
SAÚDE E PREVENÇÃO

**“GUIÃO DE FORMAÇÃO PARA AS ANIMADORAS EM
PLANEAMENTO FAMILIAR, PREVENÇÃO DAS ITS’s, HIV, SIDA
E GRAVIDEZ INDESEJADA PARA O TREINO DE ADOLESCENTES DE
10 A 14 ANOS NAS SUAS COMUNIDADES”**



Elaborado por:

Maria Teresa Albertina Victorino

Colaboradores

Dr. Luc Vander Veken

Table of Contents

Mas depois disso, O que fazemos?	4
Vamos brincar	4
Diferença entre Sexo e Género	7
<i>Sexualidade</i>	8
Então SEXUALIDADE é:	10
Aparelho Reprodutor Masculino.....	11
Aparelho Reprodutor Feminino	12
Virgindade	12
Órgãos Genitais internos da mulher	13
Explique que o período Fértil está diretamente relacionado com a MENSTRUAÇÃO	15
Vamos conversar	17

Como começo de conversa

Vamos falar sobre assuntos que ainda é muito complicado para muita gente falar com adolescentes. Por exemplo, sexualidade, HIV, como se pode apanhar o HIV e gravidez. Dá vergonha, medo de ser gozada pelas colegas.

Mas, antes de entrarmos nesse capítulo, vamo-nos conhecer.

Dinâmica: Amigo Secreto

- Cada uma vai apresentar a sua colega.
- Apresentar as expectativas

- ◇ Vamos formar grupos de duas a duas. Sintam-se livres para escolher a parceira que quiserem;
- ◇ Assim, cada um vai apresentar a outra, mas antes deve entrevistar para saber:
 - O nome pelo qual prefere ser chamado (primeiro nome, apelido, alcunha "nome de casa");
 - Comunidade onde vive;
 - O que mais gostaria de aprender e/ou discutir durante o debate;
 - Organizar os participantes em um círculo e fazer uma
 - Apresenta a sua colega par e sua principal expectativa de aprendizagem;

Depois da apresentação das participantes e das expectativas, iniciar com as normas de convivência.



Regras de convivência

Metodologia: Chuva de ideias

- Pontualidade**
- Confidencialidade**
- Participação activa**
- Falar uma de cada vez**
- Respeitar as ideias das outras**

Mas depois disso, O que fazemos?

Vamos fazer aquilo que as raparigas gostam de fazer.

CONVERSAR!

Vamos brincar

Feche os olhos e pense nas raparigas da vossa idade que vivem na comunidade (5 minutos):

- Que tipo de roupa elas usam?
- Que tipo de música gosta?
- O que elas têm de igual? O que é diferente?

Pensaram? Digam o que pensaram?

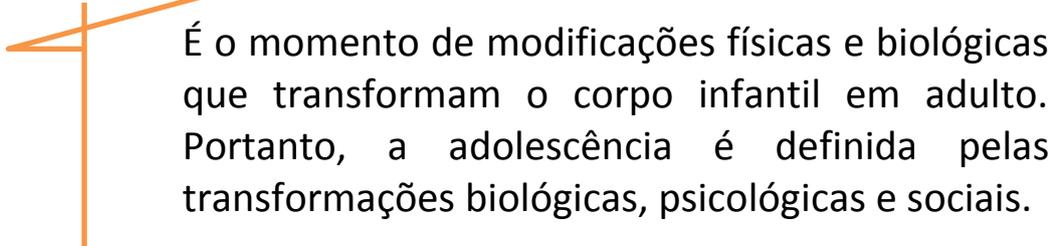
Depois da explanação das raparigas, continue com esta afirmação

Muito bem, como puderam ver, são diferentes.

O que é adolescência?

Na nossa sociedade, a adolescência é o período de preparação para a vida adulta.

A pessoa quando é criança, aprende todas as normas, de como se comportar em casa, na escola, na mesquita. Então chega o momento da **PUBERDADE**, o corpo da menina se modifica. Acelera o crescimento, desenvolvem-se os órgãos sexuais. É neste momento que a menina começa a menstruar e o menino a ter sonhos molhados e ejacular”.



É o momento de modificações físicas e biológicas que transformam o corpo infantil em adulto. Portanto, a adolescência é definida pelas transformações biológicas, psicológicas e sociais.

Além dessas transformações, aparecem novas sensações que estão ligadas ao desejo sexual, ou a busca pelo **PRAZER**. Esse prazer não significa fazer relação sexual.

O prazer está presente no olhar, no toque, na conversa.

