PRAZER E SEGURANÇA: UMA ABORDAGEM RESPONSÁVEL SOBRE O SEXO ANAL

PLEASURE AND SAFETY: A RESPONSIBLE APPROACH TO ANAL SEX

PLACER Y SEGURIDAD: UN ENFOQUE RESPONSABLE SOBRE EL SEXO ANAL

10.56238/IIMultiCientifica-195

Ana Carla Nunes do Nascimento Santos
Floresta, PE–Brasil
Instituição: Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia do Sertão Pernambucano (IF Sertão-PE)
E-mail: anacarlanunes907@gmail.com
Orcid: https://orcid.org/0009-0000-9806-5096
Lattes: http://lattes.cnpq.br/4078359580398724

RESUMO
Este artigo aborda o sexo anal considerando aspectos relacionados ao prazer, à segurança e ao respeito aos limites. Trata-se de pesquisa bibliográfica e documental, de abordagem qualitativa e caráter descritivo, baseada em estudos e materiais institucionais sobre saúde sexual. A análise identificou que consentimento, diálogo e autoconhecimento contribuem para uma vivência consciente e respeitosa. Também destacou a importância do uso de preservativos e lubrificantes, da testagem para infecções sexualmente transmissíveis e do acesso à PrEP e à PEP, quando indicadas. A higiene pode favorecer o conforto, mas não substitui a prevenção. Conclui-se que informação apoia escolhas conscientes e promove saúde sexual.

Palavras-chave: Saúde Sexual. Sexo Anal. Prazer. Segurança. Consentimento. Prevenção de Infecções Sexualmente Transmissíveis.

ABSTRACT
This article addresses anal sex considering aspects related to pleasure, safety, and respect for boundaries. It is a bibliographic and documentary research study with a qualitative approach and descriptive character, based on studies and institutional materials on sexual health. The analysis identified that consent, dialogue, and self-knowledge contribute to a conscious and respectful experience. It also highlighted the importance of condom and lubricant use, testing for sexually transmitted infections, and access to PrEP and PEP when indicated. Hygiene can promote comfort, but does not replace prevention. It is concluded that information supports conscious choices and promotes sexual health.

Keywords: Sexual Health. Anal Sex. Pleasure. Safety. Consent. Prevention of Sexually Transmitted Infections.

RESUMEN
Este artículo aborda el sexo anal considerando aspectos relacionados con el placer, la seguridad y el respeto de los límites. Se trata de una investigación bibliográfica y documental con enfoque cualitativo y carácter descriptivo, basada en estudios y materiales institucionales sobre salud sexual. El análisis identificó que el consentimiento, el diálogo y el autoconocimiento contribuyen a una experiencia consciente y respetuosa. También destacó la importancia del uso de preservativos y lubricantes, la realización de pruebas para infecciones de transmisión sexual y el acceso a la PrEP y la PEP cuando está indicado. La higiene puede favorecer la comodidad, pero no sustituye la prevención. Se concluye que la información apoya las decisiones conscientes y promueve la salud sexual.

Palabras clave: Salud Sexual. Sexo Anal. Placer. Seguridad. Consentimiento. Prevención de Infecciones de Transmisión Sexual.

1.INTRODUÇÃO

A sexualidade faz parte da vida humana e envolve aspectos físicos, emocionais e sociais. Apesar de o sexo anal ainda ser cercado por tabus e informações imprecisas, conversar sobre o tema de maneira responsável é importante para que as pessoas possam compreender o próprio corpo, reconhecer seus limites e tomar decisões conscientes.Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), saúde sexual é um estado de bem-estar físico, mental e social relacionado à sexualidade. Esse estado envolve uma abordagem positiva e respeitosa, experiências prazerosas e seguras, livres de coerção, discriminação e violência, além do respeito aos direitos sexuais de todas as pessoas (OMS, 2006 apud OPAS, 2026).Assim, promover a saúde sexual exige garantir que todas as pessoas tenham acesso a informações confiáveis e a serviços de saúde adequados, além de poderem viver sua sexualidade com autonomia, consentimento e respeito. Isso também envolve combater o preconceito e assegurar que os direitos sexuais sejam protegidos em todas as fases da vida.No contexto das políticas e orientações internacionais, a educação em sexualidade baseada em evidências contribui para que as pessoas tenham acesso a informações confiáveis e possam tomar decisões conscientes sobre sua saúde sexual. Esse conhecimento favorece o cuidado com o corpo, o consentimento, a prevenção de infecções sexualmente transmissíveis e a adoção de práticas mais seguras, incluindo o sexo anal (NAÇÕES UNIDAS, 2026).Além disso, a educação em sexualidade deve ser adequada à idade, inclusiva e livre de julgamentos, considerando as diferentes realidades e necessidades das pessoas. No caso do sexo anal, é importante abordar medidas de redução de riscos, como o uso de preservativo e lubrificante, a comunicação entre as pessoas e o respeito aos limites e ao consentimento. Dessa forma, a informação contribui para escolhas mais seguras e para a proteção da saúde e dos direitos sexuais.A realização desta pesquisa justifica-se pela necessidade de ampliar o acesso a informações confiáveis sobre o sexo anal, tema ainda cercado por tabus e concepções equivocadas. No âmbito teórico, o trabalho contribui para a discussão sobre saúde sexual, consentimento e prevenção, relacionando esses aspectos ao prazer e ao respeito aos direitos sexuais. Na dimensão prática, busca reunir orientações que possam apoiar escolhas conscientes e a adoção de cuidados preventivos, além de incentivar o diálogo sem preconceitos. Dessa forma, o estudo pode contribuir para uma abordagem mais informada e respeitosa do tema Diante desse contexto, **este estudo tem como objetivo discutir a relação entre prazer e segurança no sexo anal**, considerando a importância do consentimento, do diálogo e dos cuidados de prevenção.

