

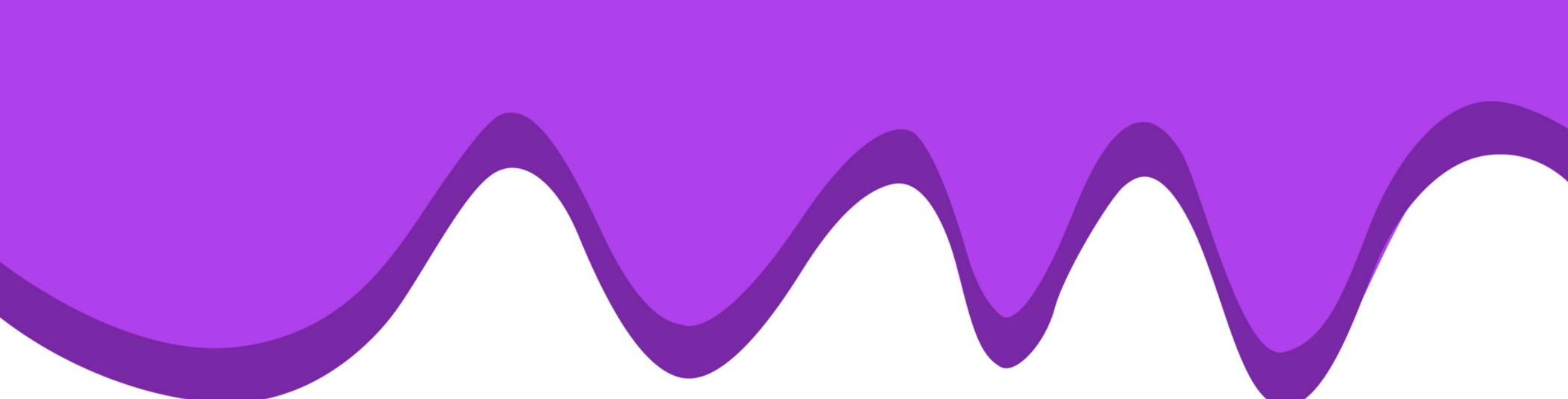
Universidade Federal do Espírito Santo
Centro Universitário Norte do Espírito Santo
Departamento de Ciências da Saúde
Núcleo de Pesquisa em Saúde

**LENDAS E HISTÓRIAS DE GRAVIDEZ
NA ADOLESCÊNCIA EM
UMA COMUNIDADE
QUILOMBOLA**



JOSÉ MARCOS AMABILES PAZINI - ALINE PESTANA SANTOS
ADRIANA NUNES MORAES PARTELLI

CEUNES - UFES
São Mateus, ES - 2021



Produção

**Universidade Federal do Espírito Santo
Centro Universitário Norte do Espírito Santo
Departamento de Ciências da Saúde
Núcleo de Pesquisa em Saúde**

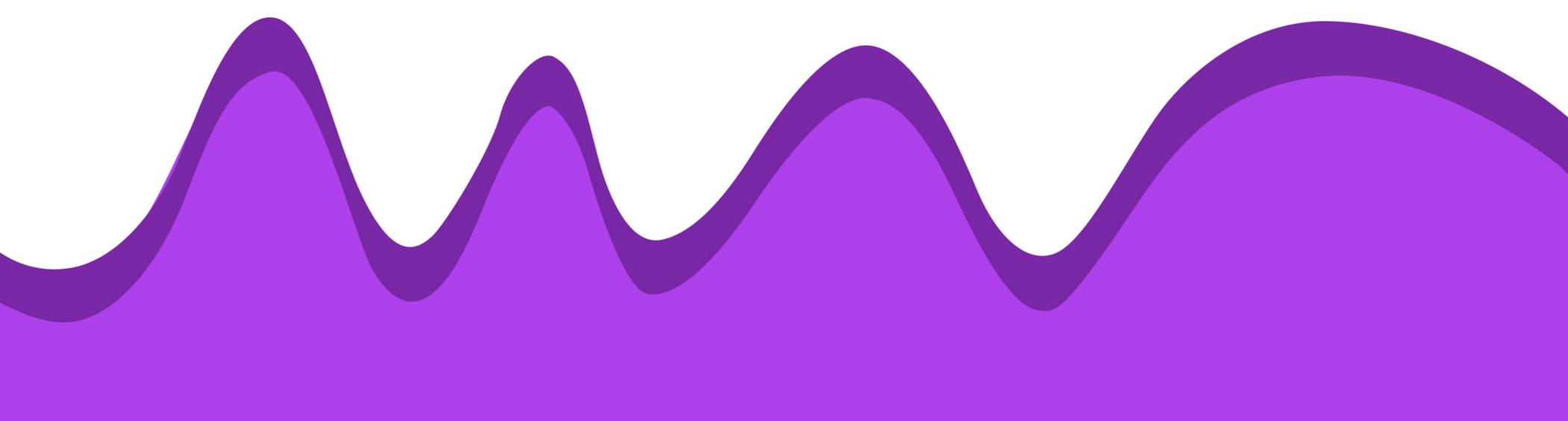
Endereço para correspondência

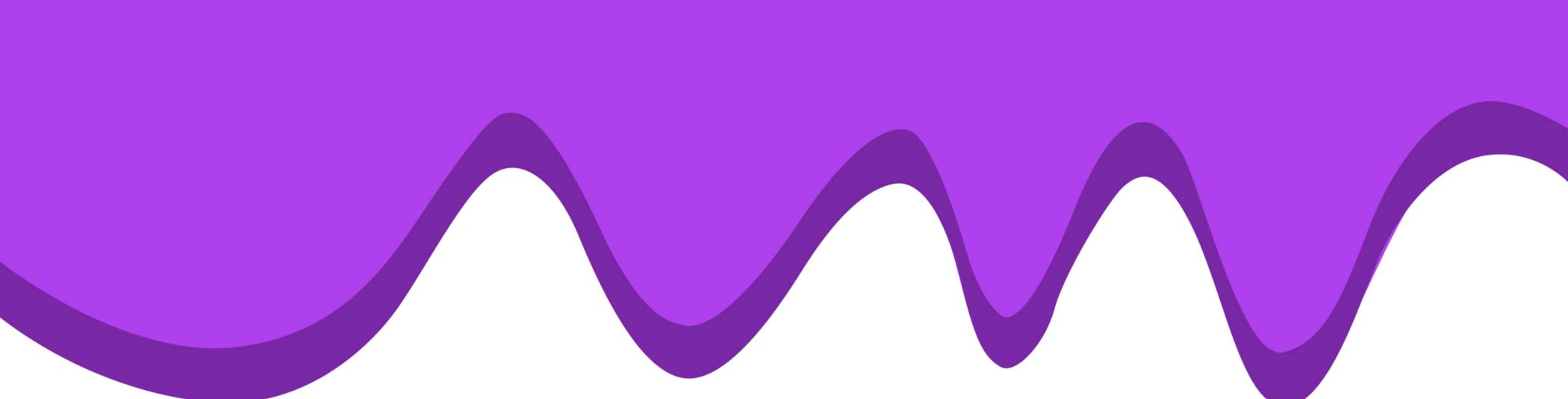
**Rodovia Governador Mário Covas, Km 60
Bairro Litorâneo, São Mateus - ES
CEP: 29932-540
Email: adrianamoraes@hotmail.com**

