



Cuidados e preparos para a **trans**parentalidade



HUGGIES



AUTORAS:

Ana Carolina Traldi, Beatriz Conte, Bruna Bento,
Isabelly Pagels, Izabel Almeida, Marina Simões

SUPERVISÃO:

Isabela Tintino, Vinicius Gomes

Revisão: Greenpark Digital



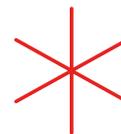
Esta cartilha é fruto do projeto multifuncional desenvolvido por estagiárias da Kimberly-Clark como parte de **nosso compromisso com a diversidade e a inclusão**. Integrada ao programa de estágio da empresa, esta iniciativa foca em fornecer informações, suporte e colaboração a indivíduos que vivenciam a transsexualidade.

SUMÁRIO

Capítulo 1 - Introdução	03
Capítulo 2 - Preparação para a paternidade trans	05
Tomada de decisão	
Informação sobre hormônios e fertilidade	
Reprodução assistida	
Capítulo 3 - Gravidez e pré-natal	08
Consultas médicas e acompanhamento pré-natal	
Cuidados específicos durante a gravidez	
Apoio familiar e social	
Capítulo 4 - Registro do bebê	13
Processo de registro legal	
Reconhecimento da paternidade trans	
Documentação necessária	
Capítulo 5 - Desafios jurídicos	15
Registro de documentos	
Licença parental	
Capítulo 6 - Cuidados pós-nascimento	16
Adaptação à nova rotina familiar	
Suporte emocional pós-parto	
Capítulo 7 - Recursos de apoio	18
Onde buscar informação e suporte	
Fontes	20

Capítulo 1

Introdução



Nos últimos anos, **as pautas LGBTQIAPN+ têm ganhado visibilidade e reconhecimento na sociedade**, trazendo à tona a importância de promover a inclusão e o respeito a todas as formas de existir. Algumas questões, contudo, permanecem pouco discutidas e compreendidas, como é o caso da parentalidade trans. **As pessoas trans que desejam formar uma família enfrentam desafios, preconceitos e barreiras institucionais.**

Viver a transparentalidade envolve etapas complexas, desde o acesso a serviços de saúde adequados até a documentação da nova família. **Homens trans que gestam encontram com frequência entraves no acompanhamento pré-natal**, pois os serviços de saúde são tradicionalmente projetados para as necessidades de mulheres cis, ou seja, as mulheres que se identificam com o sexo biológico, ou designado ao nascer. Isso ocorre apesar dos avanços na legislação brasileira, que prevê o respeito à identidade de gênero e exige tratamento adequado a pessoas transgênero no ambiente médico.

Em 2018, **o Supremo Tribunal Federal reconheceu por unanimidade que todas as pessoas trans podem alterar o nome e o gênero no documento de identidade sem precisar de autorização judicial**, tenham elas feito a cirurgia de redesignação sexual ou não. A troca no documento hoje é um trâmite simples, feito diretamente nos cartórios de Registro Civil. Além disso, a Política Nacional de Saúde Integral de Lésbicas, Gays, Bissexuais, Travestis e Transexuais (LGBT), de 2011, prevê a garantia dos direitos sexuais e reprodutivos e a inclusão da identidade de gênero nos formulários, prontuários e sistemas de informação em saúde.

Apesar desse reconhecimento legal, **as pessoas transgênero podem se sentir excluídas do sistema de saúde.** Um levantamento feito por pesquisadoras brasileiras sobre gestação de homens transexuais e publicado na revista *Ciência & Saúde Coletiva* em abril de 2024 mostrou que as inadequações em clínicas, laboratórios e hospitais incluem banheiros exclusivos para mulheres cis, linguagem binária e até o desrespeito ao nome social. Isso gera uma lacuna significativa no cuidado e acolhimento dessas pessoas.

Outra fonte de estresse vem da documentação. A burocracia para o registro de bebês de famílias trans é muitas vezes confusa e pouco acessível, agravando o sofrimento e a vulnerabilidade dessa população. Divulgar informações corretas e atualizadas é um desafio para toda a sociedade. Muitos de nós ainda desconhecemos, por exemplo, a nova Declaração de Nascido Vivo (DNV), um marco na luta pelos direitos reprodutivos no Brasil. Desde 2021, o documento, que é preenchido após o parto, ainda no hospital, não apresenta mais o campo “mãe”. No lugar, o formulário usa a palavra “parturiente”, abrangendo, assim, todas as pessoas com útero e que gestam.

É nesse cenário que surge a oportunidade de criar uma cartilha que consolide referências essenciais e de difícil acesso em um único documento, facilitando o caminho para informações sobre a paternidade trans. **Nosso objetivo é fornecer um guia prático e compreensível**, que aborde desde os direitos básicos até os serviços de saúde disponíveis, ajudando pessoas trans a encontrarem o suporte necessário para formar suas famílias com dignidade e respeito.

