

# MEU CORPO MINHA CASA





Ministério Público do Estado da Bahia  
Centro de Apoio Operacional da Criança e do Adolescente (Caoca)  
Telefones: (71) 3103-0357/0358  
E-mail: caoca@mpba.mp.br

Central Integrada de Comunicação Social (Cecom)  
Assessoria de Publicidade  
Telefone: (71) 3103-0444  
E-mail: publicidade@mpba.mp.br

Desenvolvido por: Agência Única  
Redatora: Júlia Carvalho  
Ilustração: Rogério Rios Azevedo  
Consultoria técnica: Débora Cohim

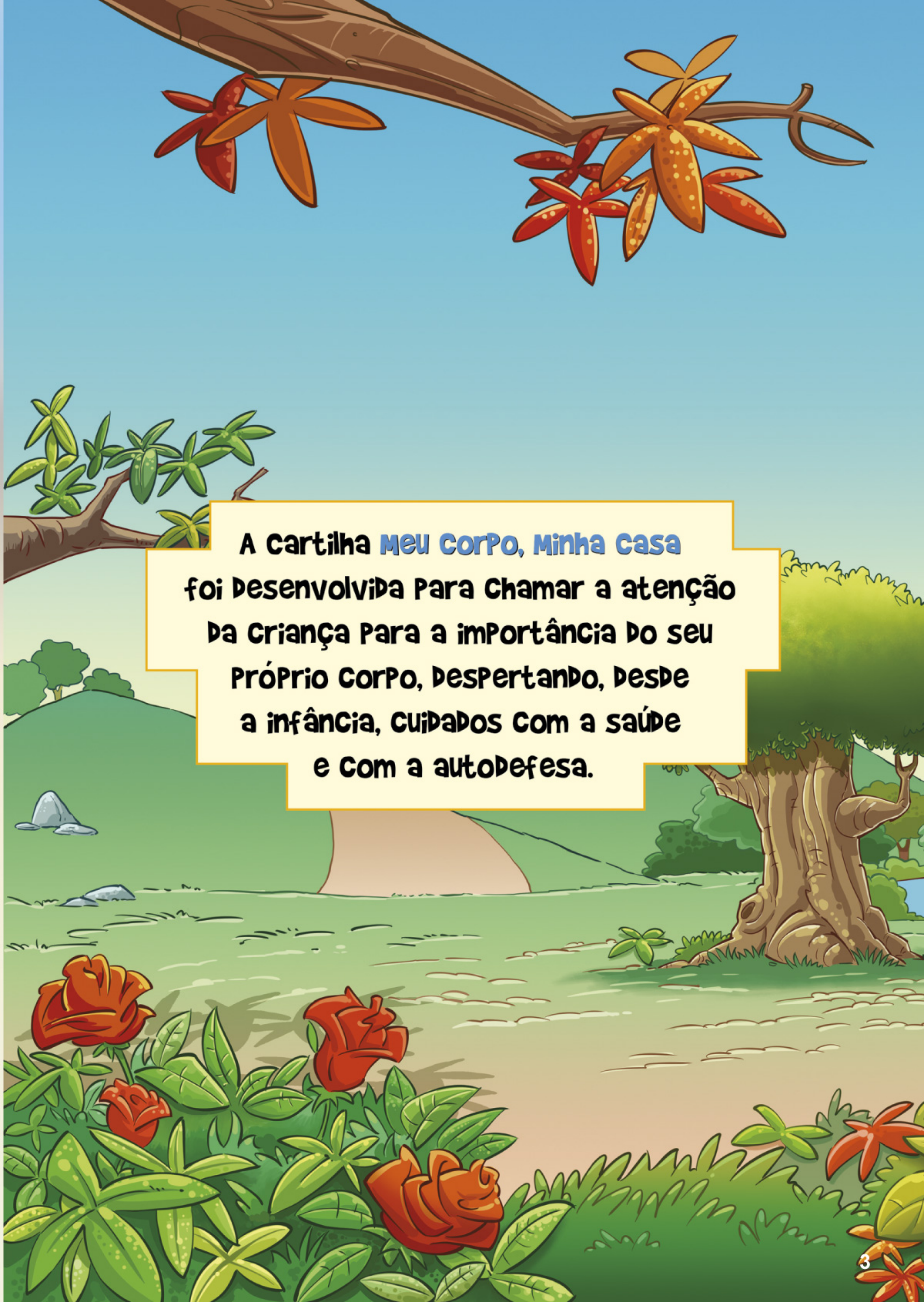


**MINISTÉRIO PÚBLICO  
DO ESTADO DA BAHIA**

---

**GUARDIÃO DA CIDADANIA**





**A cartilha **Meu corpo, Minha casa** foi desenvolvida para chamar a atenção da criança para a importância do seu próprio corpo, despertando, desde a infância, cuidados com a saúde e com a autodefesa.**



CARINA:

OLÁ, EU SOU  
A CARINA E ESTE É O PEDRO.  
DESDE MUITO PEQUENOS, NÓS  
APRENDEMOS QUE É PRECISO VALORIZAR  
E CUIDAR DIREITINHO DO  
QUE É NOSSO.

PEDRO:

SIM, CARINA!  
POR ISSO, SEMPRE  
CUIDO BEM DOS MEUS  
BRINQUEDOS  
E ROUPAS.







CARINA:

MAS NÃO É SÓ ISSO.  
O NOSSO CORPO É O NOSSO  
BEM MAIS PRECIOSO.

PEDRO:

VERDADE! A VOVÓ DISSE QUE  
ELE É COMO UMA CASA QUE DEVE SER  