Organizadores

**José Marcos Amabiles Pazini
Aline Pestana Santos
Adriana Nunes Moraes Partelli**

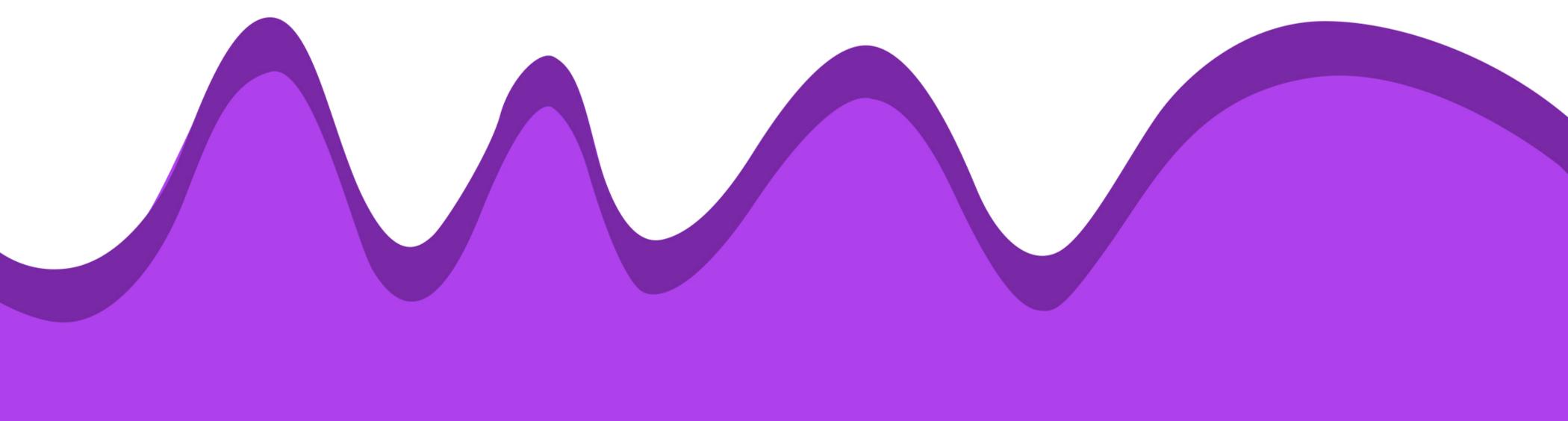
**Projeto Gráfico e Ilustrações: Victor Zorzal Zobole
Revisão de Texto: Ane de Lacerda Ferreira**





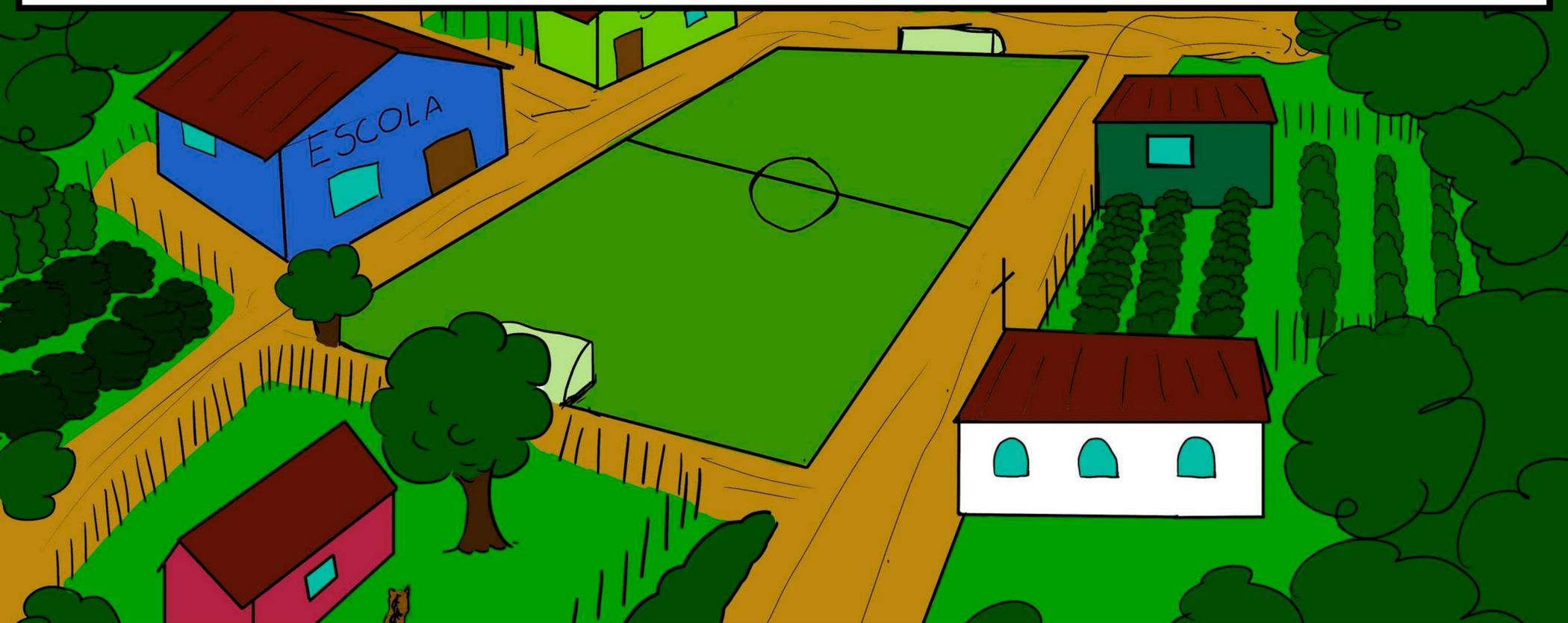
Apresentação

Almanaque que contém duas histórias fictícias contadas pela enfermeira da Estratégia de Saúde da Família sobre lenda que ouviu dos mais velhos da comunidade Quilombola em relação a uma adolescente que magicamente ficou grávida. Foi elaborado através das narrativas de adolescentes residentes em uma comunidade quilombola do norte do estado do Espírito Santo. Além dessas duas histórias, o material contém informações para evitar a gravidez na adolescência sem planejamento. Esperamos que esse material possa colaborar para aquisição de conhecimentos e tomada de decisões saudáveis.



A MISTERIOSA GRAVIDEZ PELO BEIJO

Para fugir da escravidão, em 1822 foi criada a comunidade Quilombola CHIUMBO, que é a mais antiga comunidade remanescente de quilombo do município de São Mateus, no norte do Espírito Santo, Brasil. Localizada em zona rural às margens do rio Cricaré, está há 44 km do município. O acesso à comunidade é por estrada de chão, passando por uma grande plantação de coco mantida pela empresa que emprega muitas pessoas. Na comunidade há plantações de café conilon, pimenta do reino e árvores frutíferas usadas no sustento das famílias e na agricultura familiar. No ano de 2020, a comunidade tinha igreja católica, igreja evangélica, campo de futebol e escola pública municipal pluridocente. Em relação a assistência à saúde, as pessoas que ali residem contam com a atenção primária fornecida pela Unidade Básica de Saúde, mantida pela Prefeitura Municipal de São Mateus. Essa UBS encontra-se à 12 km de distância da comunidade. Há cobertura pelo Programa de Agente Comunitário de Saúde que está em atividade há 16 anos.



Hoje, apesar de algumas dificuldades, principalmente pela distância de alguns serviços de saúde, é possível estudar até o 5º ano na comunidade. Mas, nem sempre foi assim. É possível ouvir dos antigos moradores várias histórias, contos e lendas que, segundo os mesmos, foram fatos reais que aconteceram há muito tempo e que hoje faz parte da vida social e cultural das pessoas que ali vivem...



Sou a Sandra, enfermeira da comunidade Chiumbo e vou contar uma lenda que eu ouvi dos antigos moradores de lá.

Conta a lenda que havia uma menina muito bonita, ingênua e sonhadora. Kenyetta tinha uma linda voz. Ela queria ser cantora.

Aos 13 anos, não frequentava escola devido a humilde situação financeira da família que se sustentava da pequena propriedade rural, somado a distância da escola mais próxima que ficava a 44 km da comunidade.