2 METODOLOGIA

Este artigo caracteriza-se como uma pesquisa bibliográfica e documental, de abordagem qualitativa e caráter descritivo. Foram consultados estudos sobre saúde sexual, prazer, consentimento e prevenção de ISTs, incluindo trabalhos de Marzano (2009), Nadal *et al.* (2003), Dias *et al.* (2003), Hensel *et al.* (2022) e Belmiro de Andrade *et al.* (2025).A análise documental abrangeu materiais da OMS, da OPAS, do Ministério da Saúde e do Instituto Medicina em Foco, com orientações sobre preservativos, testagem, PrEP, PEP e prevenção do HIV e de outras ISTs. As fontes foram analisadas qualitativamente e organizadas em dois eixos: prazer, comunicação e respeito aos limites; e segurança e prevenção no sexo anal. buscou-se relacionar esses aspectos, valorizando o consentimento, o diálogo e o acesso à informação.

3 3.REFERENCIAL TEÓRICO

O referencial teórico aborda o sexo anal a partir de duas dimensões complementares: o prazer e a segurança. Para isso, reúne estudos e orientações institucionais sobre consentimento, comunicação, respeito aos limites individuais e prevenção do HIV e de outras ISTs, destacando a importância do acesso à informação para uma vivência sexual consciente e segura

3.1 PRAZER, CORPO E COMUNICAÇÃO NO SEXO ANAL

Em relação ao prazer e aos limites individuais, prazer e segurança devem caminhar juntos em qualquer prática sexual. Por isso, o diálogo e os cuidados são essenciais para uma experiência respeitosa e consciente.Nesse contexto, Júnior (2015) analisa a maior visibilidade do sexo anal na pornografia contemporânea. Essa discussão permite refletir sobre como o diálogo entre as pessoas envolvidas ajuda a expressar desejos e limites, contribuindo para uma experiência consensual e respeitosa.No que diz respeito às experiências das mulheres, os estudos evidenciam que elas variam e que o prazer está relacionado ao respeito às vontades e aos limites de cada pessoa. Além disso, a comunicação e cuidados como relaxamento, excitação e lubrificação podem contribuir para uma experiência mais confortável e prazerosa(ACADÊMICA, 2018).Segundo Hensel *et al.* (2022), reconhecer diferentes formas de estimulação anal pode favorecer a comunicação sobre desejos e preferências, contribuindo para uma vivência do prazer mais consciente, consensual e cuidadosa. Esse diálogo também ajuda as pessoas envolvidas a respeitar limites e combinar os cuidados necessários para que a experiência seja confortável e segura.Sob essa perspectiva, a prática do sexo anal pode ser

vivida com prazer quando acontece com consentimento, confiança e comunicação entre as pessoas envolvidas. O autoconhecimento e a exploração gradual ajudam a reconhecer limites e sensações. Já a ausência de pressa, o uso abundante de lubrificante e a interrupção diante de dor ou desconforto contribuem para uma experiência mais segura. Também é importante conversar sobre higiene e prevenção de infecções, lembrando que a higiene não elimina todos os riscos e que o contato oral-anal pode transmitir infecções (Araujo, 2022).Além disso, o sexo anal seguro e prazeroso requer consentimento e comunicação, lubrificação adequada, movimentos cuidadosos, uso de preservativo e higienização dos brinquedos. Também é importante trocar o preservativo e higienizar-se antes de alternar entre as práticas anal, vaginal e oral (Egydio, 2026).Por fim, Dias *et al.* (2003) analisa diferentes discursos sobre o barebacking — prática de sexo anal intencional sem preservativo entre homens que fazem sexo com homens — e seus desafios para a saúde pública, especialmente em relação à prevenção e aos cuidados. Esse debate evidencia a importância do diálogo e do acesso à informação para que as pessoas possam tomar decisões conscientes sobre a própria saúde.

