

# Criança livre do HIV/SIDA



Quando acabar de  
almoçar, vou contar ao  
Nico as histórias sobre o  
HIV/SIDA.

Informação para crianças sobre o desenvolvimento do corpo  
humano, saúde sexual e HIV/SIDA

473



Save The Children UK Moçambique  
1ª Edição

## AGRADECIMENTOS

O presente livro é resultado de uma pesquisa realizada pela Save The Children UK (SC-UK) na Província da Zambézia, cidade de Quelimane no Quinto Bairro de Namuinho com crianças e jovens.

Este livro procura de forma clara e simples orientar a criança de modo a que esta possa estar informada sozinha, com amigos e, quem sabe, também com a pessoa adulta da sua extrema confiança, sobre os vários assuntos relacionados com as DTS's/HIV/SIDA.

Para além destas, o livro tem ainda outras informações relacionadas com aspectos que as crianças identificaram como sendo de grande valor para um melhor conhecimento.

A equipa de trabalho da Save The Children UK apresenta os seus agradecimentos a todos aqueles que, directa ou indirectamente, contribuíram para que o trabalho da produção destes materiais fosse possível. Pensamos nós que o mesmo poderá ser usado por todas as crianças Moçambicanas. Muito foi já feito, mas para crianças se prevenirem da infecção pelo HIV/SIDA, achamos existir ainda pouco.

Agradecimentos especiais vão para os dirigentes das instituições com as quais trabalhamos, no momento da pesquisa das necessidades das crianças e jovens para posteriormente podermos produzir o presente material com base numa realidade concreta. Particular atenção para a Dra Manuela Dallas do Gabinete Provincial de Combate ao SIDA, o Presidente do Concelho Municipal da Cidade de Quelimane, a Direcção Provincial da Educação e da Cidade de Quelimane, destacando o Director da Escola Primária Completa de Namuinho.

Especiais agradecimentos vão para a Save The Children New Zealand e o governo da Nova Zelândia que, com todo interesse, financiou o projecto e a produção dos materiais.

Contudo queremos dirigir os nossos agradecimentos particulares às seguinte figuras:

### Comité Directivo de Crianças

Admira Francisco  
Fausia Carlos  
Melinha Jumasto  
Abacar Paulino  
Júlia Jolito  
Atanásio Fernando  
Elias Ezequiel  
Jeremias Sura  
Filipa Moniz  
Joaquina Brito  
Mamí Virgílio  
Oliveira Proveta  
Arestil da Graça  
Alburque Carlos  
Adriana Braz

### Comité Directivo de Jovens

Lázaro Jaime  
Rute Rui  
Calida Atumane  
Ésio Bitone  
Rosa Basílio  
Benedito Bulha  
Sérgio Luís  
Ângelo Manuel  
Nina Rocha  
Felomena Emílio  
Emília Dido  
Artenet Miguel  
António António  
Judite Brito  
Básílio Omar

#### Comité Directivo da Comunidade

Aissa Fernando Luís  
René António Madeira  
Rodolfo Talhada Bernardo  
Raimo Ibraimo Abdul Remane  
Alzira Mizé Aundo  
Geralda Arnaldo Camuramura  
Isaltina António Mussagiba  
Nita Rosário Inácio  
Teresa Macário Filipe  
Pipo Lemane  
Bancelar Augusto Angorete  
Arlindo Alfredo António  
Anastácio Mizé Aundo  
Eugénia Emílio  
António Araújo

#### Comité Directivo de Professores

Rui Melão Arundisso  
Domingos Titus Gonçalves  
Francisco Patrício Bernardo  
Isac Machaca  
Meque Campira Campira  
Glória de Souza Fager  
Joana Mendes Lima  
Bernardete da Costa Pereira  
Sérgio Joaquim Duarte  
Neto Monteiro  
Eugénio B. Tricano  
Cardoso Mário  
António F. Bissane  
Joaquim Lourenço  
Felizardo Arijuane

#### Equipa de Save The Children UK

Etelvina da Cunha  
Albertina Paulo Muchanga  
Lucas Mário Sampaio  
Rodolfo Cassiano  
Apoio pedagógico: Maria Clementina Fernandes  
(professora de Português e estudante na  
Universidade Pedagógica Maputo),  
Artista: Emiliano Varela de Barros,  
Apoio nas técnicas da educação pelo teatro:  
Prince Mulondo Yosia  
Assessoras: Sally Griffin  
Karen Johnson  
Siân Long  
Conselheiro gráfico: José Balate

## INTRODUÇÃO

Como vocês sabem o mundo todo anda com muitos problemas. Um problema grande que está a preocupar a todos é o HIV e como consequência o SIDA.

Produzimos este livro para ajudar a esclarecer às meninas e meninos o desenvolvimento do seu corpo, a sua sexualidade e o HIV/SIDA.

Este livro é para vocês lerem sozinhos. Se quiserem, podem fazer os exercícios com os vossos amigos ou com pessoas mais crescidas.

O livro inclui alguns símbolos para te apoiar.

Cada um é responsável por si próprio no comportamento, na vida, nas atitudes e nas decisões chaves que tomar.

Para uma melhor decisão, necessitas de estar informado.

Este livro foi produzido com envolvimento das crianças e dos jovens para ajudar na educação sobre sexualidade de todas as crianças.

Prontos, meninas e meninos, vamos a isso.

## Símbolos, Abreviaturas e Glossário

	Pode fazer com outras crianças
	Em caso de dúvidas poderás consultar com os teus pais, professores, ou amigos mais velhos
SC-UK	Save The Children UK - é o nome de uma organização britânica que apoia a criança.
New Zealand	Nova Zelândia, um país
G.A.T.V	Gabinete de Aconselhamento e Testagem Voluntária
O.M.S.	Organização Mundial de Saúde
Baitô, baitô, baitô	Língua chuabo que significa chega, chega, chega
Côdô	Língua chuabo que significa confusão
Edji	Língua chuabo que significa isto
Bactéria	Ser vivo que provoca algumas doenças
Circuncisão	Corte do prepúcio
Djambalão	Uma fruta local
Infertilidade	Incapacidade de fazer filhos (não poder reproduzir)
Microscópio	Aparelho que serve para ver coisas muitíssimo pequenas como bactérias, vírus etc
Organismo	Corpo
Prepúcio	Pele na parte da frente do pénis
Reinfecção	Voltar a ficar infectado
Seropositivo	Uma pessoa que tem o vírus de HIV no seu organismo





Tema 1



O CONHECIMENTO DO CORPO HUMANO

A Maria, de 8 anos, vive no bairro Namuinho e faz uma pergunta à sua amiga:

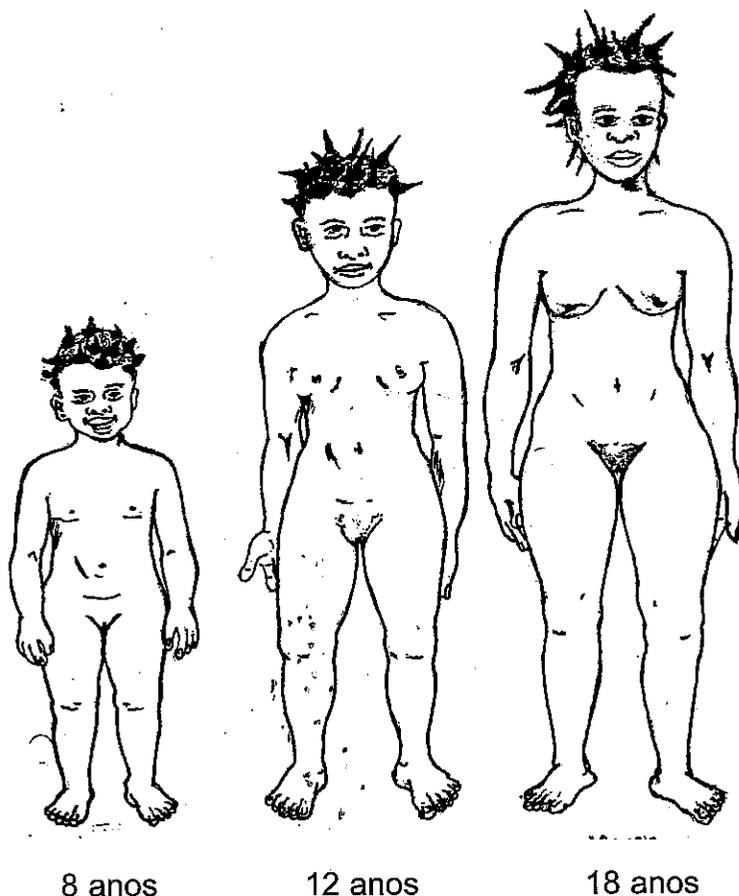


... e ainda em Namuinho o Sérgio pergunta ao seu primo:





Presta atenção à figura



8 anos

12 anos

18 anos

O que observas?



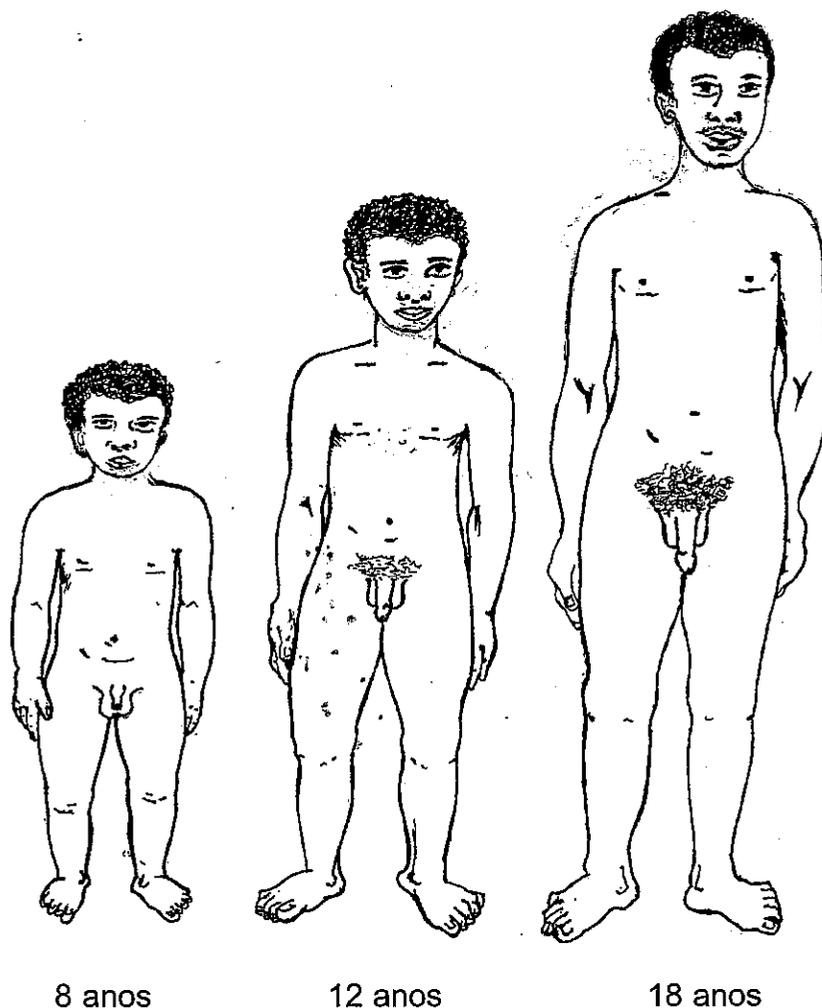
Primeiro vêes uma criança com cerca de oito anos. Depois uma menina de 12 anos e a seguir uma rapariga de 18 anos.