Seu pai era um homem rígido e humilde que trabalhava na pequena propriedade familiar cultivando café, pimenta do reino e milho.





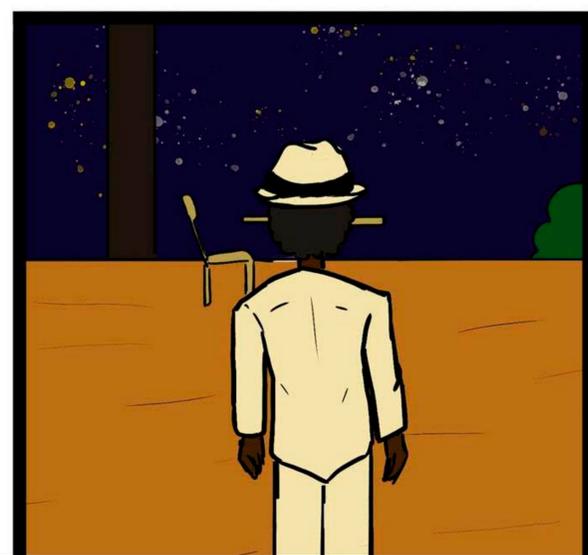
Certa vez, ela foi participar com sua família da Festa de Reis celebrada sempre no mês de janeiro.

A lua reluz radiante, as estrelas douradas cintilam tão brilhantes no céu. Diz a lenda que, em noite de lua cheia, muitas coisas acontecem.

Curiosidade: A festa de Reis é uma manifestação popular, onde os participantes dançam e cantam músicas utilizando sanfona, violão, pandeiros e chocalhos.

Chegando no local da festa, Kenyetta viu um lindo rapaz todo vestido de branco, ele não pertencia a comunidade.



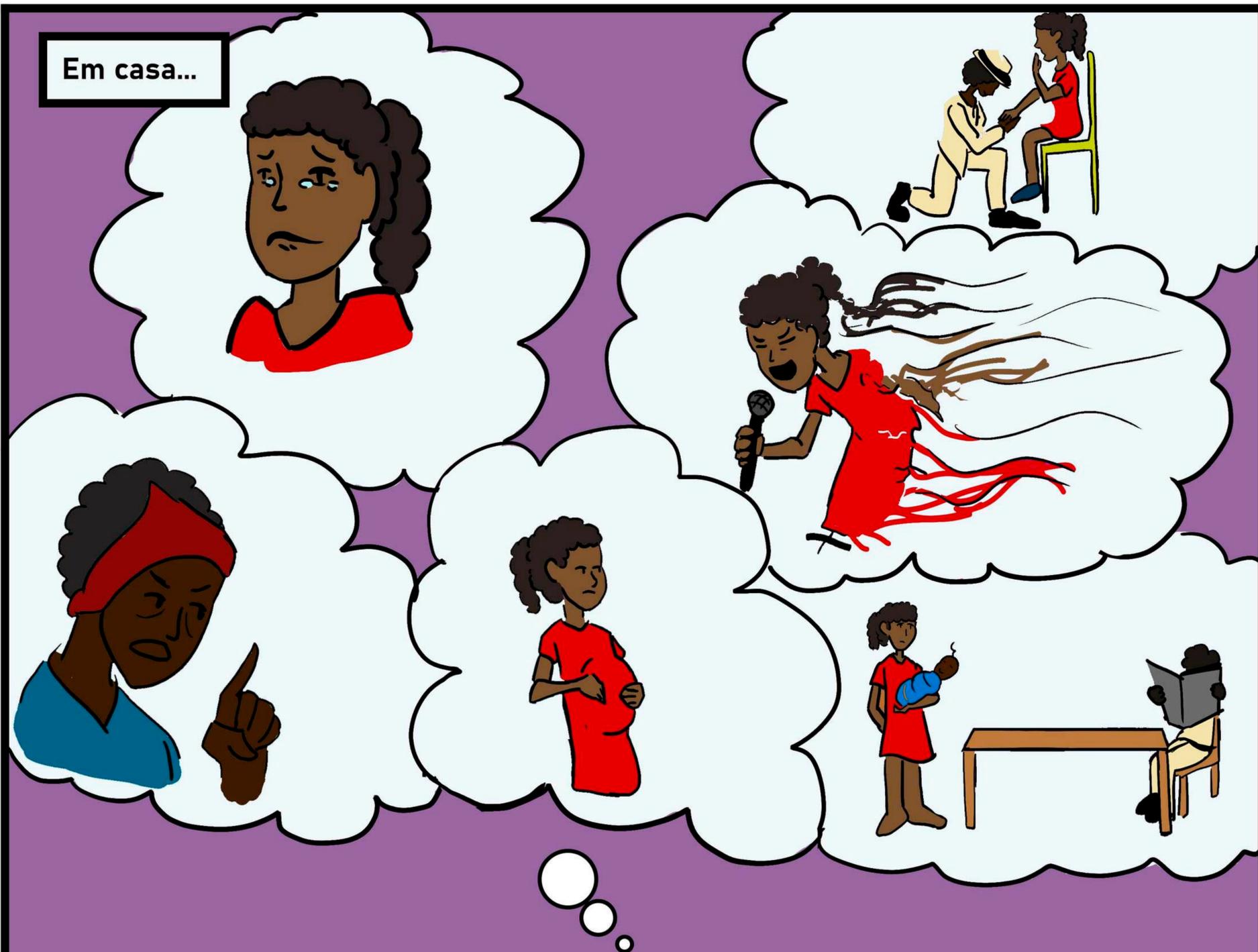


A festa começou, e após seu pai beber um pouco, caiu na dança afastando-se de Kenyetta e família. O rapaz aproveitou a oportunidade, se aproximou da menina e com olhar penetrante, olho no olho, segurou sua mão e a beijou.