3.2 SEGURANÇA E PREVENÇÃO DE RISCOS NO SEXO ANAL

No que se refere à segurança e à prevenção no sexo anal, Nadal *et al.* (2003) destacam que a prática sem preservativo pode aumentar o risco de transmissão do HIV e de outras infecções sexualmente transmissíveis (ISTs). Os autores ressaltam a importância de incluir o sexo anal nas ações de prevenção e de orientar sobre o uso de preservativos, independentemente da orientação sexual.No que diz respeito à prática anal, o Ministério da Saúde destaca que o sexo anal receptivo sem preservativo apresenta maior risco de transmissão do HIV, devido à sensibilidade da mucosa anal. Para reduzir os riscos de HIV e outras ISTs, recomenda-se combinar medidas preventivas, como o uso correto de preservativos, a testagem regular e a PrEP, quando indicada. Em caso de possível exposição ao HIV, a PEP deve ser iniciada em até 72 horas (Brasil, 2026).Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2026), o uso correto e consistente de preservativos externos ou internos durante o sexo anal ajuda a prevenir a transmissão do HIV e de outras ISTs.Nesse contexto, barreiras como o acesso limitado a preservativos e lubrificantes podem dificultar a prevenção.Considerando esse cenário, a prática do sexo anal com mais segurança envolve o uso correto e consistente de preservativos, a realização regular de testes para ISTs e, quando indicado, o acompanhamento de um profissional de saúde. Além disso, a PrEP reduz o risco de infecção pelo HIV, mas não protege contra outras ISTs, o que reforça a importância de combinar diferentes medidas preventivas (Barbosa, 2026).Além disso, a

higiene antes e depois dessas práticas pode contribuir para o conforto e reduzir o contato com resíduos, mas não substitui o preservativo nem outras medidas de prevenção.Nesse sentido, a análise de Belmiro de Andrade *et al.* (2025) indica que o sexo anal sem proteção pode aumentar a vulnerabilidade de adolescentes ao HIV e a outras infecções, reforçando a importância de ações preventivas e do acesso à informação sobre práticas sexuais mais seguras. Embora o estudo não aborde diretamente o prazer, seus achados permitem refletir que a informação e o diálogo sobre desejos, limites e cuidados podem contribuir para uma vivência sexual mais prazerosa e segura.No que se refere ao respeito aos limites individuais, Marzano (2009) aponta que o sexo anal pode ser uma forma de buscar prazer e intimidade, desde que haja diálogo, consentimento e respeito aos limites de cada pessoa. Para reduzir riscos, o autor destaca o uso de preservativo e lubrificante à base de água, além de cuidados com a higiene. Também recomenda evitar a passagem do contato anal para o vaginal sem trocar o preservativo ou higienizar os objetos utilizados.

4.RESULTADOS

A análise das fontes bibliográficas e documentais mostrou que o sexo anal envolve aspectos relacionados ao prazer, à comunicação e à segurança. Os estudos consultados destacam que o consentimento, o diálogo e o respeito aos limites individuais são importantes para uma vivência consciente e respeitosa. Também apontam que as experiências e percepções sobre o prazer podem variar entre as pessoas.Observou-se que o autoconhecimento e a comunicação sobre desejos, preferências e desconfortos podem contribuir para uma experiência mais confortável. O respeito aos limites inclui não agir com pressa, considerar as sensações de cada pessoa e interromper a prática diante de dor ou desconforto. Esses aspectos reforçam a importância de uma relação baseada na confiança e na liberdade para expressar vontades.Quanto à prevenção, as fontes ressaltam o uso correto de preservativos e lubrificantes, a testagem para HIV e outras infecções sexualmente transmissíveis (ISTs) e o acesso à PrEP e à PEP, quando indicadas. Os materiais também destacam que a higiene pode favorecer o conforto, mas não elimina os riscos nem substitui os métodos preventivos. A combinação de diferentes cuidados é apresentada como uma forma importante de reduzir a possibilidade de transmissão de infecções.De modo geral, os materiais analisados indicam que a informação confiável é essencial para reduzir riscos e combater a desinformação. Os resultados mostram que prazer e prevenção podem ser abordados conjuntamente, considerando a autonomia e as diferentes experiências

individuais. Também evidenciam a importância de ampliar o acesso a orientações claras sobre consentimento, limites e cuidados de saúde sexual.