O corpo feminino tem transformações. Nota-se:

- O aparecimento dos seios
- Pêlos nos sovacos
- Pêlos acima da vagina
- Início de menstruação



Agora observa a figura a seguir:



O corpo masculino também se modifica. Nota-se:

- Pêlos nos sovacos, no peito e nas pernas
- Aparecimento do bigode
- O peito e os ombros alargam-se
- A voz torna-se mais grossa
- O pênis e os testículos aumentam





ATENÇÃO

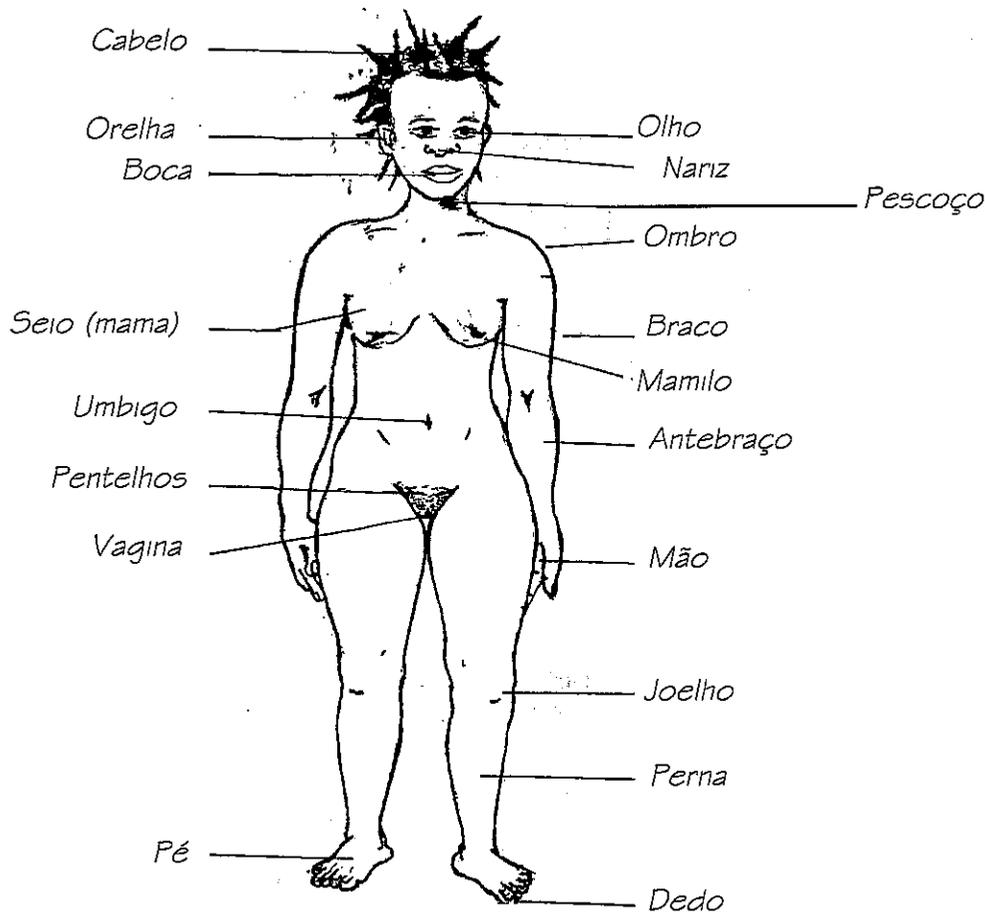
Todas as meninas e os meninos passam por estas transformações. A adolescência começa em geral entre os 10 - 12 anos com as mudanças mencionadas.

Os nossos pais também passaram por estas mudanças até atingir a fase adulta.

Vamos conhecer o corpo humano

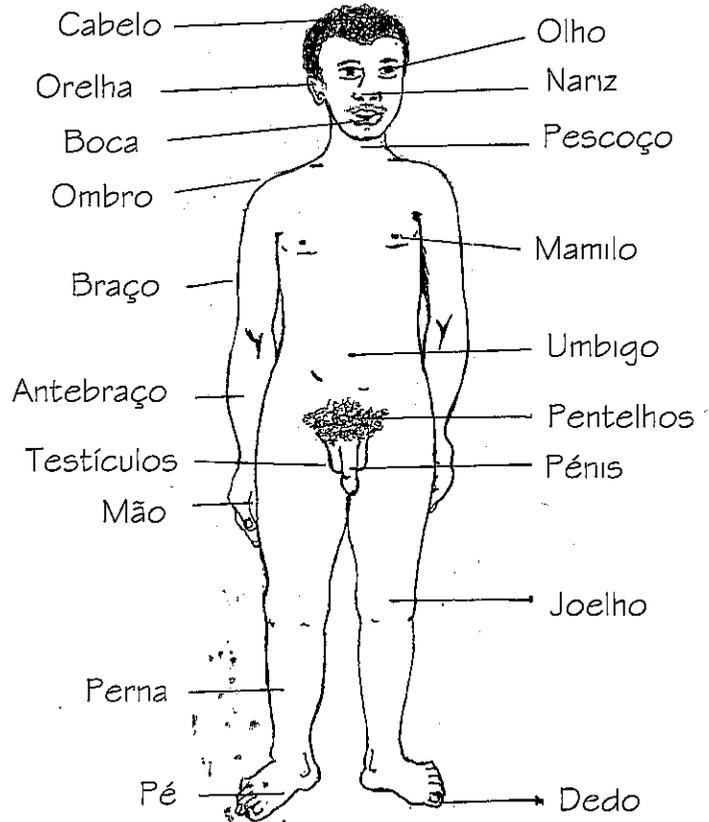


Legenda do corpo feminino





Legenda do corpo masculino



EXERCÍCIOS

EXERCÍCIOS

EXERCÍCIOS

1. Coloque dentro do quadradinho um (x) na resposta certa.



Entre os dez e os doze anos o corpo da menina começa a ter as seguintes transformações:

- Pêlos nos sovacos.....
- Voz grossa.....
- Aparecimento do bigode.....
- Aparecimento dos seios.....
- Pêlos acima da vagina.....
- Início da menstruação.....
- O pênis e os testículos aumentam....



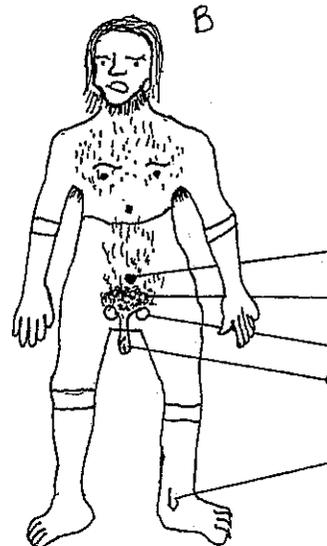
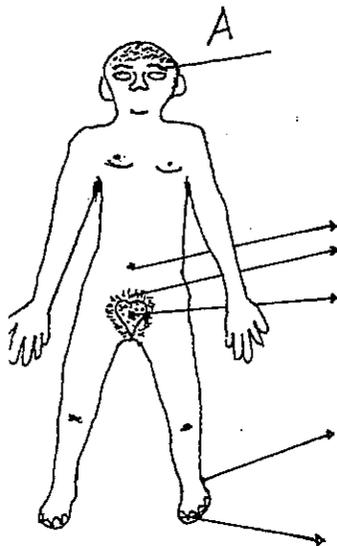
2. Coloca dentro do quadradinho um (x) na resposta certa.

Entre os dez e os doze anos o corpo do rapaz começa a ter as seguintes transformações:

- Início da menstruação.....
- Aparecimento do bigode.....
- Pêlos nos sovacos, no peito e nas pernas.....
- Voz grossa.....
- Pêlos acima da vagina.....
- O peito e os ombros alargam-se.....
- O pênis e os testículos aumentam.....



3. Faz a legenda do corpo humano A e B feito pelas crianças de Namuinho



Tema 2

APARELHO REPRODUTOR FEMININO E MASCULINO



Existem muitas histórias sobre o nascimento de bebés. Muitas crianças pensam que os bebés são comprados no hospital.

Vamos, agora, conhecer uma história sobre o nascimento dos bebés



Certo dia o Lázaro viu a mãe chegar à casa com um bebé pequeno. Ele perguntou à mãe:

– Mamã, onde arranjaste o bebé?

A mãe respondeu:

– Lázaro! Este bebé é teu irmão. Comprei-o no hospital.

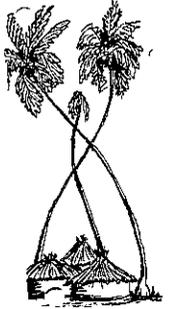
No dia seguinte o Lázaro foi brincar com os amigos. Contou-lhes que já tinha um irmãozinho. A mãe tinha comprado no hospital.

O Ângelo ficou admirado e disse:

– A minha tia disse que apanhou o bebé dela na estrada.

Na estrada? perguntou o Ézio admirado. –A minha irmã mais velha disse-me que comprou no mercado! disse o Ézio.

Depois de muito tempo os três amiguinhos chegaram à conclusões diferentes. Os bebés ou se compram no hospital ou no mercado ou se apanham na estrada.



Gostaste da história? É bonita!...



Neste espaço escreva uma pequena história sobre como nascem os bebés na tua aldeia/bairro ou cidade.

---

---

---

---

Então veja como realmente vêm os bebés



Acompanhe atentamente a conversa entre Julinha e Melinha. Melinha é a irmã mais nova da Julinha. Um dia elas foram ao mercado fazer compras e lá encontraram uma senhora com uma barriga grande a vender tomate e quiabo. De regresso à casa a Melinha perguntou a irmã:





Mana!  
Viste aquela senhora  
com barriga grande?

Sim! Ela está grávida!



Mas o que é  
gravidez?

É um estado normal.  
Quando uma mulher vai ter  
bebê ele se desenvolve na  
sua barriga.

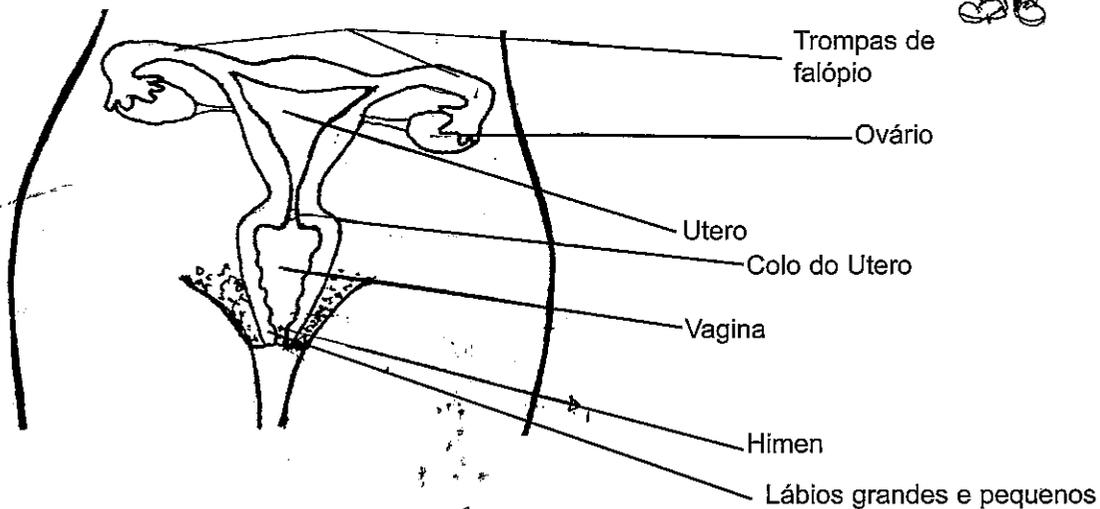




## APARELHO REPRODUTOR FEMININO



Repare na figura, as setas indicam o nome dos órgãos.



**Ovários** encontram-se dentro da barriga. São do tamanho de dois “djambalão”. Ficam situados um do lado direito e outro do lado esquerdo. Eles têm a função de produzir óvulos.

**Trompas de falópio** servem de caminho para os óvulos passarem para o útero, quando saem dos ovários. As trompas têm ligação com o útero e todo sistema reprodutor feminino.

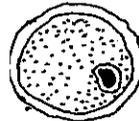
**O Útero** tem a forma e tamanho de um caju. É aqui que se desenvolve o bebé durante 9 meses. Depois do útero, encontra-se um canal que se chama vagina.

**Vagina** comunica para fora através de uma abertura. É por esta abertura que sai o bebé quando nasce, que sai o sangue menstrual e entra o pénis durante o acto sexual. Uma vagina saudável produz um líquido transparente que não cheira mal.

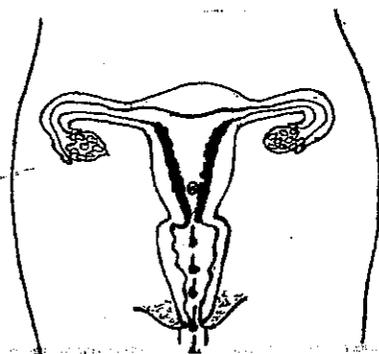
**Hímen** é uma pele fina que fica um pouco no interior da entrada da vagina. Normalmente a mulher perde o hímen na primeira relação sexual. Também pode perder o hímen ao fazer exercícios pesados ou introduzir objectos estranhos ou o dedo no canal vaginal.



