



# **EU ME PROTEJO**

Esta cartilha foi feita para ensinar a criança

a conhecer seu corpo e se proteger





**EU ME  
PROTEJO**



## Eu Me Protejo

Texto com adaptação autorizada pelo projeto Eu Me Protejo

Permitida a reprodução de qualquer parte desta edição, desde que citada a fonte.

**Adaptação:** Gisele Aguiar, Eva Rodrigues, Lívia Almeida, Claudia Ferraz e Laissa Rocha - defensoras públicas; Alexandre Lyrio, Arthur Franco e Aline Sales - servidores(as) ASCOM DPE/BA

**Revisão final:** Arthur Franco e Alexandre Lyrio - ASCOM DPE/BA

**Projeto gráfico:** Aline Sales - ASCOM DPE/BA

**Coordenação editorial e de produção:** Assessoria de Comunicação DPE/BA

**Ilustrações:** Rafael Domingos - voluntário projeto Eu Me Protejo

**Tiragem:** 1ª edição - 5 mil exemplares (abril/2023)

**Acesso ao projeto:** [www.eumeprotejo.com](http://www.eumeprotejo.com)

D313c DEFENSORIA PÚBLICA DO ESTADO DA BAHIA

**Cartilha eu me protejo/** Defensoria Pública do Estado da Bahia. - 1ª. ed. - Salvador: ESDEP, 2023.

24 p. : il.

Adaptação: Gisele Aguiar Ribeiro Pereira – Coordenadora da Defensoria Pública Especializada da defesa da criança e do adolescente

Eva dos Santos Rodrigues e Lívia Silva Almeida - Coordenadoras da Defensoria Pública Especializada de Proteção aos Direitos Humanos e Itinerante

Projeto gráfico: Aline Sales – Servidora ASCOM/DPEBA

Revisão final: Alexandre Lyrio; Arthur Franco - ASCOM/DPEBA

Adaptação: Claudia Regina Ferraz; Laissa Rocha de Souza – Defensoras Públicas DPE/BA.

1. Defensoria Pública. 2. Direito da criança e do adolescente – Brasil. I. Título.

Ficha catalográfica: Adriana Vasconcelos Conceição – CRB/5: 1885/O

Defensoria Pública do Estado da Bahia

[www.defensoria.ba.def.br](http://www.defensoria.ba.def.br)

Escola Superior da Defensoria Pública do Estado da Bahia

[esdep@defensoria.ba.def.br](mailto:esdep@defensoria.ba.def.br)

Tel.: (71) 3117-6918

# OLÁ, SEJA BEM-VINDO(A)



Que tal nós aprendermos algumas coisinhas muito importantes hoje?

Esta cartilha vai ensinar a conhecer e proteger seu corpo, que **é só seu**. Você vai descobrir que algumas partes dele são **íntimas e não podem ser tocadas**. Vai saber a diferença entre carinho e violência e, principalmente: como e onde buscar ajuda com alguém de confiança se algo estiver errado.

Mas antes disso, vamos voltar rapidinho para o ano de 1988. Você nem tinha nascido, né? Pois foi em 1988 que foi criada a principal lei do Brasil até hoje: um livro bem especial, chamado **Constituição Federal**. A Constituição é muito importante para todos os brasileiros, pois **garante vários direitos para todo mundo**, como o direito à vida, à moradia, à saúde, à alimentação, entre outros.

E **toda criança ou adolescente, bem como toda pessoa com deficiência** também têm vários direitos fundamentais que não

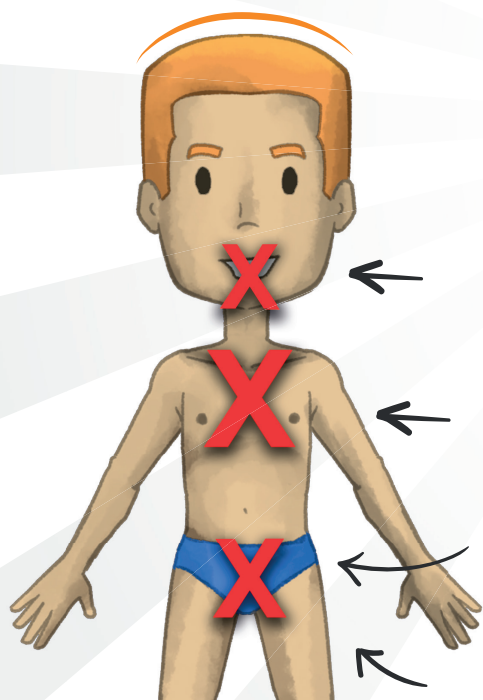
podem ser desrespeitados por ninguém: um deles é **o direito ao próprio corpo**.