Depois da puberdade, vem adolescência.

- Período compreendido entre 10 e 19 anos

Como adolescentes, o que é que mais gostam de fazer? Esperar respostas como a que se seguem no quadro. Caso sejam diferentes, acrescentar com o que aí está.

Portanto ser *Adolescente* é:

- ... Conhecer novas pessoas.
- ... Querer estar em frente de tudo.
- ... Ter suas próprias razões.
- ... Querer liberdade e curtir.
- ... Ficar com amigas
- ... Parquear (conquistar), namorar e ter amigo.
- ... Estar mas tempo fora de casa.
- ... Querer falar de sexo todo momento.
- ... Ter espírito de independência.
- ... Ter muitas dúvidas e insegurança.
- ... Ter vontade de mudar o mundo.
- ... Ter direito a participar das decisões na comunidade e escola
- ... Ter o direito á Vida, a saúde e a ter condições dignas de experiência.

Ser Homem, Ser Mulher

PASSO 1: CHUVA DE IDEIAS

Convide os participantes a fazerem uma contribuição de ideias sobre o que lhes vem à cabeça quando lhes colocam as seguintes perguntas:

Dinâmica

O que é ser homem?

O que é ser mulher?

Aos pares peça aos participantes para dizerem

Em duas folhas de papel gigante escreva as palavras “MULHER” numa e a palavra “HOMEM” na outra.

Organize as meninas em dois grupos e peça para que uma delas faça o desenho de uma rapariga e outra de um rapaz.

Quando terminarem, peça que desenhem o rosto, os cabelos, os genitais e o que mais quiserem colocar na figura.

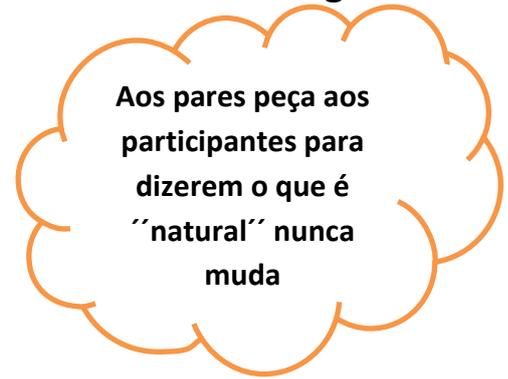
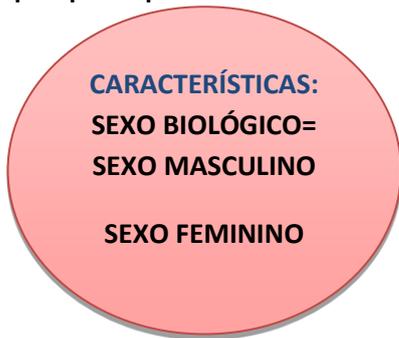
De seguida, peça que inventem um nome para cada figura que cada grupo desenhou sua idade, o que ela/ele gosta de fazer, o que ela/ele não gosta e o que mais achar importante.

DISCUSSÃO EM PLENÁRIA

Inicie a conversa perguntando qual a diferença entre as duas figuras.

- ✚ Circule as características citadas para as mulheres e homens relacionadas ao sexo biológico - características que não mudam – como: pénis, vagina, ter seios, ser mãe, amamentar, ter barba, menstruar, etc.
- ✚ Caso não tenha aparecido nenhuma característica (para mulheres e/ou para homens) ligada ao sexo biológico (ter pénis, ter vagina, ter seios, ser mãe, porque tem útero que lhe permite engravidar, ser pai, porque tem esperma, espermatozoides, etc)

Explique que essas características são chamadas de **sexo biológico**



Diferença entre Sexo e Género

E Género O que é isso?

Já alguma vez ouviram falar de Género? Esperar respostas como Sim ou não. O que é GENERO e que tipo de Preconceito e Discriminação existem na Escola e na Comunidade em relação as MUHELRES que não tem Atitude que se espera delas.

Anote todas as respostas no papel gigante.

Terminada a chuva de ideias, inicie um debate em plenária á volta da opinião de cada rapariga.

