



EU ME PROTEJO
PORQUE
MEU CORPINHO
É MEU





**CRESCENDO, APRENDENDO A
ME CUIDAR E ME PROTEGER.**



APRESENTAÇÃO

ESTE LIVRO É PARA CRIANÇAS APRENDEREM SOBRE O CORPO.

O CORPO PRECISA SER CUIDADO E PROTEGIDO.

ESTE LIVRO VAI AJUDAR FAMÍLIAS E EDUCADORES A CONVERSAR COM AS CRIANÇAS
SOBRE OS CUIDADOS COM O CORPO.

ÍNDICE

1 - CONHECENDO MEU CORPO

2 - CUIDADOS COM O MEU CORPO

3 - MINHA FAMÍLIA

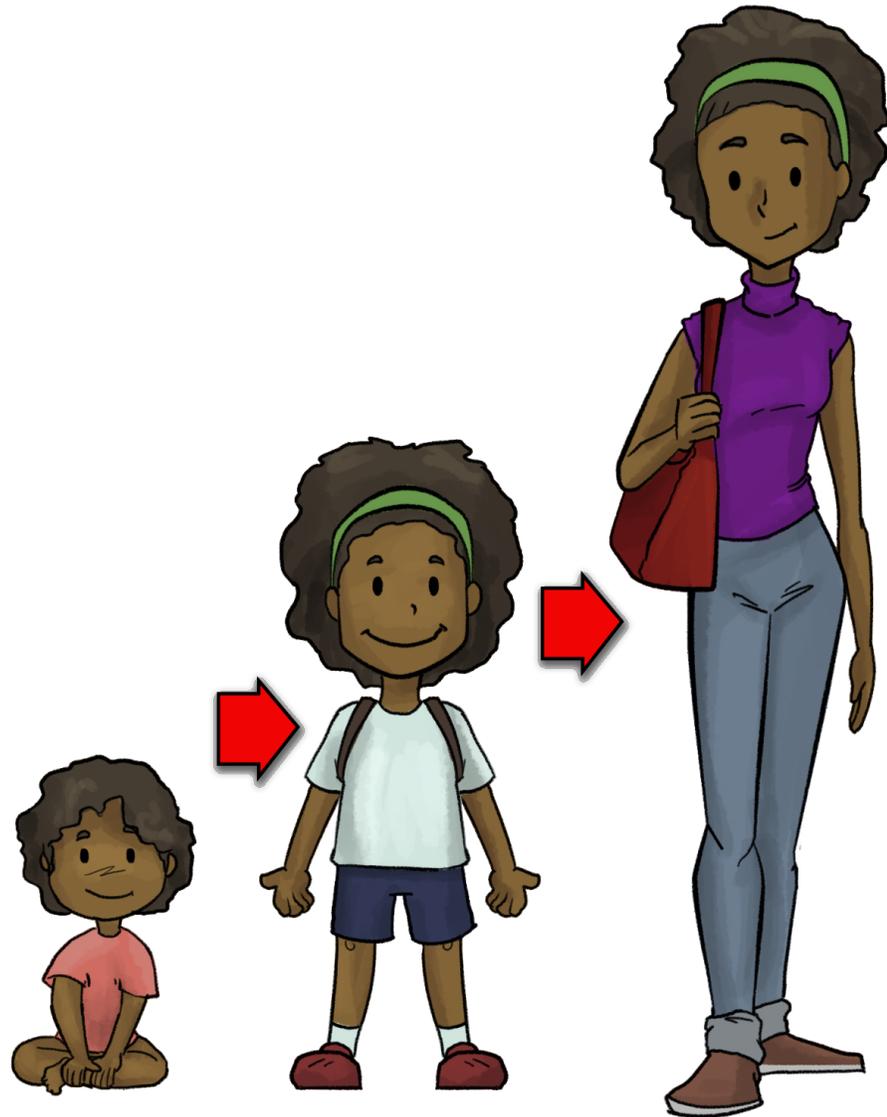
4 - QUEM PODE CUIDAR DE MIM

5 – ME PROTEGENDO

6 – MINHA HISTÓRIA.

1 - CONHECENDO MEU CORPO





EU ESTOU CRESCENDO!

TODOS NÓS NASCEMOS BEBÊS

E VAMOS CRESCENDO .

COLE AQUI UMA FOTO OU DESENHE
VOCÊ BEBÊ E VOCÊ AGORA.

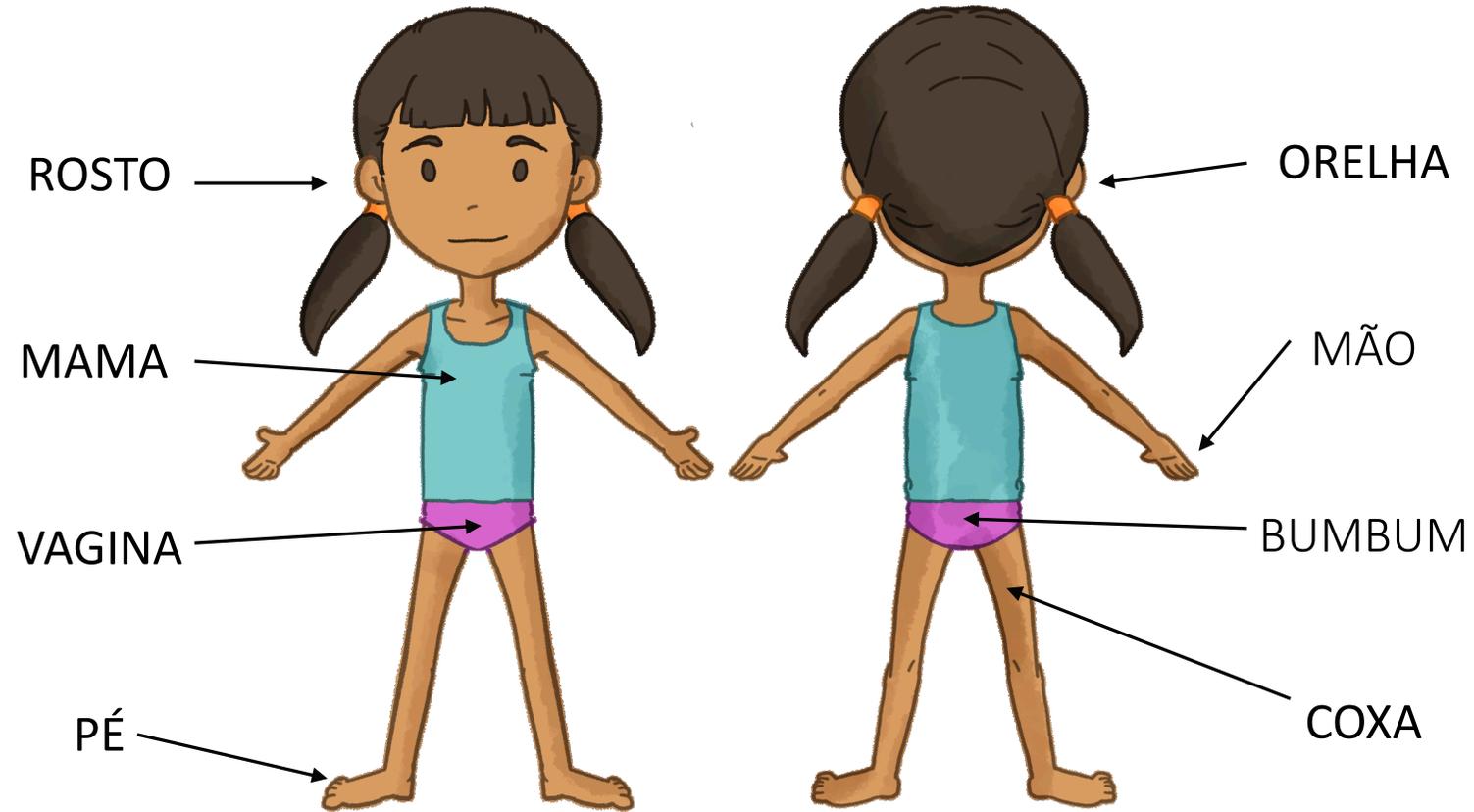


VOCÊ CONHECE AS PARTES DO SEU CORPO?