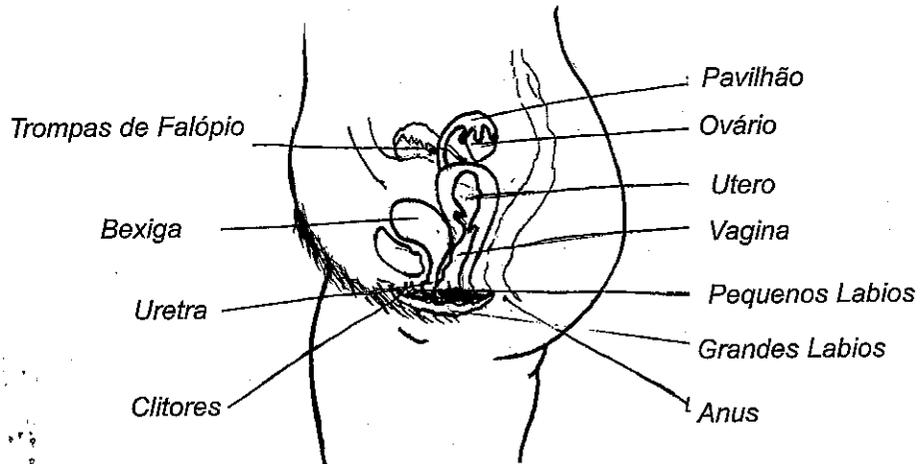
O **óvulo** é muito pequenino. Em cada mês um dos ovários liberta um óvulo. Em caso de este não ser fecundado pelo espermatozóide sai pela vagina em forma de menstruação (sangue). Quando o óvulo é fecundado, permanece no útero e desenvolve-se o embrião que após nove meses nasce o bebé.



Ovulo



Aparelho Reprodutor Feminino ( Vista Frontal )



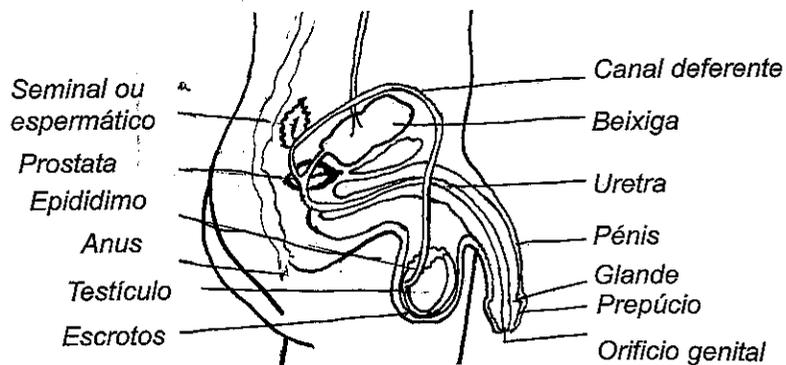
Aparelho Reprodutor Feminino ( Vista Lateral )

### APARELHO REPRODUTOR MASCULINO



Vamos observar a imagem que a seguir te é apresentada!...

Aparelho Reprodutor Masculino ( Vista Lateral )





**Pénis** é um órgão exterior no sistema reprodutor masculino. Serve para conduzir o xixi e o sémen. Nos momentos de excitação sexual, o pénis fica erecto (duro).

**Escroto** é uma espécie de saco exterior onde estão os testículos

**Testículos** têm a função de produzir espermatozóides

**Vesícula Seminal** são duas glândulas que produzem o líquido seminal (sémen).

**Epididimo** é um canal ligado aos testículos. É aqui onde ficam armazenados os espermatozóides.

**Próstata** é a glândula que produz um líquido, componente do sémen que neutraliza a acidez da vagina.

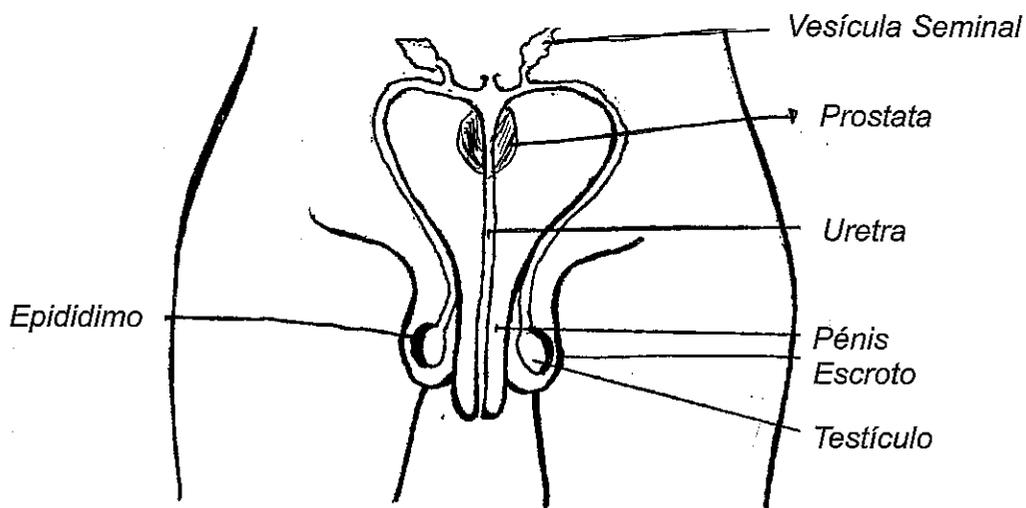
**Sémen** é o conjunto de espermatozóides, líquido seminal e o líquido produzido pela próstata. Ele pode sair através do pénis no acto sexual, na masturbação e nos "sonhos molhados".

**Uretra** é o canal no interior do pénis onde passa o sémen e a urina. A urina não passa, quando o pénis fica erecto.

**Espermatozóides** são muito pequeninos mesmo em relação aos óvulos. Em cada ejaculação saem milhões de espermatozóides.



Vista frontal do aparelho reprodutor masculino





### Cuidados de higiene com os órgãos reprodutores

- Lavar os órgãos que ficam do lado exterior todos os dias com água e sabão
- Os meninos que não fizeram a circuncisão devem afastar a pele que cobre a ponta do pênis para poderem lavar bem.
- É preciso trocar a roupa interior (biquine ou calcinha) todos os dias
- As meninas devem lavar todos os dias e sempre que fizerem qualquer tipo de necessidade.

As raparigas e rapazes devem lavar-se sempre antes e depois das relações sexuais.

### EXERCÍCIOS

### EXERCÍCIOS

### EXERCÍCIOS

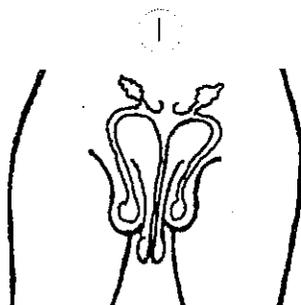


Presta atenção à figura 1, e 2



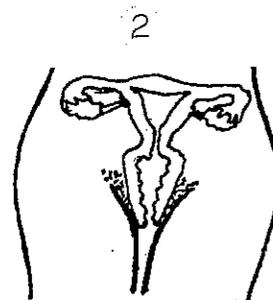
1. Qual dos órgãos reprodutores é o feminino e o masculino ?

Escreva dentro do rectângulo: MASCULINO / FEMININO



Orgão Reprodutor

↓  
[ ]



Orgão Reprodutor

↓  
[ ]



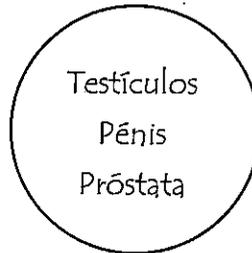
2. Completa.



Os órgãos seguintes pertencem ao:



Aparelho reprodutor



Aparelho reprodutor

3. Qual é o órgão?



a)... que se situa do lado direito e esquerdo da barriga e tem a função de produzir óvulos?

Resposta: \_\_\_\_\_

b)... que se parece com um caju e é onde o bebé se desenvolve durante 9 meses?

Resposta: \_\_\_\_\_

c)... que tem a função de produzir espermatozóides?

Resposta: \_\_\_\_\_

d)... que conduz o xixi e os espermatozóides para fora?

Resposta: \_\_\_\_\_

4. Escreva uma carta ao seu amigo a aconselhar sobre os cuidados que deve ter com os órgãos reprodutores. Como o seu amigo terá que fazer para ter uma boa higiene?



Agora vamos conversar sobre a menstruação.

1. O que é a menstruação?

A menstruação é a perda de sangue pela vagina em alguns dias de cada mês. Geralmente varia de 3 a 6 dias.



## 2. Quem pode ter a menstruação ?

Quem pode ter a menstruação são as mulheres.

## 3. Quando é que começa a menstruação ?

Geralmente começa a partir dos 10 - 11 anos de idade, existindo casos que começam mais cedo ou mais tarde.

Lê atentamente a carta que se segue



Florência

Espero que esta carta te encontre de boa saúde na companhia dos teus pais.

Escrevo para te pedir ajuda. Na semana passada, durante a aula de matemática, o professor chamou-me para resolver um exercício no quadro. Quando me levantei, senti que estava com a saia molhada de sangue. O professor apenas disse "Menina, vai para casa", sem me dizer mais nada. Admirada eu fui para casa. O que era aquilo? Será que estarei doente? E agora o que faço? Ajuda-me por favor.

Tchau.



Francisca

Agora meninos vamos dar uma resposta a nossa amiga Francisca

---

---

---

---

---

---

---

---





Quando Melinha e Julinha chegaram à casa  
continuaram ainda a conversar

Oh! Isto é interessante! Mas  
é possível evitar uma  
gravidez? Porque eu ainda  
quero estudar!

Podes evitar de várias maneiras,  
mas a mais segura é adiar a prãti-  
ca do sexo. Também existem  
outros métodos.



Uma  
criança pode ficar  
grávida?

Claro que pode,  
desde o momento que já  
tenha começado a ter  
a menstruação e manter  
relações sexuais.





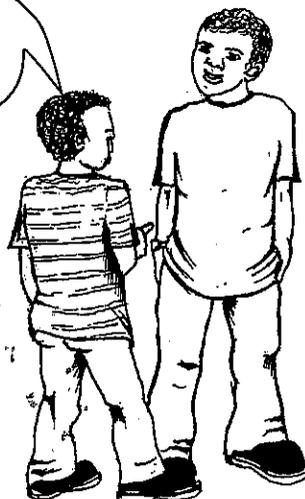
O QUE É O PRESERVATIVO ?



Acompanhe atentamente a conversa entre dois meninos. Os dois são irmãos, Abdul e Julinho

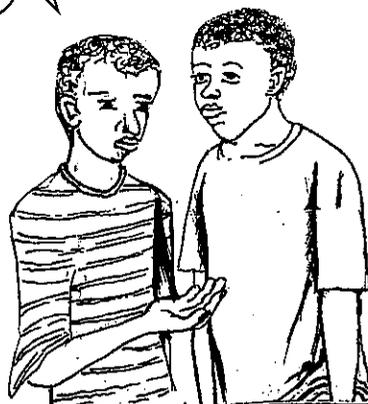
Julinho é um menino que gosta de fazer perguntas. Outro dia ele viu o irmão a meter qualquer coisa no bolso

Abdul,  
o que é isso que você  
está a meter no bolso?



Julinho!  
Não é nada, é um  
rebuçado.

Da-me lá.



Não posso.



O Julinho ficou em casa a chorar. O seu irmão saiu para ir visitar a namorada. Quando regressou à casa, ele viu o Julinho zangado.

Você disse  
que era um rebuçado  
e não me deu.:



Julinho, não fique  
zangado comigo.  
Você quer mesmo  
saber o que era  
aquilo que eu meti  
no bolso? Vamos  
conversar.

Julinho! Não é rebuçado.  
É isto! Olha, é um preserv-  
ativo ou camisinha



E o que é  
preservativo?



Abdul tira o preservativo da embalagem e mostra o irmão.

Toma, podes pegar.

Abdul, porque razão é preciso usar o preservativo?



É preciso usar o preservativo para evitar que as doenças de transmissão sexual possam passar de uma pessoa para outra. Também serve para evitar a gravidez indesejada.

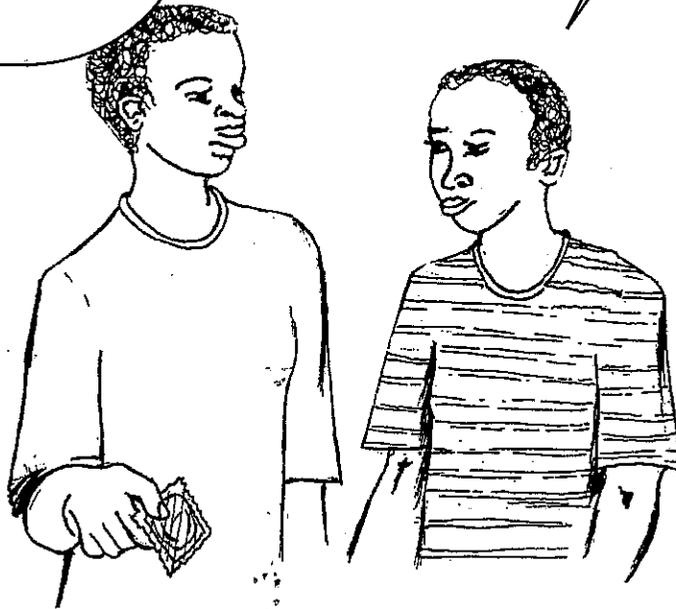
Afinal é para isso? Agora percebi.