Este guia é fruto do trabalho coletivo de estagiárias da Kimberly-Clark, comprometidas com a promoção da diversidade e da inclusão. Esperamos que o material sirva como uma ferramenta valiosa para a comunidade trans e contribua para uma sociedade mais justa e acolhedora para todos.



Capítulo 2

Preparação para a paternidade trans



Ninguém nasce preparado, mas é durante a jornada de aprender e se adaptar que descobrimos nosso potencial.

Tomada de decisão

Para tornar o momento da gestação ainda mais especial, seguro e saudável, é essencial realizar um planejamento familiar adequado. Esta etapa envolve passos e questionamentos importantes. Por isso, tome seu tempo para refletir e inclua o/a parceiro/a se estiver acompanhado.

Enquanto planeja, **é importante agendar uma consulta pré-concepcional com um profissional de saúde.** Nesse momento, é feita a avaliação geral da saúde do gestante, considerando fatores como peso, pressão arterial e os resultados do exame ginecológico. A equipe médica também discutirá a suspensão de tratamentos hormonais com testosterona, caso estejam em uso.



A interrupção da testosterona suplementar é uma medida necessária para permitir a ovulação

e, com isso, a concepção. Interromper as doses pode ser difícil, e por isso este tópico merece atenção. É provável que a pausa seja longa, iniciando-se antes da gestação e podendo se estender, caso o pai possa e queira amamentar, pelos primeiros anos da criança.

O aleitamento é uma possibilidade para gestantes que não passaram pela mamoplastia masculinizadora. Se você realizou a cirurgia de retirada de mamas, será preciso considerar alternativas, como o uso de fórmulas. Outra opção é que a parceira do gestante amamente. Isso é possível no caso de mulheres cis ou trans, e a preparação para a produção de leite deve ser abordada com a equipe médica da família.

Fora do âmbito biológico, é importante citar também que a adoção por pessoas trans é reconhecida no Brasil. De maneira geral, o processo é considerado tranquilo por especialistas, com os mesmos requisitos teóricos aplicáveis a todos os candidatos.

A etapa mais sensível, porém, é a do acompanhamento psicossocial. É nela que ainda se vêem laudos preconceituosos e pareceres desfavoráveis, o que às vezes dificulta o processo para pessoas trans e casais LGBTQIAPN+. Para contrapor essa realidade, em 2023, o Conselho Nacional de Justiça aprovou uma resolução que proíbe juízes de negarem adoção a famílias homoafetivas, pessoas trans e pais solo.

Levando em consideração estes principais pontos e debatendo-os com profissionais e pessoas de confiança, o gestante reúne elementos para uma gestação mais tranquila e saudável.

Famílias transcêntricas ✱

O respeito à vida das pessoas trans inclui a aceitação de todas as suas potencialidades. Por isso, falar de transparência é também incluir mulheres trans que são mães, pais trans que não gestam e todos os indivíduos dentro da diversidade de gênero que se preparam para iniciar uma família, dedicando-se à criança com amor e responsabilidade legal.

Informações sobre hormônios e fertilidade

O espectro de identidade de gênero não é binário, ou seja, não se divide apenas entre masculino e feminino. Por isso, pessoas trans, travestis e não binárias podem optar por mais de um tipo de tratamento hormonal, chamado hormonização. As modalidades se adaptam com o que cada um espera para o seu corpo e sua vida.

Por exemplo, quem deseja mudanças corporais visíveis, mas prefere manter o ciclo menstrual, pode usar formulações moderadas de testosterona, como adesivos ou gel. É essencial que a pessoa compreenda suas próprias expectativas e sinalize à equipe médica se, por exemplo, tem planos de gestar. Também vale lembrar que a testosterona não é um método contraceptivo e que pessoas usando o hormônio podem, sim, engravidar sem querer.

Se a gestação for planejada, o primeiro passo será a interrupção da testosterona. Com a pausa na hormonização, é possível que a ovulação retorne naturalmente e sem demora. Mas, em pessoas que usam testosterona há vários anos, pode ser mais difícil voltar a ovular. Nesse caso, tratamentos de estimulação ovariana são considerados.





Reprodução assistida



As técnicas de reprodução assistida auxiliam na concepção por pessoas trans e são personalizadas de acordo com os desejos e necessidades da nova família.

Elas podem ser feitas em clínicas particulares ou, em algumas situações, requeridas no SUS, como é o caso da Fertilização In Vitro (FIV), onde a demanda ainda é maior do que o sistema pode oferecer.