MANTIDA LIMPA E SEGURA CONTRA  
INVASORES.

QUER SABER MAIS?  
VIRE A PÁGINA E VEM  
COM A GENTE.



TODA CASA PRECISA DE ENERGIA PARA FUNCIONAR.  
COM O NOSSO CORPO NÃO É DIFERENTE.  
E SABE DE ONDE ESSA ENERGIA VEM?  
SIM, DOS ALIMENTOS!





PARA CORRER, JOGAR BOLA E IR À ESCOLA,  
É PRECISO COMER ALIMENTOS RICOS  
EM NUTRIENTES, COMO FRUTAS E VERDURAS.



## ENCONTRE ALIMENTOS SAUDÁVEIS NESTE CAÇA-PALAVRAS.

BANANA, LARANJA, TOMATE, ALFACE, CENOURA, ABÓBORA, MAÇÃ, PERA, LIVA E RÚCULA

M	A	Ç	Ã	G	R	A	C	Z	X	B	V	N	U	I	O	E	J	M	D	F	R	S	G	E	R
H	S	D	B	S	T	E	U	A	A	U	F	V	G	F	D	U	T	E	B	Z	X	O	K	O	Ú
B	Ã	H	G	N	J	T	U	Y	D	F	A	S	W	Q	L	D	F	C	X	D	Z	S	A	G	C
H	O	G	T	D	A	H	T	D	C	I	S	L	A	L	F	T	E	T	H	Y	P	W	K	O	U
H	J	T	E	S	A	W	Q	S	Z	C	X	V	D	B	S	A	N	G	J	T	M	A	K	G	L
W	O	R	T	O	M	A	T	E	V	T	H	G	U	V	A	W	D	M	K	X	H	F	B	V	A
K	I	C	O	L	H	F	V	O	A	T	A	B	Ó	B	O	R	A	O	Y	T	R	R	H	J	D
C	D	E	I	X	R	E	O	T	D	T	R	H	F	Y	L	U	K	L	P	B	L	H	I	K	F
S	C	N	T	X	E	Q	P	E	R	A	V	D	T	E	A	L	F	B	H	A	N	T	Y	G	L
M	N	O	A	B	C	G	E	N	O	V	A	G	E	R	T	N	D	Z	S	N	A	K	I	J	I
J	H	U	T	E	G	D	W	I	Z	V	X	C	S	D	A	R	W	R	S	A	D	R	E	T	G
C	Z	R	S	L	A	R	A	N	J	A	G	N	E	R	F	M	I	E	A	N	J	H	B	U	F
S	C	A	D	E	Q	R	T	F	S	T	D	A	L	F	A	C	E	F	M	A	U	T	N	Y	H