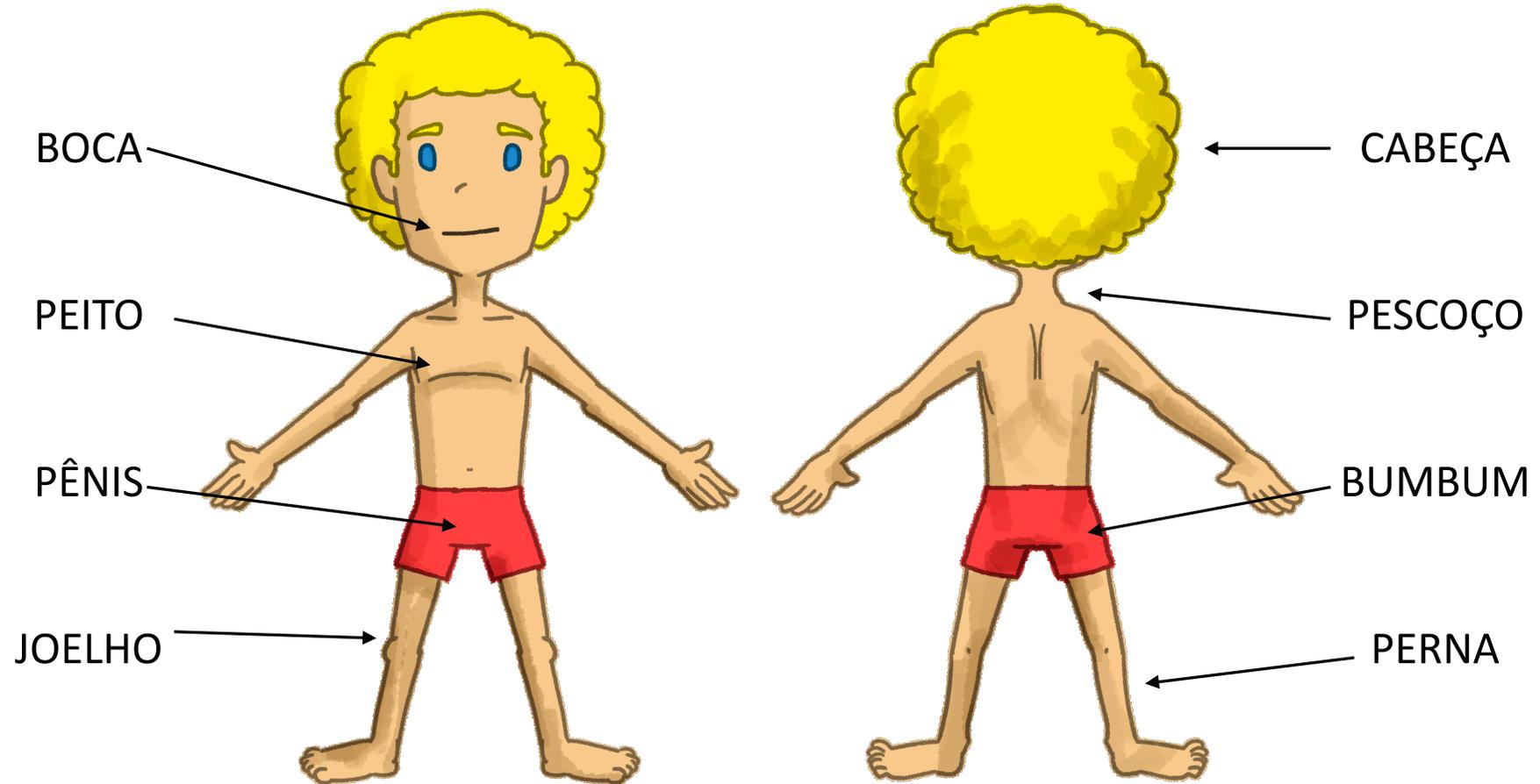


QUAIS SÃO AS PARTES DO CORPO
QUE VOCÊ CONHECE?

PARTES DO CORPO



PARTES DO CORPO





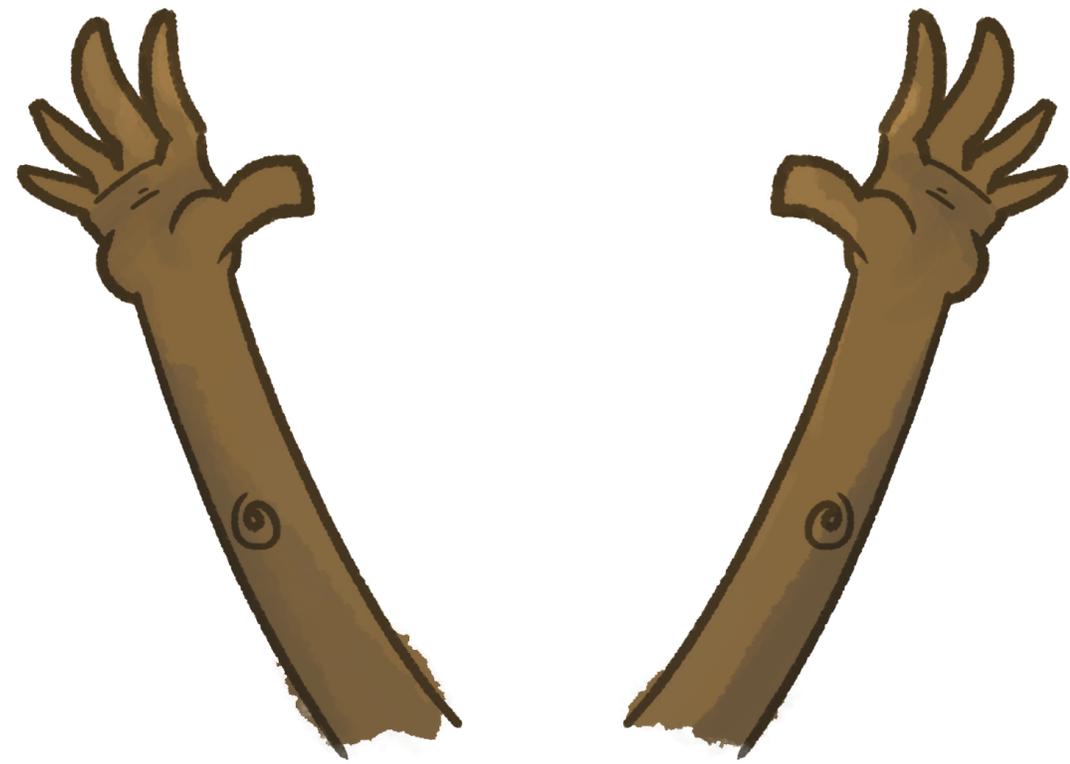
TEM GENTE QUE TEM UM BRAÇO.



TEM GENTE QUE TEM DOIS BRAÇOS.



TEM GENTE QUE NÃO TEM BRAÇO.



QUANTOS BRAÇOS VOCÊ TEM?



TEM GENTE QUE TEM UMA PERNA.



TEM GENTE QUE TEM DUAS PERNAS.



TEM GENTE QUE NÃO TEM PERNA.



QUANTAS PERNAS VOCÊ TEM?



- ÀS VEZES A GENTE PRECISA DE AJUDA PARA FAZER ALGUMAS COISAS
- ALGUMAS PESSOAS TÊM UMA DEFICIÊNCIA E PODEM PRECISAR DE APOIO
- O APOIO PODE SER A AJUDA DE UMA PESSOA OU UMA CADEIRA DE RODAS, BENGALA, MULETAS
- ALGUMAS DEFICIÊNCIAS A GENTE NÃO VÊ.



VOCÊ TEM DEFICIÊNCIA?



QUAL DEFICIÊNCIA VOCÊ TEM?



CONHECE ALGUÉM QUE TEM DEFICIÊNCIA?



QUEM VOCÊ CONHECE QUE TEM DEFICIÊNCIA?

QUAL DEFICIÊNCIA A PESSOA QUE VOCÊ CONHECE TEM?



PERNAS E BRAÇOS SÃO PARTES DO NOSSO CORPO

TEM PARTES DO NOSSO CORPO QUE CHAMAMOS

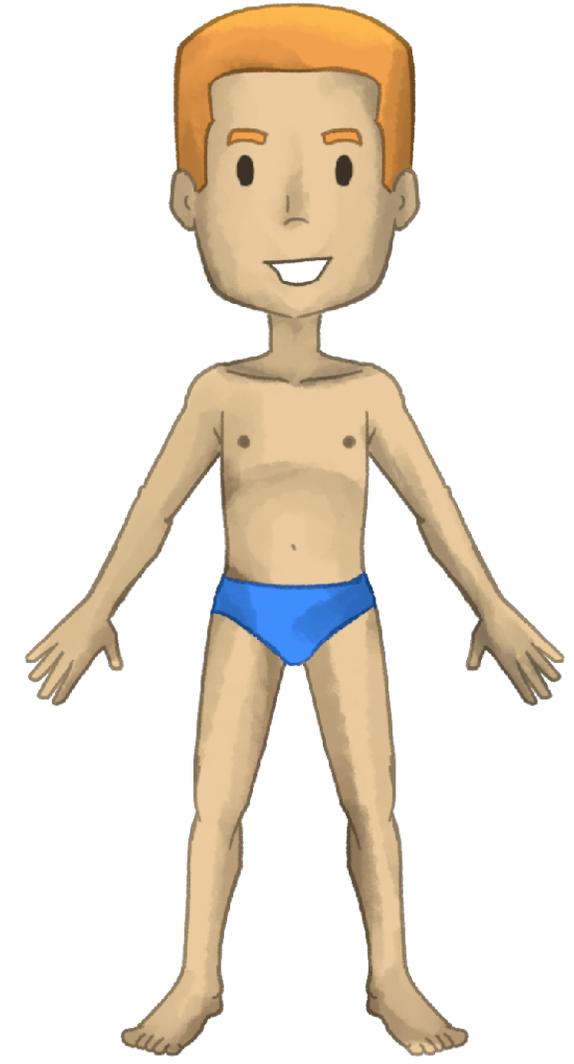
PARTES ÍNTIMAS.



QUAIS AS PARTES ÍNTIMAS DO CORPO?