Inseminação artificial

É uma técnica de baixa complexidade, pouco invasiva e acessível. Também conhecida como Inseminação Intrauterina (IA), é feita em laboratório, usando um cateter para introduzir espermatozoides diretamente no útero.

Inseminação caseira

Consiste em fazer a inserção de espermatozoides doados no colo do útero com uma seringa, e muitas vezes é feita em casa, fora do ambiente médico. O Brasil, porém, não reconhece a técnica. Por isso, casais que a utilizam precisam de assessoria jurídica para vencer a burocracia ao registrar o bebê.

Fertilização in vitro (FIV)

É uma técnica de alta complexidade e cara. Nela, a fecundação do óvulo pelo espermatozoide ocorre em laboratório, com seleção dos embriões de melhor qualidade e posterior transferência para o útero do gestante. Pode ser um processo emocionalmente desgastante, portanto é imprescindível uma rede de suporte emocional.

Criopreservação

O tratamento hormonal de longo prazo pode resultar na perda da capacidade de gerar filhos biológicos, assim como ocorre com as cirurgias de redesignação sexual. Antes de iniciar o processo, é possível preservar óvulos e espermatozoides por meio do congelamento de gametas e embriões. Eles serão usados em tratamentos de FIV no futuro.

Capítulo 3

Gravidez e pré-natal

A jornada para a paternidade é única para cada pessoa. Abrace seu caminho com confiança e busque o apoio necessário.

Consultas médicas e acompanhamento pré-natal

No Brasil, pessoas trans têm direito a tratamento especializado e humanizado de forma gratuita pelo SUS. A atenção se divide em básica e especializada.

Atenção Básica: Acolhimento inicial e direcionamento aos serviços especializados.

Atenção Especializada: Dividida em ambulatorial (atendimento psicológico, psiquiátrico, ginecológico, proctológico e endócrino) e hospitalar (cirurgias).

Consultas de ginecologia e obstetrícia devem ser realizadas pelo sistema de saúde sem obstáculos burocráticos ou qualquer constrangimento. É lei, e todos os desvios devem ser reportados.

Como escolher a equipe ideal

Na medicina privada, **há uma oferta crescente de clínicas e profissionais especializados nas necessidades da população trans.** Uma maneira de encontrá-los é buscar perfis públicos nas redes sociais que falem sobre saúde trans e demonstrem estudar e trabalhar com saúde LGBT.

O que é pré-natal?

O pré-natal consiste em uma série de consultas médicas e exames regulares realizados ao longo da gravidez. **Esses cuidados são fundamentais para monitorar a saúde do pai e do bebê,** garantindo que a gestação transcorra de forma segura.

A importância do pré-natal

O pré-natal é essencial. Ele garante a saúde e o bem-estar de gestante e feto ao fornecer orientações sobre cuidados e identificar complicações de maneira precoce, o que garante maior sucesso nos tratamentos, caso sejam necessários. Além disso, o pré-natal **monitora o desenvolvimento do bebê mês a mês e ajuda na preparação para o parto.** É importante buscar profissionais e clínicas comprometidos com o respeito à diversidade.

O que fazer em caso de transfobia



A LGBTfobia, dentro da qual se encaixa a transfobia, é crime tipificado desde 2019 no Brasil e precisa ser denunciado. Você pode fazer um boletim de ocorrência em qualquer delegacia física ou online. Também é possível informar irregularidades ligando no **Disque 100 ou no Disque Denúncia da sua cidade**. Se o desrespeito ou a agressão ocorrerem em um espaço médico, é essencial fazer a denúncia formal à gerência do local e, logo, à secretaria de saúde do município ou estado. Só assim os casos serão contabilizados e medidas públicas podem ser tomadas.

O que acontece no pré-natal?

A rotina médica durante a gestação inclui consultas e exames laboratoriais e de imagem. Desde 2016, a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda que se façam ao menos oito consultas entre a descoberta da gravidez e o parto, com o objetivo de melhorar a experiência de gestantes e a saúde dos bebês. Tão logo se saiba ou suspeite da concepção, deve-se iniciar o pré-natal. A partir daí, as consultas serão mensais até a 28ª semana. Logo, da 28ª à 36ª semana, de quinze em quinze dias. E, na reta final, as consultas serão semanais.

Durante as consultas de pré-natal, os profissionais de saúde vão

- Realizar exames físicos;
- Monitorar o crescimento e desenvolvimento do bebê;
- Avaliar a saúde geral do pai trans;
- Oferecer orientações sobre nutrição, exercícios e cuidados durante a gravidez;
- Discutir planos de parto e cuidados pós-parto;
- Ajustar medicamentos e tratamentos conforme necessário.



O que acontece no pré-natal?