ASSIM COMO NUMA CASA, NOS ENCANAMENTOS  
DO NOSSO CORPO TAMBÉM CORRE ÁGUA!  
E, PARA REPOR O QUE VAI EMBORA PELO NOSSO  
XIXI E SUOR, É IMPORTANTE ESTAR SEMPRE HIDRATADO.





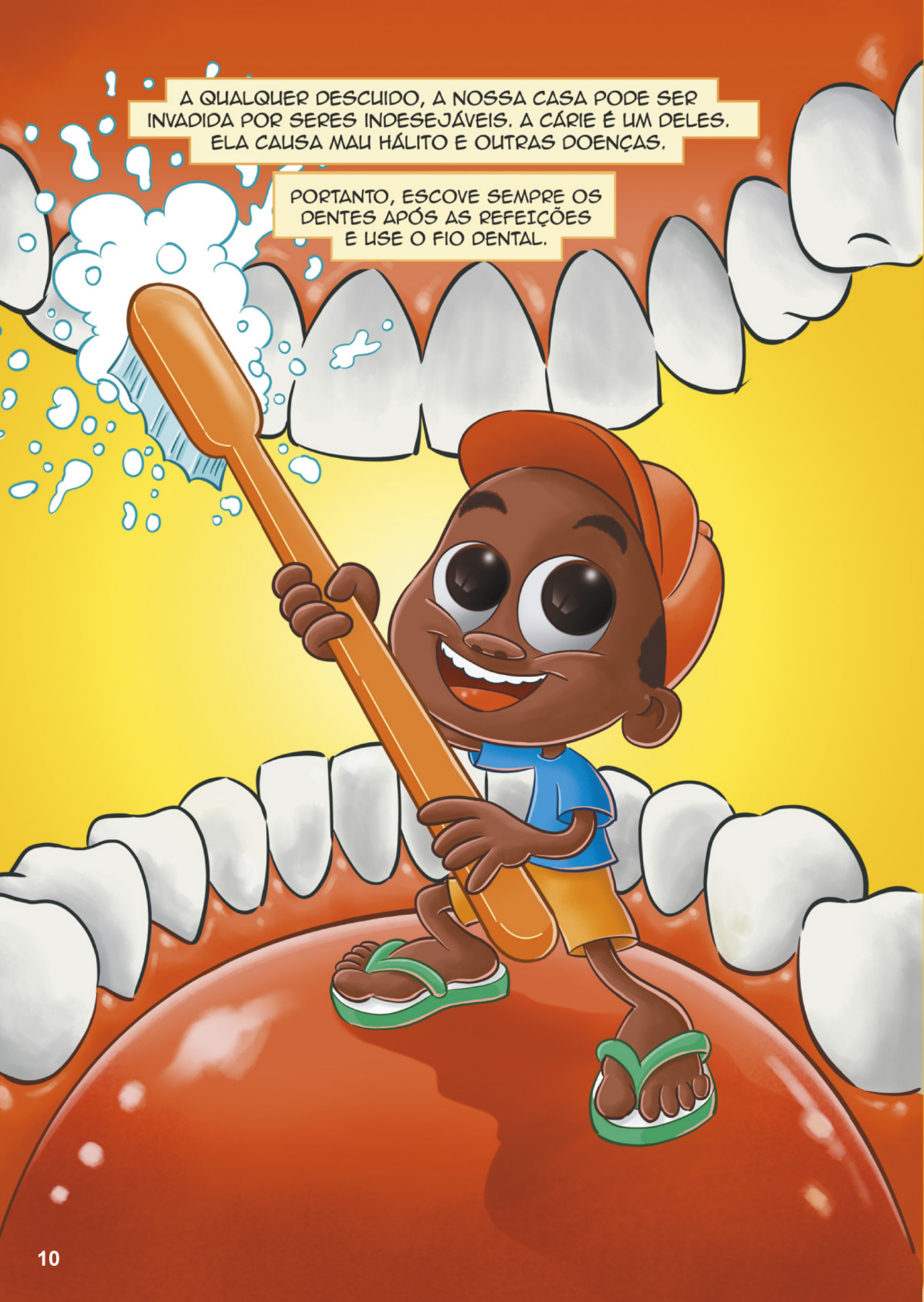
O NOSSO CORPO PRECISA EM MÉDIA DE 8 COPOS DE ÁGUA POR DIA.  
QUE TAL PINTAR UM COPO A CADA VEZ QUE VOCÊ BEBER ÁGUA HOJE?