Preservativo é um balãozinho muito fino de borracha que é usado no pênis quando ele fica duro na hora de fazer sexo.

OK, mano, agora sei o que é preservativo. Obrigado!

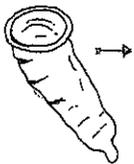


## TIPOS DE PRESERVATIVOS



Existem dois tipos de preservativos

1



Preservativo  
Masculino

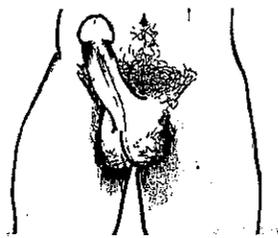
2



Preservativo  
Feminino



## COMO SE USA O PRESERVATIVO MASCULINO?



1

Deixar o pênis ficar duro (erecto)



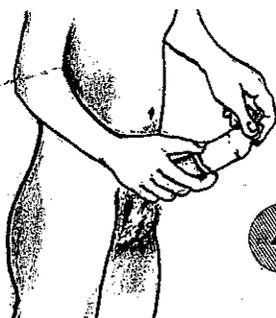
2

Abrir com muito cuidado a embalagem do preservativo



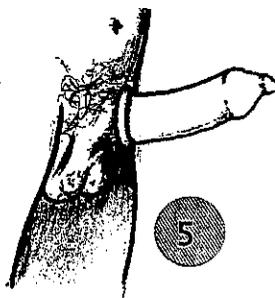
3

Com cuidado apertar a ponta do preservativo para tirar o ar. Isto é feito depois de colocar o preservativo sobre a cabeça do pênis



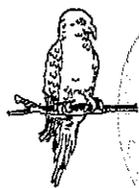
4

Desenrolar o preservativo até cobrir todo o pênis

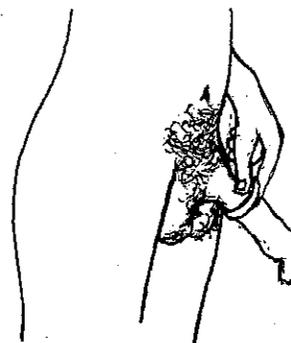


5

Depois de o pênis estar bem vestido faz-se relações sexuais

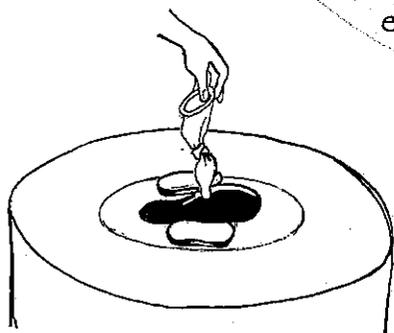


Agora o homem e mulher já podem ter relações sexuais com menos riscos de gravidez e DTS's!



6

Retirar o pênis da vagina enquanto o pênis ainda estiver duro. Quando o pênis está fora da vagina, retirar o preservativo do pênis com cuidado.



7

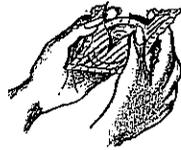
Fazer um nó no preservativo e deitar na latrina. Podes também fazer um buraco com a enxada e enterrar. Nunca deites fora de qualquer maneira.



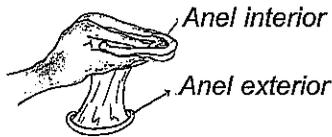


## COMO SE USA O PRESERVATIVO FEMININO

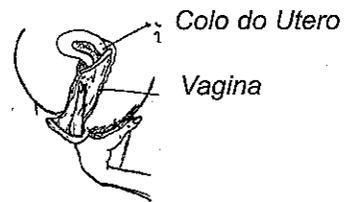
Retirar o preservativo da embalagem;



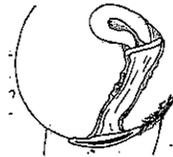
Segurar a base do anel interior;



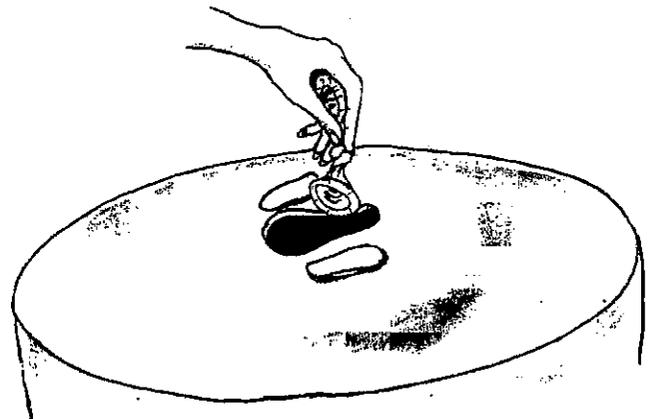
Com o dedo indicador dentro do preservativo, ajudar a introduzir o preservativo para dentro da vagina até tocar o colo do útero;



Depois de pôr o preservativo garantir que o anel de baixo está bem fixado no exterior da vagina.



Agora  
o homem e mulher já podem  
ter relações sexuais com  
menos riscos de gravidez  
e DTS's!



Deitar o preservativo na latrina.  
Podes também fazer um buraco com a enxada e enterrar  
o preservativo. Nunca deites fora de qualquer maneira.



## RECOMENDAÇÕES



Cada preservativo só se usa uma única vez em cada relação sexual.



O preservativo masculino pode ser comprado nas farmácias, nas bancas, barracas e em qualquer mercado.



Até hoje o preservativo feminino é apenas comprado nas farmácias.



É muito importante verificar o prazo de validade do preservativo.



## EXERCÍCIOS

## EXERCÍCIOS

## EXERCÍCIOS

1. Complete os sítios em branco.

- a) A menstruação é a perda de \_\_\_\_\_ pela \_\_\_\_\_.
- b) A gravidez é a união entre o \_\_\_\_\_ e \_\_\_\_\_ na mulher.
- c) Escreva os métodos que conheces para evitar a gravidez.

---



---

2. Assinala com (x) as afirmações certas:

- a) Só os rapazes é que evitam a gravidez.....
- b) Só as meninas é que evitam a gravidez.....
- c) Os rapazes e as meninas podem evitar a gravidez..

3. Os métodos bons para evitar a gravidez são possíveis de encontrar no:

- Curandeiro.....
- Posto de saúde .....
- Mercado .....
- Loja.....



### RESPONSABILIDADE DE SER PAI OU MÃE NA ADOLESCÊNCIA

Lê com atenção a história:

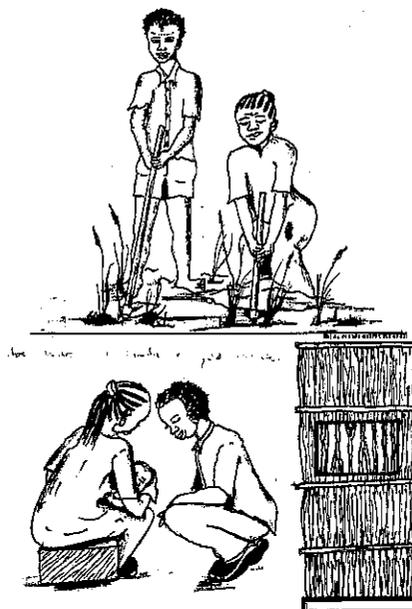
O Carlos contou aos amigos da escola uma das histórias que o avó lhe contara. Quando era jovem, teve um amigo de doze anos que engravidou uma menina também de 12 anos. Por isso, enfrentaram muitos problemas.

O rapaz não aceitava assumir a gravidez; os pais da menina exigiam a responsabilidade ao rapaz e a menina deixou de estudar porque sentia vergonha dos amigos. Os pais do rapaz, depois de acompanharem a situação, obrigaram





o filho a assumir as suas responsabilidades e aí este teve de deixar a escola e casar com a menina. Depois do casamento, eles iam a machamba cada dia para poderem ter comida. A criança nasceu. Nenhum dos dois sabia tomar conta do bebé e aí o bebé ficava sempre doente. Já não tinham tempo para nada. O pai do bebé deixara todas as brincadeiras e jogos com os amigos para atender, junto da mulher, as necessidades da família. Por isso, cresceram muito rápido com a experiência da vida.



1. O que mais te fez sentir nesta história ?

---

---

---

---

2. Que idade tinha o moço quando engravidou a rapariga ?

---

---

3. Porque tiveram que deixar de estudar os dois jovens ?

---

---

---

4. O que pensas sobre um pai ou mãe adolescente ?

---

---

---

---

---





5. Agora diga/escreva uma história parecida que tenha acontecido no teu bairro ou local de residência e como ultrapassaram as dificuldades

---

---

---

---

---

---

---

---

---

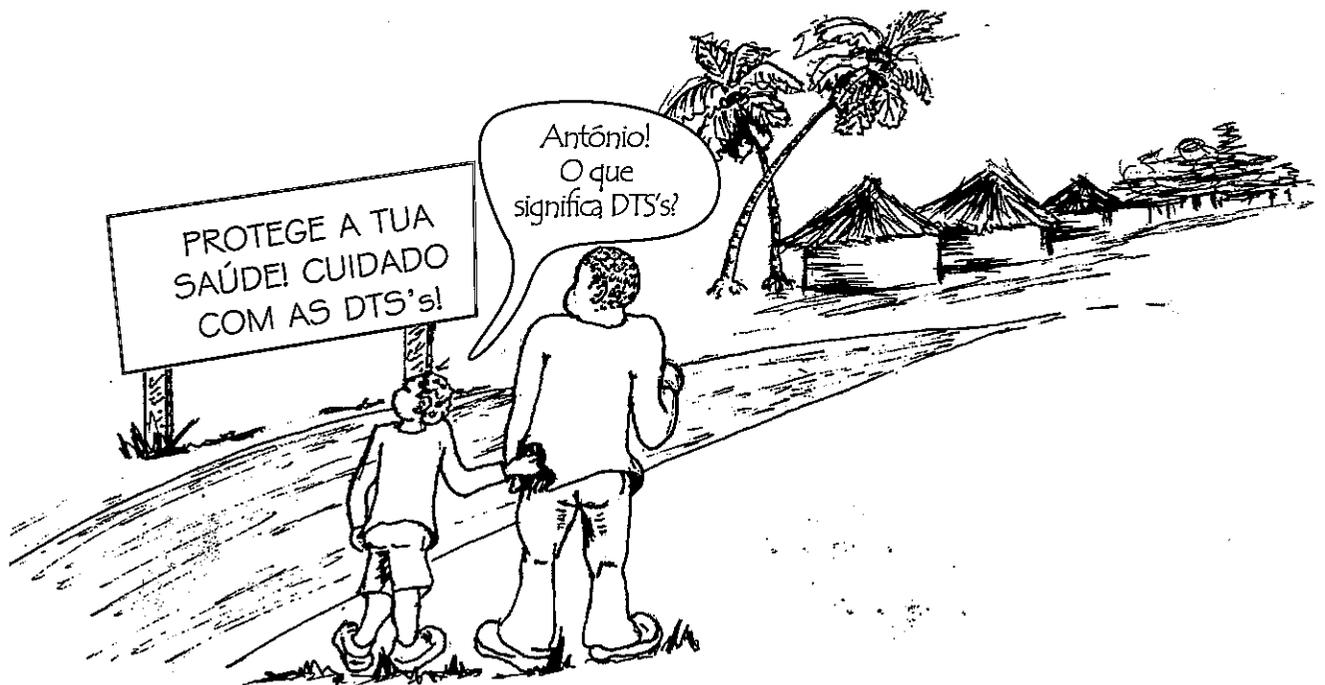
---

### Tema 3

O QUE SÃO AS DTS's?



O Alberto e o António foram passear. À beira da estrada havia um cartaz. Eles leram a informação do cartaz:





O Alberto não sabe o significado de DTS.  
Vamos então, conhecer!

D - doenças  
T - transmissão  
S - sexual



As pessoas apanham estas doenças quando têm relações sexuais sem se protegerem. Algumas dessas doenças são muito antigas!

As DTS's mais frequentes são sífilis, gonorreia, herpes genital, linfogranuloma (mula), clamídia e o HIV. Todas as DTS's podem ser tratadas menos o HIV. Os sinais mais comuns destas doenças são: borbulhas, comichões, corrimento no sexo que cheira mal, feridas. Todos estes sinais aparecem na zona sexual.

Algumas DTS's, nas mulheres em particular, não são bem notadas. Os sintomas aparecem e desaparecem mas a doença continua dentro do seu corpo. Isto é muito grave para o adulto, mas é pior para o bebé, quando a mulher está grávida ou durante o parto. As DTS's não tratadas podem provocar infertilidade permanente.