EXAME	PARA QUE SERVE	QUANDO DEVE SER FEITO
Exame de Sangue	Verificar anemia, grupo sanguíneo, infecções e ISTs	1º trimestre
Exame de Urina	Detectar infecções urinárias e avaliar função renal	1º trimestre e em cada consulta
Ultrassonografia	Monitorar desenvolvimento do bebê	1º, 2º e 3º trimestres
Exame de Glicose	Detectar diabetes gestacional	2º trimestre
Teste de Streptococcus B	Detectar infecção que pode ser transmitida ao bebê	3º trimestre
Exame de Hepatite B e C	Detectar essas infecções virais	1º trimestre
Exame de Sífilis (VDRL)	Detectar sífilis	1º trimestre
Exame de HIV	Detectar HIV	1º trimestre

Pré-natal do/a parceiro/a

O pré-natal não é apenas para a pessoa gestante, mas também para o/a parceiro/a, já que a sua saúde pode afetar a gravidez e o desenvolvimento do bebê. A sífilis, por exemplo, é uma infecção sexualmente transmissível que pode contaminar o feto. Por isso, caso dê positivo, o tratamento deve iniciar o mais rápido possível, em ambos.

Além disso, esta é uma oportunidade para todos os membros da família receberem atenção de saúde. Os principais exames para parceiros devem ser feitos no primeiro trimestre da gestação.

EXAME	PARA QUE SERVE
Exame de Sangue	Verificar colesterol e glicemia, infecções e Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs)
Exame de Urina	Detectar infecções urinárias e avaliar função renal
Exame de HIV	Detectar HIV
Exame de Hepatite B e C	Detectar infecções virais

Cuidados específicos durante a gravidez

Pré-natal adequado

Os ambulatórios interdisciplinares do SUS garantem espaços seguros para pessoas trans, com equipes científicas atualizadas. Se você planeja uma família e mora em uma cidade com ambulatório de gênero, este deve ser seu primeiro contato. É importante entender, porém, que **o centro interdisciplinar não é responsável pelo pré-natal ou o parto**. Os cuidados médicos com a gestação serão feitos na rede regular a partir do encaminhamento do ambulatório.

Suplementação

Uma indicação comum para todas as gestações é o uso de ácido fólico ou vitamina B9 complementar. Encontrada em alimentos como lentilha e feijão, a B9 é receitada como suplemento pois reduz os riscos de má formação no início da gravidez. **Outro suplemento básico é o ferro, mas, muitas vezes, a pessoa transmasculina não precisa dele**. Isso ocorre porque o uso prévio da testosterona modifica os índices de ferro no organismo.