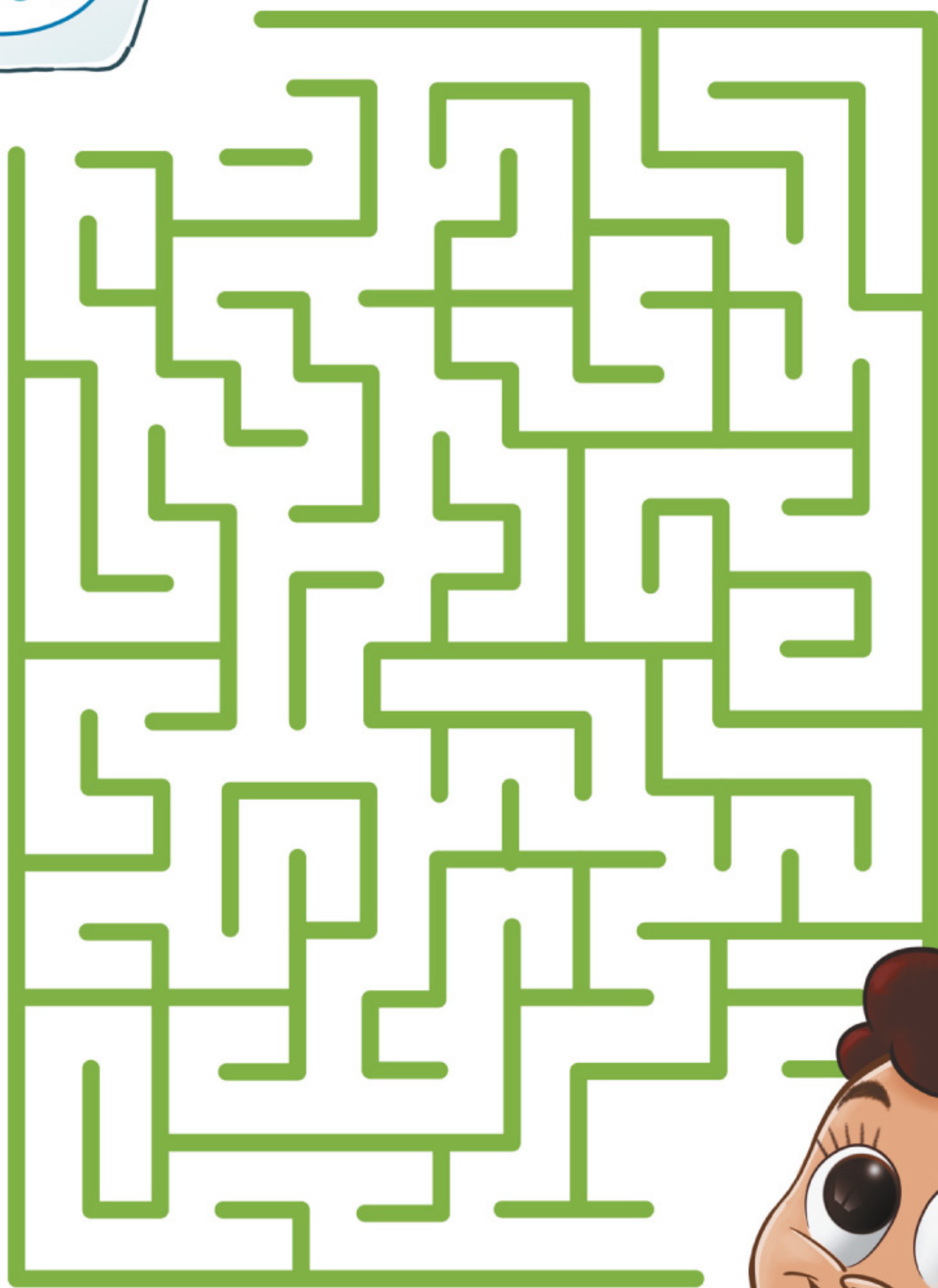
A QUALQUER DESCUIDO, A NOSSA CASA PODE SER INVADIDA POR SERES INDESEJÁVEIS. A CÁRIE É UM DELES. ELA CAUSA MAU HÁLITO E OUTRAS DOENÇAS.