Realizado o debate, dê a definição correcta de Género e Sexo segundo o quadro que se segue

MENSAGENS CHAVE

Esclareça aos participantes que as características acima discutidas são aprendidas ao longo da vida, portanto podem mudar, dependendo do lugar, do período histórico; Explique:

- + **Sexo:** refere-se às características feminina ou masculina determinada pelas condições físicas, biológicas e fisiológicas;

Exemplo:

- **Os órgãos genitais** (vulva, pénis, testículos, mamas, etc.);
- **Tipo de hormonas:** (testosterona, estrogénio);
- **Características sexuais secundárias:** (barba, ancas);
- Capacidade de produzir espermatozóides, óvulos ou de amamentar.
- **As funções sexuais que:** estão ligadas ao corpo e às suas funções biológicas, as quais não podem ser alteradas. Por exemplo: dar à luz ao bebé – função feminina; produzir os espermatozóides e fecundar o óvulo – função masculina.
- + **Género:** refere-se às **relações entre homens e mulheres** com base nas normas traçadas pela sociedade e esta espera que seja o comportamento, características e papéis de rapazes e raparigas;
- + **Género:** refere-se às **relações entre homens e mulheres** com base nas normas traçadas pela sociedade e esta espera que seja o comportamento, características e papéis de rapazes e raparigas;

Dinâmica: Jogo do - CONCORDO, Não CONCORDO, NÃO SEI

Faça o quadro no papel gigante. Peça às raparigas para colocar um X na coluna que corresponde à sua opinião. Depois peça para cada uma explicar porque colocaram nessa coluna

Em pares, peça aos participantes para resolverem o exercício.			
	CONCORDO	NÃO CONCORDO	NÃO SEI
As mulheres dão à luz a bebés, homens não. (sexo)			
Cuidar das crianças é função das mulheres. (género)			
As meninas costumam ser mais gentis que os rapazes. (género)			
A voz dos rapazes muda muito na puberdade. A das mulheres não. (sexo)			
As mulheres podem amamentar no peito, os homens não. (sexo)			
As mulheres podem dar biberão aos bebés, os homens também. (género)			
O Sexo do bebé é determinado pelo cromossoma do homem. (sexo)			
Em Moçambique, a maior parte dos trabalhadores da construção são homens. (género)			
Em Moçambique, muitas famílias preferem enviar os rapazes à escola em vez das meninas. (género)			
Muitos homens preferem ter filhos homens. (género)			
Muitos rapazes são mais fortes que muitas meninas. (sexo/testosterona)			
As meninas devem fazer tudo o que o namorado pedir. (género)			
Os desportos são mais importantes para os rapazes do que para as meninas. (género)			

Sexualidade

Falamos de prazer quando vimos a adolescência.

Dinâmica

Roda de conversa

Reúna o Grupo e explique que a conversa vai ser sobre **SEXUALIDADE**. Coloque uma folha de papel Gigante e peça que cada uma fale o que vem a cabeça quando ouve essa palavra, sem interromper. Anote as palavras no papel e, quando terminar, procure criar um conceito sobre o que faz parte da **SEXUALIDADE** junto com o Grupo.

Sugestão de Perguntas

1. O que é sexo
2. O que é sexualidade?
3. Como é que uma menina sabe que gostaria de namorar com alguém?
4. Quando é que uma menina sabe que já pode ser mãe?

Explique que:

Sexo é o que identifica as pessoas como sendo homens ou mulheres.

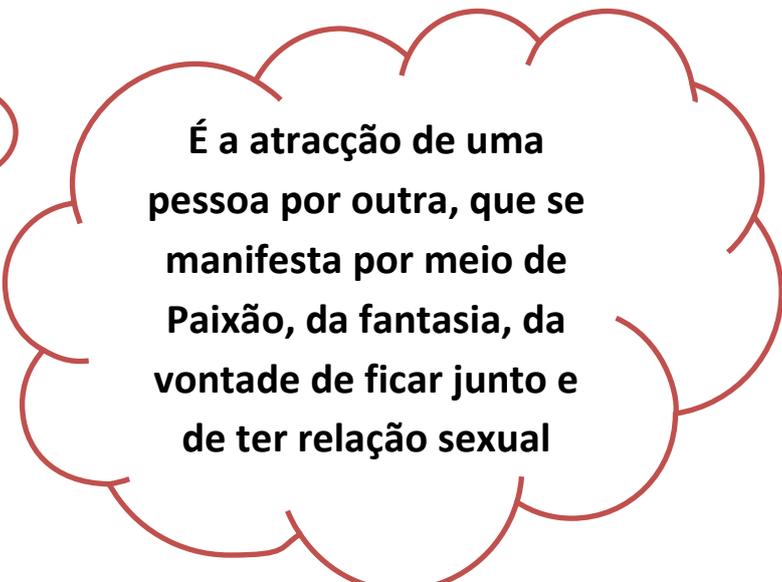
Portanto pessoa do **sexo feminino** ou do **sexo**

E que,

SEXUALIDADE é um aspecto fundamental da vida Humana e que diz respeito às formas, maneiras que as pessoas buscam para ter ou mostrar prazer.