Você sabia que a Constituição também criou várias formas de proteger seus direitos? Já ouviu falar na **Defensoria Pública**? É uma instituição que cuida de pessoas que não podem pagar advogado ou que precisam de uma proteção especial, como idosos, mulheres, pessoas que sofrem qualquer tipo de preconceito e discriminação, **ou crianças e adolescentes com ou sem deficiência, como você**.

O(A) **defensor(a) público(a)** é um(a) profissional que existe especialmente para defender seus direitos quando eles forem desrespeitados ou ameaçados. Se isso acontecer, ou se você desconfiar que alguma coisa está errada, depois de aprender tudo que tem nesta cartilha, lembre-se que sempre pode pedir a ajuda da Defensoria Pública do Estado.

**Meu  
CORPINHO  
é meu**

# CONHECENDO MEU CORPO E AS PARTES ÍNTIMAS



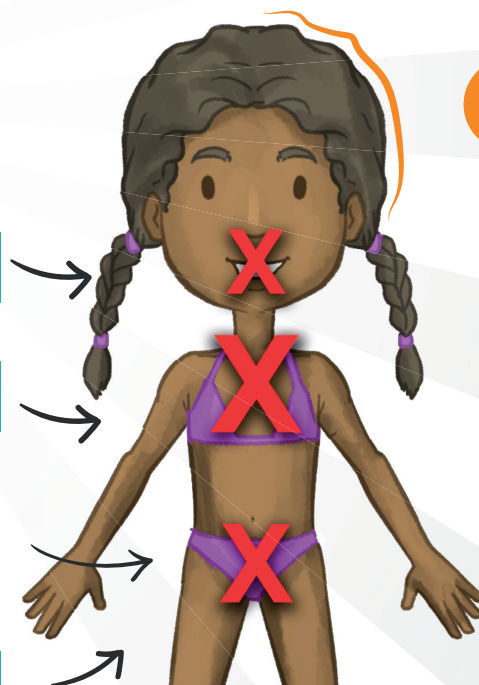
Boca

Mama

Saco e  
pênis

Vagina

Bumbum



# PESSOAS QUE PODEM TOCAR em mim



Somente as **pessoas**  
**que eu confio** podem  
tocar em mim

8



**Não tocar** nas minhas  
partes íntimas





# POSSO PRECISAR DE AJUDA PARA

- Ir ao banheiro
- Tomar banho
- Trocar de roupa



# Tenho CUIDADO

Se alguém faz carinho e **toca**  
nas minhas partes íntimas



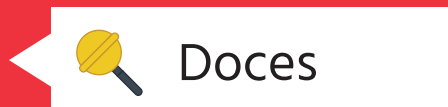
**Essa pessoa está mentindo**



**ISSO NÃO É CARINHO**

# ATENÇÃO! PERIGO!

Se alguém oferece:



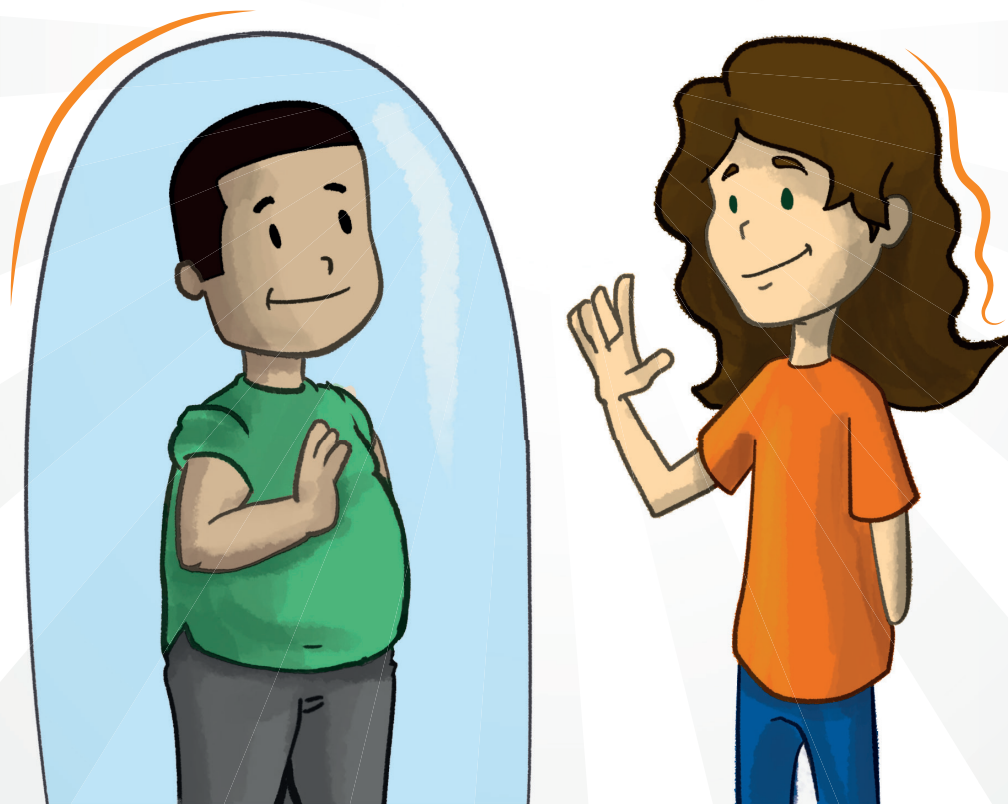
Ou se me ameaça ou ameaça alguém da minha família em troca de tocar nas minhas partes íntimas