PORTANTO, ESCOVE SEMPRE OS DENTES APÓS AS REFEIÇÕES E USE O FIO DENTAL.





LIGUE O FIO DENTAL ATÉ  
OS DENTES DA CARINA.







FIQUE SEMPRE ATENTO  
E NÃO DEIXE QUE NINGUÉM  
TE LEVE PARA LUGARES ESTRANHOS...



...OU TOQUE SEU CORPO  
DE FORMA DESCONFORTÁVEL.



EXISTEM PARTES DO NOSSO CORPO  
QUE SÃO ÍNTIMAS E DEVEM SER PROTEGIDAS.

NÃO DEIXE QUE NINGUÉM  
TOQUE SEU CORPO DE FORMA  
QUE TE DEIXE COM VERGONHA,  
TRISTE OU COM MEDO.

CASO ISSO ACONTEÇA,  
CONTE PARA ALGUÉM  
DE SUA CONFIANÇA.





CARINA:

TÁ VENDO COMO O NOSSO CORPO É  
LIMA VERDADEIRA CASA?  
ALÉM DE BEM CUIDADA, ELA PRECISA SER  
PROTEGIDA CONTRA INVASORES.







PEDRO:

E ESSES INVASORES PODEM  
TER FORMA DE CÁRIE, VÍRUS,  
BACTÉRIAS E ATÉ MESMO  
DE PESSOAS.



CONVERSAR TAMBÉM É UMA FORMA DE PROTEGER O SEU CORPO. SEMPRE QUE SE SENTIR CONSTRANGIDO POR QUALQUER PESSOA, NÃO SINTA VERGONHA DE CONTAR PARA UM ADULTO QUE VOCÊ GOSTE OU PARA ALGUÉM QUE VOCÊ SABE QUE TE PROTEGE.





**LEMBRE-SE DE  
ALGUÉM QUE  
VOCÊ CHAMARIA PARA  
DEFENDER A SUA CASA  
E TE PROTEGER.**

**ESCREVA O NOME DESSA  
PESSOA E AS QUALIDADES  
NAS LINHAS  
ABAIXO.**



NOME: \_\_\_\_\_

QUALIDADES: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



CARINA:

E AÍ, CURTIU CONHECER MAIS SOBRE ESSA GRANDE CASA QUE É O SEU CORPO? QUE BOM! FOI UM PRAZER TE CONHECER, AMIGUINHO!

PEDRO:

QUE TAL SELARMOS NOSSA AMIZADE COM UM LINDO DESENHO?





**Desenhe você  
no espaço abaixo.**







Apoio:

Secretaria de  
Política para Mulheres,  
Infância e Juventude



Realização:



MINISTÉRIO PÚBLICO  
DO ESTADO DA BAHIA