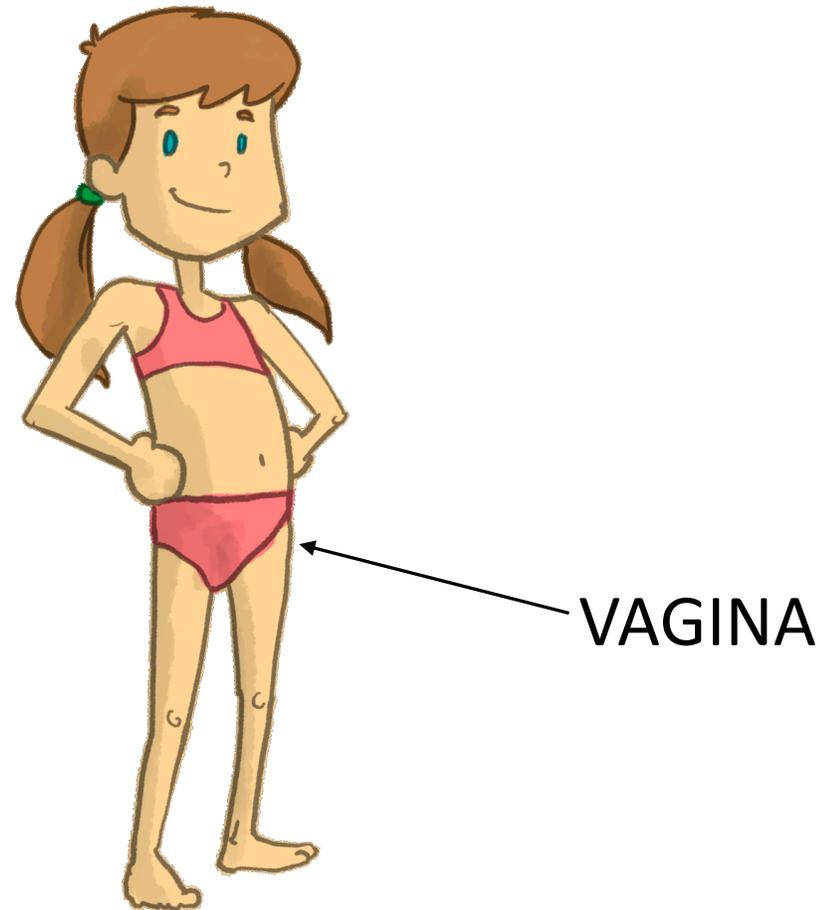
AS PARTES ÍNTIMAS

FICAM COBERTAS POR



- **FRALDAS**
- **CUECAS**
- **CALCINHAS**
- **SUTIÃS**
- **TOPS**
- **BIQUINIS**
- **MAIÔS**
- **SUNGAS.**

VOCÊ SABE O QUE É VAGINA?



A VAGINA TEM VÁRIOS NOMES

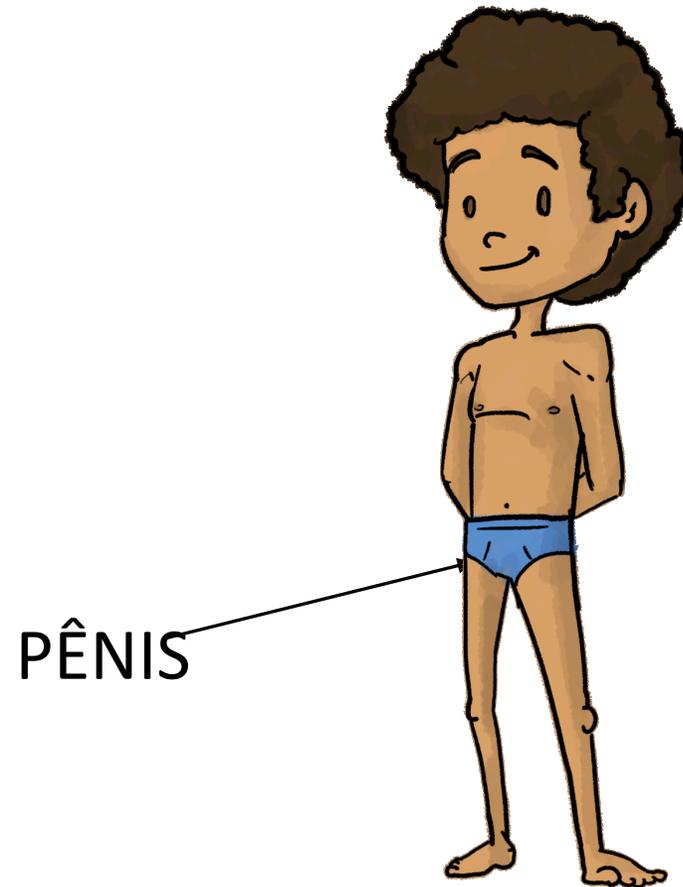


TEM GENTE QUE CHAMA A VAGINA DE

- VULVA
- PERERECA
- PERIQUITA
- PEPECA
- XIRI

DIGA COMO VOCÊ CHAMA A VAGINA

VOCÊ SABE O QUE É PÊNIS?



O PÊNIS TAMBÉM TEM OUTROS NOMES



TEM GENTE QUE CHAMA O PÊNIS DE

- PIPI
- PIU PIU
- PIRULITO
- PINTO
- PIRU

DIGA COMO VOCÊ CHAMA O PÊNIS

VOCÊ SABE O QUE É BUMBUM?



← BUMBUM

O BUMBUM TAMBÉM TEM OUTROS NOMES

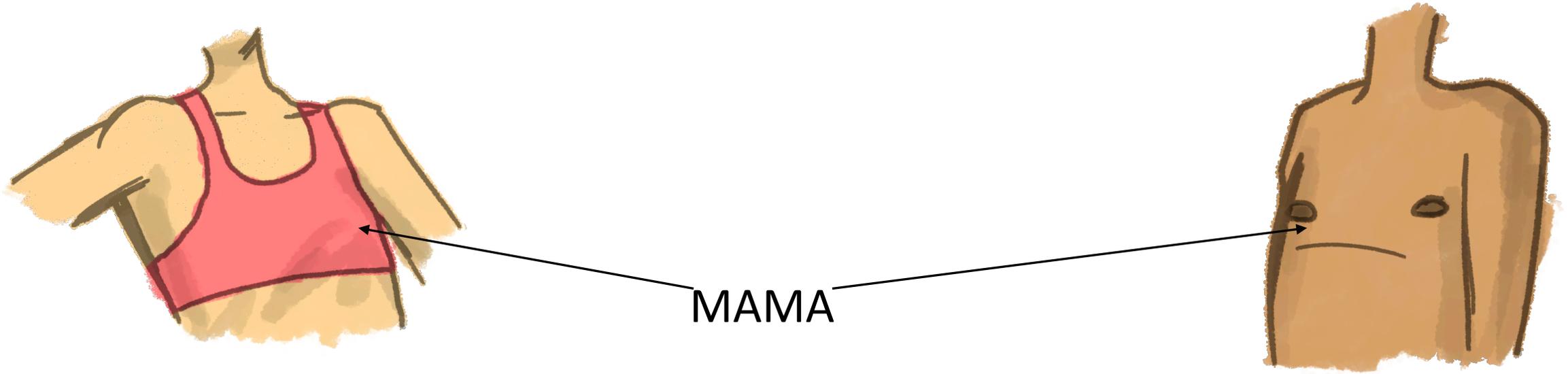


TEM GENTE QUE CHAMA O BUMBUM DE

- BUNDA
- POPÔ
- TRASEIRO
- GLÚTEO
- NÁDEGAS

DIGA COMO VOCÊ CHAMA O BUMBUM

VOCÊ SABE O QUE É MAMA?

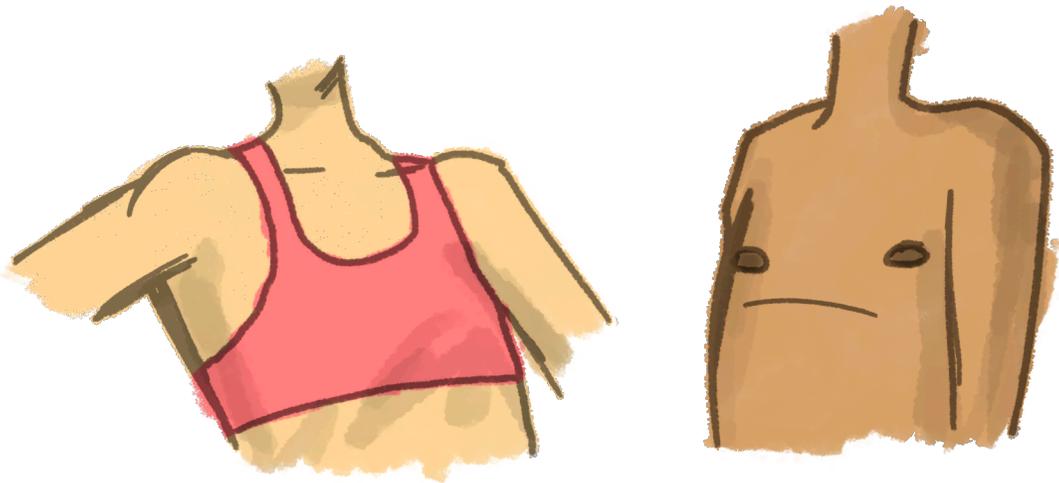


A MAMA TAMBÉM TEM OUTROS NOMES

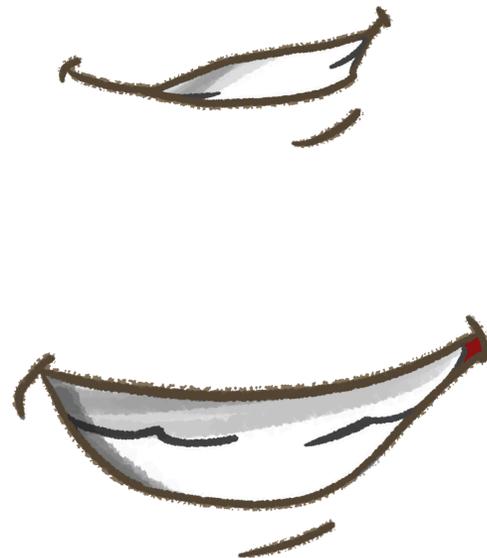
TEM GENTE QUE CHAMA A MAMA DE

- SEIOS
- PEITO
- MAMILOS
- MAMÁ
- BUSTO

DIGA COMO VOCÊ CHAMA A MAMA



E A BOCA?