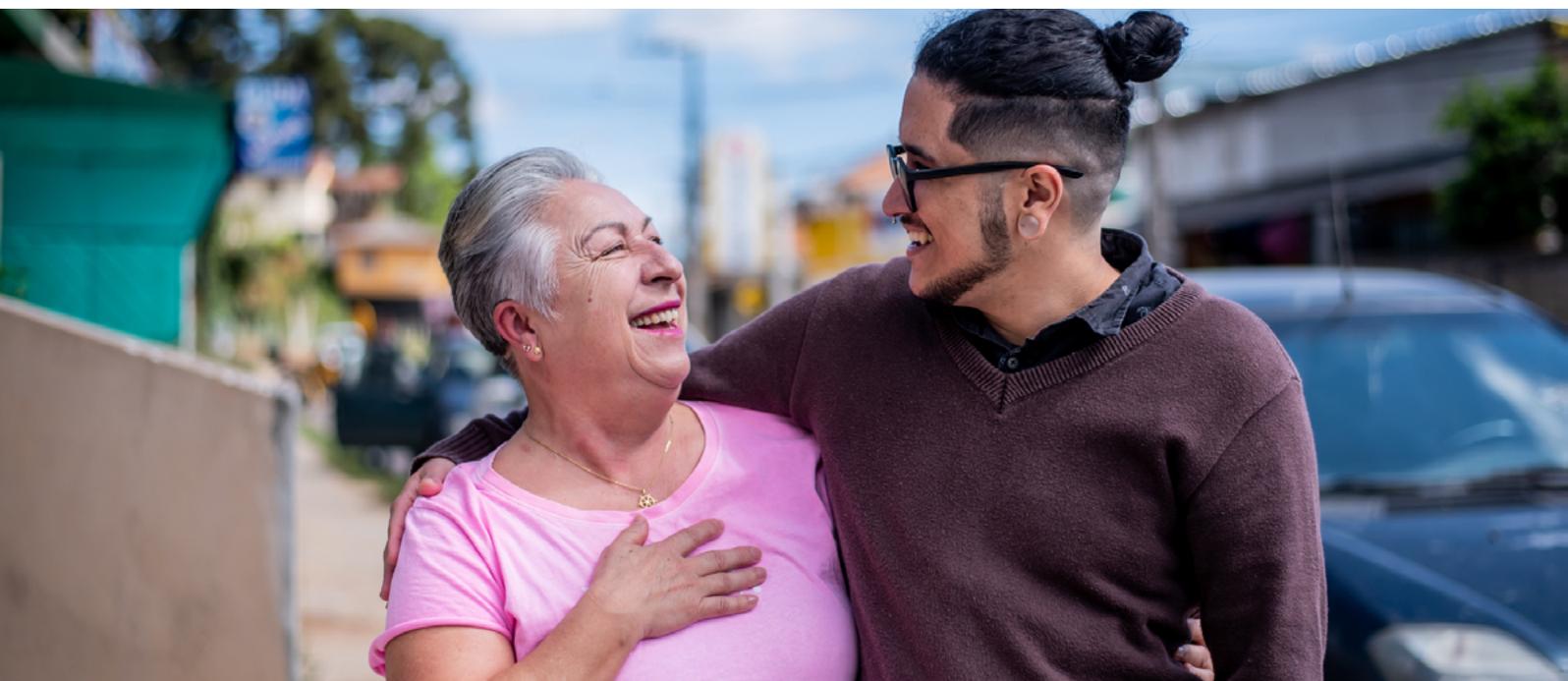
Saúde mental

A gravidez pode ser um período emocionalmente desafiador para qualquer pessoa, seja ela cis, não-binária ou transmasculina. **O acompanhamento profissional na área de saúde mental pode ajudar a alinhar expectativas e abordar dificuldades**, mas não deve ser confundido com tutela, o tipo de proteção que oferecemos, por exemplo, a crianças e vulneráveis. Pessoas trans têm autonomia para decidir seus processos e merecem suporte com respeito, como todos.

Apoio familiar e social

Comunicação e educação familiar

A comunicação aberta com a família e amigos é essencial, já que conscientizar os entes queridos sobre a experiência da gestação facilita o apoio.



Ao seu lado

Em uma gestação em parceria ou solo, a rede de apoio precisa estar disponível. Conversar com o entorno e ter alguém disposto a acompanhar cada consulta e exame é muito importante. É uma indicação, inclusive, do Ministério da Saúde. Em gestações transcêntricas, a pessoa de apoio tem um papel a mais. Ela age contra a desinformação e o preconceito, quando houver. Assim, alivia a carga e facilita a experiência do gestante. Isso é apoiar.

Redes de apoio e comunidades

Participar de grupos de apoio, tanto online quanto presenciais, **pode ser muito benéfico.** Esses grupos oferecem um espaço seguro para compartilhar experiências, obter informações especializadas e encontrar suporte de outras pessoas passando por situações semelhantes.

Preparação para o nascimento e parentalidade

Preparar-se para o nascimento e para a parentalidade envolve aprender sobre cuidados com o recém-nascido e planejar a divisão de tarefas. A participação em classes de preparação para o parto e chegada do bebê pode ser muito útil. Além disso, **é importante criar um ambiente de apoio mútuo** onde ambos, gestante e parceiro/a, possam compartilhar responsabilidades e experiências.



Capítulo 4

Registro do bebê

O registro do bebê é um marco importante que deve ser uma experiência significativa e acolhedora para todas as famílias.

Processo de registro legal

A partir do nascimento do bebê, existem dois registros que devem ser feitos: a **Declaração de Nascido Vivo (DNV)** e a **Certidão de Nascimento reconhecida em cartório**.

A **DNV é uma certidão válida para todo o território nacional e é criada ainda no hospital**, logo após o parto. Nela são inscritos o nome do bebê, dia, mês e hora do nascimento, sexo, raça/cor, dados sobre a gestação, informações do parturiente e do responsável legal. Este documento substituirá a Certidão de Nascimento enquanto ela não for feita.

Já a **Certidão de Nascimento é o primeiro documento oficial, reconhecido em território nacional e que será exigido em viagens internacionais** também, além do passaporte. Nela estão descritos os mesmos dados da DNV, com algumas informações adicionais (nome dos avós, por exemplo). A certidão será o principal documento do bebê enquanto ele não obter o RG.

Reconhecimento da paternidade trans

Desde 2021, a **Declaração de Nascido Vivo não apresenta mais o campo "mãe". Ao invés dessa palavra, o formulário usa "parturiente"**. Com isso, todas as pessoas com útero e que gestam são contempladas. Essa é uma conquista recente do reconhecimento das identidades de gênero diversas e tem escopo nacional, ou seja, ela guia todos os protocolos usados no Brasil.