## CUIDADO

# ATENÇÃO

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

12



# PERIGO!

Tenho que ter cuidado se alguém:

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

**ISSO ESTÁ ERRADO!**



# PERIGO!

Tenho que ter cuidado se:

- Alguém quer entrar no banheiro
- Me chama pra brincar de médico
- Passa a mão no meu corpo



# PERIGO!

ENTÃO...

EU GRITO

EU DIGO NÃO



EU CORRO

EU PEÇO SOCORRO

# NÃO é NÃO!





- Faço sinal de pare com a mão
- Balanço a cabeça
- Dou um empurrão





# PERIGO!

Se o carinho me deixa com:

-  Medo
-  Raiva
-  Triste
-  Culpado

E eu não posso contar



**ISSO NÃO É CARINHO! PEÇO AJUDA!**

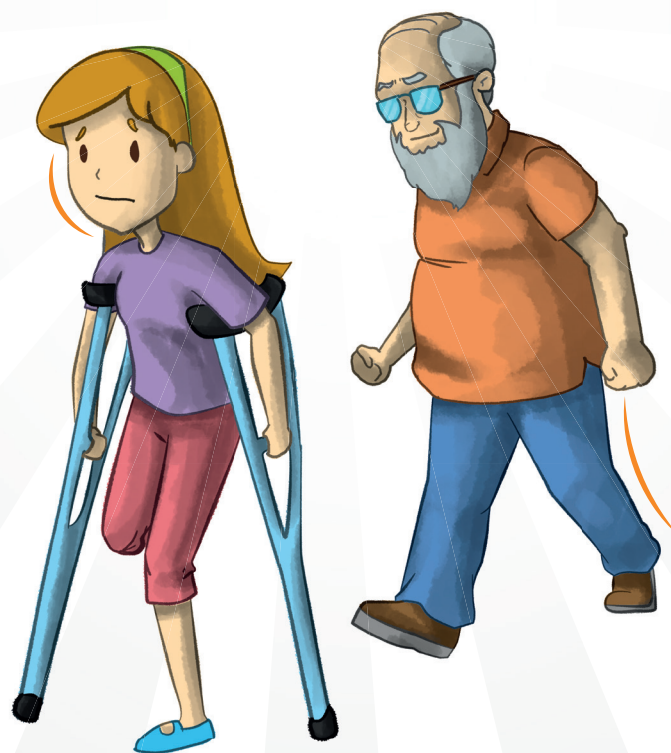
# ATENÇÃO!

Peço ajuda

Fico longe da pessoa



mesmo se ela for da **minha família**



# PERIGO!

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

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



**EU ME PROTEJO  
PORQUE O CORPO É SÓ MEU**



20

**NÃO SE CALE  
DISQUE 100**

# CONHEÇA TAMBÉM

a cartilha **Abuso Sexual Contra Crianças e Adolescentes: não deixe acontecer em sua casa**

**APONTE A CÂMERA  
DO SEU CELULAR AQUI**



**e TENHA ACESSO À CARTILHA**

# ONDE ENCONTRAR A DEFENSORIA PÚBLICA

Para conhecer os endereços das unidades da **Defensoria Pública do Estado da Bahia** na capital e no interior, selecione a cidade no nosso site: [www.defensoria.ba.def.br](http://www.defensoria.ba.def.br)