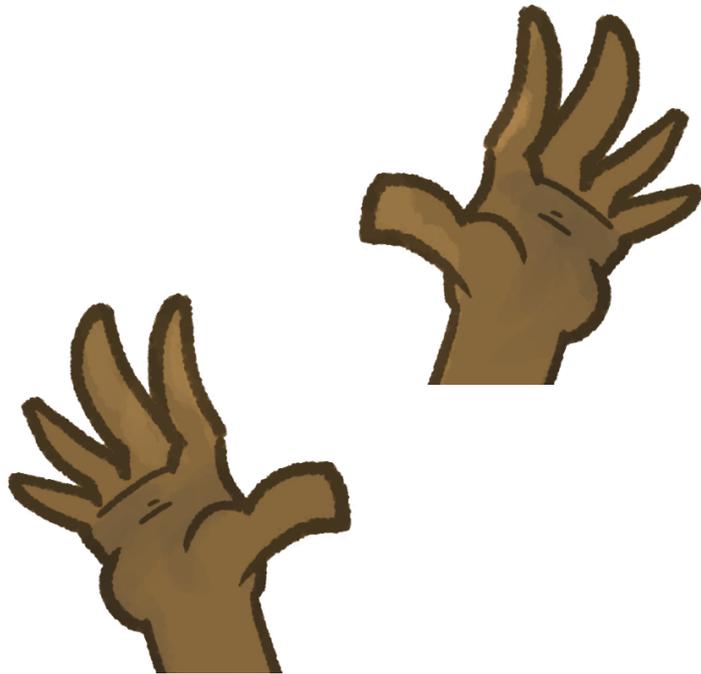


MESMO NÃO FICANDO COBERTA
POR ROUPAS

A BOCA TAMBÉM
É UMA PARTE ÍNTIMA

“MINHA BOCA É SÓ MINHA!”

E A MÃO?

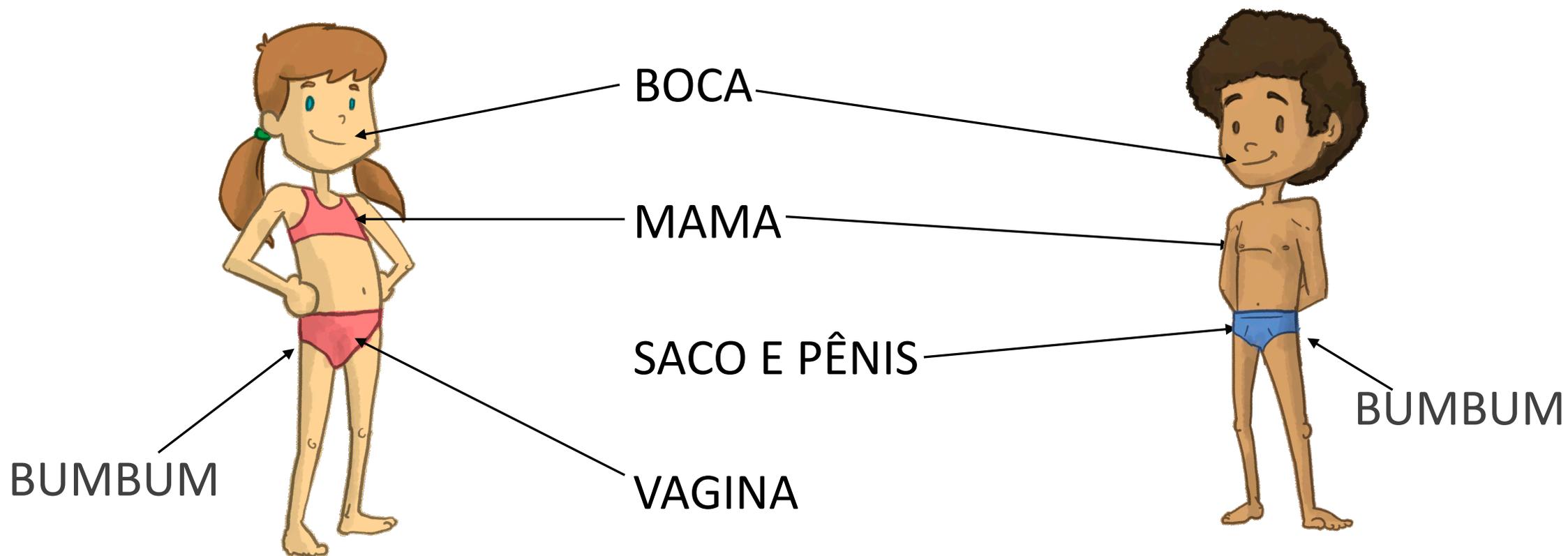


ELA NÃO É ÍNTIMA
E NÃO É COBERTA

MAS ELA TAMBÉM É SÓ MINHA

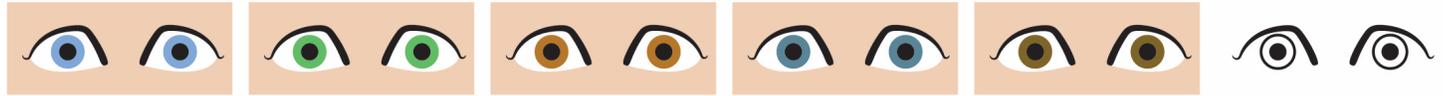
E SÓ COLOCO A MÃO ONDE EU QUERO.

E AGORA, SABE QUAIS SÃO AS SUAS PARTES ÍNTIMAS?

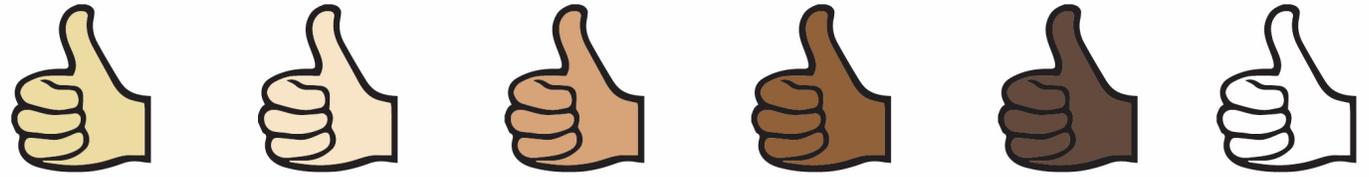


QUAL É?

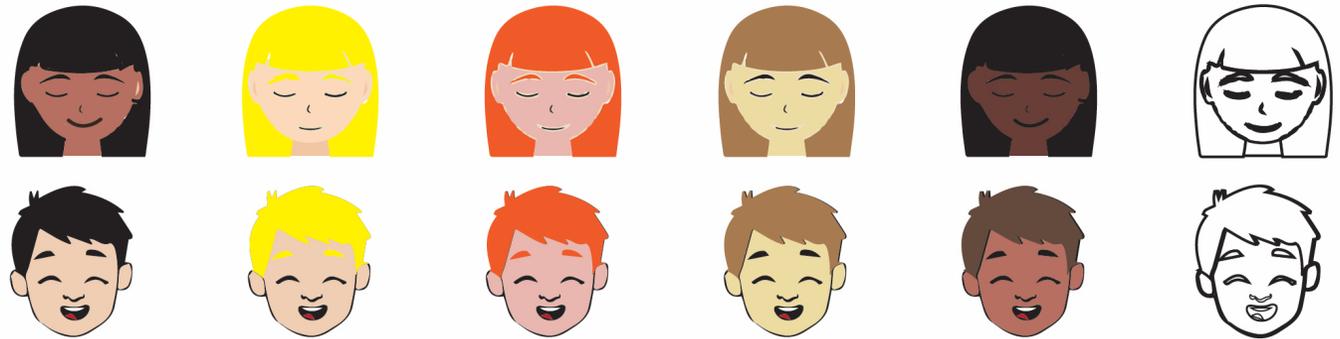
A COR DOS SEUS OLHOS?



A COR DA SUA PELE?



A COR DO SEU CABELO?



COMO É SEU CABELO?



NÓS SOMOS TODOS



PESSOAS

DIFERENTES

ÚNICAS E

ESPECIAIS.

FAÇA UM DESENHO DE VOCÊ



2 - CUIDADOS COM O MEU CORPO



VOCÊ SABE CUIDAR DO SEU CORPO?

CUIDADOS COM OS DENTES



- ESCOVO OS DENTES DE MANHÃ DEPOIS DE ACORDAR
- ESCOVO OS DENTES DEPOIS DO ALMOÇO
- ESCOVO OS DENTES ANTES DE DORMIR
- SEMPRE PASSO FIO DENTAL
- MEUS DENTES FICAM LIMPOS E SAUDÁVEIS.

CUIDADOS NO BANHEIRO



QUANDO VOU NO BANHEIRO

FORA DA MINHA CASA

COMO O DA ESCOLA

EU ENTRO NO BANHEIRO SOZINHA

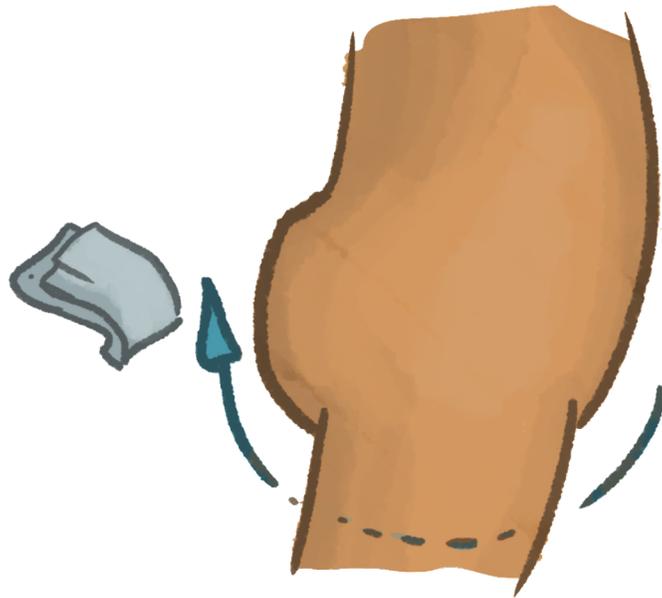
EU FECHO A PORTA.

CUIDADOS NO BANHEIRO



EU FORRO O ASSENTO DA PRIVADA
COM PAPEL HIGIÊNICO.