Algumas doenças têm sintomas parecidos com os sintomas das DTS's. Existem duas doenças comuns que têm sintomas na área genital, mas que não se contraem com relações sexuais, nomeadamente sistite e candidíase. A sistite tem como sintoma ardor ao fazer xixi. A candidíase tem como sintoma um corrimento vaginal que cheira mal. Ambas têm tratamento no posto de saúde.

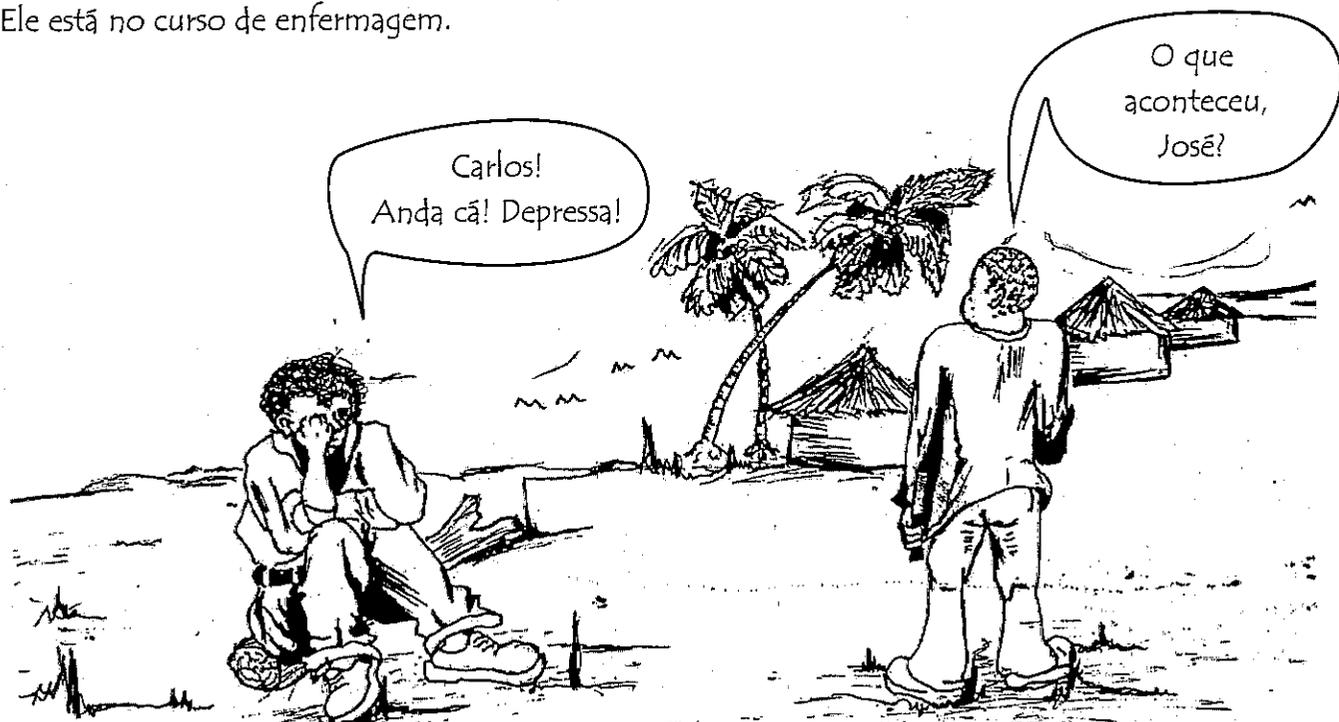




José é um jovem estudante.  
Acordou cedo e foi à latrina fazer xixi.



Ele saiu e foi chamar o amigo dele e vizinho. É o Carlos.  
Ele está no curso de enfermagem.





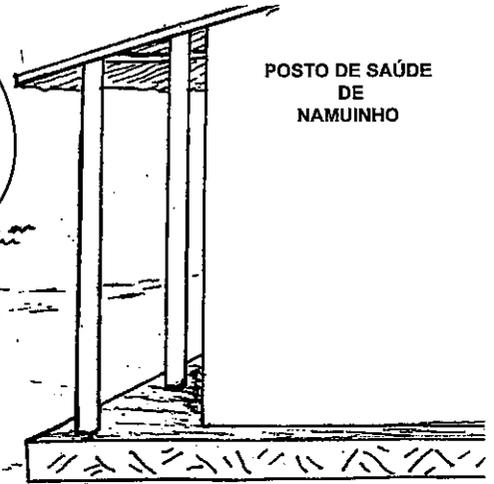


Carlos e José vão ao posto de saúde.



José, você vai contar tudo ao enfermeiro. Não pode esconder nada!!!

POSTO DE SAÚDE  
DE  
NAMUINHO



Durante a consulta, o José contou tudo ao enfermeiro.

José! Tu tens uma DTS. Vais tomar os medicamentos. Quando acabares de tomar deves voltar aqui ao posto de saúde para fazer o controle.

Está bem sr. enfermeiro.





José!  
Trás a tua namorada aqui ao  
posto de saúde para se tratar e  
evitar uma reinfeção.

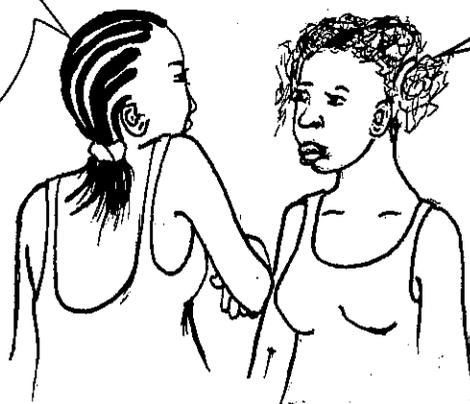
### CONVERSA ENTRE DUAS AMIGAS

Cátia! Diz-me uma  
coisa! Você seria capaz  
de informar um agente  
da saúde que tens DTS?.

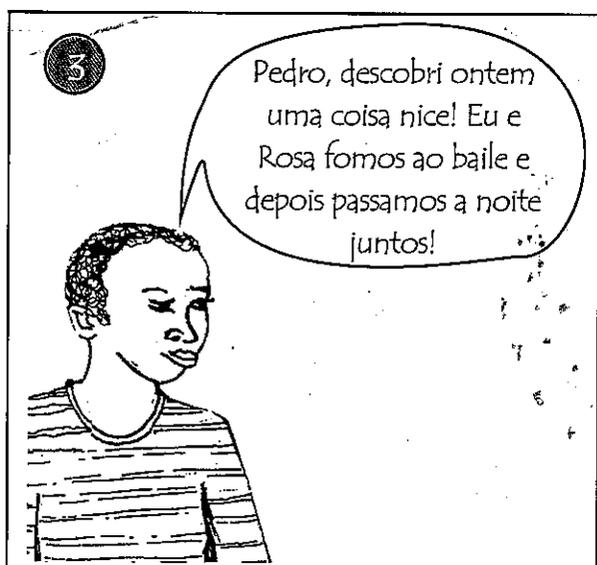


Sim Tucha, é muito  
importante informar e  
tratar das DTS's. Porque  
se nós deixamos parar  
depois, pode ser muito  
complicado.

Mas é  
verdade, uma criança  
pode apanhar  
DTS?



É possível sim,  
se praticar sexo sem  
preservativo.





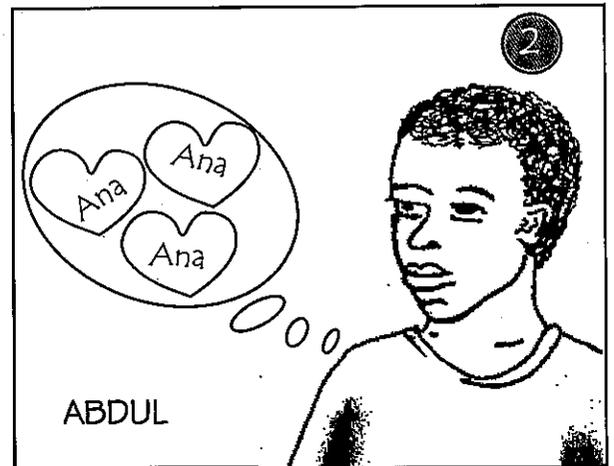
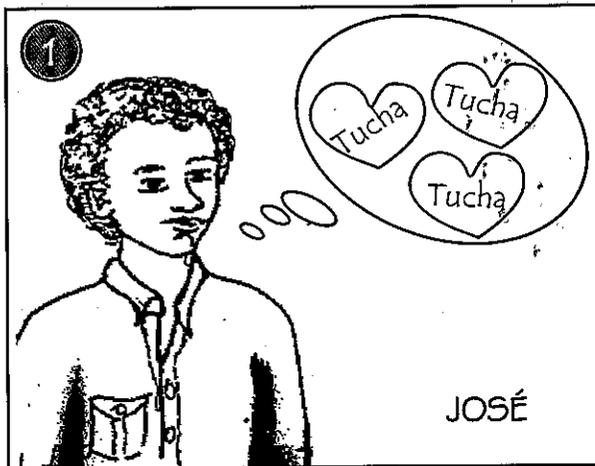
# EXERCÍCIOS

# EXERCÍCIOS

# EXERCÍCIOS

Quais são as razões que Pedro e Atija decidiram juntos para adiar o início da prática sexual. Indica com (x) as respostas que consideras serem verdadeiras.

- a) Querem estudar.....
- b) Acham que são ainda crianças.....
- c) Têm receio de ser pais ainda muito jovens.....
- d) Usam o preservativo.....
- e) Não querem contrair DTS's.....
- f) Têm dúvidas dos seus sentimentos.....
- g) Acham que ainda é muito cedo para a prática sexual, embora tenham idade para isso.....
- h) Acham que o pénis não entra na vagina porque ainda são crianças.....





EXERCÍCIOS

EXERCÍCIOS

EXERCÍCIOS

Quais são as razões que Abdul e a Ana decidiram juntos em utilizar o preservativo nas relações sexuais?

- a) Não querem ter filhos.....
- b) Não sabem se vão casar.....
- c) Têm outros parceiros.....
- d) Não querem contrair DTS's.....
- e) Ainda são crianças.....
- f) Tiveram parceiros sexuais antes.....
- g) O preservativo não cabe no pênis do Abdul por ser jovem.....

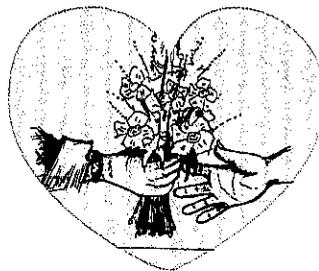
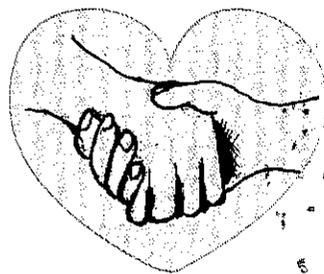




Não tenhas pressa de praticar sexo!  
Quando fores grande e começares a  
namorar, podes transmitir o teu amor com  
palavras, com carinho, beijando no rosto,  
pegando nas mãos, abraçando, oferecend-  
do um ramo de flores.

O amor não significa fazer sexo!

As diferentes formas de transmitir o amor







## A HISTÓRIA DO SIDA

Paula saiu da sala de aula de Biologia com pressa de chegar à casa. O professor de Biologia tinha dado uma aula diferente. Alguns alunos da turma, tinham pedido ao professor que contasse para eles a história sobre o surgimento do HIV/SIDA. Paula queria contar ao seu irmão Nico.





Depois do almoço a Paula começou a contar a primeira história.





Fica muito longe de Moçambique. Vários médicos desse país começaram a ver que alguns doentes estavam a morrer com doenças que eles não conheciam.

Quando é que isso aconteceu mana?



Isso aconteceu em 1980. Tu ainda não tinhas nascido, tens só 8 anos.

Mas como é que se descobriu? Eles fizeram o quê?



Então, os médicos começaram a estudar com muita atenção esta doença e viram afinal que era uma nova doença.

E depois?





Depois do jantar, Nico pediu a irmã que continuasse a contar as histórias.







No dia seguinte era Sábado. A Paula e o Nico foram acordados pela bozina do carro do tio Kanana.

