



Rompendo tabus

Pastor Kouliga Michel Nikiema



Foto Marcus Perkins Tearfund

As questões sexuais afectam todos na comunidade, mas pode ser difícil falar sobre elas abertamente.

A Vigilance é uma organização cristã que trabalha em Burquina Faso. Romper o tabu que existe em se conversar sobre a saúde sexual é um desafio que gostaríamos de trazer para o âmago da igreja. Falar abertamente sobre questões sexuais é vital para o combate ao VIH (HIV) e à SIDA (AIDS). Em Burquina Faso, 85% das pessoas que vivem com o VIH contraíram o vírus através de relações sexuais, e a situação é semelhante em muitos outros países. Este alto índice de infecção do VIH é causado principalmente pela falta de compreensão das pessoas sobre o VIH e a saúde sexual.

Muitas vezes, a igreja não gosta de conversar abertamente sobre questões sexuais. Porém, o VIH também existe dentro da igreja. Assim, não nos podemos dar ao luxo de ignorá-lo. É obrigação das pessoas que trabalham no combate à pandemia da SIDA falar, conscientizar e reduzir o estigma.

Motivação

A nossa inspiração é a Bíblia, que nos ensina que as relações sexuais são uma dádiva de Deus e que o sexo foi criado para

o nosso benefício e prazer. O sexo permite a reprodução e, portanto, a sobrevivência da raça humana. Contudo, quando olhamos à nossa volta, vemos que o sexo também está a propagar a morte e a doença.

Métodos

Uma maneira de rompermos os tabus no combate à SIDA (AIDS) é através do aconselhamento sobre os relacionamentos. A Vigilance organiza encontros de treinamento sobre como se ter um casamento saudável e feliz. Muitas vezes,

NOTA AOS LEITORES A *Passo a Passo* é lida na África, Europa e América do Sul. A língua portuguesa muda de um continente para o outro. Alguns artigos podem estar escritos em um estilo diferente do português que você fala. Esperamos que isto não venha a mudar a sua apreciação pela *Passo a Passo*.

NB Escrevemos "AIDS/SIDA", porque alguns de nossos leitores conhecem a doença como "AIDS", enquanto outros a chamam de "SIDA".

a comunicação pode ser um problema entre os casais, especialmente quanto a assuntos considerados tabus, tais como o sexo. Nos nossos encontros de treinamento, incentivamos os casais a conversarem entre si, de maneira mais aberta, sobre todas as questões, inclusive o sexo. É importante que as opiniões e os sentimentos tanto do homem quanto da mulher sejam respeitados dentro do relacionamento. O bom relacionamento entre os pais oferece um bom exemplo para os filhos.

Os nossos encontros de treinamento começam com uma sessão geral para trocar idéias e ensinar sobre o casamento. Depois disto, são feitas discussões em grupo. A divisão das pessoas em pequenos grupos proporciona-lhes a confiança para falarem. O facilitador incentiva os casais a

Leia nesta edição

- 3 Desafiando a mutilação genital feminina
- 4 Sexualidade: uma perspectiva cristã
- 5 Conversando com os jovens
- 6 Tráfico humano
- 7 Cartas
- 7 Glossário
- 8 Infecções transmitidas sexualmente
- 10 Abordagens com base na igreja para a prevenção do HIV (VIH)
- 11 Conversando sobre preservativos
- 12 Retreinando as enfermeiras na prestação de cuidados de saúde feminina
- 13 Estudo bíblico
- 14 Salvando vidas
- 15 Recursos
- 16 Auto-estima

A *Passo a Passo* é uma publicação trimestral que procura aproximar pessoas em todo o mundo envolvidas na área de saúde e desenvolvimento. A Tearfund, responsável pela publicação da *Passo a Passo*, espera que esta revista estimule novas idéias e traga entusiasmo a estas pessoas. A revista é uma maneira de encorajar os cristãos de todas as nações em seu trabalho conjunto na busca da integração das nossas comunidades.

A *Passo a Passo* é gratuita para aqueles que promovem saúde e desenvolvimento. É publicada em inglês, francês, português e espanhol. Donativos são bem-vindos.

Os leitores são convidados a contribuir com suas opiniões, artigos, cartas e fotografias.

Editora: Isabel Carter
PO Box 200, Bridgnorth, Shropshire,
WV16 4WQ, Reino Unido
Tel: +44 1746 768750
Fax: +44 1746 764594

E-mail: footsteps@tearfund.org
Site: <http://tilz.tearfund.org/Portugues>

Subeditoras: Rachel Blackman, Maggie Sandilands

Editora – Línguas estrangeiras: Sheila Melot

Administradoras: Judy Mondon, Sarah Carter

Comitê Editorial: Ann Ashworth, Simon Batchelor, Paul Dean, Richard Franceys, Mark Greenwood, Martin Jennings, Ted Lankester, Simon Larkin, Donald Mavunduse, Sandra Michie, Mary Morgan, Nigel Poole, Naomi Sosa

Design: Wingfinger Graphics, Leeds

Impresso por Aldridge Print Group usando-se recursos sustentáveis ou renováveis e processos que não prejudicam o meio ambiente.

Tradução: S Dale-Pimentil, E Frias, H Gambôa, L Gray, N Herbert, M Machado, F Mandavela, N Ngueffo, G van der Stoel, E Trewinnard, L Weiss

RELAÇÃO DE ENDEREÇOS: Escreva, dando uma breve informação sobre o trabalho que você faz e informando o idioma preferido para:

Footsteps Mailing List, PO Box 200, Bridgnorth, Shropshire, WV16 4WQ, Reino Unido.

E-mail: footsteps@tearfund.org

Mudança de endereço: Ao informar uma mudança de endereço, favor fornecer o número de referência mencionado na etiqueta.

Direitos autorais © Tearfund 2007. Todos os direitos reservados. É permitida a reprodução do texto da *Passo a Passo* para fins de treinamento, desde que os materiais sejam distribuídos gratuitamente e que a Tearfund Reino Unido seja mencionada como sua fonte. Para qualquer outra utilização, por favor, entre em contato com footsteps@tearfund.org para obter permissão por escrito.

As opiniões e os pontos de vista expressos nas cartas e artigos não refletem necessariamente o ponto de vista da Editora ou da Tearfund. As informações técnicas fornecidas na *Passo a Passo* são verificadas minuciosamente, mas não podemos aceitar responsabilidade no caso de ocorrerem problemas.

A **Tearfund** é uma organização cristã evangélica que se dedica ao trabalho de desenvolvimento e assistência através de grupos associados, a fim de levar ajuda e esperança às comunidades em dificuldades no mundo.

Tearfund, 100 Church Road, Teddington, Middlesex, TW11 8QE, Reino Unido.
Tel: +44 20 8977 9144

Publicado pela Tearfund, uma companhia limitada, registrada na Inglaterra sob o No.994339
Organização sem fins lucrativos sob o No.265464.

escutarem-se e respeitarem-se mutuamente. Os tópicos para a discussão são:

- o que se espera do casamento
- papéis tradicionais do homem e da mulher
- como desfrutar de um bom relacionamento no casamento.

Quando apropriado, certas discórdias entre os casais são expostas ao grupo e discutidas por ele.

No final de um encontro de treinamento, uma mulher falou sobre como o marido havia começado a respeitá-la mais e pedido perdão a ela pela primeira vez. Um homem disse: “Desde o encontro de treinamento, a nossa vida de casados transformou-se.”

A educação sexual infantil na nossa cultura continua ser responsabilidade dos pais. Entretanto, com frequência, os pais não sabem como começar e sentem-se envergonhados demais para falar sobre os detalhes. Para resolver este problema, convidamos os pais, juntamente com os filhos, para participarem de uma conferência sobre questões sexuais. Damos-lhes informações e os princípios bíblicos sobre as questões sexuais. Ao levantarmos publicamente um assunto considerado tabu, proporcionamos aos pais e aos filhos uma oportunidade para falarem mais abertamente sobre sexo. Isto pode ajudar a evitar a falta de conhecimento, que está a custar a vida de muitos jovens no nosso país.

Problemas e soluções

O maior desafio é motivar os homens para que participem dos seminários de casais. Em 2004, as mulheres de uma igreja decidiram organizar um destes seminários. Todas elas convidaram os maridos, mas, das 60 pessoas que participaram, somente

QUESTÕES PARA DISCUSSÃO

- Os homens e as mulheres são tratados de maneira diferente na nossa comunidade?
- Que papéis ou comportamentos são tipicamente esperados dos homens / das mulheres?
- De que forma estas atitudes afetam a saúde sexual?
- Os homens e as mulheres têm necessidades sexuais diferentes?
- Que papel o marido ou a mulher deveria desempenhar no ensino sobre questões sexuais aos filhos?
- Que direitos as pessoas têm no casamento?

12 eram homens. Os homens achavam que falar sobre relacionamentos era “coisa de mulher”. Em 2006, o pastor da mesma igreja organizou outro seminário semelhante para casais com o nosso apoio. Desta vez, somente dois dos homens convidados não participaram, e isto aconteceu somente porque eles não se puderam libertar do trabalho. Os homens que participaram do primeiro seminário, em 2004, haviam desafiado os outros, dizendo-lhes que haviam errado em não participar. Além disso, o facto de o pastor ter enviado convites desta vez incentivou os membros da igreja a participarem.

O Pastor Kouliga Michel Nikiema é o Director da Vigilance.