Esse prazer não diz respeito só a Relação Sexual, mas também, a todas as outras formas de se relacionar que dão algum tipo de emoção e afecto, carinho.

Explique que dá para ver que a sexualidade é tudo aquilo que desperta o **DESEJO**



É a atracção de uma pessoa por outra, que se manifesta por meio de Paixão, da fantasia, da vontade de ficar junto e de ter relação sexual

Então SEXUALIDADE é:

- ... Gostar de alguém.
- ... Vontade de ficar junto só a conversar.
- ... E quando uma menina me toca e eu sinto um calor por dentro.
- ... E quando um menino olha para mim de maneira que do um arrepio.
- ... Aquilo que sinto quando dou beijo na boca.

Lembre do informar que:

A **SEXUALIDADE** é uma construção da Sociedade, ou seja, a pessoa não nasce com a sexualidade pronta; Ela depende da Cultura e da Sociedade em que vivemos e que valoriza determinadas atitudes e comportamentos e desvaloriza outros.

Ex.: os Ritos de iniciação da rapariga, onde são ensinadas sobre aspectos da sexualidade

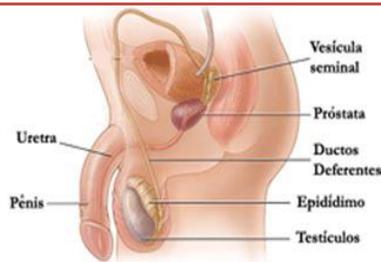
Conhecendo nosso corpo

Para início de conversa, pergunte se alguém já ouviu falar de Aparelho reprodutor.

De seguida, peça para cada uma dizer quais são os órgãos do Aparelho reprodutor feminino

Faça uma breve explicação sobre o aparelho reprodutor feminino

Aparelho Reprodutor Masculino



Órgãos genitais externos do homem

Pênis - é um órgão muito sensível cujo tamanho varia de homem para homem. O pênis tem duas funções, reprodutora e urinária, e se compõe das seguintes partes:

Prepúcio - É a pele que cobre a ponta do pênis. Precisa de ser puxada para trás na hora do banho para evitar a acumulação de uma secreção que pode provocar irritação, infecção e mau cheiro. Ela é retirada na circuncisão.

Glande - Conhecida também por cabeça do pênis, é muito sensível e sua pele bem macia.

Saco Escrotal - Lugar onde se encontram duas bolas que são os testículos.

Órgãos Genitais Internos

Vesículas Seminais - são duas bolsas atrás da bexiga, cujos fluidos facilitam a saída dos espermatozoides.

Uretra - é o canal por onde saem a urina e o esperma.

Próstata - suas glândulas produzem a secreção que, junto com o fluido das vesículas, forma o esperma.

Canais Deferentes - dois canais que saem dos testículos e conduzem os espermatozoides até à próstata.

Canal Ejaculatório - canal por onde passa o esperma na hora da ejaculação.

Epidídimo - Canal que armazena os espermatozoides.

Testículos - são as glândulas sexuais masculinas que produzem as hormonas (testosterona) e os espermatozoides.

Nota importante

Explique o local onde ficam os espermatozoides e o trajecto até a ejaculação.

Explique na ejaculação o rapaz liberta os espermatozoides que vão fecundar o óvulo e assim temos a gravidez.

Aparelho Reprodutor Feminino

Órgãos sexuais externos da mulher

O conjunto dos órgãos sexuais externos chama-se vulva e possui os seguintes componentes:



Monte de Vénus – é a parte onde existe maior quantidade de pelos. **Clitóris** – é um órgão arredondado e pequeno que fica acima da entrada da uretra. É muito importante porque é o responsável pelo prazer da mulher.

Pequenos Lábios – podem ser vistos quando afastamos os grandes lábios com os dedos. Não tem pêlos e são muito sensíveis.

Abertura da uretra – é o orifício por onde sai a urina.

Abertura da vagina – é uma abertura alongada por onde saem os corrimentos, o sangue menstrual e o bebé. Nas mulheres que ainda não tiveram relações sexuais com penetração, essa abertura é recoberta por uma membrana chamada hímen.

Grandes Lábios – é parte mais externa da vulva, recoberta por pêlos

Virgindade

Virgem

É chamada de virgem a pessoa (homem ou mulher) que nunca teve relações sexuais

A menina antes de ter relação sexual, tem uma placa que protege a vagina que se chama de HÍMEN.