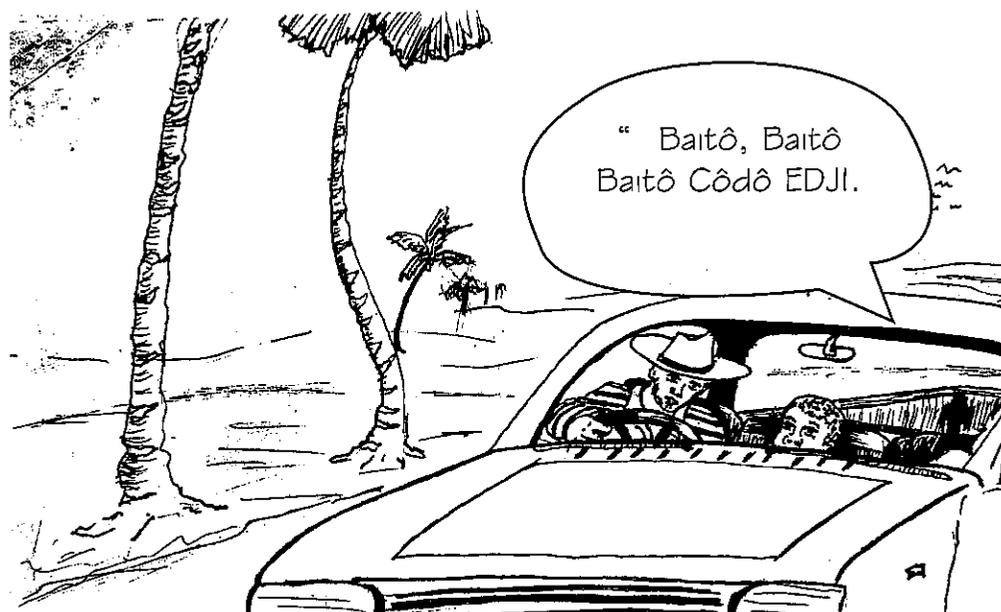


O tio Kanana vive no Alto Molecuè. Gosta muito dos sobrinhos Paula e Nico. Quer convidá-los a ir à praia do Zalala. Sr. Casimiro é pai da Paula e Nico, irmão de Kanana





A caminho da praia de Zalala o tio e sobrinhos cantavam ao som da música da rádio.



Depois do banho o Nico pediu a irmã que desse as últimas informações .  
O tio Kanana também escutava a sobrinha.





É a estrutura que coordena assuntos de saúde no mundo inteiro.



Então, em 1985, a OMS encontrou uma definição clara para o SIDA em África e 51 países reconheceram a existência desta doença na sua população.

Mana! Quer dizer que o SIDA já existe a algum tempo! E como é que apareceu em Moçambique?





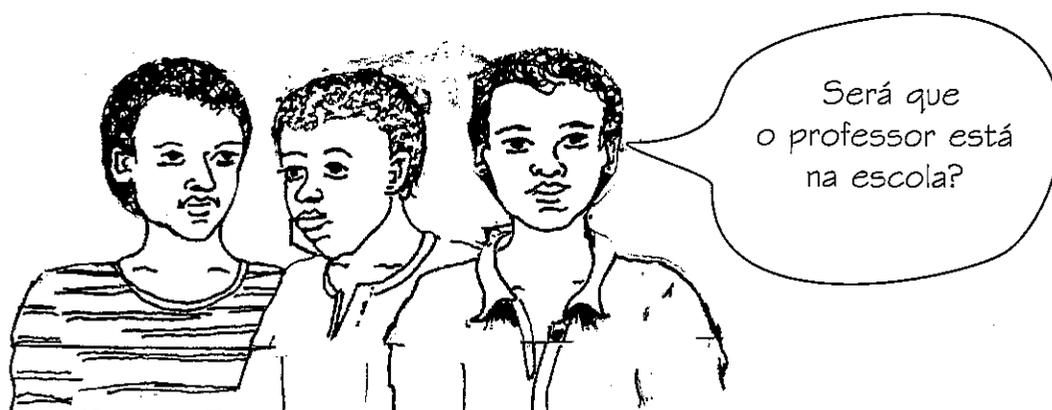
## O SIGNIFICADO DAS LETRAS HIV

O Abdul e o Julinho são muito amigos. Passeiam várias vezes juntos.



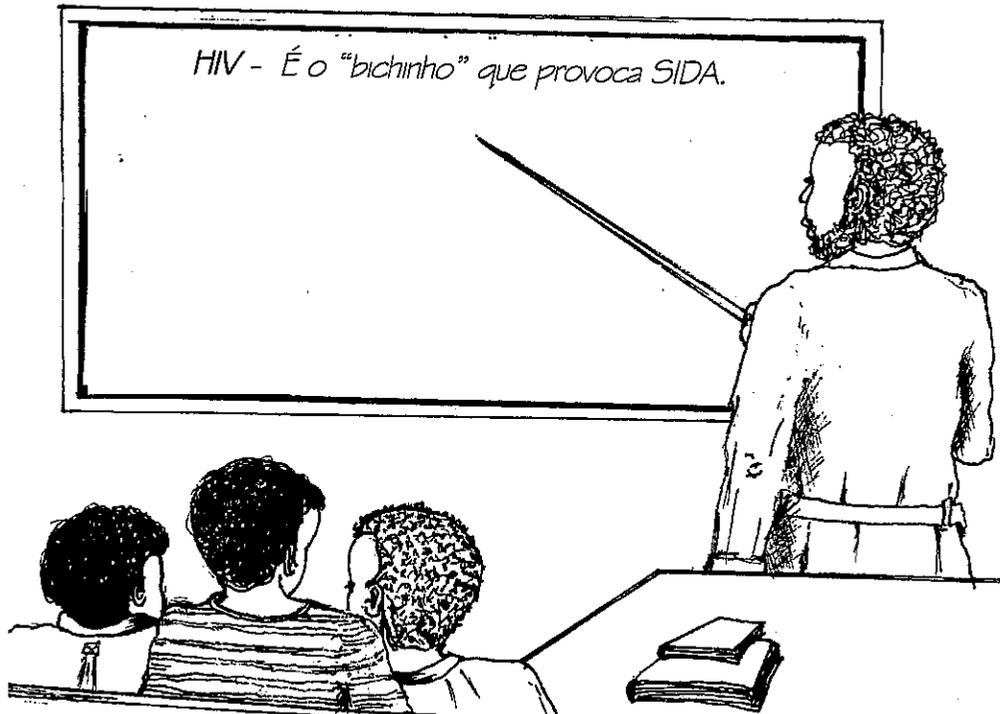


Os tres rapazes resolveram ir perguntar ao professor Alberto



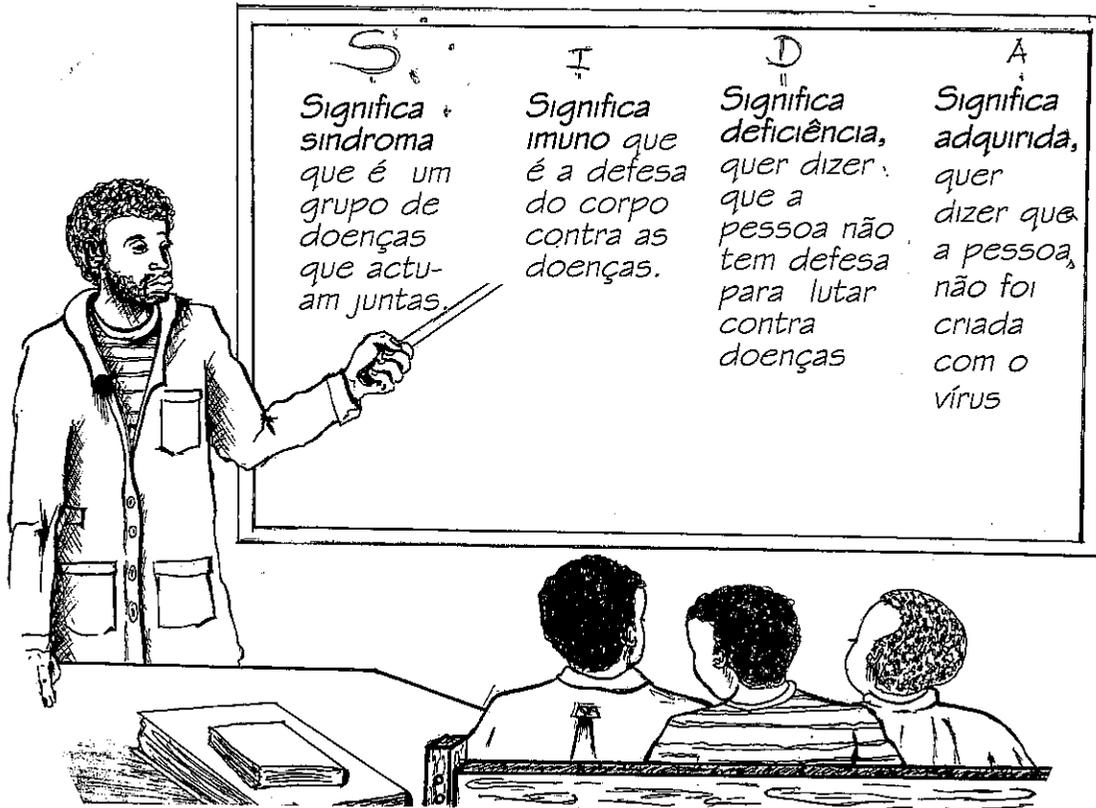
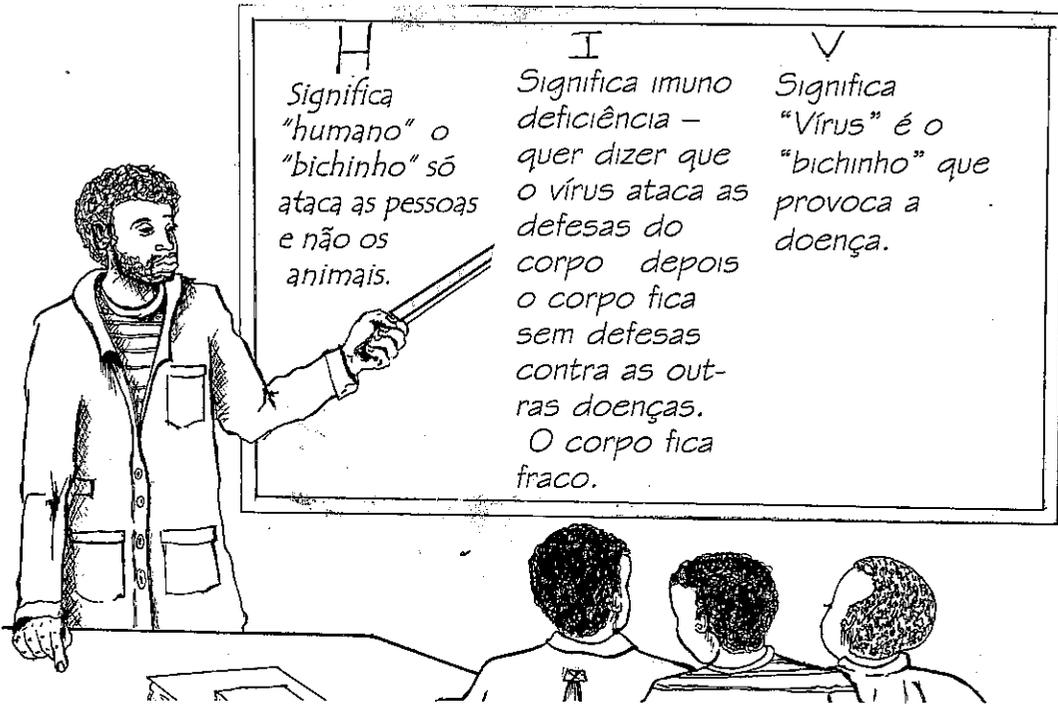


O professor Alberto explica o significado  
de HIV e do SIDA



O professor explica que o "bichinho" é um vírus







O VÍRUS DE HIV NÃO SE TRANSMITE ATRAVÉS DE:



Aperto de mão



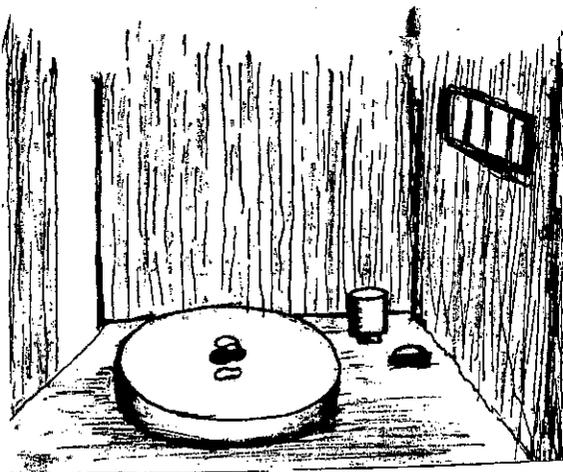
Abraço



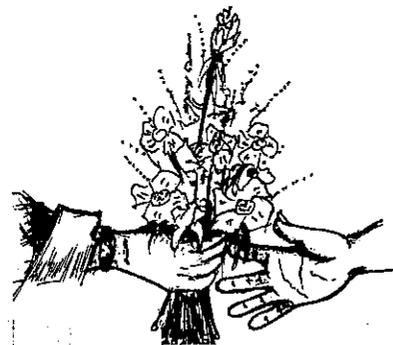
Beijo na boca ou no rosto



Conversar



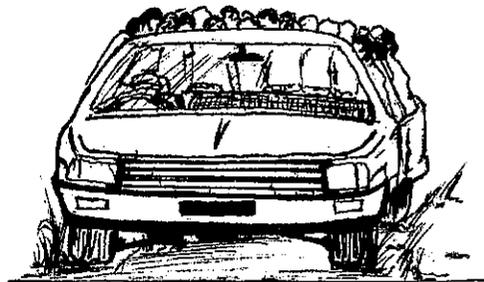
Usar a mesma casa de  
banho, latrina, balde e  
mesmo sabonete