COMO ME LIMPAR



EU FAÇO XIXI, DEPOIS EU ME SECO

EU PASSO O PAPEL DA FRENTE PRA TRÁS

EU PASSO O PAPEL NA DIREÇÃO DO BUMBUM

VOCÊ SABE POR QUÊ?

PARA O COCÔ NÃO CAUSAR DOENÇAS.

USANDO O PAPEL HIGIÊNICO



PRECISO ME LIMPAR BEM DEPOIS DE FAZER COCÔ
ME LIMPO POR TRÁS
COM PEDAÇOS DE PAPEL HIGIÊNICO
ATÉ NÃO VER MAIS COCÔ NO PAPEL
OU ENTÃO ME LAVO.

ATENÇÃO!



LEVANTO O ASSENTO DA PRIVADA

QUANDO FAÇO XIXI EM PÉ

NÃO FAÇO XIXI NA BORDA DA PRIVADA

LIMPO O XIXI QUE CAI NA PRIVADA

NINGUÉM GOSTA DE USAR BANHEIRO SUJO!



DEPOIS DE FAZER XIXI OU COCÔ

DOU DESCARGA NA PRIVADA

OU JOGO UM BALDE DE ÁGUA DENTRO DELA

DEIXO O BANHEIRO LIMPO DEPOIS DE USAR.

CUIDADO COM A SUJEIRA!



DEPOIS DE USAR A PRIVADA
EU LAVO BEM AS MÃOS
ISSO É MUITO IMPORTANTE
PORQUE SUJEIRA DE COCÔ OU XIXI
PODE FICAR NAS MÃOS

SE MINHA MÃO FICAR SUJA
POSSO FICAR DOENTE.

TOMANDO BANHO



TOMO BANHO TODOS OS DIAS

LAVO O CORPO TODO

LAVO ATRÁS DAS ORELHAS.

LAVANDO MAIS PARTES DO CORPO



LAVO DEBAIXO DOS BRAÇOS

E O CABELO.

LAVO BEM AS PARTES ÍNTIMAS



LAVO A VAGINA COM UMA MÃO

E O BUMBUM COM A OUTRA MÃO.

LAVO BEM AS PARTES ÍNTIMAS



LAVO O PÊNIS E O SACO COM UMA MÃO
E O BUMBUM COM A OUTRA MÃO.

PRECISO CUIDAR DO MEU CORPO

FAÇA UM DESENHO PRA CADA CUIDADO QUE VOCÊ PRECISA TER COM SEU CORPO



ESCOVO OS DENTES



ME LIMPO DEPOIS
DE IR AO BANHEIRO



TOMO BANHO

TODO CUIDADO É IMPORTANTE

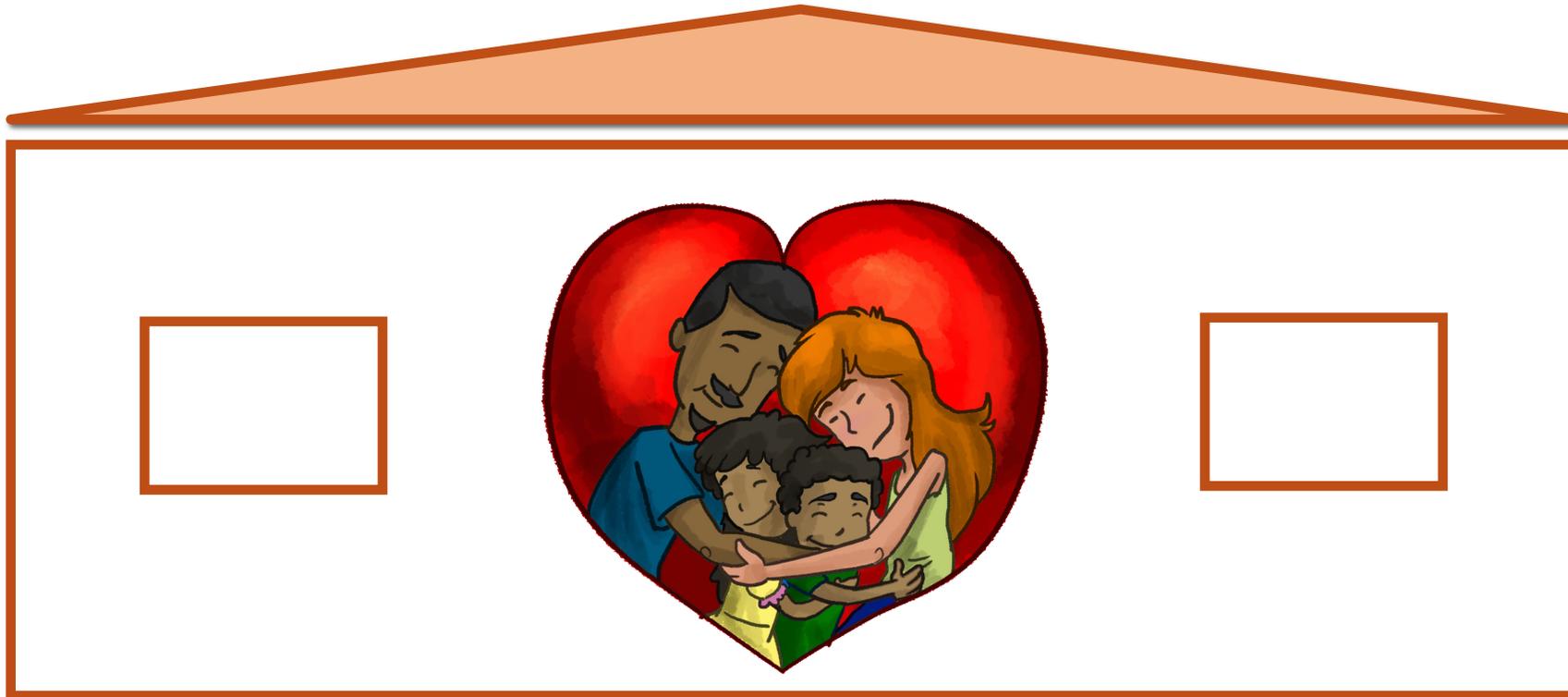
QUE OUTROS CUIDADOS COM O CORPO SÃO IMPORTANTES?

- DESENHE ALGUÉM CORTANDO A UNHA, SECANDO ATRÁS DA ORELHA, PENTEANDO O CABELO, OU OUTRO CUIDADO COM O CORPO.



3 - FAMÍLIA

UM GRUPO DE PESSOAS QUE VIVE NA MESMA CASA,
QUE SE AMA E SE PROTEGE



TEM FAMÍLIA DE TODO TIPO

TEM FAMÍLIA GRANDE

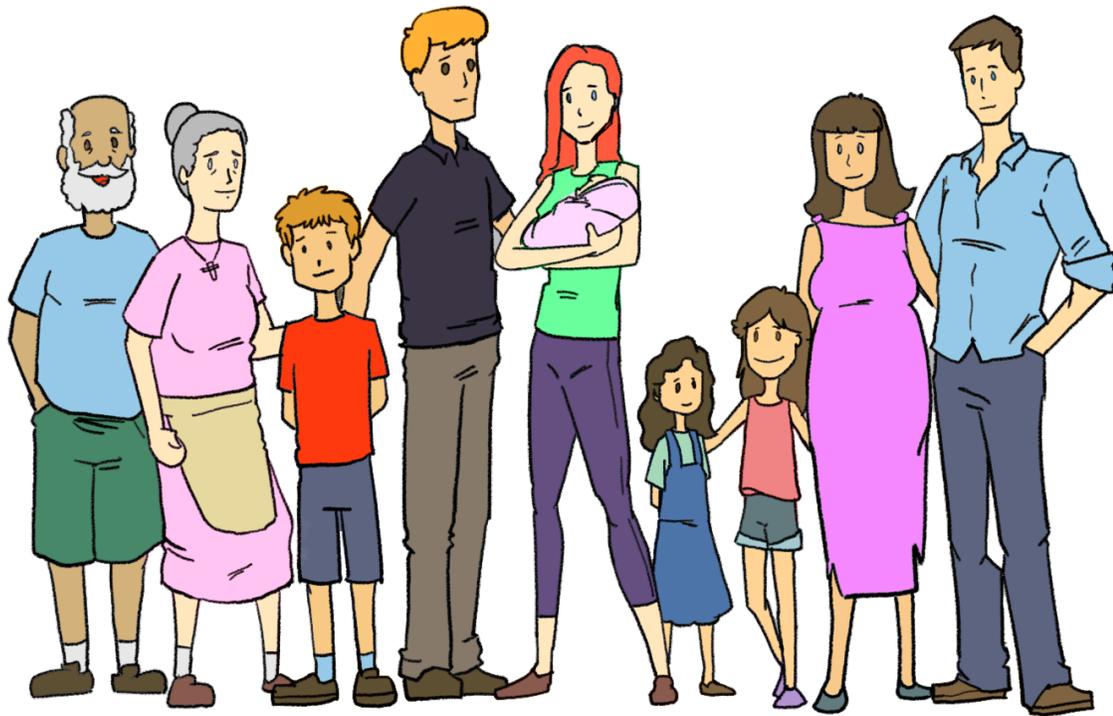


TEM FAMÍLIA MÉDIA



TEM FAMÍLIA PEQUENA

FAMÍLIA ESTENDIDA



TEM MAIS GENTE NA FAMÍLIA
TIOS E PRIMOS
SÃO IRMÃOS DOS PAIS E SEUS FILHOS.

FAMÍLIA DE CONSIDERAÇÃO

TEM GENTE QUE GOSTAMOS COMO SE FOSSE DA NOSSA FAMÍLIA
PODEMOS CHAMAR DE TIOS E PRIMOS POSTIÇOS OU POR AFINIDADE.



MINHA FAMÍLIA É ASSIM...