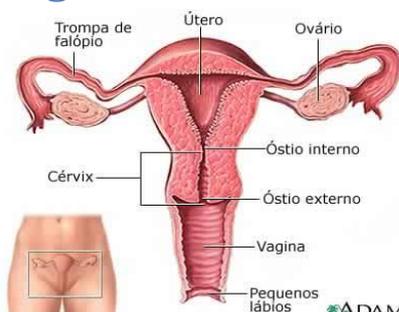
Mensagem importante

- Virgindade não é doença;
- Virgindade não faz mal á saúde;
- Virgindade ajuda a prevenir-se da gravidez;
- Virgindade ajuda a prevenir-se da Gonorreia, Sífilis, HIV e SIDA;
- Cada pessoa está livre de decidir quando ter relações sexuais;

Nota:

A primeira vez pode ser muito boa, quando existe amor, afecto, carinho e já combinaram se proteger contra a Gravidez Indesejada, as Infecções de transmissão sexual incluindo o HIV.

Órgãos Genitais internos da mulher



Trompas de Falópio - são duas e ficam uma de cada lado do útero. Elas ramificam-se até aos ovários, lembrando uma flor. É por dentro das trompas que os óvulos se deslocam para o útero.

Vagina - é um canal que começa na vulva e vai até ao colo do útero. Por dentro, é feita de um tecido semelhante à parte interna da boca, só que cheia de pregas que permitem que ela estique na hora da relação sexual ou para que o bebé passe na hora do parto.

Ovários - São dois, um do lado esquerdo e outro do lado direito. São o local onde os óvulos estão armazenados, se desenvolvem e amadurecem. Produzem também as hormonas femininas.

Útero - é um órgão do corpo da mulher onde o feto se desenvolve durante a gravidez. Quando a mulher não está grávida, o útero tem um tamanho de punho fechado.

Colo do útero - é a parte inferior do útero que tem um orifício por onde passa a menstruação. Num parto normal, esse orifício aumenta para dar passagem ao bebé.

Corpo do Útero - é a parte maior do útero que cresce durante a gravidez e retorna depois do parto ao tamanho normal.

Socorro

- *Alguém acredita que se tiver relação sexual pela primeira vez não vai ficar grávida? Isso não é verdade.*
- *A menina antes de ter relação sexual, tem uma placa que protege a vagina que se chama de HÍMEN.*
- *Se a menina estiver no período fértil ou perto, pode ficar grávida*

Faça a pergunta:

Quem tem de pensar em evitar a gravidez? O rapaz ou a rapariga?

Esperar respostas como estas e debater

- Quem tem de pensar nisso é a mulher
- Como assim. O rapaz e a rapariga devem pensar juntos em evitar gravidez. Porque acha que só a rapariga tem o dever de se cuidar?
- A gravidez acontece no corpo da rapariga então ela que tome a Pílula
- Porque é que o rapaz não usa o preservativo?
- O Preservativo pode furar, então a rapariga que tome Pílula
- Pílula não previne SIDA

Período Fértil

O QUE É ISSO? Pergunte quem sabe ou já ouviu falar do período fértil

Espera as respostas, depois explique o que é o **Período Fértil**.

Período Fértil é o momento em que o Ovário liberta o ovo maduro e possibilita a gravidez se ela tiver relação sexual

Nota importante

O **Período Fértil** é um intervalo de tempo durante o qual a mulher tem maior risco de engravidar

Explique que o período Fértil está diretamente relacionado com a **MENSTRUAÇÃO**

Menstruação é um fluxo de sangue que é libertado pela camada do útero, quando não há fecundação

É um risco ter relação sexual porque o homem está sempre fértil. A sua produção de **ESPERMATOZÓIDES** não para nunca.

Os espermatozoides saem enlouquecidos

Para encontrar o **Óvulo**

Óvulo- Célula reprodutora feminina

ESPERMATOZÓIDE É A CÉLULA REPRODUTORA MASCULINA

Os Espermatozoides quando chegam à vagina, ficam vivos 72 horas. Como o Espermatozoide fica vivo durante três (3) dias, a rapariga pode ter feito relação sexual num dia que não estava fértil, mas o espermatozoide ficou lá a espera para **FECUNDAR** o óvulo.