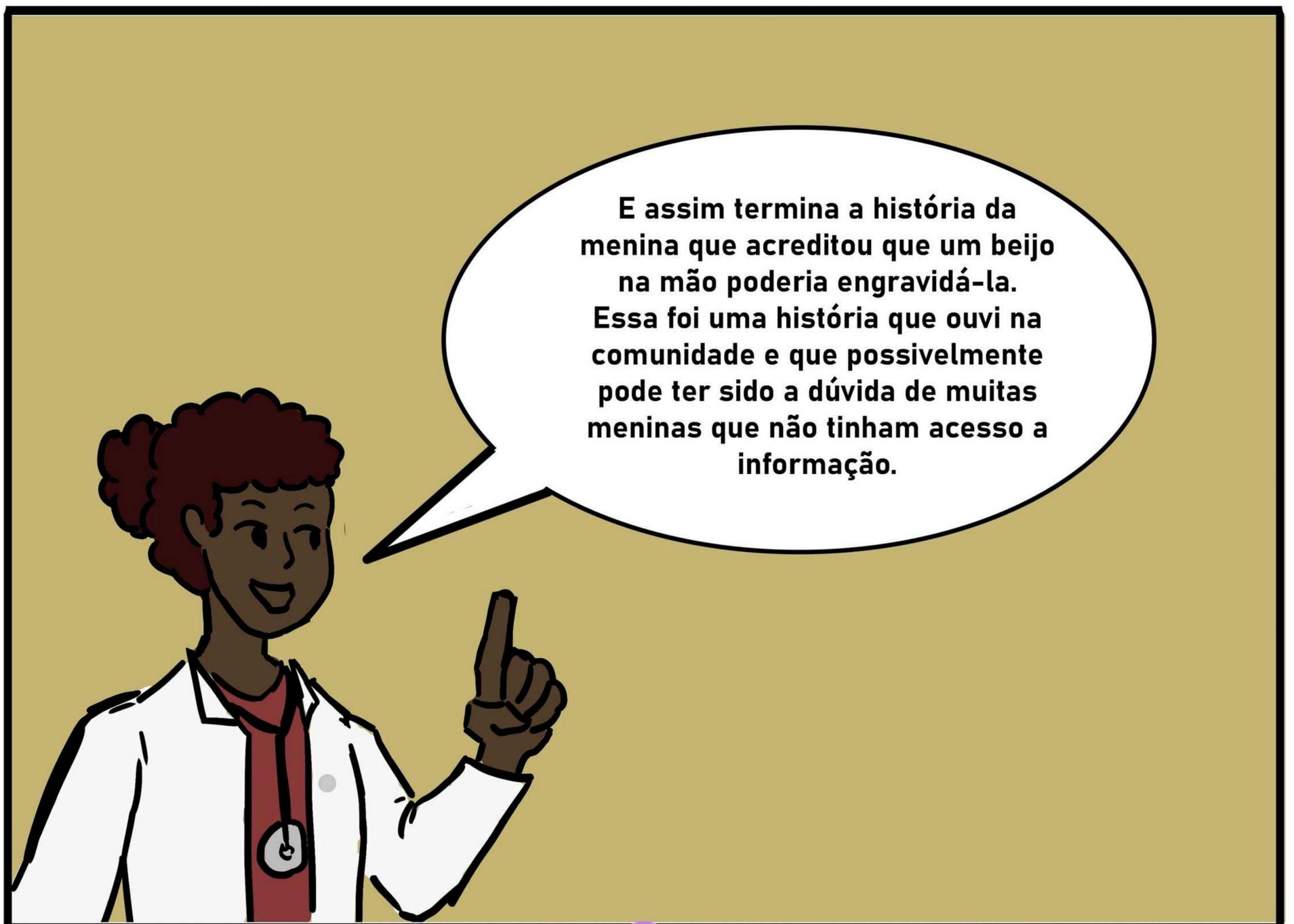
Naquele momento, algo misterioso aconteceu com Kenyetta, seu coração disparou e ela ficou sem reação. O rapaz afastou-se e desapareceu no meio da roda de dança.

Em casa...

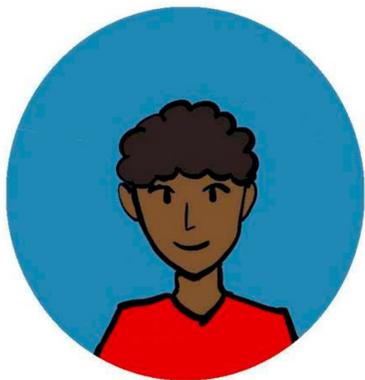


A noite tinha sido muito especial e Kenyetta demorou a dormir de tanta empolgação. Ao dormir, teve um sonho muito estranho...

Sua avó contava que era falta de respeito ficar perto de um menino sem a presença dos pais da moça...



Vamos conhecer agora os personagens da nossa próxima história!



KENYETTA - É uma adolescente do sexo feminino que tem 12 anos de idade. No ano de 2018, cursava o 6º ano do ensino fundamental, na Escola Pluridocente Municipal da Comunidade Quilombola, no turno da manhã. É líder de turma.

Seu pai é agricultor e a família cultiva o café conilon e pimenta do reino para venda; além de cultivar frutas, como coco, jaca, banana, manga e abacate, para consumo próprio e distribuição para outras pessoas da comunidade. A mãe trabalha cuidando do lar e também na propriedade da família; e, eventualmente, trabalha em outras propriedades da comunidade, na colheita da pimenta do reino, sendo remunerada pelo dia trabalhado. Ela tem uma irmã (15 anos) e dois irmãos (9 anos e 13 meses).



ESHE - É uma adolescente do sexo feminino que tem 13 anos de idade. No ano de 2018, cursava o 6º ano do ensino fundamental, na Escola Pluridocente Municipal da Comunidade Quilombola, no turno da manhã.

Sempre obteve sucesso escolar, sendo aprovada anualmente. Faz parte de uma família de formação evangélica (Igreja Evangélica Assembléia de Deus), composta de pai, mãe e irmão (17 anos). Sua família possui o título de propriedade rural, onde reside e planta em regime de agricultura familiar.



Sandra tem 35 anos, é enfermeira da Unidade de Saúde que atende a comunidade Quilombola Chiumbo. Ela enfrenta grandes desafios na promoção de saúde em seu território de responsabilidade, pois este é muito grande e de difícil acesso.



Malaika tem 56 anos, é professora em dois turnos na Escola Pluridocente Municipal da Comunidade Quilombola, sendo que o turno matutino atende duas turmas e o turno vespertino atende a uma turma. Dedicada a sua profissão, ela adora o que faz; leciona na comunidade há 30 anos, na qual é também moradora.

ESPAÇO PARA DIÁLOGOS E PROMOÇÃO DA SAÚDE

ADOLESCÊNCIA

A professora Malaika dá início a mais um dia de aula. Mas essa aula abordará um assunto diferente...

Bom dia turma. Hoje falaremos sobre um período lindo da vida que conhecemos por adolescência...

Curiosidade: a adolescência é um período do desenvolvimento social, psicológico e biológico com vivências, transformações corporais e filosóficas e relações interpessoais mais complexas, inclusive por situações de violência em contexto escolar.

Minha mãe disse que minha irmã é adolescente.

Eu sei o que é!!

Eu sou uma adolescente?

Muito bem! A maioria de vocês estão na adolescência e é nessa fase que acontece a puberdade...

Afinal o que é puberdade, professora?

Curiosidade: Puberdade é o período que ocorre mudanças corporais como altura, forma, preparando o corpo de meninos e meninas para a reprodução.

Curiosidade: a reprodução é fundamental para a perpetuação das espécies, uma vez que os seres vivos surgem apenas a partir de outros seres vivos iguais a eles por meio desse processo.