Já no Registro Civil, as certidões de nascimento não contêm mais os campos "avós maternos" e "avós paternos", registrando a ancestralidade sem definição de gênero. Ainda assim, é possível que as famílias transcêntricas enfrentem desinformação e burocracia na hora de registrar seus bebês.



O diálogo com a equipe que acompanhará a gestação e o parto é necessário por mais de um motivo. Primeiro, para que a **família receba o tratamento adequado e os papéis sociais sejam respeitados**, ou seja, o parturiente seja chamado de pai e a pessoa acompanhante seja chamada conforme a sua identidade. Segundo, **para que a DNV seja preenchida corretamente em todos os campos**, evitando entraves legais na feitura da certidão de nascimento. É importante lembrar que, independentemente dos papéis exercidos no âmbito familiar, a DNV não usa as palavras “pai” e “mãe”, mas “parturiente” e “responsável legal”.

O que é transfobia institucional?



É a dificuldade imposta pela visão que foca na concepção cis de gênero e que **desconhece a formação de famílias transparentais e mesmo a possibilidade de corpos trans gestarem uma criança**. Quando essa visão desatualizada prevalece em âmbitos públicos, ela causa danos e sofrimento às pessoas, além de ferir direitos adquiridos.

Documentação necessária

Para a Certidão de Nascimento do bebê registrada em cartório são necessários os documentos originais com foto (RG, CNH ou passaporte) do parturiente e do responsável legal, além da DNV do bebê. Para casais casados também é necessária a Certidão de Casamento.

Capítulo 5

Desafios jurídicos da transparência

Para fazer valer cada direito adquirido é preciso vigilância constante e disposição coletiva para avançar nas conquistas.



Registro de documentos

O principal desafio burocrático que famílias transcentradas enfrentam está na **documentação**, sobretudo no caso específico da inseminação caseira. **A técnica, menos invasiva e custosa que a reprodução assistida**, é a escolha de muitos casais de pessoas com vulva ou de gestantes solo. O método inclui uma doação de sêmen, que é inserido com uma seringa no colo do útero. **O Brasil, porém, não reconhece a técnica**. Os problemas então ocorrem no cartório, quando a origem do material genético é contestada.

No caso da fertilização in vitro (FIV) ou de inseminações profissionais, as clínicas têm documentos relativos à origem do espermatozoides e do procedimento. Esses papéis cumprem a exigência dos cartórios quanto à concepção da criança. Desse modo, mesmo que a concepção se dê fora da estrutura biológica tradicional, os pais podem registrar sua criança.

No caso da inseminação caseira, porém, não há documentação. E, por isso, a certidão de nascimento é negada. Para evitar o problema, as famílias podem entrar com processo judicial que garantirá o documento. Especialistas recomendam fazê-lo assim que for confirmada a gestação, para viabilizar que o reconhecimento legal esteja feito no momento do nascimento.

Licença parental



Outro grande desafio da gestação transmasculina é a licença parental. A legislação brasileira estabelece que o salário-maternidade, válido por 120 dias, é da mãe gestante, apenas. **Não existe, hoje, regulamentação sobre a figura do pai gestante no Instituto Nacional do Seguro Social (INSS)**.

Por isso, quando uma empresa concede licença a um pai trans, o benefício é barrado pela seguridade social. Isso ocorre pois o estado entende, corretamente, que se trata de um homem. Sem o aporte financeiro do governo, muitas empresas desistem de conceder o benefício.

Existe, porém, uma solução. Por via de processo judicial, pessoas trans que dão à luz podem solicitar licenças iguais às de mulheres cis e adotantes. A justiça brasileira já entende que o pai trans tem os mesmos direitos mas, por falta de regulamentação, o movimento do INSS precisa ser feito via decisão judicial. O resultado é uma licença-paternidade (respeitando, assim, o gênero do parturiente) com a mesma duração que uma licença-maternidade.

Capítulo 6

Cuidados pós-nascimento

Quando quem gestou cuida de si, está também cuidando do bem-estar do bebê, promovendo um ambiente saudável para ambos.

Adaptação à nova rotina familiar

O nascimento do bebê traz uma série de mudanças que implicarão em uma nova rotina e novos acordos.

Mudanças como:

Reorganização na dinâmica e no relacionamento entre o casal, uma vez que agora ambos precisam cuidar da nova vida e planejar sua educação. Cada passo necessita de discussão e acordo entre o casal, pensando no melhor para o bebê.

Cuidado com o bebê. Esta fase do puerpério é delicada, pois, além de apresentar algo totalmente novo, o recém-nascido é frágil e precisa de cuidados nas 24 horas do dia. Os pais precisam aprender novas habilidades e usar sua flexibilidade para garantir que o melhor está sendo oferecido a este novo ser humano.