Fecundação é quando um óvulo maduro é fertilizado, dando origem a uma gravidez

GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA

Dinâmica – A gravidez na balança

- ▶ Tenha dois pratos sendo para as vantagens e outro as desvantagens;
- ▶ Entregue dois pedaços de papel aos participantes para escreverem uma vantagem (bom) e uma desvantagem (mau) da gravidez na adolescência;
- ▶ Peça para cada um ler o que escreveu no seu papelzinho e colocar no prato respectivo (aquele definido para vantagens ou desvantagens);
- ▶ A medida que os papéis vão sendo depositados, faz-se um debate sobre as opiniões apresentadas e sobre as oscilações da balança.

Nota: Como não teremos balança, vamos contar o número de pedaços de papel em cada prato (número de vantagens e Número de desvantagens).

Depois passe á discussão dos aspectos na caixa que se segue

- Alguma rapariga na vossa comunidade ficou grávida?
- Como ela foi tratada pela família, amigas e amigos?
- Se ela estudava, continuou na escola?
- ≥ Se fosse um rapaz que descobriu que vai ser pai, teria recebido o mesmo tratamento? Se estivesse a estudar deixaria a escola

Quando se fala de gravidez na adolescência, a primeira imagem que vem é da rapariga, pois o bebe vai crescer no corpo dela.

Mas não, vai crescer no corpo da rapariga, mas tem um pai, que também pode ser um adolescente. Eles precisam de apoio da família, dos amigos, da comunidade.

Vamos conversar

Comece por explicar que a conversa vai ser sobre Contracepção e Gravidez na adolescência. Inicie a conversa com as seguintes perguntas:

1. Quando uma rapariga decide ter uma relação sexual, pensa antes se quer ser mãe ou não? Por quê?
2. Como acontece uma gravidez?
3. Sabem como se prevenir de uma gravidez?
4. De quem é a responsabilidade de pensar na prevenção da gravidez antes da relação sexual acontecer? A rapariga? O rapaz? Os dois?
5. Onde e com quem podem falar sobre como prevenir gravidez?

Tenha as raparigas em dois grupos e deixe que respondam às perguntas por cinco minutos. Depois inicie o debate sobre as respostas dadas por cada grupo.

Jogo: Concordo, Não concordo, Não sei

Depois passe para o Concordo, Não concordo, Não sei. Apresente as afirmações apresentadas no quadro na folha de papel gigante e cada uma vai marcar com um X a sua opinião

Frases	Concordo	Não concordo	Não sei
Ter um(a) filho(a) quando se é adolescente é uma boa forma de chamar atenção.			
Você só deveria ter relações sexuais com a pessoa que você ama.			
Esperar para ter relação sexual até tornar-me adulto(a) é uma boa idéia.			
Quando um homem e uma mulher têm relação sexual, a contracepção (evitar gravidez) é responsabilidade dela.			
Em uma família, o apoio financeiro é responsabilidade do homem			
Uma jovem que carrega preservativo na bolsa é uma "mulher fácil".			
Uma jovem que sai sozinha à noite com roupas justas quer ser violentada			
É errado jovens terem relações sexuais.			
Um jovem torna-se mais homem quando tem um filho			

Se meu namorado ameaça abandonar-me se eu não fizer sexo com ele, eu cedo.			
Uma moça não engravida na primeira relação sexual			
Uma moça não engravida se tiver relação sexual em pé			
Se o rapaz usa correctamente o preservativo, a moça não engravida.			
Se a moça se lava logo depois da relação sexual, ela não engravida			

PREVENÇÃO É TUDO DE BOM

Prevenir é evitar que alguma coisa que não gostamos aconteça no nosso corpo.

Para além da gravidez que vimos antes, também podemos apanhar infecções durante uma relação sexual.

➤ Alguém sabe dizer que infecções são essas?

Esperar a resposta como: **Gonorreia, Sífilis, HIV;**

Felicitar a resposta correta e perguntar que nome se dá a essas doenças? Esperar resposta como: **Doenças de transmissão sexual**

Depois da resposta, explicar que são **INFECÇÕES de TRANSMISSÃO SEXUAL**

Infecção que passa de uma pessoa para outra durante a relação sexual

Repisar que as Infecções de transmissão sexual são as que citaram: **Gonorreia, Sífilis, HIV e SIDA e muitas outras.**

SIDA É quando o sistema de defesa da pessoa que tem o HIV não consegue impedir que uma doença se manifeste

HIV e SIDA

O que sabemos sobre o HIV e SIDA?

Perguntas:

1. O que é o HIV?
2. O que é SIDA
3. Como se pode apanhar o HIV?
4. Onde é que o HIV ataca quando entra no corpo da pessoa?
5. Como podemos nos prevenir?