Vigilance

04 BP 8276

Ouagadougou 04

Burquina Faso

E-mail: vigi@fasonet.bf



Foto Jim Loring Tearfund

Que atitudes os pais podem dar de exemplo aos filhos?

Desafiando a mutilação genital feminina

Etienne Kiemdé

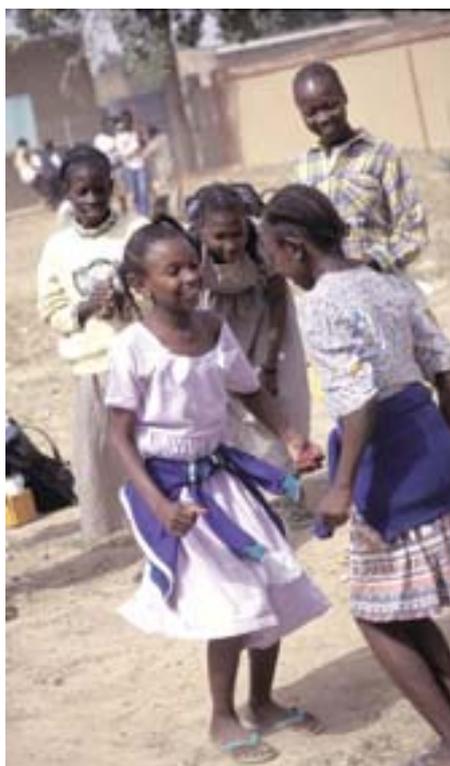


Foto: Jim Loring / Tearfund

A mutilação genital feminina põe em risco a saúde das meninas.

A mutilação genital feminina (MGF) é uma prática tradicional em Burquina Faso e em muitos outros países. Às vezes, ela é chamada de corte genital feminino, circuncisão feminina ou excisão (*Passo a Passo 24*). Ela consiste em cortar parte ou toda a parte externa dos grandes lábios e o clitóris de uma menina. Geralmente, as meninas são muito pequenas e não têm opção quanto à questão.

A MGF é muito dolorosa e não traz nenhum benefício para a saúde da mulher. Entretanto, apesar dos esforços das autoridades para acabar com isto, a prática continua. Em muitos países, não fazer a MGF pode ter consequências sociais negativas para as mulheres, tais

como as dificuldades para encontrar um marido. Isto faz com que haja uma grande pressão para que a prática continue. A realidade é que a MGF traz muitas conseqüências prejudiciais. Os efeitos imediatos são a dor e sangramento forte. Muitas vezes, os cortes são feitos com facas ou lâminas não limpas, assim, podem ocorrer infecções como o HIV. A longo prazo, as mulheres podem ter sérias dificuldades nas relações sexuais e complicações nos partos, as quais podem ser fatais.

Diante deste sério problema de direitos humanos, o governo de Burquina Faso está a trabalhar conjuntamente com organizações da área da saúde, líderes religiosos, ONGs, associações de mulheres e líderes comunitários tradicionais para tentar mudar as atitudes das pessoas. Eles pretendem acelerar o processo de mudança social através da utilização dos meios de comunicação popular, tais como o rádio, como um instrumento para divulgar amplamente a sua mensagem.

Há alguns anos, o Development Gospel Radio trabalha no combate à prática da MGF através das suas estações de rádio e actividades de desenvolvimento locais. Este programa usa as suas transmissões para consciencializar as pessoas sobre os perigos da MGF. As equipas radiofónicas visitam os povoados locais, usando o teatro, entrevistas e discussão, para apresentar os factos e desafiar as atitudes tradicionais. A seguir, são formados grupos de acompanhamento posterior nos povoados para darem continuidade à consciencialização.

Etienne Kiemdé é o Director Geral do Development Gospel Radio.

Development Gospel Radio

04 BP 8050

Ougadougou

Burquina Faso

E-mail: ekiem1@laposte.net



Editorial

As pessoas frequentemente acham difícil falar sobre questões sexuais. Pode ser embaraçoso e, em muitos locais, isto pode ser considerado um tabu cultural. Deus criou o sexo como uma boa dádiva, para que os homens e as mulheres o desfrutassem. Contudo, as atitudes prejudiciais e a falta de informação sobre questões sexuais contribuem tanto para o sofrimento quanto para a morte por todo o mundo, inclusive para a propagação do VIH (HIV). Espero que esta *Passo a Passo* ajude a proporcionar um espaço para a discussão deste tópico vital.

A saúde sexual abrange questões físicas, sociais, espirituais, culturais, legais, médicas e psicológicas. Estas incluem o desejo sexual, os direitos humanos, a igualdade de gênero e a redução do estigma e da violência sexual.

Na Tearfund, mantemos o ideal de Deus, do sexo como algo criado somente para o relacionamento comprometido e exclusivo do casamento. Compreendemos a necessidade de proteger a vida e enfrentar as realidades do nosso mundo quebrado, especialmente no combate à pandemia da SIDA (AIDS). Não há nenhuma solução simples. Se uma pessoa for violada (estuprada) ou se o seu parceiro for infiel, a fidelidade no casamento não representa nenhuma proteção contra o VIH e outras infecções. As desigualdades entre os sexos e a ampla violência sexual fazem com que muitas mulheres tenham pouco controle sobre as relações sexuais ou a capacidade de exigir o uso de preservativos. Pode não haver disponibilidade de preservativos, ou estes podem ser caros demais. Estas questões sociais fundamentais precisam ser resolvidas para que os homens e as mulheres, por toda a parte, possam ter saúde sexual.

Maggie Sandilands,
Subeditora

Sexualidade: uma perspectiva cristã

Dr. Apolos Landa

A sexualidade é um assunto importante para os cristãos hoje em dia. Ela não pode mais ser deixada de lado, como algo sobre o qual não falamos e com o qual só lidamos na vida privada. Devemos encarar os resultados do comportamento sexual que vemos na nossa sociedade.

A intenção de Deus para o sexo

Não há motivo algum para considerarmos o sexo como algo mau e pecaminoso. Quando vemos o que a Bíblia diz sobre o sexo, vemos que Deus quis que ele fosse uma das dádivas mais bonitas e maravilhosas. O propósito não é apenas a reprodução sexual. Deus criou o sexo para construir um relacionamento matrimonial eficaz, com base no desfrute e deleite mútuos. Deus criou o sexo para o prazer, como uma expressão do amor para que ambos o homem e a mulher o desfrutassem. O sexo não deve ser uma obrigação penosa. Porém, tampouco o prazer físico é o seu único propósito.

Casamento

O ideal de Deus é que nos abstenhamos antes do casamento e sejamos fiéis aos nossos parceiros dentro dele. Estes limites são para a nossa própria proteção. O sexo deve ser uma fonte de deleite e satisfação, que ajuda a unir os casais, mas, muitas vezes, as experiências prévias podem ser prejudiciais. O sexo foi criado para relacionamentos permanentes, leais e que respeitam ambos os parceiros.

Deus estabeleceu um lugar seguro para que descobríssemos, desenvolvêssemos e desfrutássemos a nossa sexualidade ao máximo. Este lugar é dentro do relacionamento em que os parceiros se pertencem e se doam mutuamente, o qual chamamos

Deus criou o sexo como uma expressão do amor para que ambos o homem e a mulher o desfrutassem.



Foto Jim Loring Tearfund

A pressão dos outros jovens pode ser uma influência poderosa sobre os jovens.

casamento. Temos de compreender que o casamento não é apenas uma cerimônia civil ou religiosa. Isto é somente o testemunho público de um casamento. O casamento é um relacionamento sincero, exclusivo e de amor entre um homem e uma mulher, que dura por toda a vida. O marido e a mulher precisam manter este relacionamento, sendo fiéis e se amando continuamente para o resto da vida.

Conseqüências

Muitos planejadores da área da saúde e psicólogos concordam que o comportamento e as atitudes sexuais cada vez mais aceitos na nossa sociedade nas últimas décadas tiveram muitas conseqüências negativas. Há falta de conscientização sobre a saúde sexual, e é comum que as pessoas tenham vários parceiros sexuais diferentes. Estas coisas contribuem para a pandemia da AIDS (SIDA) e o aumento de outras infecções transmitidas sexualmente. Outras conseqüências são a gravidez na adolescência, os abortos, as crianças abandonadas e as mães e pais solteiros. As atitudes prejudiciais para com a sexualidade, tais como a idéia de que ser homem significa ser agressivo sexualmente, podem contribuir para a violência sexual, o abuso infantil e o estupro. Tudo isto deixa claro que o comportamento das pessoas

não corresponde às intenções de Deus para o sexo e os relacionamentos.

Acredito que os cristãos precisam redescobrir o plano de Deus para a sexualidade. Precisamos examinar as nossas crenças, os nossos estilos de vida e refletir sobre o exemplo que damos com o nosso comportamento. Temos a responsabilidade de colocarmos em prática uma alternativa radical de atitudes saudáveis para com o sexo.