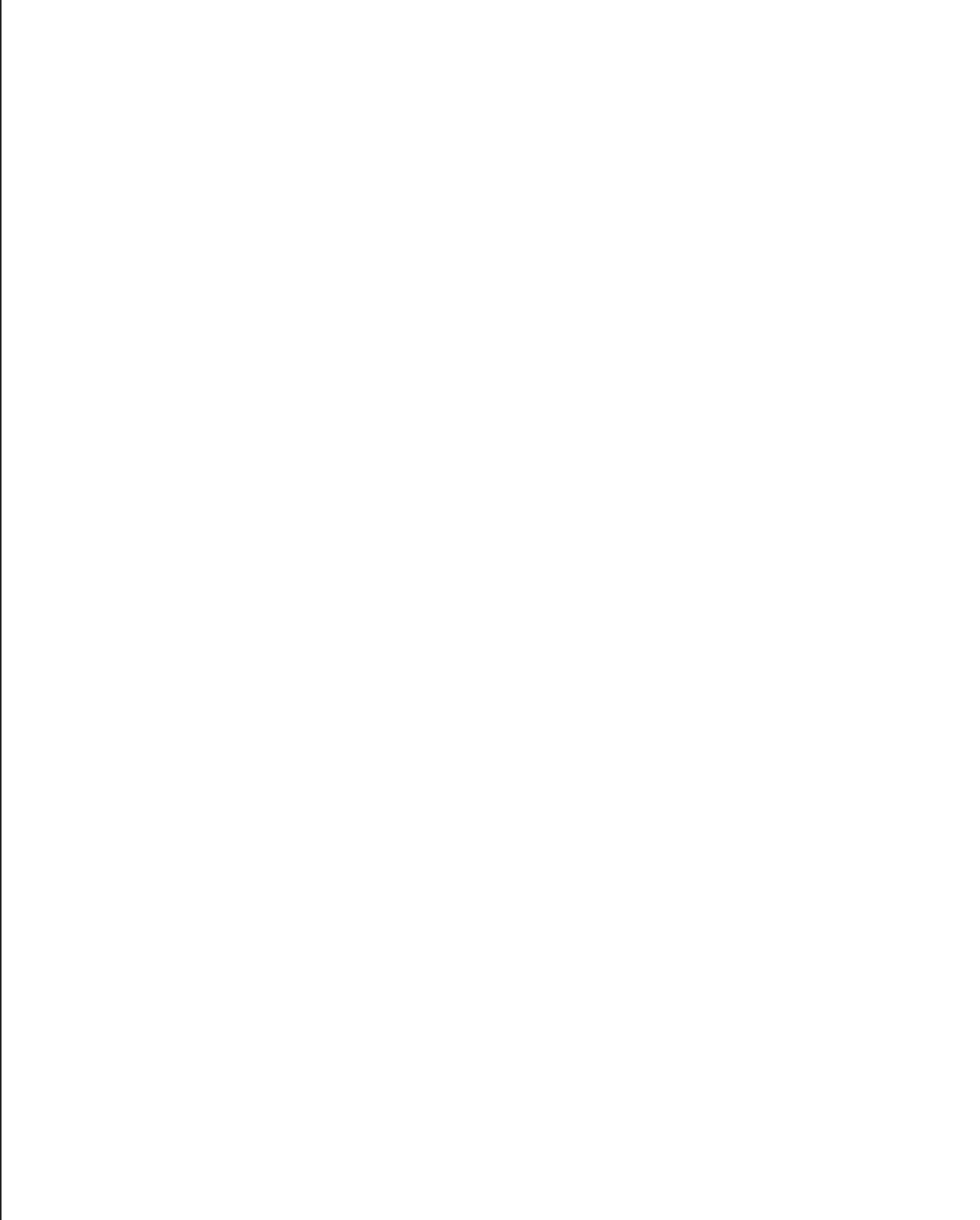
NOSSAS UNIDADES

22



Ou no aplicativo para Android **Defensoria Bahia**, clique em localidades e contato







Ou pelo número:  
**0800 071 3121**



**AGENDAMENTO  
ONLINE**

[agenda.defensoria.ba.def.br](http://agenda.defensoria.ba.def.br)  
ou pelo app Defensoria Bahia



**OUVIDORIA  
CIDADÃ**

DEFENSORIA PÚBLICA DA BAHIA



**Defensoria Pública  
BAHIA**

Siga nossas redes sociais: @defensoriabahia



[www.defensoria.ba.def.br](http://www.defensoria.ba.def.br)