

ROTEIRO DE CONDUÇÃO · 3 A 6 ANOS

Meu corpo, minhas regras

Oficina de autoproteção para educação infantil – 25 a 30 minutos.

25 a 30 min

Até 15 crianças

10 slides

Paula Lins

Fonoaudióloga · CRFa 1-13828 RJ

@paulalinsrj

Na Rota do Afeto

Projeto Social do Instituto Greenspan Floortime Brasil

CNPJ 68.802.225/0001-03



Na Rota do Afeto
capacitando e interagindo pelo mundo

O que esta oficina é

Autoproteção sem ensinar medo.

Ela não fala de crimes, não descreve situações de violência e não mostra imagens assustadoras. Ensina quatro coisas simples: **o corpo é meu, eu tenho adultos seguros, eu conto o que me faz mal e a culpa nunca é minha.**

Sobre “não fale com estranhos”

Esta oficina não usa essa frase. A maior parte das situações de violência contra crianças envolve alguém do convívio, e uma criança treinada só para temer o desconhecido fica desprotegida justamente onde o risco é maior — além de perder o recurso de pedir ajuda a um adulto desconhecido se estiver perdida.

Ensinamos a reconhecer **situações e sensações**, não a temer pessoas.

Escopo profissional

Conduzir esta oficina não é fazer triagem de risco, avaliação de saúde mental ou intervenção em crise — isso é competência de outros profissionais. O que a oficina faz é **ensinar habilidades e abrir caminho para o relato.**

Antes da oficina

Nada disto é opcional.

- ✓ **Acordo com a escola** sobre objetivo, formato e conteúdo.
- ✓ **Comunicação prévia às famílias**, com descrição do que será trabalhado.
- ✓ **Professor da turma presente** — ele é quem a criança vai procurar depois.
- ✓ **Referência interna disponível no dia** para o caso de alguém procurar atendimento.
- ✓ **Protocolo de encaminhamento definido por escrito**: quem aciona, quem comunica a família, em quanto tempo.
- ✓ **Turma de até 15**, sentados no chão em roda, sem plateia de adultos.
- ✓ **Cartilha impressa** para entregar no fim — uma por criança.

O que não fazer, em nenhuma circunstância

- ✗ Ler com cara de assunto grave. A criança aprende que o tema é proibido — e é aí que ela para de contar.
- ✗ Ampliar além do que foi perguntado. Responda o que a criança perguntou, com a palavra certa, e pare.
- ✗ Forçar participação ou pedir que alguém conte algo pessoal.
- ✗ Usar medo, ameaça ou exemplo assustador.
- ✗ Prometer sigilo.
- ✗ Sair sem estar disponível depois.

Passo 1 · Oi, eu sou o Tuca

3 minutos · slides 1 e 2

Mostre o Tuca e conte: ele é um tatu-bola e, quando precisa se proteger, se enrola na casquinha. Peça que as crianças façam o gesto de se enrolar — nessa idade o corpo entra antes da conversa.

Feche com: **“você também sabe se proteger. Só precisa aprender umas combinações.”**

Passo 2 · O meu corpo é meu

4 minutos · slide 3

A imagem central é a da casa: “o meu corpo é a minha casa, eu moro dentro dele”.

Pergunte: alguém entra na sua casa sem tocar a campainha?

Depois: **“com o meu corpo é igualzinho. Eu decido quem me abraça, quem me pega no colo e quem me dá beijo.”**

Cuidado com o combinado de casa

Alguma criança pode dizer que em casa é obrigada a dar beijo na visita. Não contradiga a família na frente da turma. Diga: “é bom conversar sobre isso com o seu adulto” — e leve o ponto para a reunião com as famílias.

Passo 3 · A regra do maiô e da sunga

5 minutos · slides 4 e 5

Apresente a regra: as partes íntimas são as que ficam escondidas embaixo do maiô ou da sunga, e a boca também.

Diga os nomes corretos com naturalidade — pênis, vulva, bumbum, peito — e explique que falar o nome certo não é feio, é importante.

Depois as exceções, que são poucas e conhecidas: quando um adulto que cuida ajuda no banho, e quando o médico examina, **sempre com um adulto da criança na sala.**

Se a turma rir

É esperado. Ria junto, sem constranger ninguém, e siga. Se você tratar a palavra como vergonhosa, ensina exatamente o contrário do que veio ensinar.

Passo 4 · Carinho bom e carinho esquisito

4 minutos · slide 6

Trabalhe pela sensação, não pela lista: carinho bom deixa o coração quentinho; carinho esquisito dá aperto na barriga e vontade de sair de perto.

Deixe explícito: **“eu posso dizer não para abraço e beijo. Até de gente que eu amo. E tudo bem.”**

Encerre com a cócega: cócega que não para quando a criança pede para parar não é brincadeira — é desrespeito, e ela pode contar.