Jovens

Não vivemos num mundo ideal. Há muitos fatores que pressionam os jovens na nossa sociedade e que os tornam impacientes para fazer sexo. Alguns dos fatores a serem considerados são as crenças culturais, os valores e os costumes, as experiências da infância, o ambiente social e o impulso sexual poderoso que faz parte da nossa natureza física. Com uma nutrição e uma saúde física melhores, muitas vezes, os jovens podem chegar à puberdade mais cedo, às vezes, aos nove ou dez anos de idade. Porém, em muitos países, eles provavelmente só se casarão quando estiverem nos seus vinte anos. Os jovens sofrem pressão constante dos meios de comunicação em massa, tais como a televisão, as revistas e a internet. Os meios de comunicação estão repletos de imagens sexuais e informações errôneas. Acrescente a isto a curiosidade natural dos jovens, o seu desejo de experimentar e a tendência normal

de subestimarem os riscos, e podemos ver por que a experiência sexual, com frequência, começa cedo na vida.

Para os jovens, a pressão dos outros jovens pode ser muito forte. Os adolescentes, muitas vezes, lutam para terem a sua própria identidade. Os jovens procuram a aceitação e a aprovação dentro do seu grupo de jovens. Eles precisam de uma boa auto-estima para serem capazes de desafiar a pressão dos outros jovens e tomarem as suas próprias decisões. Os exemplos também são muito importantes. As boas relações com os pais são um fator essencial para o desenvolvimento, pois tendemos a reproduzir as situações que vivemos no nosso próprio lar. Foi visto, através de estudos, que as crianças que crescem testemunhando relacionamentos violentos geralmente são menos capazes de formar relacionamentos saudáveis e estáveis mais tarde na vida. Os professores, outros parentes e amigos mais velhos também podem ter uma influência forte, assim como pessoas famosas na cultura juvenil, tais como músicos e atores. Com muita frequência, esta influência pode ser negativa, e não positiva. Se a igreja permanecer calada, como poderemos ajudar os jovens a fazerem boas escolhas?

Às vezes, porém, as pessoas têm pouca opção. As desigualdades entre os sexos fazem com que as mulheres, muitas vezes, tenham pouco controle sobre as suas decisões sexuais. A pobreza pode fazer com que as pessoas não tenham nenhum meio de sobrevivência, a não ser através do trabalho sexual.

O que podemos fazer?

Precisamos proporcionar informações precisas sobre questões sexuais e bons exemplos para os jovens. Devemos ajudá-los a criar uma boa auto-estima e boas atitudes em relação ao sexo, para que eles possam tomar boas decisões e evitar o comportamento arriscado. Não podemos fazer isto se tivermos vergonha de falar sobre estas questões. Devemos começar reconhecendo que a sexualidade é uma parte importante e integral do ser humano, a qual deve ser valorizada e respeitada, e não ignorada ou negada. Precisamos compreender o verdadeiro propósito do sexo e eliminar os mitos e as idéias errôneas.

O Dr. Apolos Landa é o Coordenador Regional da América Latina e do Caribe da Luke Society International.

E-mail: panluk@usa.net

Conversando com os jovens

Isabel Carter

Os jovens precisam de um lugar “seguro” para discutirem questões difíceis. Às vezes, eles fazem perguntas aos professores ou aos pais. Geralmente eles simplesmente conversam entre si, o que, com frequência, difunde informações e rumores errados.

A igreja precisa de líderes jovens, que se sintam descontraídos e abertos para conversarem com os jovens sobre questões difíceis, especialmente as questões sexuais. Isto incentiva os jovens a pedirem ajuda e serem abertos e honestos sobre os problemas com que estão lidando. Se os líderes jovens se sentirem envergonhados ou inseguros sobre as questões sexuais e tentarem simplesmente dizer aos jovens o que fazer, isto não ajudará. Eles precisam dar bons exemplos, tanto através da sua vida quanto da sua capacidade de lidarem abertamente com questões difíceis.

Hora das Perguntas

Quando lideramos um grupo juvenil da igreja, uma das atividades mais populares foi a Hora das Perguntas. Os jovens escreviam as perguntas para as quais queriam conselhos ou ajuda,

sabendo que as suas perguntas seriam anônimas. Estas eram colocadas numa caixa e selecionadas ao acaso. A maioria eram perguntas sobre relacionamentos e questões sexuais. Às vezes, as perguntas surpreendiam-nos e chocavam-nos, mas nunca deixávamos que isto transparecesse. Lidávamos de maneira aberta e honesta com elas, conversando sobre a orientação da Bíblia, compartilhando as nossas próprias experiências e pedindo aos jovens que trocassem e discutissem idéias juntos. Tínhamos o cuidado de oferecer informações precisas, mostrar tolerância e proporcionar-lhes uma compreensão clara do plano de Deus para as relações sexuais, mesmo que eles cometessem enganos no caminho.

Uma fonte útil da internet é “Auntie Stella” (www.tarsc.org/auntstella). Ela oferece idéias úteis e tópicos para discussão para agentes juvenis, embora não seja um site cristão.

Isabel Carter trabalha para a Tearfund como Editora Coordenadora da Área de Desenvolvimento de Recursos.

PO Box 200, Bridgnorth, Shropshire, WV16 4WQ Reino Unido

E-mail: Isabel.Carter@tearfund.org

Website: <http://tilz.tearfund.org/Portugues>



Foto Jim Loring Tearfund

O tráfico humano

Graeme Hodge

O tráfico humano é o comércio ilegal da vida humana, que escraviza mais de dois milhões de pessoas a cada ano, a metade das quais são crianças. Na China, assim como em muitos outros países, muitas mulheres e meninas são transportadas para o exterior por traficantes e vendidas para a escravidão sexual.

Muitas mulheres são traficadas dentro da China também, para o casamento, o trabalho sexual e o trabalho forçados. A política governamental de “um só filho” e a preferência tradicional pelas crianças do sexo masculino, fizeram com que, nas áreas rurais, haja menos mulheres jovens que homens.

A pobreza e a falta de instrução fazem com que as mulheres rurais sejam, com frequência, atraídas pelos traficantes, que prometem “empregos” bem remunerados e uma vida melhor nas cidades.

O Exército da Salvação está a trabalhar com o governo local para desenvolver iniciativas com base na comunidade contra o tráfico em várias áreas afetadas da China. O projecto visa consciencializar as pessoas sobre os perigos. Os membros comunitários são incentivados a identificar problemas e criar as suas próprias formas de lidar com os problemas de saúde e sociais que deixam as pessoas vulneráveis ao tráfico.

Educação e consciencialização Consciencializar o público sobre o tráfico humano é

ESTUDO DE CASO

Ling estava desesperada para escapar da pobreza do seu povoado. Ela foi ao mercado local, onde sabia que havia pessoas a oferecer empregos e “oportunidades” em outras partes do país. Porém, Ling logo se deu conta da verdade e conseguiu escapar do recrutador traficante e voltar para casa, para o marido e os filhos. Outras mulheres do seu povoado não tiveram tanta sorte. A maioria simplesmente desapareceu, tendo sido vendidas como noivas na China Oriental ou para prostíbulos em Hong Kong e outras partes da Ásia.

uma forma importante de prevenção e protecção. As mulheres de povoados vizinhos que foram afectadas pelo tráfico podem avisar as pessoas e ensinar outros a divulgarem a mensagem.

Prioridades comunitárias Resolver os problemas das comunidades que tornam as pessoas vulneráveis ao tráfico também é importante. Estes podem ser a pobreza, a falta de emprego ou a falta de acesso à água limpa.

Cuidados e apoio As pessoas traficadas sofrem trauma emocional e psicológico. As que escapam podem sofrer estigma dentro das suas comunidades ao retornarem. São necessários cuidados e apoio, tais como aconselhamento e serviços médicos. Para as pessoas sujeitadas ao tráfico sexual, a experiência da violação exigirá a prestação



Fotos Duncan Parker The Salvation Army 2006

de cuidados de saúde sexuais, inclusive testes de VIH (HIV), e elas também podem estar grávidas. Os homens e as crianças deixadas para trás também podem precisar de ajuda e apoio.

Campanhas mundiais, tais como “Stop the Traffik” (“Pare o Tráfico”) (www.stopthetraffik.org) procuram consciencializar as pessoas sobre o tráfico humano nas comunidades ao redor do mundo e incentivar as pessoas a unirem-se e manifestarem-se para proteger os direitos humanos das pessoas de não serem forçadas ou escravizadas.

Graeme Hodge trabalha como Coordenador de Informações e Recursos para o Exército da Salvação.

*The Salvation Army International Development (UK)
101 Newington Causeway
London, SE1 6BN,
Reino Unido*

E-mail: Graeme.Hodge@salvationarmy.org.uk

Website: www.salvationarmy.org.uk/id

ESTUDO DE CASO

Três meninas de 12 anos de idade de um povoado foram incentivadas por amigas a irem com traficantes. As suas colegas de aula já haviam sido traficadas, mas haviam sido mandadas de volta para recrutar outras, sob ameaça e com falsas esperanças de serem libertadas. No pátio da escola, as meninas ficaram a saber de “uma oportunidade incrível” numa cidade vizinha. Felizmente, as três meninas contaram aos pais, que não as deixaram ir. Mas elas continuam vulneráveis. Algumas crianças foram levadas a força das escolas.



A mulher deste homem foi traficada, deixando-o sozinho para cuidar da filha mais nova. Ele teme que ela seja vulnerável ao tráfico quando for mais velha.

> Moringa

Quero contar-lhes sobre a moringa, uma árvore maravilhosa que encontrei na Tanzânia. É uma injustiça que muitas pessoas não saibam sobre a dádiva de Deus que cresce nas regiões onde elas moram! A moringa é uma planta resistente à seca e tão nutritiva que certamente poderia ajudar a resolver problemas tais como a deficiência de vitamina A, ferro e proteína. A moringa pode ser usada para ajudar a melhorar a qualidade da água potável e em medicamentos tradicionais.