Oferecer um ramo de  
flores



Usar mesma roupa



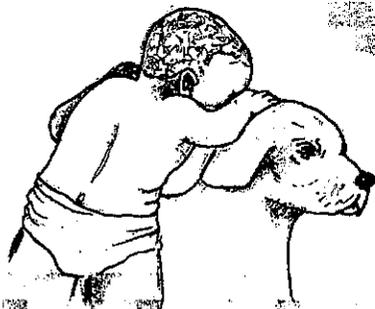
Viajar no mesmo carro,  
(chapa)



Frequentar (estudar) na mesma  
escola



Comer juntos e usar o mesmo prato ou  
copo



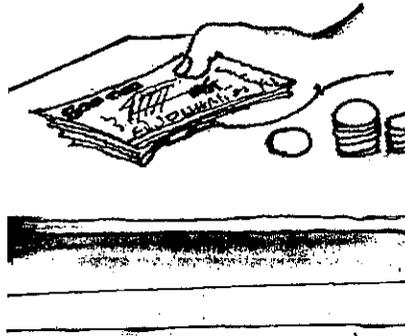
Brincar com os animais



Usar o mesmo telefone



Picada de mosquito

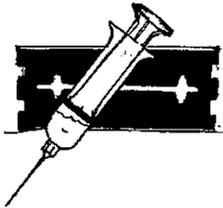


Troca de dinheiro

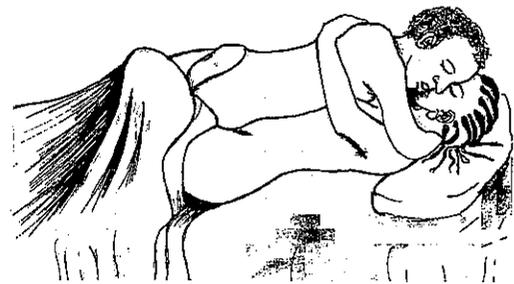


Dormir juntos

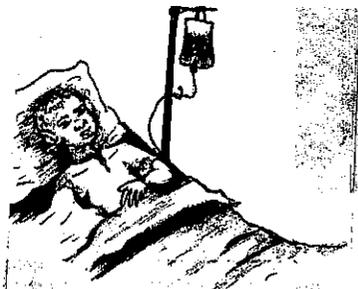
O VÍRUS DE HIV TRANSMITE-SE ATRAVÉS DE:



Objectos cortantes e seringas não esterilizados



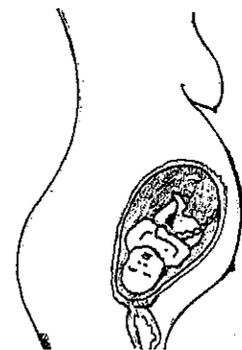
Relações sexuais desprotegidas (sem preservativo)



Transfusão de sangue infectado



De uma mãe infectada para o filho através da mamentação



Da mãe para o filho durante a gravidez ou parto



## PERGUNTAS E RESPOSTAS

O que é ser seropositivo?

Ser seropositivo significa alguém ter no seu corpo o vírus HIV.

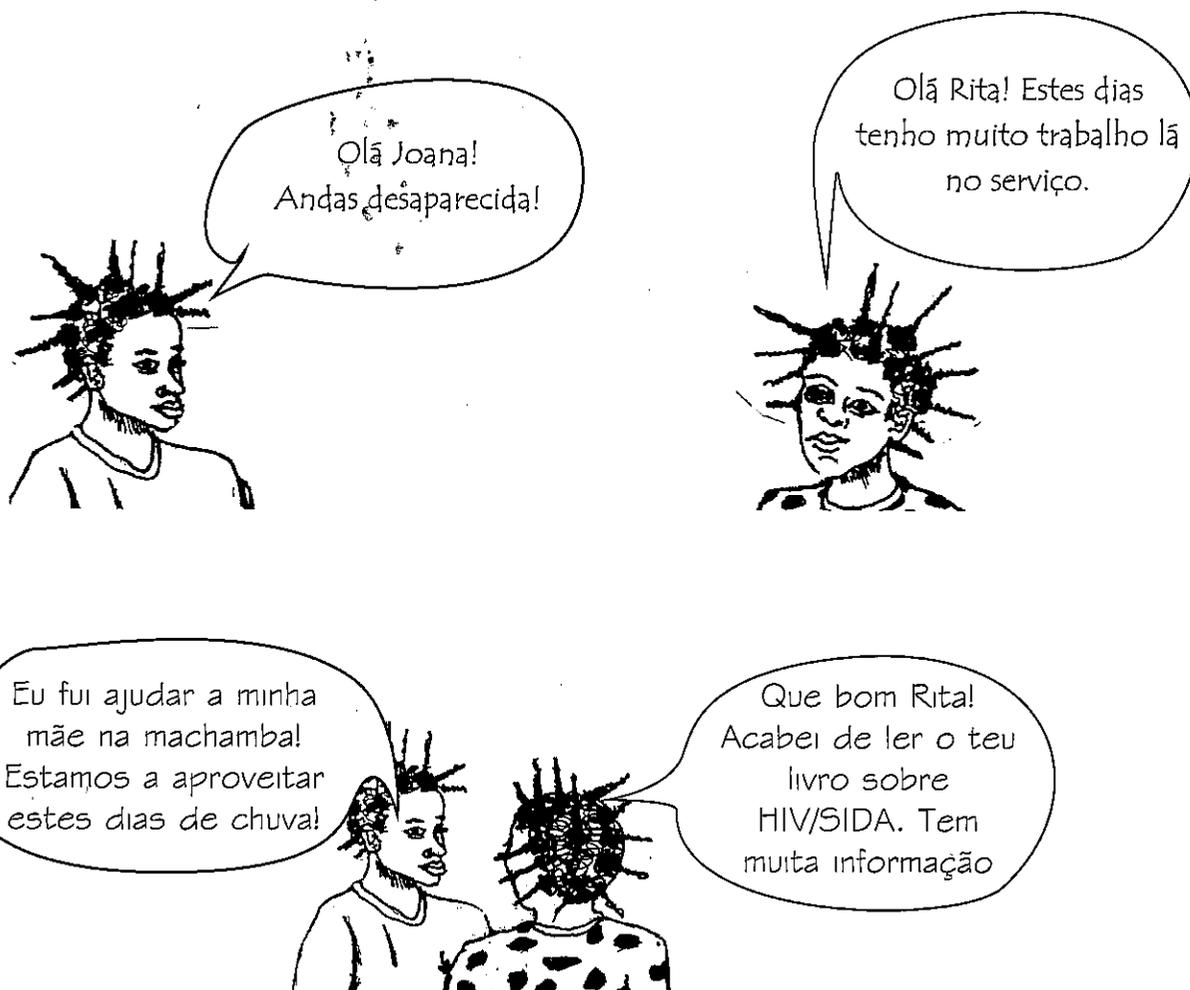
Como saber se é ou não seropositivo?

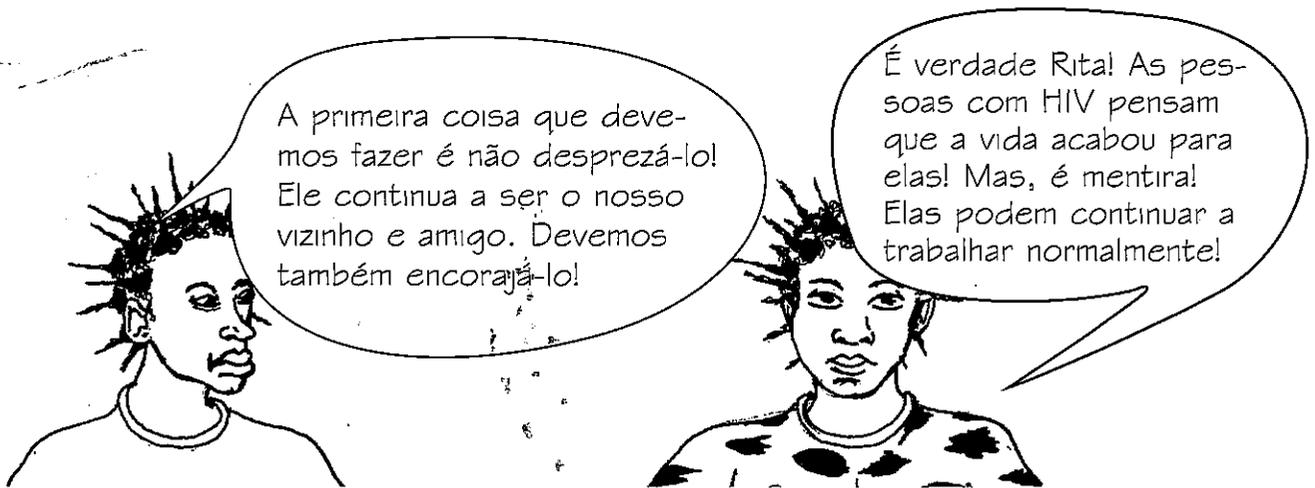
Uma pessoa pode saber se é ou não seropositivo se fizer uma análise ao sangue no hospital ou no GATV.

O que deves fazer se tiveres um amigo, um familiar ou um vizinho seropositivo?

Presta atenção ao diálogo entre a Joana e a Rita

A Joana e a Rita não se encontram faz quinze dias.





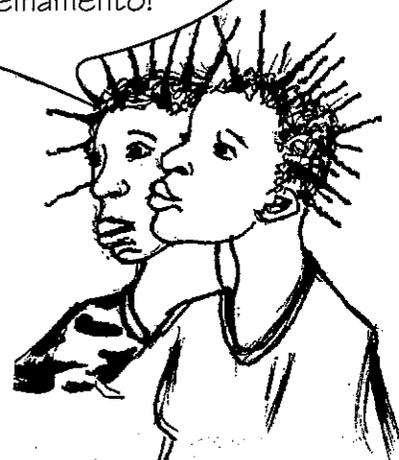


No dia seguinte a Joana e a Rita fazem uma visita ao sr. Costa.



Minhas filhas! Quando o médico me disse que eu tinha HIV, chorei muito!

Sr. Costa! Nós vamos continuar a ser amigos! Queremos acompanhar o sr. Costa ao gabinete de aconselhamento!



No gabinete de aconselhamento vão explicar-lhe tudo o que deve fazer!

Muito obrigada minhas filhas.

Existem actualmente os G.A.T.V (Gabinete de Aconselhamento e Testagem Voluntária) nas províncias. Por isso é fácil ter informação.



Depois da conversa da Joana e da Rita, tenta responder o que deves fazer se tiveres um amigo, um familiar ou vizinho seropositivo?

---

---

---



QUE CUIDADOS DEVE TER UM  
SEROPOSITIVO?

O que deve fazer?

- alimentar-se bem
- ir ao Hospital quando não se sentir bem
- tomar os remédios que o médico aconselhar
- tomar banho todos os dias
- praticar desporto
- conversar com os aconselhadores
- sempre que tiver alguma preocupação
- descansar bem

O que não deve fazer?

- não fumar
- não consumir bebidas alcoólicas
- não dormir tarde
- não transmitir o vírus a outras pessoas
- não doar sangue
- não se isolar

EXERCÍCIOS

EXERCÍCIOS

EXERCÍCIOS

1. Escreve dentro do rectângulo:

Como se chama a pessoa que têm no  
seu corpo o vírus HIV?