Passo 5 · O aviso da barriga

4 minutos · slide 7

Pergunte: “quando vocês ficam nervosos, o que acontece no corpo?” Anote no quadro o que aparecer.

Nomeie: um frio, um aperto, um nó. E diga que esse aviso é o corpo falando.

Feche: **“quando a barriga avisa, eu conto para o meu adulto. Mesmo que eu não saiba explicar direito.”**

Passo 6 · Surpresa ou segredo

4 minutos · slide 8

Construa a diferença com exemplos da turma. Surpresa é o bolo escondido na cozinha: tem data para acabar, todo mundo descobre, todo mundo ri. Segredo que pesa é o que alguém mandou guardar e deixa apertado por dentro.

A frase que a criança precisa levar: **se alguém falar “não conta pra sua mãe”, eu conto sim.**

E complete: não guardo segredo que faz mal nem se ganhar presente, nem se a pessoa ficar brava.

Passo 7 · A minha mão da segurança

5 minutos · slide 9

Atividade prática. Cada criança desenha a própria mão na cartilha e, com ajuda do professor, escreve cinco adultos que pode procurar. Pelo menos um precisa ser de fora de casa.

Circule pela sala enquanto escrevem.

Preste atenção em quem não consegue completar

Não exponha e não comente em voz alta. Anote e informe depois à referência da escola: **criança sem adulto de confiança identificável é prioridade de acompanhamento.**

Passo 8 · A culpa nunca é minha

3 minutos · slide 10

Diga devagar, olhando para a turma: se alguém fizer alguma coisa que deixa a criança mal, a culpa é dessa pessoa. Mesmo que ela tenha ficado quieta, mesmo que não tenha contado na hora, mesmo que goste muito da pessoa.

Encerre com: **“eu conto. E eu continuo sendo amado do mesmo jeito.”**

Entregue a cartilha e peça que levem para ler junto com um adulto em casa.

Perguntas que vão aparecer

E como responder sem ampliar.

“Por que alguém ia querer ver minha parte íntima?”

“Porque tem gente que faz coisas erradas. Mas isso não é culpa de quem sofre, e por isso a gente aprende o que fazer se acontecer.” E pare aí.

“Meu tio faz cócega e não para.”

Não investigue na frente da turma. Diga: “que bom que você falou, depois a gente conversa”. Procure a criança no fim, sozinho, e acione a referência da escola no mesmo dia.

“E se eu contar e ninguém acreditar?”

“Aí você conta para o segundo da sua lista. E para o terceiro. Até alguém ajudar.”

Uma criança começa a contar algo diante de todos

Acolha em uma frase — “que bom que você me contou” — e redirecione: “isso é importante, a gente conversa daqui a pouquinho, só nós dois”. Siga a oficina e procure a criança no fim.

Se alguém revelar algo

Vai acontecer. Tenha a conduta decidida antes de entrar na sala.

- ✓ **Escute sem reagir com alarme.** Agradeça por ter contado.
- ✓ **Não investigue.** Não pergunte detalhes, não peça que repita, não teste a versão.
- ✓ **Não prometa segredo.** Retome o combinado do início.
- ✓ **Não deixe sozinho** se houver menção a risco. Acione a referência da escola no mesmo momento.
- ✓ **Acione o protocolo no mesmo dia**, mesmo que pareça pouco grave.
- ✓ **Registre** data, horário e as palavras exatas — não a sua interpretação.
- ✓ **Havendo indício de violência**, a comunicação ao Conselho Tutelar é dever legal e não depende de certeza.

Fique disponível depois

Permaneça na sala por pelo menos quinze minutos após o encerramento. É quando as crianças e os adolescentes procuram — raramente durante.

Onde encaminhar

Conselho Tutelar

Suspeita de violência. Qualquer pessoa pode comunicar e não é preciso ter prova. Para escola e profissionais de saúde, é dever legal.

Disque 100

Gratuito, 24 horas, pode ser anônimo.

CVV — 188

Sofrimento emocional. Gratuito, 24 horas, também por chat em cvv.org.br.

CAPS e CAPS-i · UBS

Saúde mental pelo SUS. O CAPS-i atende crianças e adolescentes.

190 · SAMU 192

Risco imediato.

Antes da oficina

Preencha e tenha em mãos os contatos da sua região: Conselho Tutelar, CAPS-i e a referência interna da escola. **Procure na hora é tarde.**

Material de apoio à condução de oficina educativa. Não constitui protocolo clínico, não substitui avaliação profissional e não habilita triagem ou manejo de risco.

Cartilha do participante e demais materiais em narotadoafeto.netlify.app

Paula Lins · Fonoaudióloga · CRFa 1-13828 RJ · **Na Rota do Afeto** — Projeto Social do Instituto Greenspan Floortime Brasil · CNPJ 68.802.225/0001-03. Todos os direitos reservados. Autorizada a reprodução integral, sem alterações, para fins não comerciais.

