

## O SEXO DO DIA A DIA SEM COMPLICAÇÕES E BEM-INFORMADO

## SEXO COTIDIANO SIN COMPLICACIONES Y BIEN INFORMADO

### Larissa Buccelli Gonçalves

Graduada em Processos Gerenciais pela Faculdade Estácio de Sá de Ribeirão Preto (2021).

Gestora Acadêmica na Faculdade Leonardo da Vinci Uniasselvi no Polo Colombo/PR.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-7360-3052>

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7667526661969879>

e-mail: [larissa.buccelli@gmail.com](mailto:larissa.buccelli@gmail.com)

### Flávia Diniz Roldão

Doutora em Educação pela Universidade Federal do Paraná (2022).

Mestre em Psicologia pela UFPR (2004).

Bacharel em Psicologia pela Faculdade Evangélica Mackenzie do Paraná (2009).

Bacharel em Pedagogia pela Universidade Federal de Rondônia (1999).

Bacharel em Teologia pelo Seminário Teológico Batista do Paraná (1995).

Professora na UniBrasil Centro Universitário no Campus Tarumã Curitiba/PR.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1598-3989>

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9161244109982161>

e-mail: [flaviaroldao@gmail.com](mailto:flaviaroldao@gmail.com)

ABDO, Carmita. 2021. **Sexo no cotidiano**: atração, sedução, encontro, intimidade. São Paulo: Editora Contexto. 160 p.

A obra *Sexo no Cotidiano*, de autoria da renomada psiquiatra e especialista em sexualidade Carmita Abdo, integra a coleção Cotidiano. Este volume explora a sexualidade humana de maneira abrangente, abordando-a em suas múltiplas dimensões: biológica, psicológica, social e cultural. Organizado em 26 capítulos concisos e de fácil compreensão, o livro explora temas que incluem o desejo, a construção de gênero, a educação sexual, as disfunções sexuais, a compulsão, a pornografia e de forma relevante ao seu período de concepção, o impacto da pandemia na vida sexual. Carmita Abdo combina com maestria o rigor científico ancorado em referenciais teóricos da psicologia, e em estudos contemporâneos, com uma linguagem descontraída e envolvente, permeada por metáforas e instigantes reflexões filosóficas.

Na seção de “Apresentação”, Carmita Abdo elucida as motivações subjacentes à concepção de sua obra. Dada a inserção do livro em uma coleção dedicada a assuntos do cotidiano, a autora optou por delimitar o escopo da sexualidade humana, dando ênfase a temas específicos. A ênfase recai sobre a educação sexual e as

questões mais prevalentes associadas ao campo. Abdo ressalta a escolha deliberada de abordar apenas o que considera como “sexo saudável”, abstendo-se de explorar temas como abuso sexual e pedofilia. Essa decisão é justificada pela autora, que considera tais assuntos como inerentes a patologias, e não à sexualidade em si.

A autora emprega uma abordagem multidimensional em sua obra, e integra perspectivas médicas, psicológicas e socioculturais. Isso é exemplificado no capítulo “Sexo não binário. O que é isso?”, que discute identidade de gênero com base em neurociência, citando estudos sobre diferenças cerebrais entre gêneros, e antropologia. Neste capítulo ela faz referências a culturas não ocidentais que reconhecem múltiplas identidades de gênero. Um trecho ilustrativo destaca como Abdo evita reducionismos ao conceituar a sexualidade como um fenômeno biopsicossocial, afirmando que “a identidade de gênero é moldada por uma rede complexa de fatores biológicos, como a ação hormonal pré-natal, e culturais, como os papéis sociais atribuídos a homens e mulheres” (Abdo, 2021, p. 44). Essa visão multidimensional também é notável no capítulo “Sexo (não) saudável”, que abrange discussões desde influências hormonais até religiosas, enriquecendo e dinamizando o tema.