A **amamentação** por pessoas transmasculinas envolve aspectos físicos, emocionais e médicos. O aleitamento é possível apenas no caso de quem não passou pela mamoplastia masculinizadora, pois a cirurgia remove o tecido mamário. A família também pode considerar o aleitamento por parte da pessoa que não gestou. Mulheres cis ou trans podem amamentar seus filhos se induzirem a produção de leite.



Aleitamento e disforia de gênero

Na nossa cultura, o processo da gestação e o pós-parto agem como afirmadores de gênero. Ou seja, a gravidez é vista como “coisa de mulher” ou algo que define, em essência, o feminino. **Aspectos como a barriga gestante ou o inchaço das mamas podem, por isso, ser gatilhos para a disforia de gênero. Essa angústia é causada pelo desencontro entre identidade e corpo,** e pode ser especialmente sofrida no momento da amamentação, segundo a literatura médica.

É importante que as conversas sobre aleitamento levem em conta o bem-estar do pai gestante. Apesar de ter benefícios comprovados para o parturiente e para o bebê, amamentar pode se mostrar uma opção ruim para algumas famílias. Nesses casos, outras opções de alimentação podem ser consideradas.

A disforia de gênero na amamentação não é uma regra, porém. Muitos pais passam pelo puerpério com desconfortos físicos, ajustes necessários e altos e baixos emocionais sem que isso implique em um diagnóstico. Abraçar as especificidades na chegada de um bebê é usar informações de qualidade para promover bem-estar, sem aumentar a carga sobre os corpos trans.

Capítulo 7

Recursos e apoio

Nessa nova etapa, buscar ajuda e suporte é essencial para o bem-estar de todos, promovendo uma experiência mais leve e especial.

Onde buscar informação e suporte

No Brasil, temos entidades que atuam na promoção de direitos de pessoas trans e são uma fonte segura de informação atual – não hesite em contatá-las. E, se você mora em uma capital, é provável que tenha acesso a um ambulatório especializado na saúde integral da população LGBT.

BICHA DA JUSTIÇA (online)

Escritório jurídico e plataforma de informação com foco nos direitos LGBTQIAPN+. Atua no Brasil junto a planos de saúde e divulga os ganhos de causa mais atuais.

🌐 <https://bichadajustica.com/>

🌐 @bichadajustica (Instagram e Youtube)

CASA CHAMA (SP e online)

A ONG foca na qualidade de vida para as populações trans e atua em quatro frentes: psicossocial, jurídica, cultural e de autonomia financeira. É um centro de acolhida amplo que visa potencializar as vidas trans.

📍 Rua do Carmo, 54, Sala 303 - Sé, São Paulo (SP)

📞 +55 11 99448.2641 (Whatsapp)

Casa Florescer João Nery (SP)

É a primeira casa de acolhimento para homens trans na cidade de São Paulo (SP), localizada na zona norte da cidade. O funcionamento é 24 horas, e é possível ser acolhido através de ligações para o serviço 156 da Prefeitura de São Paulo ou pelo Centro de Referência Especializado de Assistência Social (CREAS).

📍 Rua Carlos Escobar, 86 - Santana, São Paulo (SP)



Centro Janaína Lima (SP)

Desde 2023, o Centro de Referência de Atenção à Saúde das Pessoas Transexuais e Travestis atua na região central de São Paulo (SP) e é ligado ao SUS por meio da Rede Sampa Trans. Inovador, é o primeiro centro especializado com recursos para fazer pré-natal completo.

📍 Rua Jaraguá, 866 - Bom Retiro, São Paulo (SP)

☎️ (11) 5196-2405

IBRAT - Instituto Brasileiro de Transmasculinidades (online e nos estados)

Atua desde 2013 promovendo pesquisas e discussões, com foco na atuação política e mobilização civil em prol dos direitos da população transmasculina brasileira. É uma fonte de informação atualizada e age no combate à discriminação.

🌐 <https://ibratnacional.com/>

PSI Brasil (online)

A Postpartum Support International é uma organização que promove ajuda a pais e mães no mundo todo. Os diferentes grupos de apoio são conduzidos por facilitadores que passaram por capacitação em saúde mental perinatal. Os encontros são online.