Sian Caldwell E-mail: siancaldwell@yahoo.co.uk

Mais informações sobre a moringa podem ser encontradas na Passo a Passo 20 e 28, e neste site: www.treesforlife.org/project/moringa



Tratamento da água com sementes de moringa:

- 1 Deixe as vagens secarem naturalmente até ficarem com uma cor castanha (marrom) ainda na árvore antes de colhê-las.
- 2 Retire as cascas das sementes, deixando os caroços brancos.
- 3 Triture os caroços brancos com uma pedra ou pilão até obter um pó. Umas 2 gramas (2 colheres de chá) do pó da semente são suficientes para tratar 20 litros de água.
- 4 Misture o pó com uma pequena quantidade de água limpa até formar uma pasta.
- 5 Dilua a pasta numa chávena (xícara) ou garrafa de água limpa e agite a solução por 5 minutos.
- 6 Passe a mistura por um coador de chá ou peneira para uma chávena. É melhor cobrir o coador com um pedaço de pano limpo.
- 7 Acrescente o líquido leitoso resultante à água que deseja tratar.
- 8 Mexa rapidamente por 2 minutos e, depois, lenta e regularmente por 10 minutos.
- 9 Cubra a água e deixe-a parada por uma hora pelo menos.
- 10 Quando os materiais sólidos estiverem assentados no fundo, pode-se retirar a água translúcida com um sifão ou decantar água do topo do recipiente.

A água tratada deve ser fervida ou filtrada para torná-la completamente segura para beber. Lembre-se de que todas as chávenas e recipientes usados também devem estar limpos!

O direito à visão

O Artigo 25 da Declaração Universal dos Direitos Humanos (*Passo a Passo 66*) diz que todos têm o direito aos cuidados médicos adequados. Acreditamos que todos deveriam ter as mesmas oportunidades de evitar a cegueira através do acesso a cuidados oftalmológicos de alta qualidade. Contudo, muitas pessoas no Sul têm acesso desigual aos cuidados de saúde, e há grande falta de oftalmologistas qualificados.

Em Camarões, os cuidados de saúde em 90% das nossas comunidades é oferecido por enfermeiros, 95% dos quais não possuem nenhuma qualificação básica de cuidados oftalmológicos. Há, também, falta de equipamento.

As pessoas podem ser cegas de nascença ou podem ficar cegas desnecessariamente por ignorância ou por falta de tratamento

antecipado. A cegueira é uma causa significativa da pobreza. Depois de medir o impacto social e económico da cegueira, a Organização Mundial da Saúde estabeleceu um departamento inteiro somente para a prevenção da cegueira.

A MOJE Foundation publica uma revista, *Le Cristallin*, para conscientizar as pessoas e trocar informações e experiências sobre cuidados oftalmológicos e como evitar a cegueira. Ela está disponível somente em francês e é distribuída gratuitamente para as pessoas que trabalham na área dos cuidados de saúde.

Jean Momo
MOJE Foundation
BP 1190 Bafoussam
Camarões
E-mail: jean_momo@yahoo.fr

Glossário de palavras usadas nesta edição

Encontre palavras na sua própria cultura ou língua para estes termos, que as pessoas se sintam à vontade para usar.

abstinência – não participar de uma prática, tal como as relações sexuais

clitóris – pequeno órgão, altamente sensível na mulher, que lhe dá prazer sexual

órgãos genitais – órgãos reprodutivos, especialmente os órgãos sexuais externos

imunidade – capacidade do organismo de resistir às infeções

grandes lábios – as dobras de pele macia ao redor dos órgãos genitais femininos

promiscuidade – fazer sexo com diferentes parceiros descuidadamente

sêmen – líquido corpóreo que contém o esperma produzido pelo homem durante as relações sexuais

sexo – palavra geral que se refere ao comportamento sexual e às relações sexuais

relações sexuais – o ato sexual em si, resultante da troca de líquidos corporais

ITS – infeção transmitida sexualmente

testículos – glândulas masculinas que produzem o esperma

vagina – passagem ou abertura carnosa e macia na mulher, utilizada para relações sexuais e por onde os bebês nascem

Karité

A nossa organização pratica métodos agrícolas simples. Durante o longo período da estação seca (nove meses), trabalhamos com o plantio e a proteção de árvores. Alguém sabe de alguma pesquisa sobre a árvore karité? Esta é uma das poucas plantas que conseguem suportar o meio ambiente da savana, mas leva muito tempo para começar a produzir frutos – atualmente, quinze anos. Seria possível diminuir este período para quatro ou cinco anos?

Edmond Bawa
Project Co-ordinator
Bawku Hospital Eye Department
Gana

E-mail: bawkueye@africaonline.com.gh

Infecções transmitidas sexualmente

As doenças e infecções são transmitidas de formas diferentes. Muitas, tais como os resfriados, a gripe ou a tuberculose, são transmitidas para outras pessoas através do ar, quando uma pessoa infectada espirra ou tosse. Algumas, como a malária, são transmitidas aos outros por mosquitos. As infecções transmitidas sexualmente (ITSs) só podem ser transmitidas através das relações sexuais. Por este motivo, as pessoas acham muito embaraçoso lidar com elas. Com frequência, elas não querem procurar cuidados médicos e, assim, sofrem em silêncio.

As ITSs podem ser desconfortáveis e desagradáveis. Se deixadas sem tratamento, podem causar problemas de saúde graves, inclusive dor constante, infertilidade, problemas na gravidez, abortos, câncer e morte. As ITSs também podem ter efeitos prejudiciais nos bebês e nas crianças pequenas, através da transmissão da mãe para o bebê. Muitas pessoas não estão cientes das ITSs ou

Mesmo as pessoas que só tiveram um parceiro sexual podem ter uma ITS

acreditam que não correm risco. Porém, as ITSs são um tipo de infecção muito comum. Mesmo as pessoas que só tiveram um parceiro sexual podem se infectar. Muitas vezes, não há nenhum sinal externo. Assim, elas podem ser contraídas de pessoas que parecem saudáveis, e é possível uma pessoa ter uma ITS sem saber. A pessoa corre risco quando faz sexo sem proteção:

- ela ou o seu parceiro teve outro parceiro sexual
- ela não sabe sobre o histórico sexual do seu parceiro
- seu parceiro pode ter contraído o HIV (VIH) através de outros meios, tais como uma transfusão sanguínea.

Algumas ITSs comuns são descritas abaixo.

> Prevenção

Há maneiras de se prevenir as ITSs, mas estas freqüentemente dependem de até que ponto a pessoa tem opção e controle sobre as suas decisões sexuais. As mulheres especialmente podem ter pouca influência nas decisões. Para prevenir as ITSs, as pessoas sexualmente ativas devem:

- Permanecer com somente um parceiro.
- Usar preservativos (veja a página 11).
- Evitar o “sexo seco” (com o uso de ervas ou pós para secar a vagina). Se a vagina estiver seca ou irritada, ela se romperá mais facilmente durante o sexo, aumentando a probabilidade de infecção.
- Lavar a parte externa dos órgãos sexuais antes e após o sexo.
- Urinar depois de fazer sexo.

Verrugas genitais

As verrugas genitais são uma ITS comum. Às vezes, elas não apresentam nenhum sintoma ou são tão pequenas que não podem ser vistas. Elas afetam os órgãos sexuais ou a boca. Alguns sinais e sintomas são:

- inchaços diminutos, cinzentos, cor-de-rosa ou vermelhos na área genital, que crescem rapidamente
- várias verrugas próximas umas das outras
- coceira ou ardência na área genital
- desconforto, dor ou sangramento nas relações sexuais.

Gonorréia e clamídia

A gonorréia e a clamídia são fáceis de curar, se tratadas no início, caso contrário, elas podem causar infertilidade tanto na mulher quanto no homem. No homem, os sintomas geralmente começam de dois a cinco dias após sexo com uma pessoa infectada e são:

- secreção no pênis
- dor ou ardência ao urinar
- dor ou inchaço nos testículos.

Os sinais na mulher podem não começar por semanas ou até meses, mas são:

- secreção amarela ou verde na vagina ou no ânus
- dor ou ardência ao urinar



Sintomas do estágio 2 da sífilis. Estas marcas escuras apareceram depois de erupções cutâneas, as quais não provocavam coceira nem dor.

Foto TALC



Foto TALC

Estas erupções cutâneas dolorosas na lateral do corpo são causadas pelo vírus da varicela, mas podem ser um sintoma inicial comum do HIV. As erupções cutâneas geralmente desaparecem dentro de umas duas semanas, deixando cicatrizes.

- febre
- dor na parte inferior da barriga (dores de bexiga)
- dor ou sangramento nas relações sexuais.

Tanto o homem quanto a mulher podem não apresentar nenhum sinal, mas ainda assim podem transmitir a infecção.

HIV (VIH)

HIV é o vírus que causa a AIDS (SIDA). Não há cura para o HIV. Entretanto, ele pode ser controlado com medicamentos anti-retrovirais, quando disponíveis. O HIV propaga-se quando o sangue, fluídos da

> Mulheres em risco

As mulheres são mais vulneráveis às ITSs, inclusive o HIV, que os homens por motivos físicos assim como sociais. O sêmen permanece dentro da vagina por muito tempo após o sexo, assim, um vírus pode facilmente passar para o organismo da mulher. A violência sexual, o estupro, o “sexo seco” ou a MGF, todos estes aumentam a probabilidade de vagina rompida durante o sexo, o que aumenta o risco de infecção.