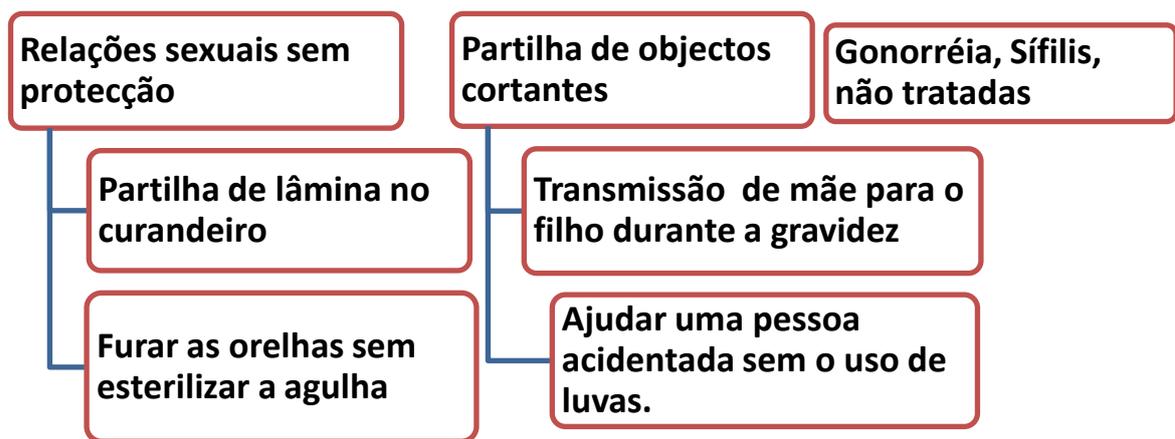
Esperar que as meninas expliquem o que sabem, depois poderá repisar com as seguintes afirmações:

A **primeira coisa** a pensar é que qualquer pessoa pode ser infectada pelo **HIV**

A Sigla HIV significa Vírus de Imunodeficiência Humana. É o Vírus que causa o SIDA

A **segunda** é que a pessoa pode se infectar quando entra em contato com o sangue, líquidos sexuais, leite materno infectado.

Como a pessoa pode se infectar:



A terceira é que o alvo do HIV são as **CÉLULAS DO SISTEMA IMUNOLÓGICO** células de defesa do organismo da pessoa. Essas células são responsáveis por defender o nosso corpo de doenças.

Quando o HIV entra no corpo, ataca as células de defesa, se subdivide e aumenta a quantidade de vírus no sangue.

Outra coisa importante: ter o HIV e ter SIDA, são duas coisas diferentes

O HIV é o bicho que provoca a doença chamada de SIDA

A pessoa com HIV, vive como outra qualquer.

A pessoa com SIDA, as células de defesa já não têm capacidade para defender o organismo, então esta pessoa pode ter todo o tipo de doença, como Tuberculose, pneumonia, aproveitam que o corpo está fraco e entram. Chamam-se **doença oportunistas**

Vamos falar de SIDA

Ao contrário da Gonorreia, Sífilis, a SIDA foi conhecida em 1981. Pode ser uma doença que já existia, mas ainda não se sabia.

Ora vejamos:

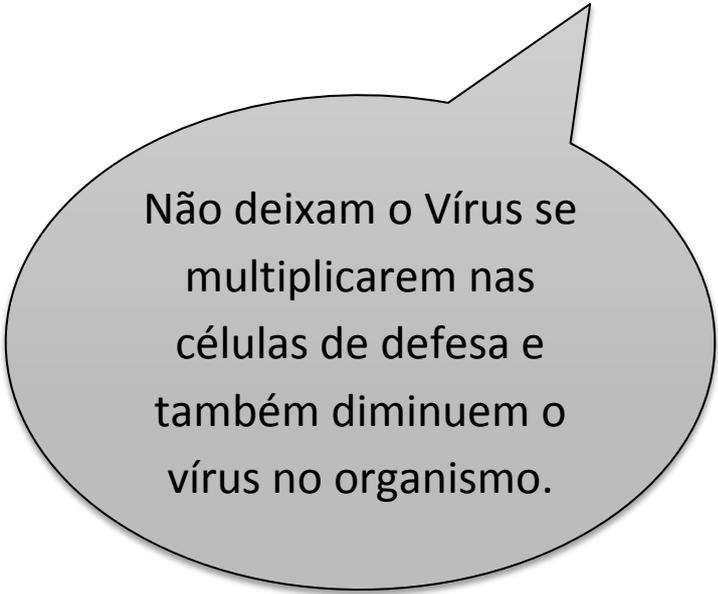
Síndrome- conjunto de sinais e sintomas de uma doença;

Imunodeficiência- incapacidade do organismo de se defender dos agentes infecciosos;

Adquirida- pode se apanhar em contacto com uma pessoa infectada pelo vírus

Também, ao contrário da Gonorreia, Sífilis, o HIV não apresenta sinais nem sintomas. Só pode saber que está infectada depois de fazer o teste.