2. HIV - Qual é o significado destas letras?

- H-
- I-
- V-

3. SIDA - Qual é o significado destas letras?

- S-
- I-
- D-
- A-

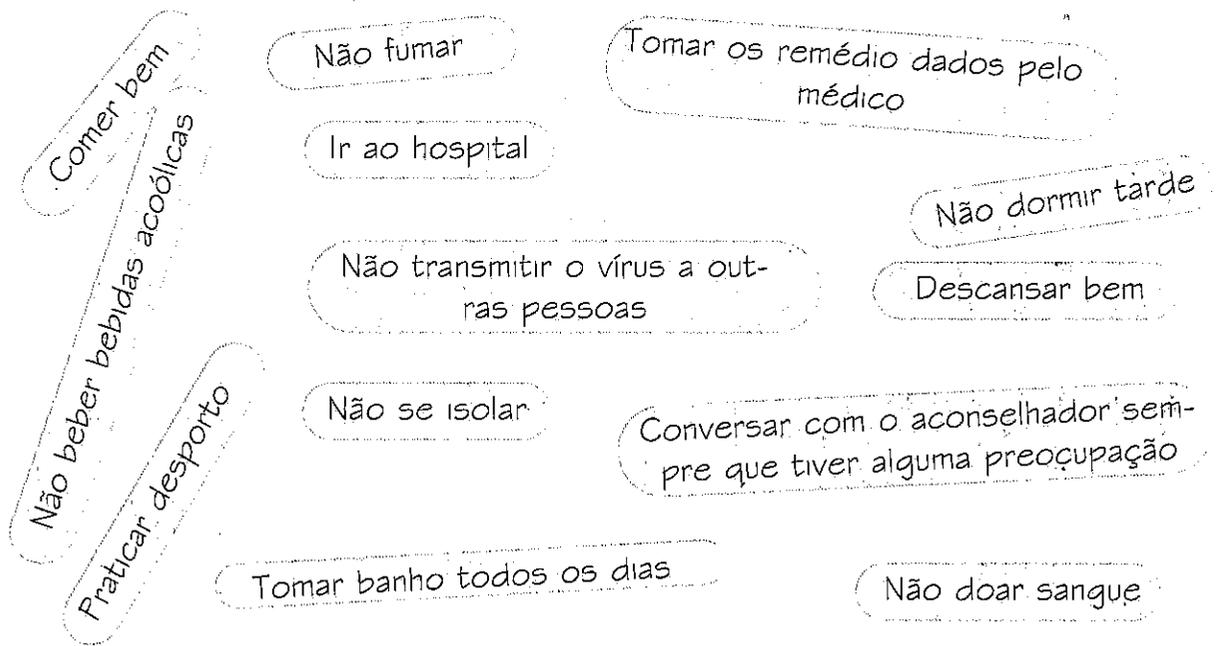


4. O José quer saber se é ou não seropositivo. Indica-lhe qual é o caminho que ele deve seguir para saber. Põe à tracejado (-----)



Um seropositivo deve ter alguns cuidados.

Ajuda o sr. Costa as informações certas: o que ele deve fazer e o que não deve fazer





O que devo  
fazer e o que  
não devo fazer?



Devo

Não devo

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Tema 5



### ABUSO SEXUAL

Entre duas amigas

Áuria é amiga da Sarita e vivem no mesmo bairro.

Um dia, Áuria ouviu na rádio a falarem sobre abuso sexual de menores e não entendeu direito. Então resolveu procurar a sua amiga Sarita para melhor esclarecer a sua dúvida.

Sarita o que significa  
abuso sexual  
de menores

Áuria isso é  
um assunto sério, há  
pessoas mais velhas que  
obrigam crianças a fazer  
sexo com elas em troca  
de alguma coisa





Hai Sarita!  
Alguem pode-me obri-  
gar a fazer uma coisa  
que eu não quero

Outros utilizam  
a troca enganam-te  
com dinheiro ou qual-  
quer presente sem  
voçê saber qual é a  
sua intenção



E agora Sarita  
o que devemos  
fazer?

Devemos ter muito  
cuidado não devemos  
receber ofertas de  
pessoas estranhas ou  
vizinhos

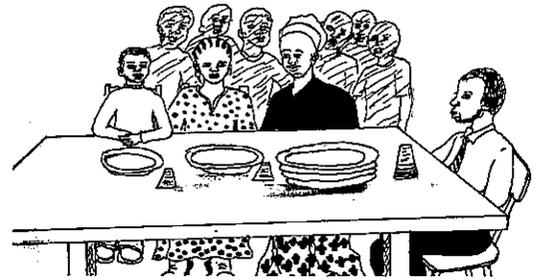




## O abuso sexual

tem sido uma das violações dos Direitos da Criança em Moçambique

Vamos ver a história que se segue:



Uma menina de 10 anos foi a festa de casamento com os pais e irmãos. Durante a festa foi buscar comida à cozinha.

O padrasto da noiva, um grande amigo da família da menina viu-a e foi atrás dela. Ele veio por trás dela e meteu as mãos dentro das calcinhas da menina, tocando-lhe o sexo e outras partes íntimas.



Ela ficou tão triste e envergonhada.

Nas semanas seguintes não brincava e quando estava sozinha chorava. Deixou de comer e finalmente de tão infeliz que estava contou a mãe o que tinha acontecido no dia do casamento e que lhe tinha feito mal.



A mãe não sabia o que fazer e decidiu contar à sogra. Fizeram uma reunião familiar e discutiram sobre várias possibilidades:

- Levar a criança ao curandeiro
- Levar a criança ao hospital
- Levar a criança a polícia
- Levar o infractor a polícia
- Exigir pagamento ao infractor
- Manter segredo sobre o assunto



Depois de muito debate decidiram ir a polícia.

O homem tentou pedir desculpas. "Desculpas pelo que fiz. Na verdade gosto muito de crianças e nunca faria mal a uma criança"

Mas o Juiz perguntou. "Como é capaz de dizer que gosta de criança quando as trata tão mal?"

A família da menina continuou a dar apoio moral e demonstravam muito carinho a ela.

Eles fizeram ver que ela não teve culpa daquilo que tinha acontecido.





EXERCÍCIOS

EXERCÍCIOS

EXERCÍCIOS

Agora amiguinho tente responder as perguntas que seguem:

1. O que sente uma criança abusada sexualmente?

---

---

---

---

2. A onde e a quem deve recorrer a criança abusada?

---

---

---

---

3. Qual é o papel dos pais/comunidade perante esta situação?

---

---

---

---

4. Na sua opinião o que deve fazer-se com as pessoas que abusam sexualmente as crianças?

---

---

---

---

5. O que você vai fazer se alguém desconhecido te convidar a passear, tomar refresco ou comprar doces em troca de você mesma.

---

---

---

---





## SOLUÇÕES



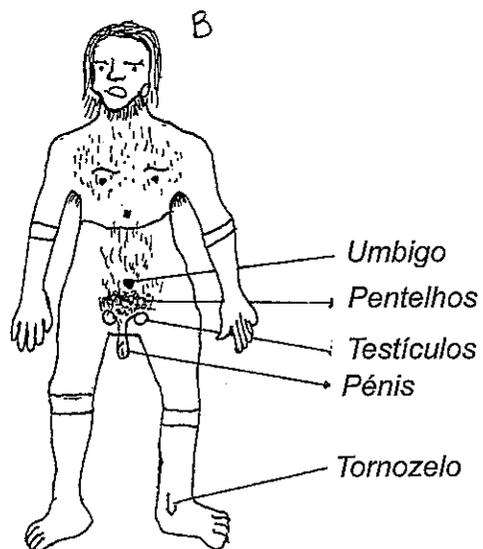
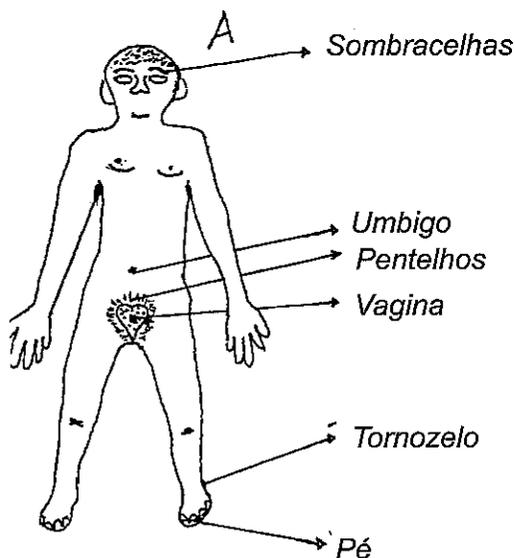
1. Entre dez e doze anos o corpo da menina começa a ter as seguintes transformações:

- Pêlos nos sovacos.....
- Voz grossa.....
- Aparecimento do bigode.....
- Aparecimento dos seios.....
- Pêlos acima da vagina.....
- Início da menstruação.....
- O pénis e os testículos aumentam....

2. Entre os dez e os doze anos o corpo do rapaz começa a ter as seguintes transformações:

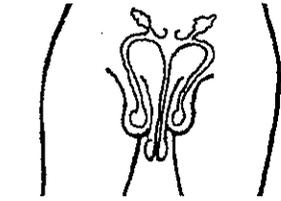
- Início da menstruação.....
- Aparecimento do bigode.....
- Pêlos nos sovacos, no peito e nas pernas.....
- Voz grossa.....
- Pêlos acima da vagina.....
- O peito e os ombros alargam-se.....
- O pénis e os testículos aumentam.....

3. Faz a legenda do corpo humano A e B feito pelas crianças de Namunho





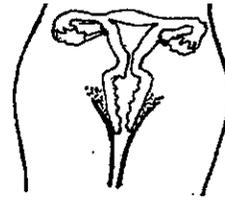
1. Qual dos órgãos reprodutores é o feminino e o masculino? Escreva dentro do rectângulo: MASCULINO / FEMININO



Orgão Reprodutor



MASCULINO



Orgão Reprodutor



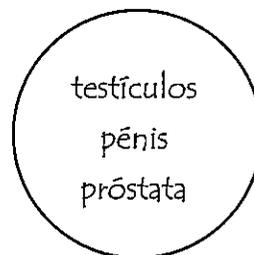
FEMININO

2. Completa.

Os órgãos seguintes pertencem ao:



Aparelho reprodutor  
FEMININO



Aparelho reprodutor  
MASCULINO

3. Qual é o órgão ?

a)... que se situa do lado direito e esquerdo da barriga e tem a função de produzir óvulos?

Resposta: Ovário

b)...que se parece com um caju e é onde o bebé se desenvolve durante 9 meses?

Resposta: Utero

c)... que tem a função de produzir espermatozoides?

Resposta: Testículos

d)... que conduz o xixi e os espermatozoides para fora?

Resposta: Pênis





1. Quais são as razões que Pedro e Atija decidiram juntos para adiar o início da prática sexual. Indica com (x) as afirmações/respostas que consideras serem verdadeiras.

- a) Querem estudar.....
- b) Acham que são ainda crianças.....
- c) Têm receio de ser pais ainda muito jovens.....
- d) Usam o preservativo.....
- e) Não querem contrair DTS's.....
- f) Têm dúvidas dos seus sentimentos.....
- g) Acham que ainda é muito cedo para a prática sexual, embora tenham idade para isso.....
- h) Acham que o pénis não entra na vagina porque ainda são crianças.....

2. Quais são as razões que Abdul e a Ana decidiram juntos em utilizar o preservativo nas relações sexuais?

- a) Não querem ter filhos.....
- b) Não sabem se vão casar.....
- c) Têm outros parceiros.....
- d) Não querem contrair DTS's.....
- e) Ainda são crianças.....
- f) Tiveram parceiros sexuais antes.....
- g) O preservativo não cabe no pénis do Abdul por ser pequeno.....



1. O que deves fazer se tiveres um amigo, familiar ou vizinho seropositivo?

Resposta: Não despreza-lo. Continuar a ser amigo

Visitar regularmente, Encorajar a ir ao Centro de Aconselhamento

4. O José quer saber se é ou não seropositivo. Indica-lhe qual é o caminho que ele deve seguir para saber. Põe à tracejado (-----)



3. Um seropositivo deve ter alguns cuidados.

Ajuda o sr. Costa as informações certas: o que ele deve fazer e o que não deve fazer

Comer bem

Não fumar

Tomar os remédios dados pelo médico

Não beber bebidas alcoólicas

Ir ao hospital

Não dormir tarde

Praticar desporto

Não transmitir o vírus a outras pessoas

Descansar bem

Não se isolar

Coverisar com o aconselhador sempre que tiver alguma preocupação

Tomar banho todos os dias

Não doar sangue





O que devo  
fazer e o que  
não devo fazer?



### Devo

- Devo comer bem
- Devo praticar desporto
- Devo descansar bem
- Devo ir ao hospital quando não se sente bem
- Devo tomar os remédios dados pelo médico
- Devo conversar com o aconselhador
- Devo tomar banho todos os dias

### Não devo

- Não devo consumir bebidas alcoólicas
- Não devo me isolar
- Não devo doar sangue
- Não devo fumar
- Não devo dormir tarde
- Não devo transmitir o vírus a outra pessoa

## FICHA TÉCNICA

Título: Criança Livre do HIV/SIDA

Autor: Save The Children UK

Ilustração: Emiliano Varela de Barros

Maquetização/Design: Sérgio Langa (Circle)

Impressão: Siga, Lda.

Tiragem: 1 000 exemplares

Publicação: Setembro de 2003

Financiadores: Save the Children New Zealand e o Governo da Nova Zelândia

Permitida a reprodução desde que mencionado o autor