Muitas vezes, as mulheres têm pouco controle ou opção quanto a quando ou com quem fazem sexo ou para exigirem o uso de preservativos. A pobreza pode aumentar esta falta de opção, pois a mulher pode depender economicamente de um homem ou ser forçada a se vender sexualmente para sobreviver. A falta de instrução pode fazer com que as mulheres não tenham acesso a informações sobre as ITSs ou sobre como se protegerem.

vagina ou o sêmen de alguém já infectado com o HIV chega ao corpo de uma outra pessoa, ou através da transmissão da mãe para o bebê. Ele *não* é propagado ao se tocar, abraçar ou beijar uma pessoa que vive com o HIV. As pessoas que vivem com o HIV podem parecer saudáveis e podem não apresentar nenhum sintoma. Usar um preservativo de borracha durante as relações sexuais pode prevenir a transmissão do vírus.

Há um forte vínculo entre o HIV e outras ITSs. O HIV é mais fácil de ser transmitido para e por pessoas que têm ITSs, principalmente se houver feridas abertas nos órgãos genitais. As ITSs podem ser mais graves e difíceis ou impossíveis de tratar nas pessoas que são HIV positivas e possuem menos imunidade.

HPV

O Papillomavirus Humano (HPV) é uma das ITSs mais comuns. Muitas vezes, não há nenhum sintoma, mas ele pode causar câncer do colo do útero e outros tipos de cânceres genitais nos homens assim como nas mulheres. Se a pessoa apresentar sintomas de outras ITSs, ela deve fazer um exame de HPV.

Sífilis

Sífilis é uma ITS que, se não for tratada, pode causar sérios problemas de saúde. Uma mulher grávida pode passar sífilis para o bebê que ainda não nasceu, o que pode fazer com que ele nasça prematuro, deformado ou morto. A sífilis desenvolve-se em quatro estágios:

- **Estágio um:** Aparece uma ferida que não dói, geralmente na área genital. Ela se parece com uma espinha, bolha ou ferida aberta. A ferida fica boa sem tratamento, deixando uma cicatriz fina, mas isto não significa que a infecção esteja curada.
- **Estágio dois:** Aparecem erupções cutâneas pelo corpo (principalmente nas palmas das mãos e nas solas dos pés) de quatro a dez semanas após a infecção inicial. Outros sintomas são:

*O HIV não se propaga
ao se tocar, abraçar
ou beijar alguém que
vive com o HIV*

> Tratamento

Muitas ITSs podem ser curadas com antibióticos, se a pessoa tiver acesso a cuidados médicos. As infecções causadas por um vírus (tais como o HIV ou o HPV) não podem ser curadas, mas podem ser tratadas para aliviar os sintomas. Se uma pessoa achar que tem uma ITS, ela deve:

- procurar tratamento médico o mais rápido possível
- pedir ao seu parceiro sexual para fazer um exame e ser tratado também
- evitar o sexo ou praticar o sexo seguro com preservativos até que o tratamento esteja concluído.

dor de garganta, feridas na boca, juntas inchadas, perda de peso e perda de cabelo irregular.

- **Estágio oculto:** Depois de cerca de um ano, os sintomas desaparecem, embora a pessoa ainda possa ser contagiosa.
- **Estágio final:** Se a sífilis não for detectada e tratada no início, podem surgir problemas sérios, inclusive doenças cardíacas, doença mental, cegueira, paralisia e mesmo morte.

Compilado por Maggie Sandilands a partir de Where women have no doctor: a health guide for women, de A. August Burns, Ronnie Lovich, Jane Maxwell e Katharine Shapiro, editado por Sandy Niemann (The Hesperian Foundation).



Foto TALC

Estágio 2 da sífilis numa pessoa que vive com o HIV. Estas erupções cutâneas duraram por um mês. Elas não provocavam nem coceira nem dor. Este homem foi ao médico, queixando-se de feridas genitais e o que ele achava ser varicela. Ele tem sífilis, e o seu sistema imunológico está deteriorado por causa da infecção do HIV. Assim, sintomas tais como erupções cutâneas podem ser mais sérias.

Abordagens com base na igreja para a prevenção do VIH (HIV)

Dr. David Evans

Agora, há 40 milhões de pessoas que vivem com o VIH no mundo. Em 2005, mais 4,1 milhões de pessoas infectaram-se, e 2,8 milhões morreram de doenças relacionadas com a SIDA (AIDS).

Um desafio fundamental para a igreja, hoje, é encontrar uma resposta bíblica para a pandemia, que seja realmente relevante e eficaz frente às realidades do nosso mundo. A igreja deveria estar a mostrar o caminho. Refletir sobre os temas bíblicos da graça, da compaixão e da humildade pode desafiar o estigma. Falar contra a injustiça pode começar a mudar as atitudes prejudiciais. A Tearfund facilitou um encontro de treinamento para os seus parceiros e outros grupos cristãos na Nigéria, este ano, para



Foto Geoff Crawford Tearfund

As desigualdades entre os sexos dificultam para que as mulheres possam garantir a sua saúde sexual.

discutir a ampliação das suas abordagens para a prevenção do VIH.

Uso de preservativos

No encontro de treinamento, discutimos sobre abordagens de redução de riscos, inclusive o uso apropriado de preservativos, no trabalho de prevenção do VIH. Muitas pessoas das igrejas acreditavam que os preservativos incentivavam a promiscuidade. Elas não se importam de falar sobre a abstinência e a fidelidade, mas não estão dispostas a dar informações precisas ou completas sobre os preservativos.

Os cristãos são chamados para amar e servir as pessoas, não para julgá-las. É possível amar uma pessoa, escondendo-lhe informações que poderiam salvar a sua vida? Os participantes ao encontro de treinamento concordaram que, para salvar vidas, é necessário reduzir, sempre que possível, o risco imediato de infecção para as pessoas. Os preservativos podem prevenir a transmissão do VIH e outras infecções transmitidas sexualmente. Um contexto adequado para oferecer informações sobre os preservativos seria o aconselhamento e os cuidados pastorais, inclusive a preparação para o casamento e o trabalho juvenil. Este contexto de confiança e relacionamento dá às pessoas a oportunidade de conversarem sobre quaisquer preocupações.

Abordagens mais amplas

Para muitas pessoas da igreja, esta questão do uso de preservativos é um ponto principal de discórdia e pode se tornar o foco da discussão. Entretanto, ela deveria ser vista simplesmente como uma parte de uma abordagem mais completa e eficaz para a prevenção do VIH. A educação e o trabalho de defesa e promoção de direitos também são necessários para lidar com as questões sociais mais amplas que tornam as pessoas vulneráveis ao VIH. Isto inclui:

- Reivindicar um melhor acesso aos medicamentos anti-retrovirais e incentivar o aconselhamento e teste voluntários.
- Lidar com o estigma. Os cristãos poderiam ser os primeiros a romper as

Valorizando a vida

A Tearfund promove a abstinência antes do casamento e a fidelidade dentro dele como o ideal para os relacionamentos sexuais. Na realidade, trabalhamos num mundo em que a pobreza está por toda a parte, os direitos humanos são frequentemente ignorados e o abuso é comum. Portanto, não é suficiente falarmos somente sobre a abstinência e a fidelidade. Alguém pode ser estuprado. O parceiro desta pessoa pode ser infiel. Por causa da pobreza, uma pessoa pode não ter nenhum meio de sobrevivência, excepto através do trabalho sexual. As desigualdades entre os sexos fazem com que as mulheres tenham pouco controle sobre as decisões sexuais.

O ponto a que a pandemia chegou força-nos a trabalhar com abordagens mais completas e abrangentes para prevenir a propagação do VIH. Estas abordagens incluem o uso de preservativos, a prevenção da transmissão da mãe para o bebê, a provisão de medicamentos anti-retrovirais, os serviços de aconselhamento e teste voluntários e a provisão de agulhas e seringas limpas.

Precisamos salvar vidas e mostrar o amor e o interesse de Deus por todas as pessoas num mundo injusto e quebrado.

barreiras do medo, da vergonha e da falta de compreensão, reconhecendo que o VIH não é um castigo de Deus para os pecadores. Ele é um vírus que pode afectar qualquer um.

- Desafiar a maneira como as mulheres são vistas e tratadas. As desigualdades entre os sexos e as práticas culturais como a mutilação genital feminina (veja a página 3) aumentam a vulnerabilidade das mulheres ao VIH.

A igreja precisa de ir além das suas respostas actuais ao VIH, as quais não são adequadas.

O Rev. Dr. David Evans é um consultor independente sobre o VIH e ex-Acessor de VIH e SIDA da Tearfund.
E-mail: david.m.a.evans@btinternet.com

Conversando sobre preservativos

A questão do uso dos preservativos pode ser controversa e difícil de discutir. Os preservativos são, com frequência, erroneamente associados apenas com a promiscuidade ou o trabalho sexual. Assim, o uso de preservativos é acompanhado de estigma. Os cristãos devem valorizar a vida e refletir o amor e o interesse de Deus por todas as pessoas. Compartilhar informações sobre o uso adequado dos preservativos pode ajudar a salvar vidas. O uso dos preservativos é recomendado como proteção contra as infecções transmitidas sexualmente (ITSs), inclusive o HIV (VIH), se algum dos parceiros correr risco.