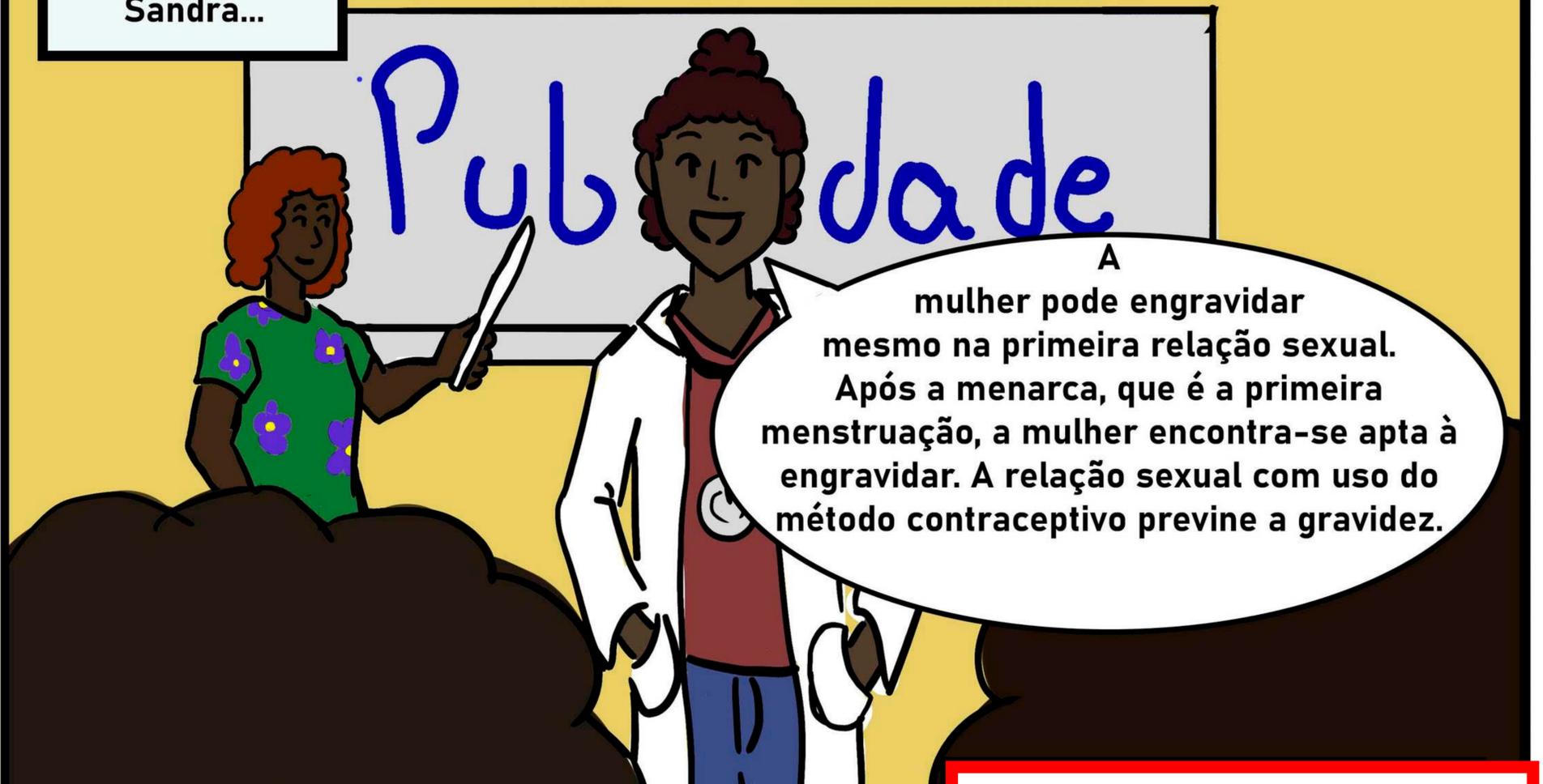
A aula estava fluindo muito bem, todos queriam participar contanto suas experiências, quando a professora interrompe...

Sandra é a enfermeira da Unidade de Saúde que atende a comunidade. Devido a distância e o acesso à comunidade, uma vez por semestre ela consegue ir até a comunidade.



Pessoal, como a professora já conversou com vocês sobre a adolescência e que no fim da puberdade o corpo está preparado para o processo de reprodução, vamos conversar sobre educação sexual.

Os alunos ficam atentos a explicação da Enfermeira Sandra...



Curiosidade: educação sexual é um termo utilizado para se referir ao processo que busca proporcionar conhecimento e esclarecer dúvidas sobre temas relacionados à sexualidade.

Curiosidade: métodos contraceptivos são diferentes formas de evitar uma gravidez. Os métodos contraceptivos impedem a fecundação (o encontro do óvulo com o espermatozóide) e a gravidez não planejada.

A Enfermeira Sandra explicava e demonstrava os métodos contraceptivos aos alunos quando a professora interrompe...



Kenyetta e Eshe empolgadas, saem da escola e a caminho de casa conversam sobre a aula.



Kenyetta contou a Eshe que a história da menina que achava que tinha engravidado com um beijo na mão em noite de lua cheia, era sua tataravô por parte de mãe. Sua mãe quando descobriu que estava grávida de uma menina, quis prestar uma homenagem dando o nome da matriarca a filha.



A conversa continua e as duas começam a refletir sobre a lenda...



E a conversa continua, Kenyetta fica muito atenta ao que a amiga diz.

E não é só isso. Lembra da minha prima, ela engravidou do menino da sala dela e foi morar com ele na casa dos pais dele. Emasiaram...

Curiosidade: Emasiar é um termo utilizado na comunidade quilombola que significa morar junto, casar.

Ela não conseguiu trabalhar na roça por causa dos sintomas, foi o que minha mãe disse...

Eshe, fala mais sobre o que sua mãe disse sobre gravidez?

Minha mãe falou que na gravidez os seios ficam sensíveis e inchados, a mulher fica sentindo enjojo e muito sono.

E ainda tem que fazer consultas para acompanhar a saúde da mãe e do bebê...

Nossa, quanta coisa!!

Minha mãe também disse que durante a gravidez tem que se alimentar por 2.

E como é isso Eshe?

Acho que tem que fazer pelo menos 4 refeições por dia e comer verduras e frutas se alimentar e não ficar com fome.

Tempo depois, lembraram que teriam de continuar a conversa outro dia. Quando chegou em casa, Kenyetta se despediu de sua amiga.

Apreendi muito hoje. Até amanhã!

Tchau!

Ao entrar em casa, a mãe de Kenyetta manda ela cuidar de seu irmão mais novo, porque precisava terminar o jantar para o esposo que logo iria chegar da roça.

Toma, pegue seu irmão, vou para a cozinha.

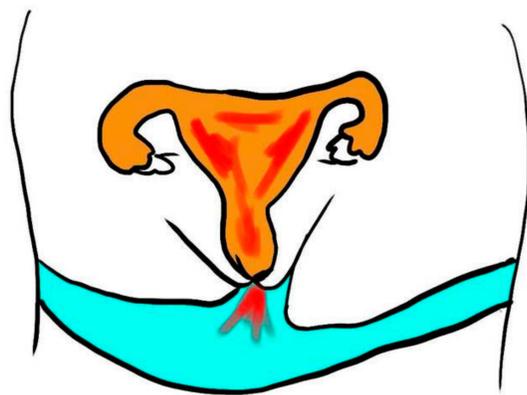
Depois da aula que tive na escola e a conversa com minha amiga, percebi que não estou pronta para ter um filho agora. Quero estudar para ter a chance de escolher um futuro com mais oportunidade de trabalho para ajudar minha família. Ter filho na adolescência é uma responsabilidade muito grande!

Você sabia?

Que o marco principal da puberdade para os meninos é a primeira ejaculação (polução noturna), que ocorre em média aos 13 anos?



Para as meninas, é o início da menstruação (menarca), que ocorre em média entre 12 e 13 anos?



Que existe a Caderneta de Saúde de Adolescente nas versões masculina e feminina criada pelo Ministério da Saúde? Essa caderneta trás muitas informações legais sobre o desenvolvimento saudável na adolescência! Você tem acesso gratuito a caderneta na Unidade de Saúde ou pela internet acessando o link