🌐 <https://www.postpartum.net/brasil/>

Fontes



1. ANDRADE, Bruna. Advogada e mestre em Proteção dos Direitos Humanos, especialista em Direitos LGBTQIAPN+ e cofundadora do escritório Bicha da Justiça.
2. ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE TRAVESTIS E TRANSEXUAIS (ANTRA). Disponível em: <https://antrabrasil.org/>. Acesso em: 20 ago. 2024.
3. ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE TRAVESTIS E TRANSEXUAIS (ANTRA). Declaração de nascido vivo para registro de filhos e filhas de pessoas trans. Brasília: ANTRA, 2021. Disponível em: <https://antrabrasil.org/wp-content/uploads/2021/04/declaracao-de-nascido-vivo-para-registro-de-filhos-e-filhas-de-pessoas-trans.pdf>. Acesso em: 20 ago. 2024.
4. BARROSO, Barbara. Professora, doutora, pesquisadora e coordenadora do Mapeamento da População Trans do Estado de São Paulo, feito pelo Laboratório de Saúde Coletiva da Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP).
5. BÊTE, Roberto. Pai parturiente e criador de conteúdo digital em palestra interna na Kimberly-Clark.
6. BRASIL. Emissão gratuita da certidão de nascimento é garantida por lei federal. Portal Gov.br, Brasília, 23 nov. 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/pt-br/noticias/assistencia-social/2021/11/emissao-gratuita-da-certidao-de-nascimento-e-garantida-por-lei-federal>. Acesso em: 30 ago. 2024.
7. BRASIL. Instituto Nacional do Seguro Social. Salário-maternidade. Disponível em: <https://www.gov.br/inss/pt-br/direitos-e-deveres/salario-maternidade/salario-maternidade>. Acesso em: 2 set. 2024.
8. BRASIL. Ministério da Saúde. Pré-natal. Brasília. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/g/gravidez/pre-natal>. Acesso em: 1 set. 2024.
9. BRASIL. Ministério da Saúde. Testes rápidos e exames durante a gestação promovem a saúde da mulher e protegem o bebê. Brasília, 10 nov. 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/novembro/testes-rapidos-e-exames-durante-a-gestacao-promovem-a-saude-da-mulher-e-protegem-o-bebe>. Acesso em: 1 set. 2024.
10. GOIS, Isis. Nutricionista no Núcleo TransUnifesp da Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) e doutoranda em Endocrinologia.
11. MDSAÚDE. Saúde da população trans: protocolos e desafios no Brasil. MDSaúde. Disponível em: <https://mdsaude.com/saude-da-populacao-trans-protocolos-e-desafios-no-brasil/>. Acesso em: 09 set. 2024.

12. NHS. Treatment - Gender dysphoria. NHS, [s.d.]. Disponível em: <https://www.nhs.uk/conditions/gender-dysphoria/treatment/>. Acesso em: 1 set. 2024.

13. SÃO PAULO (Município). Conheça a Rede Sampa Trans. Portal da Prefeitura de São Paulo, São Paulo, 3 mar. 2022. Disponível em: <https://capital.sp.gov.br/web/saude/w/noticias/325757>. Acesso em: 1 set. 2024.

14. SÃO PAULO (Município). Prefeitura entrega Centro de Referência de Atenção à Saúde das Pessoas Transexuais e Travestis na região central. Portal da Prefeitura de São Paulo, São Paulo, 29 ago. 2023. Disponível em: <https://www.capital.sp.gov.br/w/noticia/prefeitura-entrega-centro-de-referencia-de-atencao-a-saude-das-pessoas-transexuais-e-travestis-na-regiao-central>. Acesso em: 1 set. 2024.

15. SÃO PAULO (Município). Rede de atenção à saúde integral de pessoas travestis, transexuais e pessoas com vivência de variabilidade de gênero – Rede Sampa Trans. Disponível em: https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/saude/Rede_SAMPA_Trans_16_6_2023.pdf. Acesso em: 1 set. 2024.

16. SÃO PAULO (Município). Secretaria Municipal da Saúde. Protocolo de saúde de transexuais e travestis. São Paulo, 3 jul. 2020. Disponível em: https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/saude/Protocolo_Saude_de_Transexuais_e_Travestis_SMS_Sao_Paulo_3_de_Julho_2020.pdf. Acesso em: 01 ago. 2024.

17. SILVA, G.C.; PUCCIA, M.I.R.; BARROS, M.N.S. Homens transexuais e gestação: uma revisão integrativa da literatura. Ciência & Saúde Coletiva, v. 29, n. 4, abr. 2024.

18. TAVARES, G.; TAVARES, A.L. Homem trans grávido de 7 meses relata dificuldade em conseguir pré-natal pelo SUS: 'me sinto abandonado'. G1, Mato Grosso do Sul, 24 nov. 2023. Disponível em: <https://g1.globo.com/ms/mato-grosso-do-sul/noticia/2023/11/24/homem-trans-gravido-de-7-meses-relata-dificuldade-em-conseguir-pre-natal-pelo-sus-me-sinto-abandonado.ghtml>. Acesso em: 29 ago. 2024.



The image features a solid red background. Scattered across the field are several white six-pointed stars of varying sizes. Additionally, there are two curved dotted lines: one on the left side curving downwards, and one on the bottom right side curving upwards.

HUGGIES