As mulheres podem não ter opção no casamento e podem ter pouco controle sobre as suas decisões sexuais. Porém, os homens não são os donos dos corpos das mulheres. Uma mulher deve ter o direito de escolher quando, como e com quem fará sexo e de se proteger contra danos. No momento, muitas infecções novas do HIV ocorrem entre mulheres casadas e fiéis. Muitos homens não gostam de usar preservativos, mas é importante que tanto os homens quanto as mulheres assumam responsabilidade pela saúde sexual. Aqui estão algumas sugestões para exigir o uso dos preservativos.

Pratique a conversa de antemão Se achar que o seu parceiro não a apoiará. Você precisará praticar a conversa com uma pessoa amiga primeiro. Ela pode fazer de conta que é o seu

Respostas úteis

Se o seu parceiro disser...	Experimente dizer...
Não será tão bom.	Talvez seja diferente, mas ainda assim vai ser bom.
Eu não tenho doenças.	Muitas vezes não há sintomas. Assim, um de nós poderia ter uma infecção sem saber.
Só esta vez sem preservativo.	Basta uma vez sem proteção para se pegar uma ITS ou HIV. E eu não estou pronta para engravidar.
Você já está usando o planejamento familiar.	Um de nós ainda poderia ter uma infecção.
Os preservativos são para pessoas que trabalham com sexo.	Os preservativos são para todos os que querem se proteger a si próprios e aos seus parceiros. Muitas pessoas usam preservativos hoje em dia.
Para que você quer usar um?	

parceiro, e você pode praticar responder às perguntas que ele talvez faça.

Escolha uma boa hora para conversar – como, por exemplo, quando vocês estiverem bem um com o outro e não houver probabilidade de serem interrompidos. Não espere até o momento em que estiverem para fazer sexo.

Informe-se Aprenda o máximo sobre as ITSs e sobre os métodos de sexo seguro. Assim, você pode ajudar o seu parceiro a compreender os verdadeiros riscos do sexo não seguro.

Orem juntos para terem a sabedoria de protegerem a saúde um do outro. Estude o ensinamento bíblico sobre os relacionamentos (1 Coríntios 7).

Concentre-se na segurança O seu parceiro pode dizer que você não confia nele. Diga-lhe que é uma questão de segurança, não de confiança. Uma pessoa pode ter uma ITS sem saber ou pode ter contraído o HIV não através de sexo, mas através de transfusões sanguíneas ou agulhas não seguras. Assim, é difícil estar certo de que ele ou ela não está infectado.

Use outras pessoas como exemplo Às vezes, saber que outros estão praticando o sexo seguro pode ajudar a influenciar o seu parceiro a fazer o mesmo também.

Compilado por Maggie Sandilands, com informações de Where women have no doctor de A. August Burns, Ronnie Lovich, Jane Maxwell e Katharine Shapiro (The Hesperian Foundation).

Usando preservativos

Muitos cristãos acham difícil aprender sobre os preservativos por causa do estigma. Aqui estão alguns fatos úteis.

Um preservativo é uma camisinha de vênus feita de borracha ou outros materiais, que o homem coloca sobre o pênis durante o sexo. Também há preservativos femininos, mas não estão muito disponíveis. Os preservativos de borracha são uma boa forma de proteção contra as ITSs, inclusive o HIV, e também podem ser usados para fazer intervalos entre o nascimento dos filhos. Os preservativos devem ser usados corretamente para serem eficazes:

- Abra cuidadosamente a embalagem para que o preservativo não se rasgue. Não desenrole o preservativo antes de colocá-lo.

- Coloque o preservativo ainda enrolado na ponta do pênis. Deixe aproximadamente 1,5cm de espaço vazio na ponta do preservativo, mas segure-a ao colocá-lo, para que ele não se encha de ar e estoure. Desenrole o preservativo, cobrindo o pênis, até chegar à base deste.
- Depois de fazer sexo, segure o preservativo na base do pênis antes de retirá-lo da vagina, cuidando para não derramar o sêmen.
- Jogue fora o preservativo, longe do alcance das crianças.

Lembre-se:

- Não reutilize preservativos.
- Não use um preservativo se a embalagem estiver rasgada, seca ou fora da validade, pois o preservativo não funcionará.
- Não use banha, óleos de cozinha, óleos de bebê, cremes para o corpo, vaselina ou manteiga



Foto PhotoDisc®

para tornar o preservativo escorregadio. Estas substâncias podem fazer com que o preservativo se rasgue. Use saliva ou um creme que não contenha óleo.

- Guarde os preservativos num local fresco e seco.
- Se possível, use somente preservativos feitos de borracha. Outros materiais não protegem contra o HIV.

Retreinando as enfermeiras na prestação de cuidados de saúde feminina

Dra. Ann Thyle



Foto Ann Thyle

Divulgando mensagens sobre a saúde na comunidade mais ampla numa feira de saúde de um povoado.

Na Índia, mais mulheres morrem de complicações durante a gravidez e o parto do que qualquer outra causa. Quase todas estas mortes poderiam ser evitadas. Muitos problemas de saúde durante a gravidez não são reconhecidos ou tratados devido ao acesso restrito aos cuidados de saúde.

Muitos problemas ocorrem porque as mulheres freqüentemente se casam cedo, como noivas ainda crianças. As mães jovens, com menos de 20 anos, têm cinco vezes mais chances de morrerem no parto. Elas sofrem complicações com a gravidez, porque o seu corpo ainda não está maduro. Pressão sanguínea alta, partos obstruídos, partos prematuros e bebês de baixo peso ao nascimento são muito mais comuns entre as mães muito jovens. As atitudes culturais valorizam os meninos mais do que as meninas, o que faz com que seja tradição alimentar as meninas por último e dar-lhes menos comida. Muitas estão subnutridas e anêmicas antes de engravidarem.

Cuidados médicos para as mulheres

A Emmanuel Hospital Association (EHA) é uma rede de hospitais e projetos de saúde comunitária no norte da Índia. As mulheres de povoados não gostam de ser examinadas por médicos do sexo masculino por motivos

religiosos, de casta e de crenças tradicionais. Nas áreas rurais, não há mulheres médicas suficientes. Assim, este preconceito faz com que o número de mulheres e crianças com acesso aos serviços médicos seja menor. Para preencher esta lacuna, a EHA criou um curso de treinamento para enfermeiras de prestação de cuidados especializados para mulheres e crianças. Foi visto que o uso de assistentes qualificados ajuda a diminuir os problemas de saúde e as mortes no parto. Os casos de alto risco podem ser identificados de antemão e encaminhados para tratamento hospitalar já no início.

O curso cobre a saúde reprodutiva, obstetrícia e saúde sexual. Os enfermeiras são treinadas para oferecer aconselhamento e informações sobre gravidez planejada e cuidados de saúde para adolescentes. Através de aulas de inglês, as enfermeiras criam confiança neste idioma, o qual é usado nos hospitais. As aulas teóricas são seguidas de sessões práticas diárias em projetos comunitários já estabelecidos e que

têm boas relações com os habitantes locais. Estas sessões concentram-se em obstetrícia e cuidados com bebês recém nascidos.

Os manuais de ensino devem ser simples, relevantes e pequenos, para que a pessoa possa carregá-los facilmente consigo como livros de referência.

Também é necessário um acompanhamento posterior. O monitoramento e a avaliação durante o curso e na comunidade ajudam a identificar falhas no treinamento. Depois do treinamento, as enfermeiras precisam de atualizações e apoio contínuos.

Compartilhando mensagens sobre a saúde

A reputação de uma clínica bem administrada espalha-se rapidamente de boca-em-boca. Aqui estão alguns métodos práticos que foram usados para incentivar o acesso aos serviços de saúde reprodutiva e infantil:

Centros de Saúde Reprodutiva e Comunitária (SRC) Enfermeiras de SRC organizam centros rurais para as mulheres e as crianças do local. Os horários de atendimento das clínicas devem satisfazer as necessidades locais.

Grupos de mulheres A formação de grupos de mulheres nas comunidades locais pode ajudar o trabalho da enfermeira nas clínicas. As mulheres dos povoados podem reunir informações sobre as necessidades locais e divulgar mensagens e informações sobre os serviços disponíveis.

Grupos de saúde juvenil Os meninos e as meninas adolescentes são grupos-alvos importantes para o ensino de saúde sexual, mudança de comportamento arriscado e preparação para o casamento e o parto. Os jovens podem, então, ser melhor informados sobre como obter acesso aos serviços de SRC quando os necessitarem e compartilhar mensagens com os pais. Num projeto, os rapazes responderam às necessidades locais organizando um serviço de ambulâncias formado pelas pessoas com veículos da comunidade.

Programas de alfabetização Os programas de alfabetização para mulheres nos povoados são uma outra oportunidade de ensinar e fornecer informações sobre a saúde.

Visitas domiciliares As enfermeiras de SRC criam relações com as famílias através de visitas domiciliares. Além de questões de saúde, eles podem conversar sobre outras questões, tais como oportunidades de geração de recursos, economizar dinheiro

para a saúde, discriminação relativa ao gênero e violência doméstica.

Feiras nos povoados Estas são uma forma popular de divulgar informações na comunidade mais ampla. A dramatização de papéis (drama), as canções e as bancas de informações são sempre muito freqüentadas.