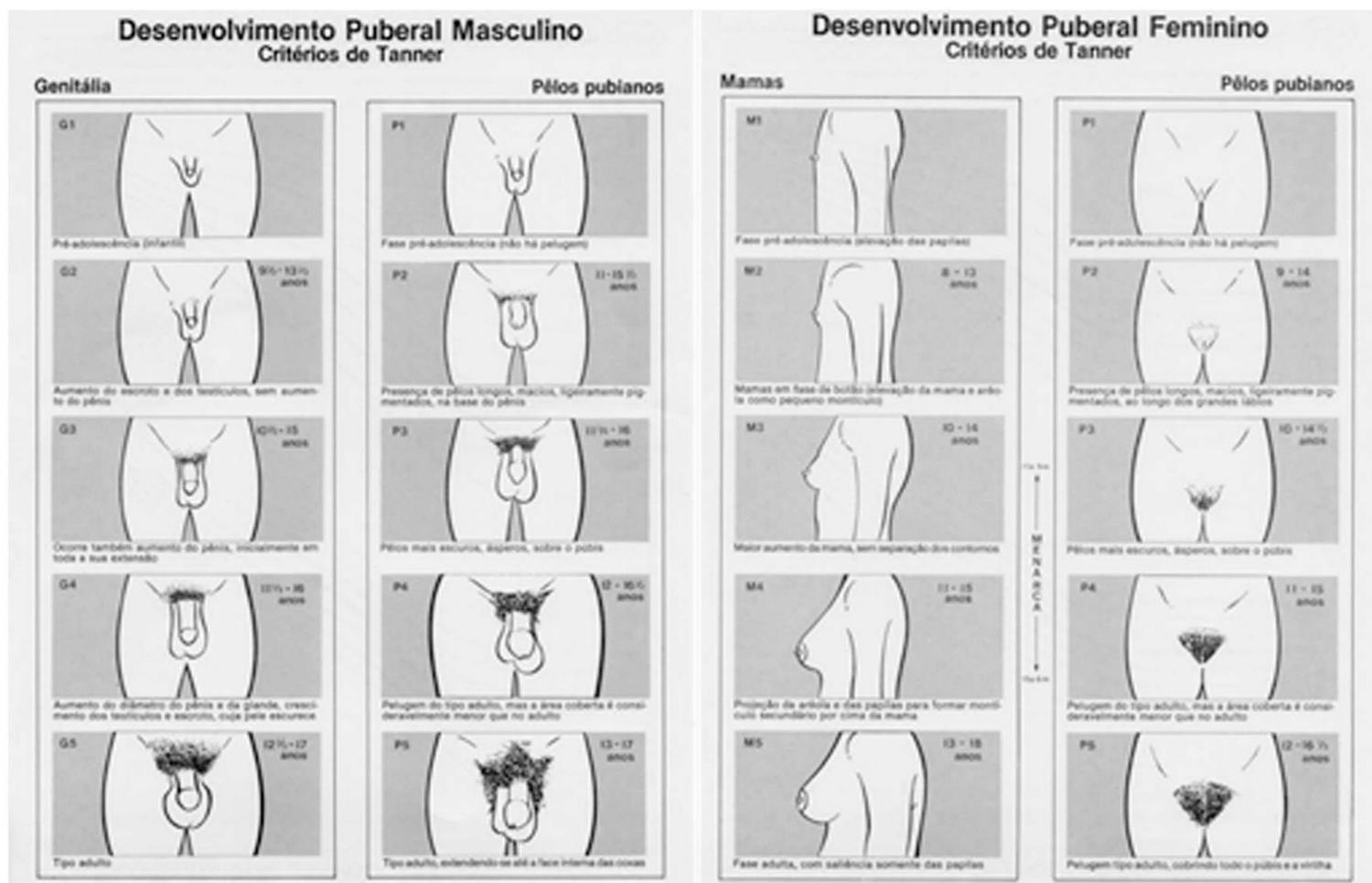
http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta_saude_adolescente_feminina.pdf (Caderneta Feminina) e

http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta_saude_adolescente_masculino.pdf (Caderneta Masculina).



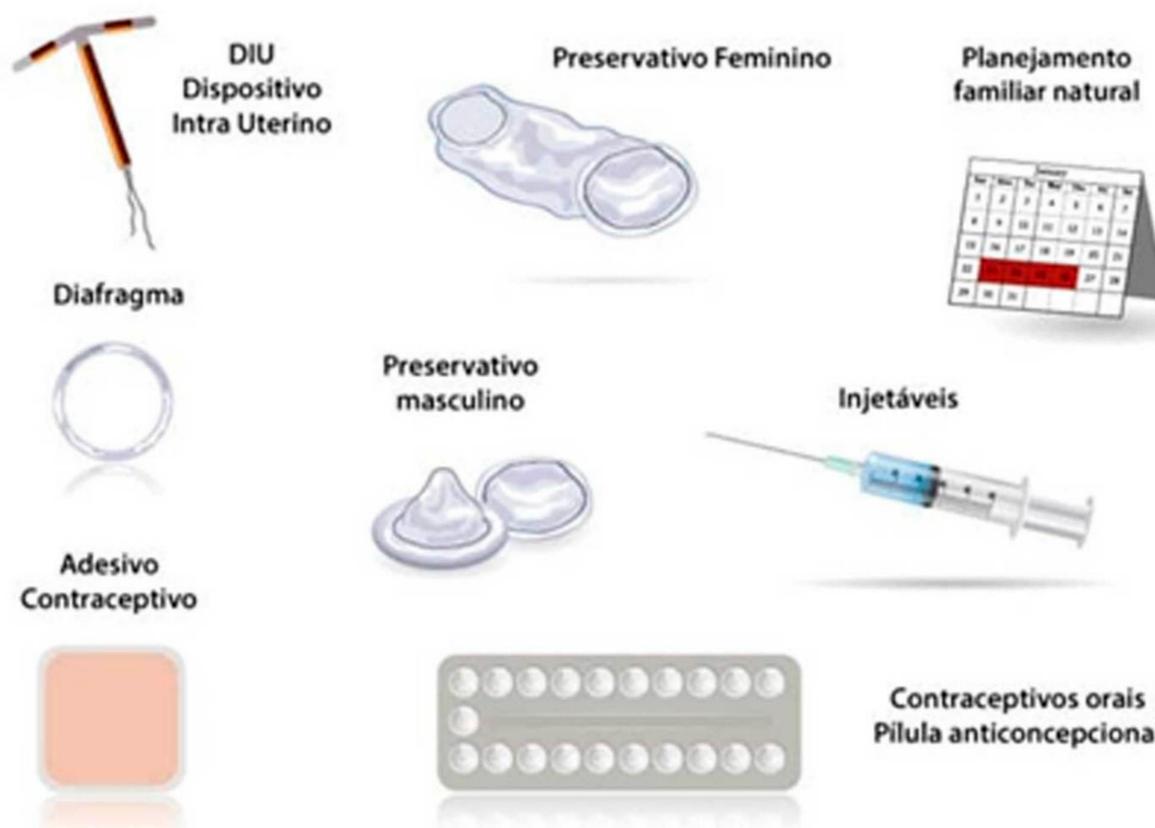
Você sabia?

Que estagiamento de Tanner é instrumento da prática diária do profissional que lida com adolescentes, para **determinar** o estágio puberal em que se encontra o menino e a menina?



Fonte: Sociedade Brasileira de Pediatria.

Que existem vários métodos para evitar a gravidez? E que esses métodos são chamados de métodos contraceptivos?



Você sabia?

Dos métodos contraceptivos citados acima, o preservativo masculino é o mais apropriado para os adolescentes tendo-se em vista além da prevenção de gravidez não planejada e a prevenção de DSTs, não ter, praticamente, efeitos colaterais, facilidade de aquisição e baixo custo. Ressalta-se que a eficácia do método escolhido, para cada caso individual, dependerá fundamentalmente da maneira como ele é utilizado.

PRESERVATIVO MASCULINO

O preservativo masculino ou camisinha é uma capa de borracha (látex) que, ao ser colocada sobre o pênis, evita a transmissão de Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) e do vírus da imunodeficiência humana (HIV) que é o causador da Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (Aids). A camisinha pode também evitar a gravidez, agindo assim como um eficiente método contraceptivo. Existe camisinha própria para adolescentes e elas estão disponíveis gratuitamente nas Unidades de Saúde.

Cuidados necessários ao usar a camisinha masculina:

- sempre coloque a camisinha antes do início da relação sexual;
- coloque a camisinha quando o pênis estiver duro;
- encaixe a camisinha na ponta do pênis, sem deixar o ar entrar;
- vá desenrolando até que ele fique todo coberto;
- não deixe a camisinha ficar apertada na ponta do pênis - deixe um espaço vazio na ponta da camisinha que servirá de depósito para o esperma;
- aperte o bico da camisinha até sair todo o ar, mas cuidado para não apertar com muita força e estragar a camisinha;
- se não ficar bem encaixada na ponta, ou se ficar ar dentro, a camisinha pode rasgar.



