família, e as escolas precisam de uma diretriz para o acolhimento desses adolescentes”, disse. Ela chamou atenção para o medo que muitos jovens enfrentam. “Muitas vezes, esses adolescentes têm medo de falar que estão tendo atividades sexuais, têm medo de contar para a família e não sabem quem procurar”, afirmou.

A falta de informação também

marcou a trajetória de Kamille Vitória da Silva, hoje com 21 anos. Ela tinha 15 quando descobriu a gravidez de Heitor, hoje com 5. “Culpa, medo e principalmente imaginar que não daria conta de criar e educar uma criança”, lembrou. Apesar do susto inicial, o apoio da família foi determinante para que seguisse estudando. “Recebi total apoio dos meus familiares, que me acolheram e sempre me disseram que tudo daria certo. Nunca passou pela minha cabeça interromper os estudos”, afirmou.

Para Kamille, o acesso à informação poderia ter mudado o rumo da história. “Muitas pessoas ainda vivem como se falar sobre sexo e sexualidade fosse uma maneira de desvirtuar uma adolescente. O cenário mudaria se tivéssemos total acesso às informações e confiança para falar sobre esses assuntos”, destacou.

Falhas evitáveis

A ginecologista e obstetra Dinney Soares Albuquerque, do Hospital Mantevida, alerta que a falta de diálogo contribui para a disseminação de desinformação frequentemente associada à gravidez precoce. “Por exemplo, mitos como ‘não engravida na primeira relação’ persistem porque faltam conversas abertas e contínuas”, afirmou.

A médica cita os impactos da gravidez precoce ao longo da vida. “Impactos físicos a longo prazo incluem maior risco de obesidade e diabetes tipo 2, devido a mudanças hormonais e hábitos alimentares ruins

durante a gestação. Problemas ginecológicos, como incontinência urinária (perda involuntária de urina) ou fraqueza no assoalho pélvico (músculos que sustentam os órgãos), surgem porque o corpo ainda imaturo lida mal com o parto”, ressaltou.

No campo emocional e social, os efeitos também são significativos. “Nos impactos emocionais, há estresse crônico, baixa autoestima e maior chance de transtornos mentais como ansiedade ou depressão, além de ciclos de pobreza que afetam oportunidades de estudo e trabalho”, pontuou. Ainda assim, ela destacou a importância do acompanhamento contínuo. “Em resumo, com suporte psicológico e médico contínuo, muitas dessas jovens podem superar esses desafios e construir um futuro saudável e positivo”, completou.

Enfrentamento

Como estratégia para enfrentar e reduzir a ocorrência da gravidez na adolescência, a Secretaria de Saúde (SES-DF) informou que tem ampliado a oferta do Implanon nas Unidades Básicas de Saúde (UBS), com a capacitação das equipes, como estratégia de método contraceptivo reversível de longa duração para prevenir a gravidez na adolescência.

A pasta destacou que incentiva a inserção do dispositivo intrauterino (DIU) no pós-parto imediato, como forma de evitar novas gestações não planejadas e fortalecer a autonomia reprodutiva das jovens, especialmente em contextos de maior vulnerabilidade.

A Secretaria de Educação do DF (SEE-DF) afirmou que investiu em ações de prevenção e conscientização nas escolas, por meio da Diretoria de Atendimento e Apoio à Saúde do Estudante (Diase). Entre as iniciativas, está o projeto “Cuidando de Si: fazendo escolhas mais saudáveis”, que promove palestras e atividades formativas sobre prevenção às infecções sexualmente transmissíveis (ISTs), gravidez na adolescência e relações saudáveis.

A pasta publicou, também, o Boletim Saúde do Estudante, com orientações para que educadores abordem o tema de forma qualificada e acolhedora, além de atuar em parceria com a saúde pelo Programa Saúde na Escola (PSE), que inclui a promoção da saúde sexual e reprodutiva.

O Conselho Tutelar (CT) disse que atua com base no Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), garantindo a aplicação de medidas de proteção e o acesso ao pré-natal e ao atendimento integral pelo Sistema Único de Saúde (SUS), incluindo assistência psicológica. Nos casos envolvendo menores de 14 anos, o órgão aciona a autoridade policial para investigação, sem prejuízo do acompanhamento da vítima.