Evitando problemas

Criar boas relações com os centros de saúde do governo, outras ONGs e outros prestadores de saúde local pode evitar conflitos, mensagens confusas e competição.

Algumas mulheres ainda recusam os cuidados especializados. Os maridos e as sogras geralmente são os que tomam as decisões e podem, assim, causar atrasos críticos no acesso aos cuidados de saúde. É importante incluí-los nas discussões em grupo e em família. Um projeto deu início a um “grupo de sogras” e encontrava-se regularmente com ele. As mensagens principais eram:

- Toda a gravidez apresenta um risco.
- Uma mãe saudável tem mais chances de ter um bebê saudável e ser capaz de cuidar dele e da sua família.
- Três exames médicos durante a gravidez ajudam a detectar problemas já no início e aumentam as chances de um parto seguro.

Organizar encontros do povoado, teatro de rua ou shows de vídeo à noite permite que os homens participem depois do trabalho e dêem suas opiniões e seus pontos de vista.

A Dra. Ann Thyle é a Diretora Regional da Região Norte e Coordenadora da Saúde Reprodutiva da Emmanuel Hospital Association.

*Emmanuel Hospital Association
808/92, Nehru Place
New Delhi – 110019
Índia*

*E-mail: ann@eha-health.org
Website: www.eha-health.org*



Foto: Jim Loring Tearfund

Mensagens simples sobre a saúde, tais como a importância da boa higiene, podem salvar vidas.

Estudo bíblico

A sexualidade dentro do plano de Deus

Leia Gênesis 1:27-2:25

O sexo é, muitas vezes, um assunto considerado tabu, rodeado de silêncio e negação. Como cristãos, deveríamos nos perguntar: “Qual é o plano de Deus para a sexualidade humana?” A Bíblia não se cala sobre o tópico do sexo. Ao contrário, ela mostra aspectos importantes da questão:

O sexo foi criado por Deus. Foi idéia de Deus criar as pessoas como machos e fêmeas e uni-las através do sexo (Gênesis 2:24). Tanto os homens quanto as mulheres foram criados com desejo sexual.

O sexo é bom. O sexo foi parte da criação de Deus (Gênesis 1:31). O sexo foi criado para proporcionar prazer e satisfação (Cantares 4:10). Tanto os homens quanto as mulheres recebem a dádiva de serem capazes de sentir prazer e deleite no casamento. Isto enriquece e aprofunda o relacionamento de amor entre o casal. Contudo, em algumas culturas, não se espera que as mulheres tenham prazer no sexo.

O sexo foi criado para o casamento. O propósito de Deus para os seres humanos é que os homens e as mulheres vivam um relacionamento vitalício, fiel, permanente e responsável. Estas condições são satisfeitas dentro do contexto do casamento. É nele que Deus abençoa e aprova esta união. Em Gênesis 1:28, o mandamento “multipliquem-se, encham a terra” é obedecido através do relacionamento sexual.

- *O que a nossa sociedade diz sobre o sexo? De que forma esta passagem desafia estas crenças?*
- *Que mensagens a igreja dá às pessoas sobre o sexo?*

Infelizmente, as pessoas nem sempre optam por seguir o plano de Deus. No nosso mundo quebrado, há muitos problemas tais como as infecções transmitidas sexualmente (ITSs), a violência sexual, famílias desmembradas (separadas) e relacionamentos prejudiciais. A igreja não deveria se esconder desta realidade. A sua responsabilidade é ser sal e luz para o mundo e seguir a verdade em amor, a fim de incentivar a saúde sexual nas comunidades ao redor do mundo.

Leia João 8:1-12

Cada vez mais pessoas estão vivendo suas vidas longe do plano de Deus. Podemos mostrar o plano de Deus para a sexualidade, o casamento e a família, mas não devemos perder a atitude compassiva de Jesus. Com o seu exemplo, ele nos mostrou como viver. Ele mostrou amor e graça à mulher que havia cometido adultério dizendo: “Eu não te condeno”. Ele desafiou as atitudes condenadoras das pessoas. Condenar e discriminar as pessoas também é pecaminoso. Jesus usou, então, a sua autoridade para dizer à mulher: “Vai e não tornes a pecar”. Como igreja, devemos mostrar graça, mas não devemos ficar quietos no que diz respeito à justiça. Justiça não é condenação. Justiça significa desafiar as práticas e atitudes tradicionais prejudiciais para garantir que todas as pessoas sejam valorizadas na imagem de Deus.

- *Como podemos, como igreja, ser sal e luz nestas questões na nossa comunidade?*
- *As nossas atitudes como igreja são inclusivas ou exclusivas?*
- *Somente a mulher apanhada cometendo adultério foi condenada, não o homem que estava com ela. De que forma isto reflete a maneira injusta como as mulheres são tratadas neste aspecto do sexo?*

O escritor, Dr. Jorge Patpatian, trabalha com a organização de conferências periódicas para médicos cristãos na América Latina e com a publicação de uma revista sobre saúde sexual e ética da medicina.

E-mail: acups@chasque.net



Foto Caroline Ithby Tearfund

Todas as pessoas são criadas à imagem de Deus e, assim, todas têm o mesmo valor.

Salvando vidas

Rev. Ayano Chule Deyabo

Em alguns países da África Subsaariana, um em cada dez adultos já vive com o VIH (HIV). Isto significa que, na maioria das igrejas destes países, há algumas pessoas que têm o vírus.

Este não é apenas um problema da África, porque a pandemia da SIDA (AIDS) afeta o mundo inteiro. As pessoas infectadas com o vírus e as que morreram de SIDA não são apenas estranhos, mas

membros da nossa família mundial. O desafio mais importante agora é salvar vidas.

As atitudes condenadoras, que vêem o VIH como punição para o pecado e a imoralidade, contribuíram para criar uma outra epidemia: de estigma e discriminação. O VIH é um vírus que pode afectar qualquer um, não é uma condenação moral. Muitas crianças infectam-se com o VIH no parto,

através da transmissão da mãe para o bebê. Muitas infecções ocorrem em esposas jovens e fiéis. Porém o estigma permanece e faz com que as pessoas não procurem ajuda, exames ou tratamento. Os líderes da igreja têm uma posição de influência na comunidade e, assim, podem ajudar a mudar estas atitudes condenadoras. Temos uma chance de lutar contra o estigma, tentar salvar vidas e dar esperança às pessoas.

A ANERELA+ é a Rede Africana de Líderes Religiosos que Vivem ou foram pessoalmente afetados pelo VIH e pela SIDA. Procuramos equipar, empoderar e engajar os líderes religiosos VIH positivos para lidarem com as questões de estigma e discriminação, medo irracional, negação e vergonha, que ajudam a propagar o vírus. Para confrontar o estigma, estes líderes quebram o silêncio na igreja ao contarem a sua história pessoal e a sua experiência de vida. Eles falam sobre a sua situação como VIH positivos abertamente e francamente e servem de exemplo de vida positiva. Eles mostram que, onde há apoio, compreensão e acesso a cuidados médicos, tais como medicamentos anti-retrovirais, o VIH não impede que uma pessoa viva uma vida completa.

O Rev. Ayano Chule Deyabo é um clérigo anglicano e membro da ANERELA+

ANERELA+
5th Floor JCC House
27 Owl Street
Milpark

Johannesburg, 2006
África do Sul

E-mail: info@anerela.org
Website: www.anerela.org

> Save

Muitos programas de prevenção do VIH seguem a **abordagem ABC** (**A**bstinência, **B**astante fidelidade e use **C**amisinha/Preservativo). Entretanto, esta mensagem não lida completamente com todas as realidades complexas da vida. Muitas pessoas, especialmente as mulheres, têm pouco controle sobre as decisões sexuais. A ANERELA+ criou um modelo novo para uma resposta mais completa ao VIH chamado **SAVE**.

S **Segurança nas práticas** para evitar a transmissão do vírus. Estas incluem sangue seguro para transfusões sanguíneas; preservativos para relações sexuais, agulhas limpas para injeções. A abordagem SAVE não significa abandonar a ideia de abstinência, porém esta não pode ser a única mensagem.

A **Acessibilidade aos medicamentos.** Isto consiste em oferecer medicamentos anti-retrovirais (ARV) assim como o tratamento das infecções associadas ao VIH.

V **Voluntariedade para aconselhar e fazer testes.** As pessoas que sabem que têm VIH tornam-se mais capazes de se protegerem contra infecções. As pessoas VIH positivas podem receber informações e apoio para ajudá-las a viverem de maneira positiva.

E **Empoderamento através da educação.** Compartilhar informações correctas e não condenadoras pode romper as barreiras do estigma e da discriminação. A educação inclui informações sobre a boa saúde e a nutrição para pessoas que vivem com o VIH.

Por favor, continue a enviar-me a *Passo a Passo!*

Para continuar a receber a *Passo a Passo*, você deve enviar-nos o formulário cor-de-rosa de renovação do seu registo anexado à capa desta edição ou registar-se no website [tilz \(http://tilz.tearfund.org/Portugues\)](http://tilz.tearfund.org/Portugues). Estamos a actualizar a nossa lista de endereços, e somente os leitores que responderem continuarão a receber os exemplares. Não se esqueça!

Compassionate Community Work

Dave Andrews

Este é um livro didático introdutório, fácil de usar, sobre o trabalho de desenvolvimento comunitário cristão. Ele foi criado para treinar pessoas que trabalham na comunidade, líderes eclesiais, professores e estudantes e pode ser usado como recurso para grupos ou estudo individual. Ele é prático e repleto de tarefas e exercícios úteis.