CONTRACEPTIVOS ORAIS OU PÍLULAS ANTICONCEPCIONAIS

Os anticoncepcionais hormonais orais, também chamados de pílulas anticoncepcionais são hormônios utilizados isoladamente ou em associação que atuam basicamente por meio da inibição da ovulação, além de provocar alterações nas características físico-químicas do endométrio e do muco cervical. São métodos muito eficazes quando usados corretamente e consistentemente, podendo sua taxa de falha ser da ordem de 0,1%, no primeiro ano de uso. Em uso habitual, atinge valores de 6 a 8%.

Deve-se procurar um profissional de saúde de sua preferência antes de iniciar o uso desse método.



Contraceptivos orais
Pílula anticoncepcional

Você sabia?

PRESERVATIVO FEMININO

Tem resultados idênticos ao preservativo masculino. É feita de poliuretano fina e lubrificada, que cria uma barreira para o esperma.

Cuidados necessários:

Ele é colocado dentro da vagina antes de fazer sexo. Pegue-o e veja onde está o anel da extremidade fechada que mantém o preservativo feminino no lugar. Aperte este anel flexível e insira o preservativo como se fosse um absorvente interno, o máximo que puder até atingir o colo uterino. A extremidade fechada do preservativo feminino recobre o colo uterino e a extremidade aberta deve ficar para fora da vagina cerca de 3 cm. Quando terminar, basta segurar a extremidade aberta, gire para fechar, puxe para fora devagar, tomando cuidado para não derramar nada. Utilize o preservativo uma única vez e depois jogue-o fora.

Preservativo Feminino



DIAFRAGMA

O diafragma é um recurso simples, parece um minúsculo chapéu e apenas fica no caminho, impedindo o esperma de se aproximar do útero. O disco flexível em forma de abóbada tem um aro flexível e é feito de látex ou silicone. Ele é inserido na vagina para criar uma barreira entre o esperma e a entrada do útero da mulher. É necessário consultar um profissional da área de saúde para saber o tamanho certo de diafragma antes de iniciar seu uso. Porém, esse meio contraceptivo não é totalmente eficaz sozinho, de forma que é altamente recomendado combinar o seu uso com espermicida, para proporcionar maior eficácia.

Cuidados necessários:

O diafragma deve ser inserido na vagina antes de fazer sexo. Ele parece incômodo de usar, mas na verdade não é. A primeira coisa a fazer é lavar as mãos. Encha o diafragma de espermicida e espalhe um pouco também ao redor das bordas por questão de segurança. Então, faça como se fosse colocar um absorvente interno, dobre o diafragma no meio e empurre-o para dentro e para cima da vagina, até recobrir o colo uterino. A grande vantagem é que você pode se organizar ou deixar para colocar na última hora, depende de você; coloque horas antes ou logo antes do sexo. O diafragma pode ser deixado no lugar por até 24 horas. Se você fizer sexo mais de uma vez, você precisa usar mais espermicida toda vez que tiver relações sexuais. As únicas regras são: deixe-o no lugar por pelo menos 6 horas após fazer sexo e não o deixe por mais de 24 horas no total. De tempos em tempos, verifique se o diafragma apresenta algum estrago e substitua-o se necessário.

Diafragma



Você sabia?

DISPOSITIVO INTRA UTERINO (DIU)

É um dispositivo pequeno, em forma de T, bastante eficaz, com um fio ou cilindros de cobre, que é colocado dentro do útero por um profissional da área da saúde. O DIU de Cobre libera íons de cobre que imobilizam o esperma e dificultam bastante a sua motilidade em torno do útero, mas não impedem os ovários de liberarem um óvulo por mês. O DIU Hormonal (SIU) é um dispositivo pequeno e macio em forma de T, com um reservatório que contém o hormônio progesterona que atua por meio da liberação contínua de uma dose baixa de progesterona no útero. Ele torna espesso o muco do colo uterino, o que dificulta a motilidade do esperma para alcançar o óvulo e afina a parede do útero. Com 99% de eficácia, é um dos métodos contraceptivos mais eficazes.



INJETÁVEIS

O anticoncepcional injetável é uma injeção que contém hormônios, seja apenas progesterona, seja progesterona e estrógeno que impedem o corpo de liberar óvulos e tornam espesso o muco no colo uterino. Pode ser administrada uma injeção por mês ou uma a cada três meses, por profissional da área da saúde. Porém, depois de aplicada, ela não é reversível, ou seja, em caso de efeitos colaterais, não pode ser interrompida. A forma como a injeção anticoncepcional funciona é semelhante à da pílula ou do anel vaginal, exceto pelo fato de não precisar de lembrar de tomá-la todo dia ou toda semana, mas pode não ser a melhor escolha para quem tem medo de agulha.

PLANEJAMENTO FAMILIAR NATURAL

A Percepção da Fertilidade ou Tabela é a técnica de saber a fase do ciclo menstrual em que a mulher não está fértil e fazer sexo nesses intervalos. O Método de Percepção da Fertilidade exige que a mulher observe os sinais de fertilidade. Há vários métodos, tais como contar os dias na tabelinha, prestar atenção às flutuações da temperatura corporal e monitorar bem de perto as alterações no muco cervical. Esses métodos podem falhar por leves alterações no ciclo, cálculo errado, estilo de vida espontâneo que resulta em horário de dormir não regular ou diversas outras variáveis. Não é definitivamente recomendado para quem é do tipo esquecido, desorganizado ou espontâneo.

ADESIVO CONTRACEPTIVO

O adesivo é um objeto de plástico fino da cor bege, semelhante a um curativo quadrado. É fácil de usar e funciona como a pílula, mas precisa ser trocado uma vez por semana.

Cuidados necessários:

Aplicado à pele, o adesivo solta hormônios que impedem que os ovários liberem óvulos.

Eficácia: 91% com uso recomendado

Disponibilidade: receita médica necessária

Esforço: trocar o adesivo toda semana por três semanas e, então, ficar sem ele por uma semana

Infecções sexualmente transmissíveis: não oferece proteção

Hormônios: contém uma mistura de estrogênio e progestina

Benefícios e efeitos colaterais: Acne, peso, alterações menstruais, outras possibilidades.