5.CONCLUSÃO

A pesquisa evidencia que prazer e segurança devem ser considerados conjuntamente na abordagem do sexo anal. Consentimento, diálogo e respeito aos limites individuais são fundamentais para uma vivência consciente e respeitosa. O autoconhecimento e a comunicação sobre desejos, preferências e desconfortos também podem favorecer experiências mais confortáveis e consensuais.Além disso, o acesso a informações confiáveis sobre preservativos, lubrificantes, testagem, PrEP e PEP contribui para a prevenção do HIV e de outras infecções sexualmente transmissíveis (ISTs). Embora a higiene possa colaborar para o conforto, ela não substitui os métodos preventivos. Por isso, é importante divulgar orientações claras e combater mitos e preconceitos que dificultam o diálogo e a busca por cuidados de saúde.Os resultados podem auxiliar a sociedade ao oferecer subsídios para ações de educação em saúde e conversas mais informadas sobre prazer, consentimento e prevenção. Na academia, o trabalho reúne reflexões sobre comunicação, autonomia e cuidados, destacando a importância de abordar a sexualidade de forma ampla e respeitosa. Essas contribuições podem apoiar novas discussões e iniciativas voltadas à promoção da saúde sexual.Como limitação, a pesquisa baseou-se em fontes bibliográficas e documentais, sem coleta de dados diretamente com os participantes. Assim, os resultados refletem as informações disponíveis nas fontes consultadas. Para trabalhos futuros, recomenda-se realizar entrevistas ou questionários com diferentes grupos, investigar o acesso à informação e aos métodos preventivos e analisar como as ações educativas podem atender melhor às necessidades da população.

REFERÊNCIAS

ACADÊMICA, Pró-Reitoria; DE CURSO, Trabalho de Conclusão. VIVÊNCIAS DO PRAZER: O QUE DIZEM AS MULHERES.

ARAUJO, Fernandinha. Sexo anal: autoconhecimento e prazer. Diário do RN, 2022. Disponível em: https://diariodorn.com.br/sexo-anal-autoconhecimento-e-prazer/ . Acesso em: 20 out. 2026.

BARBOSA, Rodrigo. Prevenção de ISTs: sexo anal com segurança. Instituto Medicina em Foco, Disponível em: https://emfoco.med.br/prevencao-de-ists-sexo-anal-com-seguranca/ . Acesso em: 20 out. 2026.

BELMIRO DE ANDRADE, Fernanda *et al.* Comportamento sexual de risco em adolescentes: análise de conceito. Journal of Nursing UFPE/Revista de Enfermagem UFPE, v. 19, n. 1, p. 52, 2025.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (OPAS). Saúde sexual e direitos ao longo da vida. Disponível em: https://www.paho.org/pt/topicos/saude-sexual-e-reprodutiva . Acesso em: 25 out. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. HIV/Aids. Brasília, DF: Ministério da Saúde. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/a/aids-hiv . Acesso em: 21 out. 2026.

DIAS, Luís Felipe Machado; VIEIRA, Naiara Chaves; DOS SANTOS, Luís Henrique Sacchi. BAREBACKING: RISCO x PRAZER? UM NOVO DESAFIO PARA A EDUCAÇÃO EM SAÚDE. Revista de Iniciação Científica da ULBRA, n. 2, 2003.

EGYDIO, Paulo. Como fazer sexo anal? Dr. Paulo Egydio, [s. d.]. Disponível em: https://drpaulo.com.br/como-fazer-sexo-anal/. Acesso em: 26 out. 2026.

HENSEL, Devon J. *et al.* Técnicas de mulheres para obter prazer com o toque anal: Resultados de uma amostra probabilística de mulheres americanas com idades entre 18 e 93 anos. PLoS One , v. 17, n. 6, p. e0268785, 2022.

JÚNIOR, Jorge Leite. A celebração da face oculta: a predominância da imagem do ânus na pornografia contemporânea.

MARZANO, Celso. O prazer secreto: sexo anal. Revista Brasileira de Sexualidade Humana, v. 20, n. 1, jun. 2009. DOI: https://doi.org/10.35919/rbsh.v20i1.344. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/345093040_O_PRAZER_SECRETO_-_SEXO_ANAL/link/69658608ee048155cffafdd7/download?_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIiwicGFnZSI6InByb2R1Y3Rpb24ifX0 . Acesso em: 19 out. 2026.

NADAL-TSBCP, SIDNEY ROBERTO; MANZIONE-TSBCP, CARMEN RUTH. Identificação dos grupos de risco para as doenças sexualmente transmitidas. Rev bras Coloproct, v. 23, n. 2, 2003.

NAÇÕES UNIDAS NO BRASIL. Guia de educação em sexualidade da ONU enfatiza igualdade de gênero e direitos humanos. Nações Unidas no Brasil, 12 jan. 2018. Disponível em: https://brasil.un.org/pt-br/78921-guia-de-educacao-em-sexualidade-da-onu-enfatiza-igualdade-de-genero-e-direitos-humanos . Acesso em: 19 out. 2026.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Condoms. World Health Organization. Disponível em: https://www.who.int/teams/global-hiv-hepatitis-and-stis-programmes/stis/prevention/condoms . Acesso em: 26 out. 2026.