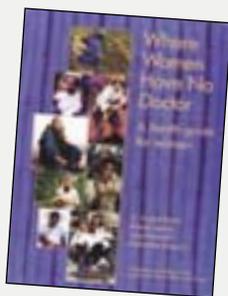
Ele custa £14,99 libras esterlinas (US \$24,99 dólares americanos) Para obter mais informações, entre em contacto com:

info@piquant.net

Website: www.piquanteditions.com

Where Women Have No Doctor: a health guide for women

A August Burns, Ronnie Lovich, Jane Maxwell e Katharine Shapiro. Editado por Sandy Niemann



Este é um manual sobre cuidados de saúde útil, destinado a mulheres em regiões em que não há cuidados médicos disponíveis ou são caros demais. Ele traz informações práticas e fáceis de entender sobre uma variedade de questões que afectam a saúde feminina e

como identificar e tratar problemas de saúde comuns. Ele pode ser lido ou descarregado (baixado) on-line no site www.hesperian.org.

Podem-se também encomendar exemplares impressos no site, os quais custam US \$22 dólares americanos mais a remessa postal.

Nursing and Midwifery: A Practical Approach

Sally Huband, Pam Hamilton-Brown, Gillian Barber

Este livro oferece orientação prática para enfermeiros e parteiras em locais onde os recursos são precários. Ele é bem ilustrado e traz temas para a promoção da saúde e actividades. Ele cobre princípios de enfermagem, cuidados com o paciente, saúde reprodutiva e sexual, cuidados na maternidade e cuidados infantis.

Este livro custa £4,95 libras esterlinas e pode ser obtido através de:

TALC

PO Box 49

St Albans

AL1 5TX

Reino Unido

Email: info@talcuk.org

Website: www.talcuk.org



Novo site em suaíli – www.food-security.info

Este é um website realmente útil, que se concentra na agricultura e na segurança alimentar. Ele traz muitas informações práticas e links úteis para as publicações de várias organizações em inglês. Ele também traz muitas publicações úteis traduzidas para o suaíli, inclusive quatro guias PILARES – traduzidos por Arthur Mbumbuka, e que podem ser descarregados (baixados) gratuitamente:

■ *Kilimo mseto: mwongozo was nguzo (Agroflorestamento)*

■ *Kula kwa afya (Alimentação saudável)*

■ *Kujenga uwezo wa vikundi vya wenyeji (Desenvolvendo as capacidades de grupos locais)*

■ *Mikopa kwa biashara ndogo ndogo (Crédito e empréstimos)*

Um outro guia PILARES sobre o VIH (HIV) e a SIDA (AIDS) pode ser obtido através da Transworld Radio, Nairobi (e-mail: Mkanini@yahoo.com).



WEBSITES ÚTEIS

www.engenderhealth.org/projects

A EngenderHealth criou cursos autodidáticos baseados em CD Rom e na Internet para prestadores de cuidados de saúde, supervisores, estudantes e treinadores de todo o mundo, principalmente para pessoas em locais onde os recursos são precários. Os tópicos dos cursos são: sexualidade e saúde sexual, infecções transmitidas sexualmente e saúde reprodutiva. Eles trazem exercícios e jogos de perguntas interactivos, estudos de caso, assim como materiais educativos, que podem ser impressos para serem usados em programas de cuidados de saúde. Em inglês. Os livros em espanhol podem ser encomendados no site.

www.aids.gov.br

Este site traz informações sobre o HIV (VIH), a AIDS (SIDA) e as DTs. Ele também tem páginas específicas para as pessoas que vivem com o HIV e a AIDS.

www.acquireproject.org

O Projecto ACQUIRE (Access, Quality, and Use in Reproductive Health) trabalha em âmbito mundial para melhorar e apoiar a disponibilidade, a qualidade e o uso dos serviços de saúde reprodutiva e planeamento familiar e fortalecer os vínculos entre os serviços da saúde e as comunidades. Em inglês e espanhol.

www.cabsa.co.za

A Christian AIDS Resource and Information Service (CARIS) procura desenvolver a capacidade das igrejas e organizações cristãs para responder ao VIH (HIV) e à SIDA (AIDS). Este site proporciona uma plataforma para a troca de informações, conselhos e artigos. Em inglês.

www.cevam.org.br

O Centro Vergueiro de Atenção à Mulher, Educação, Treinamento e Desenvolvimento de Materiais Educativos em Saúde Reprodutiva é uma ONG do Brasil que trabalha com a educação das mulheres, homens e jovens.

AIDS and You

Dr Patrick Dixon

Este recurso útil traz informações claras e práticas sobre o VIH (HIV) e a SIDA (AIDS). Ele pode ser obtido gratuitamente e em vários idiomas no website:

www.acet-international.org/publications

Auto-estima

Phil Hoyle

O Oasis Esteem é um programa cristão de ensino sobre sexo e relacionamentos realizado por todo o Reino Unido pela instituição beneficente Oasis Trust. O Oasis Esteem oferece recursos e treinamento a voluntários para irem a escolas secundárias e locais de trabalho juvenil e darem aulas para jovens sobre sexo e relacionamentos.

Recentemente, um dos nossos voluntários estava dando uma aula sobre valores nos relacionamentos para uma classe de jovens de quinze anos. Um aluno perguntou, “Por que estamos falando sobre relacionamentos? Eu achei que esta aula era sobre sexo.” Esta pergunta mostra como, para muitos jovens no Reino Unido, as idéias sobre sexo acabaram se separando da idéia de um relacionamento comprometido. Os resultados penosos desta separação entre o sexo e o relacionamento podem ser claramente vistos na nossa sociedade. Desde os anos 90, os casos de infecções transmitidas sexualmente (ITSs) têm aumentado continuamente, sendo que

os maiores aumentos ocorrem entre jovens de 16 a 24 anos de idade. O Reino Unido também tem os maiores índices de gravidez na adolescência da Europa Ocidental.

O sexo é um assunto de importância e interesse vital para os jovens. Porém, as más informações e o preconceito são comuns. Isto pode levar a más escolhas, relacionamentos prejudiciais e pode colocar vidas em risco. A Oasis Esteem procura lidar com estas questões através da educação. É muito importante que os jovens tenham acesso a informações precisas e claras sobre o sexo e os relacionamentos.



Os jovens precisam ter as informações certas para tomarem as decisões certas.

Motivados pela nossa fé cristã, chamamos o projeto de “Oasis Esteem” (Estima Oasis) para salientar o fato de que as decisões dos jovens sobre o sexo e os relacionamentos estão baseados na sua auto-estima. As aulas visam incentivar os jovens a se respeitarem a si próprios e às outras pessoas. Queremos ajudar os jovens a fazerem escolhas positivas, saudáveis e baseadas em informações para a sua vida no que diz respeito aos relacionamentos e ao sexo. Os tópicos das aulas são:

- auto-estima
- sexo e relacionamentos
- ITSs
- sexo e sexualidade
- HIV (VIH) e AIDS (SIDA) – fatos e atitudes.

No Reino Unido, assim como em muitos outros países, os meios de comunicação em massa, tais como a televisão, os filmes, o rádio e as revistas, muitas vezes, dão mensagens confusas sobre o sexo aos jovens. Acreditamos que é importante ajudar os jovens a escolherem os seus próprios valores e empoderá-los para defenderem aquilo em que acreditam. O retorno é encorajador. Como um jovem disse, “Obrigado! Acho que vocês podem ter acabado de salvar minha vida.”

Phil Hoyle trabalha para o Oasis Esteem como Coordenador de Treinamento, na Grande Londres.

*Oasis UK
115 Southwark Bridge Road
London, SE1 0AX
Reino Unido*

*E-mail: esteem@oasisuk.org
Website: www.oasisuk.org/esteem*

> Uma atividade de auto-estima

O objetivo desta atividade é estimular a reflexão sobre como valorizamos as pessoas e incentivar o grupo a apreciar as qualidades e contribuições que ele e as pessoas à sua volta podem oferecer.

Método:

- 1** Procure figuras ou objetos para representar o seguinte:
 - 6 baldes de água (hidrogênio e oxigênio)
 - 1 balde de carvão ou carvão mineral (carbono)
 - 2 xícaras (chávenas) de cal (cálcio)
 - 2.000 cabeças de fósforo (fósforo)
 - 2 colheres grandes de cinza de madeira (hidróxido de potássio)
 - 1 colher de chá de enxofre
 - 4 xícaras de graxa ou óleo
 - 1 colher de chá de sal (cloro e sódio)
 - 1 prego grande (ferro)
 - 1 colher grande de terra (representando todos os microelementos)

- 2** Leia a lista e mostre os objetos ou figuras. Explique que é disto que os seres humanos são formados, se decompostos em componentes químicos.
- 3** Peça ao grupo para dizer o que acha desta informação. Eles acham que as pessoas valem mais do que apenas os seus componentes químicos? Procure obter a opinião dos jovens.
- 4** Discuta sobre o que mais dá valor a uma pessoa.
- 5** Discuta o valor que a sociedade dá às pessoas por sua posição, desempenho, riqueza e aparência pessoal.
- 6** Termine lembrando ao grupo que todos nós temos qualidades especiais, que ninguém mais tem. Cada um de nós é valorizado e amado por Deus.