A SIDA não tem cura, mas tem tratamento. Esse tratamento é feito com medicamentos chamados **Antirretrovirais**



Não deixam o Vírus se multiplicarem nas células de defesa e também diminuem o vírus no organismo.

Como se prevenir na hora do sexo?

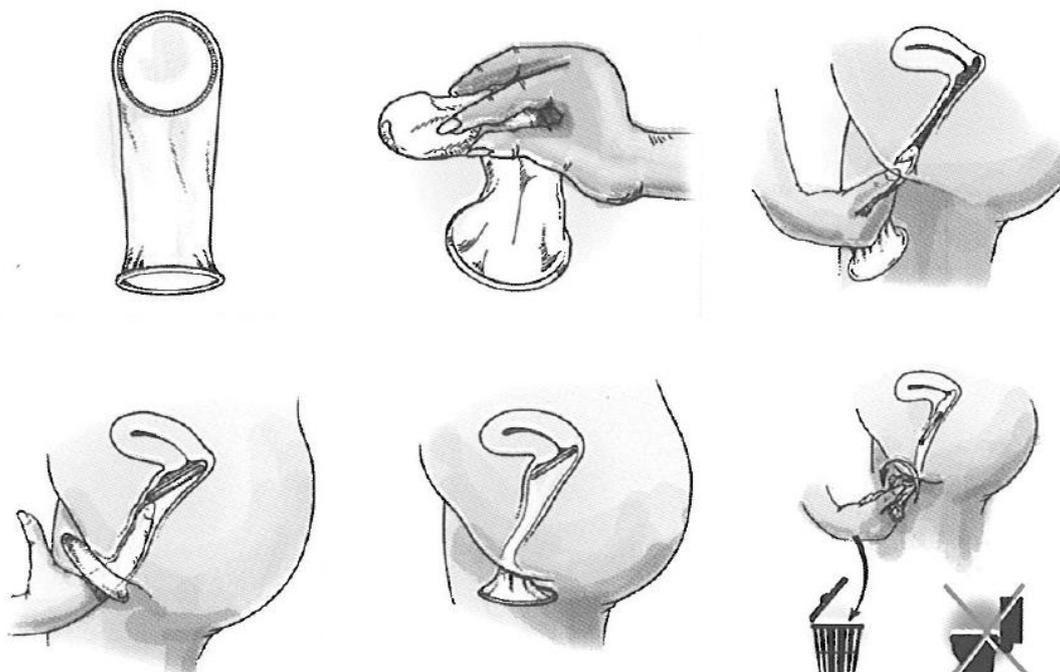
Falamos, mas nunca é demais repetir.

A pessoa pode apanhar o HIV durante a relação sexual. E a melhor forma de prevenção é usar o Preservativo sempre.

Como usar correctamente o Preservativo Masculino



Como usar correctamente o Preservativo Feminino



Leia mais: <http://jus.com.br/artigos/33681/accoes-levadas-a-cabo-pelo-governo-ongs-e-outras-entidades-no-ambito-da-promocao-proteccao-e-divulgacao-dos-direitos-de-saude-sexual-e-reprodutiva/2#ixzz3RQV9wL7w>

Nações unidas (1994), apud, N'WETY (2011)
“Pesquisa sobre audiência saúde sexual e reprodutiva e direitos em Maputo, Manica e Nampula”. N'wety, Maputo, Pág. 10

[Robinson, L, & Elliott, S. \(2000\). The practice of community development approaches in hearth Health promotion. Health education Research Theory and practice, 15, 219-231.](#)

SERRAO, Margarida e BALEEIRO, Maria Clarice. Aprendendo a ser e a conviver. São Paulo: FTD/ Fundação Odebrecht, 1999, pp. 209-212.

WLSA Moçambique. [OS RITOS DE INICIAÇÃO NO CONTEXTO ACTUAL: ajustamentos, rupturas e confrontos. Construindo identidades de género.](#)