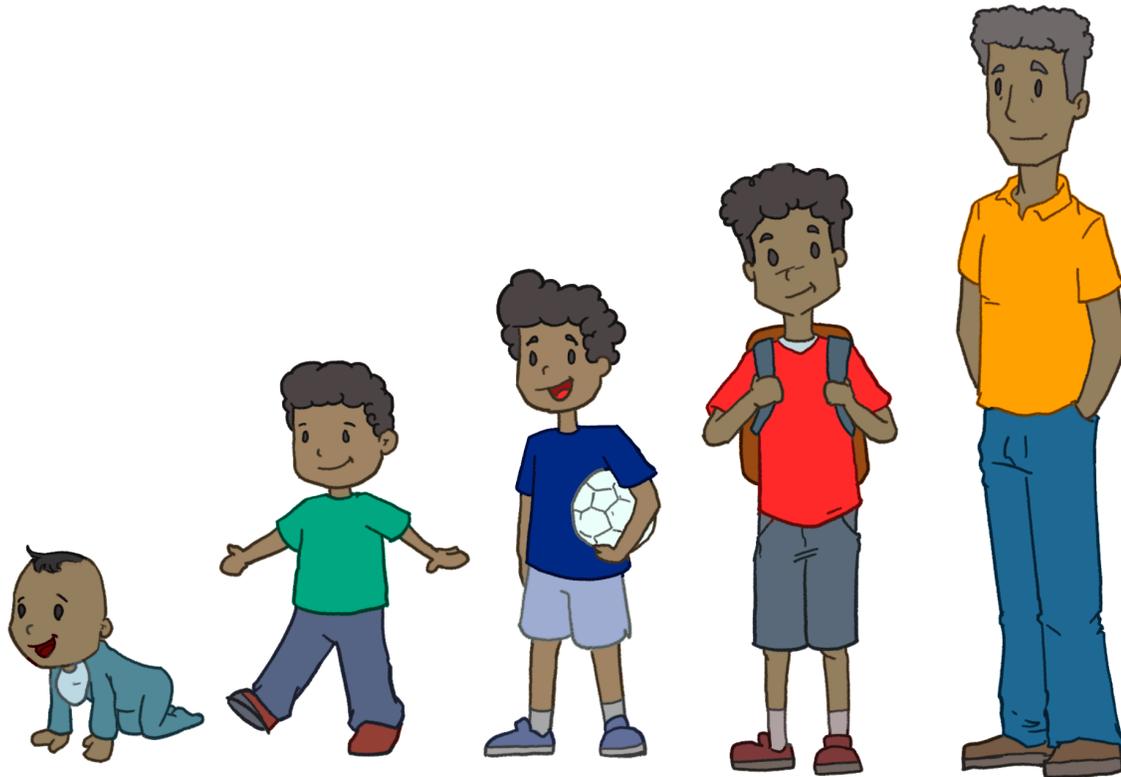
DESENHE SUA FAMÍLIA OU COLE UMA FOTOGRAFIA



4 – QUEM PODE CUIDAR DE MIM?



CUIDANDO DE MIM



PRECISO APRENDER A ME CUIDAR

PRECISO SABER QUEM PODE

AJUDAR A CUIDAR DE MIM.

EU CUIDO DE MIM SOZINHA



JÁ SEI ME LIMPAR DEPOIS DE USAR A PRIVADA

JÁ SEI TOMAR BANHO

JÁ SEI TROCAR DE ROUPA.

ÀS VEZES PRECISO DE AJUDA PARA ME CUIDAR

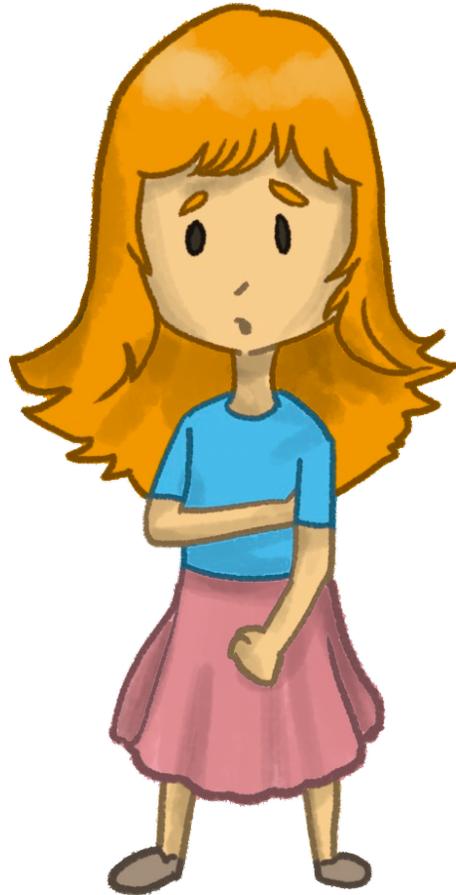


E TUDO BEM

PESSOAS QUE EU CONFIO
PODEM ME AJUDAR A

- IR AO BANHEIRO
- TOMAR BANHO
- TROCAR DE ROUPA.

PESSOAS QUE PODEM CUIDAR DE MIM



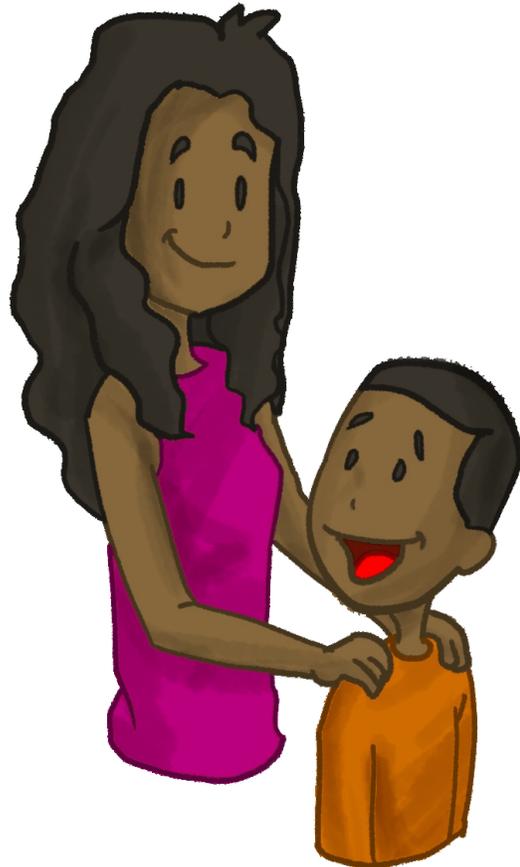
AS PESSOAS NÃO PODEM MEXER NAS MINHAS PARTES ÍNTIMAS.

QUANDO EU NÃO SEI LIMPAR, EU PEÇO AJUDA

EU PEÇO AJUDA PRA QUEM EU CONFIO

EU NÃO POSSO SENTIR DOR OU VERGONHA.

PESSOAS EM QUEM CONFIO



PESSOA EM QUEM CONFIO É AQUELA

COM QUEM ME SINTO BEM

QUE ME ESCUTA COM ATENÇÃO

PRA QUEM GOSTO DE CONTAR AS COISAS

E NÃO SINTO MEDO DE FICAR PERTO.

PESSOAS EM QUEM CONFIO



ESCREVA OU AO LADO DE QUEM PODE
OU NÃO PODE TOCAR EM VOCÊ.

EM CASA

MAMÃE _____

PAPAI _____

VOVÓ _____

BABÁ _____

OUTRAS PESSOAS? _____

PESSOAS EM QUEM CONFIO

ESCREVA OU AO LADO DE QUEM
PODE OU NÃO PODE TOCAR EM VOCÊ.



NA ESCOLA

PROFESSOR/A _____

AJUDANTE DA PROFESSORA _____

PORTEIRA/O _____

TIA/O DA CANTINA _____

PESSOAL DA LIMPEZA _____

OUTRAS PESSOAS? _____

PESSOAS QUE PODEM CUIDAR DE MIM

TEM PESSOAS QUE PODEM CUIDAR DE VOCÊ
JUNTO COM UM FAMILIAR OU ALGUÉM
RESPONSÁVEL POR VOCÊ.

ESCREVA OU AO LADO DE QUEM PODE OU NÃO.



NO HOSPITAL OU NA CLÍNICA

MÉDICA/O _____

ENFERMEIRA/O _____

TERAPEUTA _____

OUTRAS PESSOAS? _____

PESSOAS QUE PODEM CUIDAR DE MIM

EM QUEM VOCÊ CONFIA PARA AJUDAR VOCÊ A SE CUIDAR?



- **EM CASA**

MÃE PAI AVÓ BABÁ

- **NA ESCOLA**

PROFESSORA AJUDANTE TIA DA CANTINA PORTEIRA

- **NO HOSPITAL OU CLÍNICA**

MÉDICA ENFERMEIRA TERAPEUTA

ATENÇÃO!



AS PESSOAS NÃO PODEM PEDIR PRA FAZER

CARINHO NAS MINHAS PARTES ÍNTIMAS

SE ALGUÉM QUISER FAZER ISSO

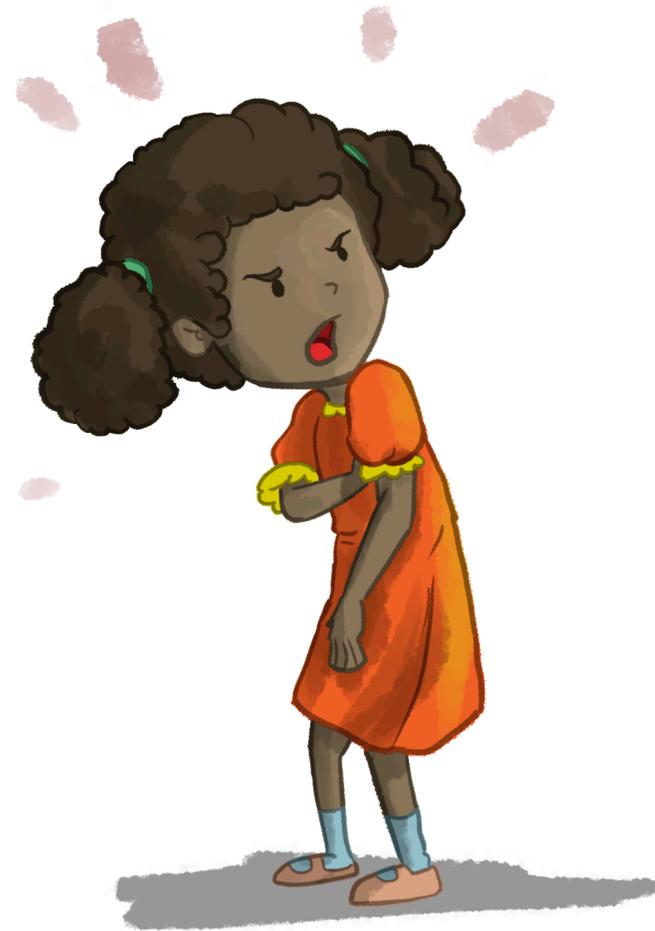
ESSA PESSOA ESTÁ MENTINDO!