A obra de Abdo se destaca por discutir temas urgentes e atuais, como o impacto da tecnologia e da pandemia na sexualidade. No capítulo “Sexo virtual”, a autora apresenta dados recentes e analisa como o consumo excessivo de pornografia pode alterar estruturas cerebrais fundamentando-se no estudo de Kuhn & Gallinat (2014). É revelado que “no Brasil, mais de 20 milhões de pessoas consomem pornografia regularmente, sendo três homens para cada mulher” (Abdo, 2021, p. 79). Por sua vez, no capítulo “Sexo e isolamento”, Abdo tece críticas às recomendações da OMS para a vida sexual durante a COVID-19, incluindo a sugestão de substituir o sexo presencial pela masturbação, e discute o subsequente aumento de disfunções sexuais pós-confinamento.

Sua obra desmistifica tabus com clareza e exemplos concretos. No capítulo “Sexualidade infantil”, a autora detalha as fases do desenvolvimento libidinal de Freud, os chamados tempos psicosssexuais, e as contrapõe a relatos de pais que interpretam a masturbação infantil como “comportamento anormal”. Ao longo da obra, Abdo emprega diversos mecanismos de comunicação, como sátiras e metáforas, para abordar os complexos temas da sexualidade. No capítulo “(Des)Educação sexual”, por exemplo, ela satiriza métodos de ensino obsoletos, como o uso de bananas em

vez de modelos de borracha do órgão sexual masculino, alertando que tais práticas “[...] reforça(m) estereótipos genitais e ignora a diversidade corporal” (Abdo, 2021, p. 26). Em contrapartida, a autora propõe diálogos abertos sobre prazer, consentimento e sexo seguro.

Abdo também explora aspectos clínicos em sua obra. No capítulo “Ejaculação precoce”, ela não apenas define o problema - ejaculação em menos de 1 minuto, segundo a OMS - mas também oferece estratégias terapêuticas, como a Terapia Cognitivo-Comportamental, para auxiliar o desempenho sexual de pessoas que sofrem com essa condição. O texto ainda inclui relatos de pacientes, como um homem que evitava beijos por receio de “perder tempo” antes da penetração, ilustrando como a disfunção pode afetar a construção da intimidade.

Em complemento às limitações já apresentadas pela autora na “Apresentação”, outras se tornam evidentes na obra. A profundidade em alguns tópicos é comprometida, resultando em análises superficiais, desprovidas de uma crítica mais incisiva e com referências de evidências científicas. Um outro ponto relevante é o estilo de fragmentação da obra; a divisão em capítulos breves sacrificou a profundidade dos temas em favor da variedade. Adicionalmente, observa-se que o livro possui um viés heteronormativo. Embora sejam abordados temas relacionados à diversidade, as discussões sobre relações LGBTQIA+ permanecem restritas a capítulos específicos.

Apesar das limitações, a obra de Abdo mantém sua relevância e capacidade esclarecedora, alcançando o propósito de abordar a sexualidade no cotidiano de forma acessível, segura e ética. Abdo demonstra originalidade em cada parágrafo oferecendo inúmeras contribuições sobre diversos contextos da sexualidade no Brasil. Há uma preocupação em desconstruir vários mitos, como a noção de que “sexo sem atração não funciona”, apontado no capítulo “Sexo sem atração. Funciona?”, onde essa característica humana é apresentada como uma prática socialmente comum.

Abdo também humaniza muitos debates, evitando julgamentos morais ao discutir assuntos complexos e ainda não bem compreendidos pela sociedade, como compulsão sexual ou assexualidade. Outro ponto notável é a contextualização de temas complexos, como a prostituição, no capítulo “Sexo pago/comprado”. Nele, Abdo analisa o tema desde a Babilônia até o fenômeno dos *sugar babies* contemporâneos.

“Sexo no cotidiano” é uma leitura indispensável para quem busca compreender a sexualidade para além de clichês. Carmita Abdo faz um equilíbrio entre a ciência e

o cotidiano, o que torna o livro útil para leigos, educadores, profissionais da saúde, estudantes das ciências da saúde e sociais, ou até mesmo para casais em busca de autoconhecimento.

Espera-se que esta incursão pelos principais temas da obra, e a crítica que aqui foi sustentada, convide o leitor a uma leitura reveladora e exploratória de aspectos outros, a serem posteriormente investigados.