ISSO NÃO É CARINHO!

5 – ME PROTEGENDO DO PERIGO



MEU CORPO É MEU



O MEU CORPO ESTÁ MUDANDO

E PRECISO APRENDER

A LIDAR COM AS OUTRAS PESSOAS.

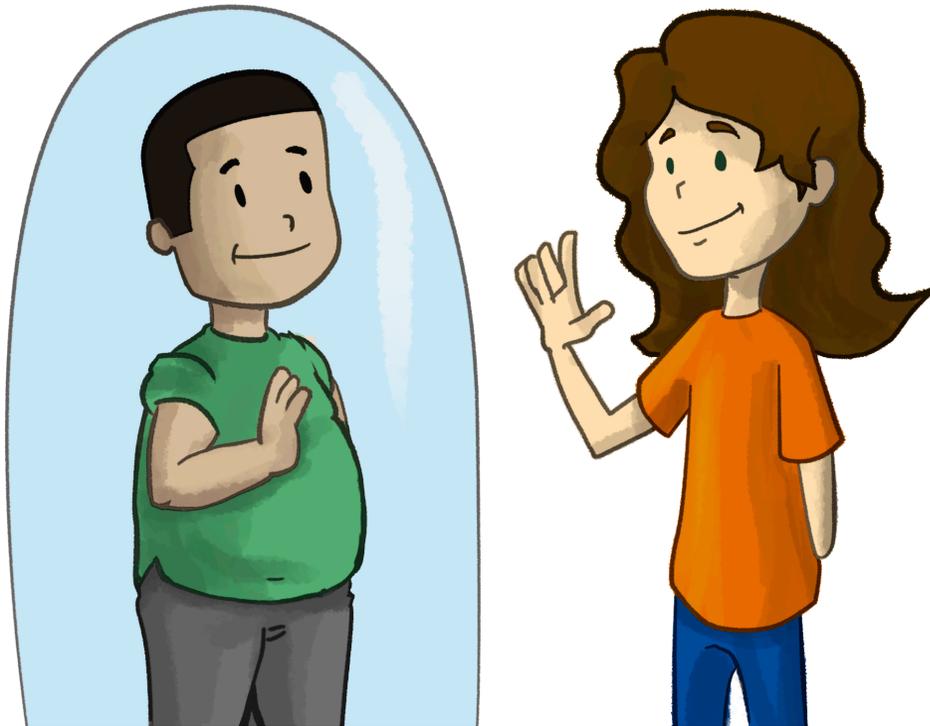
MEU CORPO É MEU



PRECISO APRENDER A ME PROTEGER
DE PESSOAS QUE NÃO RESPEITAM
O CORPO DAS OUTRAS

PODE EXISTIR GENTE ASSIM
TAMBÉM NA NOSSA FAMÍLIA.

CUIDADOS



RESPEITO O CORPO DO OUTRO

NÃO TOCO

NAS PESSOAS

SEM ELAS DEIXAREM.

CUIDADO!



SE UM ADULTO ME CONVIDAR
PARA IR NA CASA DELE
VER ALGUMA COISA OU BRINCAR

PRIMEIRO PERGUNTO PARA ALGUÉM
EM QUEM CONFIO SE POSSO IR
E MOSTRO QUEM CONVIDOU.

CUIDADO!



DESCONFIO DE PESSOAS

QUE FICAM ME DANDO PRESENTES

BALA, SORVETE, CHOCOLATE OU DINHEIRO

SEM NENHUM MOTIVO.

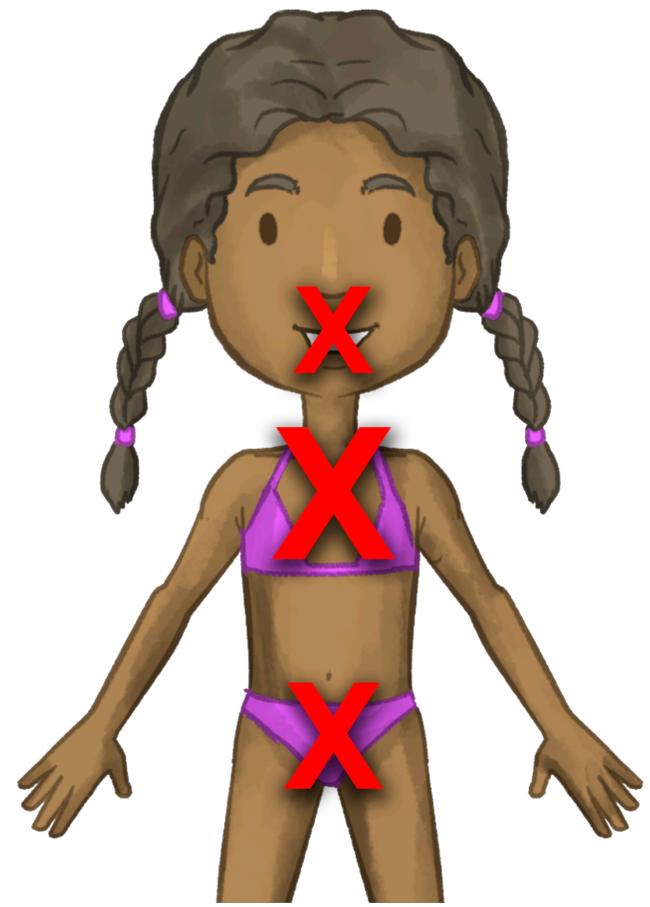
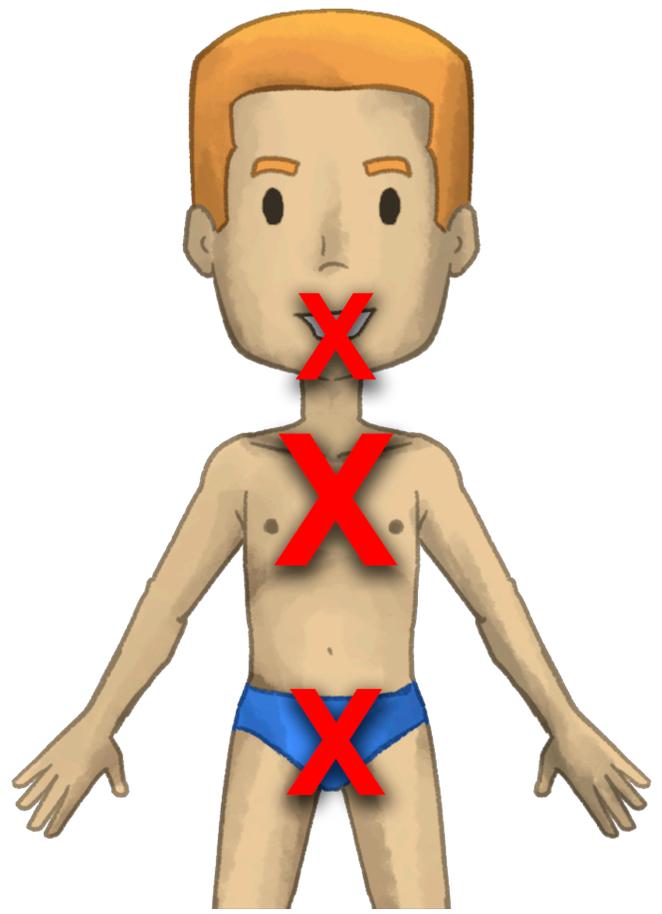
CUIDADO!



SE EU GANHAR ALGUMA COISA,
PRIMEIRO CONTO PARA
ALGUÉM QUE EU CONFIO
E DIGO QUEM DEU.

SÓ ASSIM POSSO ACEITAR.

MUITO CUIDADO!



SE ALGUMA PESSOA QUER MEXER
NAS MINHAS PARTES ÍNTIMAS

CUIDADO!



SE ALGUMA PESSOA
HOMEM OU MULHER

QUER PASSAR A MÃO EM MIM

CUIDADO!!!



SE ALGUMA PESSOA PEDE
PRA EU FAZER UMA COISA NO CORPO DELA

OU PRA DEIXAR ELA FAZER UMA COISA
NO MEU CORPO

QUE EU NÃO ACHO LEGAL
OU QUE ME DEIXA COM VERGONHA

CUIDADO!



SE ALGUMA PESSOA

QUER BRINCAR DE MÉDICO COMIGO

PEDE PRA EU TIRAR A ROUPA

OU MOSTRA AS PARTES ÍNTIMAS PRA MIM

CUIDADO!



SE ALGUMA PESSOA QUER QUE EU MOSTRE
AS MINHAS PARTES ÍNTIMAS PRA ELA

QUER FILMAR OU TIRAR FOTO
DAS MINHAS PARTES ÍNTIMAS



CUIDADO!



SE ALGUMA PESSOA

QUER ENTRAR NO BANHEIRO
COMIGO

CUIDADO!



SE ALGUMA PESSOA

DIZ QUE VAI BATER

OU BATE EM MIM

ATENÇÃO



SE UMA DESSAS COISAS ACONTECER

E EU ME SENTIR DESCONFORTÁVEL

ISSO ESTÁ ERRADO!

E TEM ALGO PERIGOSO.

XÔ!



**ENTÃO EU
CORRO E GRITO**

**NÃO!
SOCORRO!
PARA!
VAI EMBORA!**

NÃO É NÃO!



FAÇO SINAL DE PARE COM A MÃO

BALANÇO A CABEÇA

DOU UM EMPURRÃO

VOU EMBORA.

ATENÇÃO



CONTO PARA OUTRA PESSOA

QUE EU CONFIO MUITO

O QUE ESTÁ ACONTECENDO.

ATENÇÃO



DEVO CONTAR O QUE ME INCOMODA

MESMO SE UMA PESSOA

QUE EU CONFIAVA ANTES

ESTÁ TOCANDO EM MIM.

ATENÇÃO



MESMO QUE ESSA PESSOA DIZ

○ **QUE ISSO É SEGREDO**

○ **QUE NINGUÉM VAI ACREDITAR EM MIM**

○ **QUE UMA COISA RUIM VAI ACONTECER**

SE EU CONTAR.

ATENÇÃO



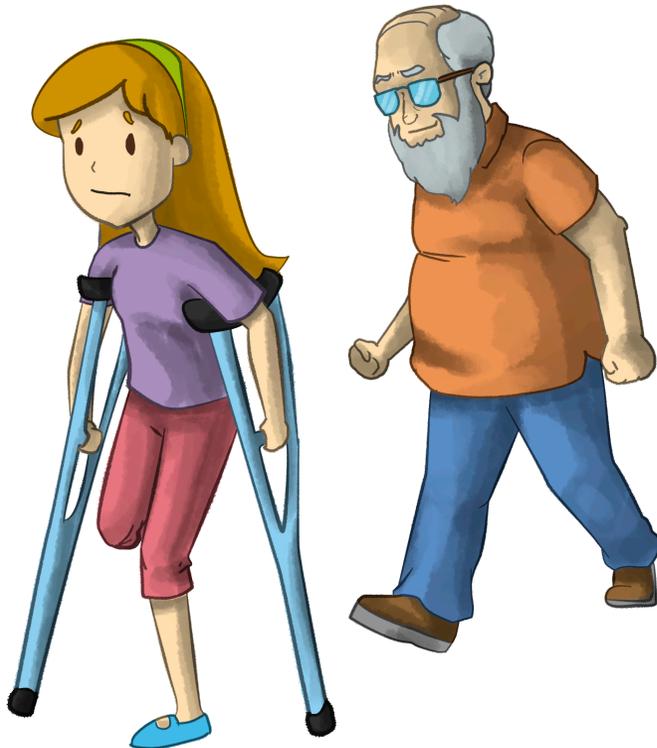
O NOME DISSO É AMEAÇA.

NUNCA ACREDITO NUMA AMEAÇA

CONTO TUDO, A AMEAÇA TAMBÉM!

ATENÇÃO!

**FICO LONGE DA PESSOA QUE ME FEZ MAL
MESMO SE ESSA PESSOA É**



- **MEU PAI, MINHA MÃE**
- **MEU IRMÃO, MINHA IRMÃ**
- **MEU AVÔ, MINHA AVÓ**
- **MEU PADRASTO, MINHA MADRASTA**
- **QUALQUER PESSOA DA MINHA FAMÍLIA.**

ATENÇÃO!



**SE EU NÃO ENCONTRAR NENHUMA PESSOA
QUE CONFIO PERTO DE MIM VOU BUSCAR
AJUDA**

- **NA MINHA ESCOLA**
- **NO POSTO DE SAÚDE**
- **NO HOSPITAL**
- **NO CONSELHO TUTELAR**
- **NA CASA DA VIZINHA.**

ATENÇÃO!



**TAMBÉM CONTO SE EU VEJO
ESSAS COISAS ACONTECEREM
COM OUTRAS PESSOAS.**

O QUE EU FAÇO?

ESCREVA OU DESENHE - O QUE EU FAÇO SE ALGUÉM QUER MEXER
NAS MINHAS PARTES ÍNTIMAS?

SE ALGUÉM ME INCOMODAR EU CONTO PARA

6 - MINHA HISTÓRIA



MINHA HISTÓRIA

.



ESSA SOU EU

ESSE É O MEU CORPO.

MINHA HISTÓRIA



UM DIA EU ESTAVA NA COZINHA DA MINHA CASA

UMA PESSOA TENTOU ME BEIJAR

E MEXER NAS MINHA PARTES ÍNTIMAS!

MINHA HISTÓRIA



EU FIQUEI COM MEDO,

MAS LEMBREI QUE AQUILO ERA ERRADO

ENTÃO EU FIZ SINAL COM A MÃO E GRITEI

PARA!

MINHA HISTÓRIA

.

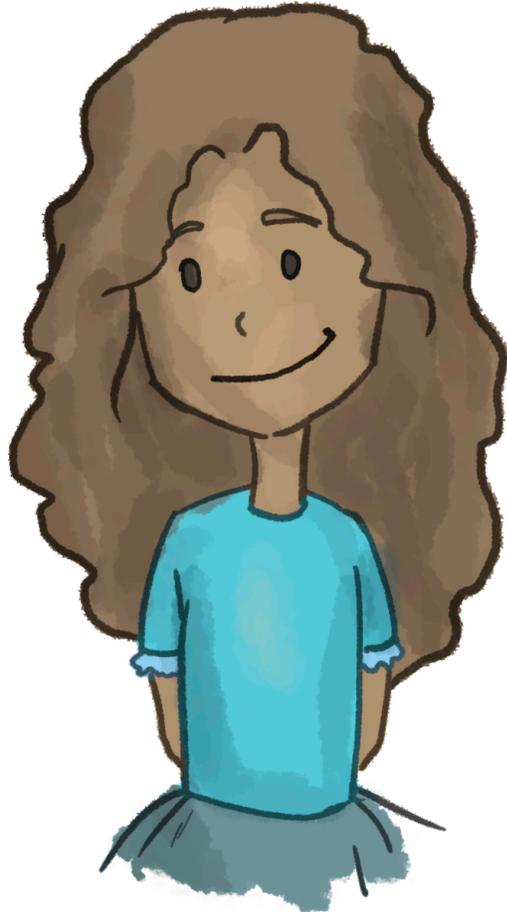


PEDI AJUDA PARA TIA VIVI

QUE É MINHA MELHOR AMIGA

E CONTEI O QUE ACONTECEU

MINHA HISTÓRIA



OS ADULTOS QUE EU CONFIO
NÃO DEIXAM MAIS
ESSA PESSOA PERTO DE MIM
HOJE ESTOU SEGURA
FICOU TUDO BEM.

COMO EU ME SINTO

DESENHE AQUI COMO VOCÊ SE SENTE COM O QUE APRENDEU NESTE LIVRO.
SE QUISER, MANDE PRO EU ME PROTEJO



VAMOS CANTAR?

Letra e música: LuD.

MEU CORPINHO

MEU CORPINHO É MEU

JÁ SEI TOMAR BANHO SOZINHO E CUIDAR DO MEU CORPINHO QUE É MEU

NÃO SENTO NO COLO SE NÃO ME SINTO BEM

JÁ SEI DIZER NÃO PARA ESTRANHOS, TAMBÉM

MEU CORPINHO

MEU CORPINHO É MEU

TENHO O PODER DE UMA CABEÇA INTELIGENTE NUM CORPINHO QUE É MEU

NINGUÉM PODE PEDIR PARA VOCÊ UM SEGREDO

QUE LÁ NO FUNDO TE ENCHE DE MEDO

VOCÊ PODE FALAR CRIANÇAS NUNCA TEM CULPA

CONFIE EM QUEM AMA E QUE DE VOCÊ CUIDA

COM TODO AMOR DO MUNDO.

MEU CORPINHO MEU CORPINHO É MEU

SEMPRE ALERTA A CUIDAR DO MEU CORPINHO MEU CORPINHO QUE É MEU

MEU CORPINHO

MEU CORPINHO É MEU



VAMOS CANTAR?

EU AMO O MEU CORPINHO, ELE É MEU

NÃO ENCOSTO EM QUEM NÃO CONHEÇO

EU GRITO BEM ALTO SE PASSAR A MÃO EM MIM

(BEM ALTO)

XÔ, XÔ, XÔ

SAI PRA LÁ

PORQUE NO MEU CORPINHO NINGUÉM PODE TOCAR! (DUAS VEZES)

QUAL É O PLANO?

PARTES ÍNTIMAS SÃO ÍNTIMAS

LEMBRE: SEU CORPO É SEU

AVISE ALGUÉM QUE CONFIA

NÃO É NÃO

O PLANO É SE PROTEGER!

EU ME PROTEJO PORQUE
MEU CORPO É SÓ MEU!



EU ME PROTEJO É UM PROJETO COLABORATIVO, VOLUNTÁRIO, GRATUITO E INDEPENDENTE, DE EDUCAÇÃO PARA PREVENÇÃO CONTRA A VIOLÊNCIA NA INFÂNCIA.

RECEBEU O PRÊMIO NEIDE CASTANHA 2020 E FAZ PARTE DA REDE NACIONAL PRIMEIRA INFÂNCIA.

SITE - WWW.EUMEPROTEJO.COM

EMAIL - EUMEPROTEJOBRAZIL@GMAIL.COM

FACEBOOK - EUMEPROTEJOBRAZIL

INSTAGRAM - @EUMEPROTEJOBRAZIL



Eu Me Protejo 



DENUNCIE!!
(61) 99656-5008



FAÇA BONITO.
PROTEJA NOSSAS CRIANÇAS E ADOLESCENTES.