Adesivo
Contraceptivo

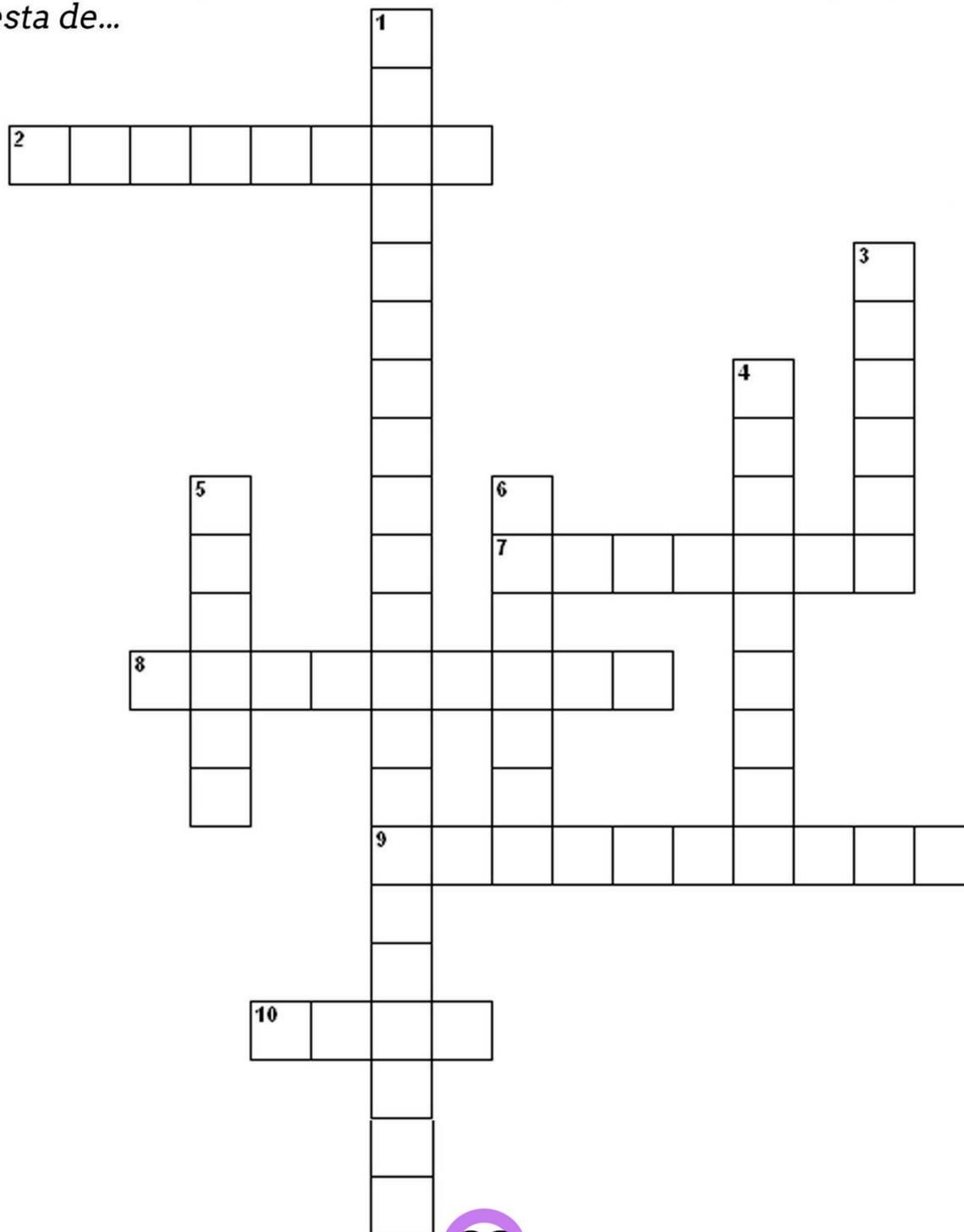


PASSATEMPOS

PALAVRAS CRUZADAS

Agora, divirta-se cruzando palavras no quadro:

1. Como são chamados os métodos para evitar a gravidez?
2. Na primeira história do almanaque há uma menina muito bonita, ingênua e sonhadora. Qual o nome dela?
3. Estagiamento utilizado para determinar o estágio puberal?
4. Método para evitar a gravidez e Infecções Sexualmente Transmissíveis.
5. Redução da dor menstrual, menstruação menos abundante, não protege contra as Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST)
6. Primeira menstruação das meninas?
7. Qual o termo utilizado na comunidade quilombola que significa morar junto, casar?
8. Qual o nome do período que ocorre mudanças corporais como altura, forma, preparando o corpo de meninos e meninas para a reprodução.
9. Marco principal da puberdade para os meninos?
10. Ainda na primeira história, qual o nome da festa que a menina, da pergunta anterior, participa com sua família? Festa de...



- Respostas:
1-Métodos Contraceptivos
2-Kenyatta
3-Tanner
4-Camisinha
5-Pílula
6-Menarca
7-Esmaiar
8-Puberdade
9-Ejaculação
10-Reis

PASSATEMPOS

VERDADEIRO OU FALSO

Que tal testar seus conhecimentos sobre gravidez na adolescência? Para cada opção abaixo, marque F, para falso, e V, para verdadeiro.

- ()--Quando ocorre a gravidez na adolescência, os adolescentes perdem os seus direitos de adolescentes.
- ()--Mesmo antes ou depois que o bebê nascer, a gestante-adolescente-estudante pode continuar os estudos em regime domiciliar.
- ()--Durante a gestação, a responsabilidade quanto à alimentação aumenta, uma vez que implica diretamente no perfeito desenvolvimento do feto.
- ()--Os sinais e sintomas de gravidez não podem surgir nas primeiras semanas após a concepção.
- ()--A gravidez causa inúmeras alterações hormonais e transformações que podem incluir: cólica abdominal, mamas sensíveis e aumentadas, aumento do sono, náuseas, enjoos e vômitos.

Respostas

- (F)--mesmo que tenha ocorrido a gravidez na adolescência, os adolescentes não perdem seus direitos, mais ainda como a adolestente-gestante vai se tornar mãe, a proteção, de certa forma, até amplia.
- (V)--Após o oitavo mês da gestação e por até três meses após o nascimento do bebê, a jovem tem o direito de continuar estudando em casa.
- (V)--A alimentação adequada ao longo do período gestacional exerce papel determinante sobre os desfechos relacionados à mãe e bebê. Contribui para prevenção de uma série de ocorrências negativas, assegura reservas biológicas necessárias ao parto e pós-parto.
- (F)--Os sinais (que podem ser vistos) e sintomas de gravidez (que podem ser sentidos) podem surgir nas primeiras semanas após a concepção, como também, podem passar despercebidos, já que depende de cada mulher.
- (V)--Após a fecundação – momento em que o espermatozoide se encontra com o óvulo na trompa e quando ocorre a implantação do embrião no útero -, as mulheres passam por inúmeras alterações hormonais e transformações.

PASSATEMPOS

CAÇA-PALAVRAS

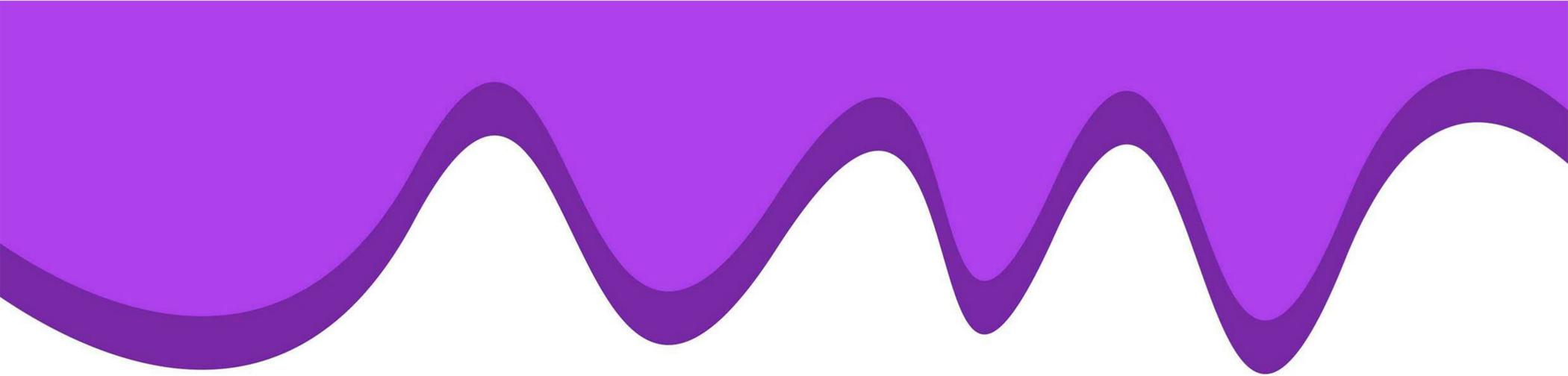
Agora, divirta-se caçando palavras no quadro relacionadas aos direitos das adolescentes grávidas.

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

*Saúde - Educação - Lazer - Dignidade - Proteção - Pré-natal
Licença-Maternidade*

Resposta

E D U C A Ç Ã O S
A
Ú
L
D
D
Z
L I C E N Ç A M A T E R N I D A D E
R
G
N
I
D
A
D
E
P R É N A T A L
P R O T E Ç Ã O



REFERÊNCIAS

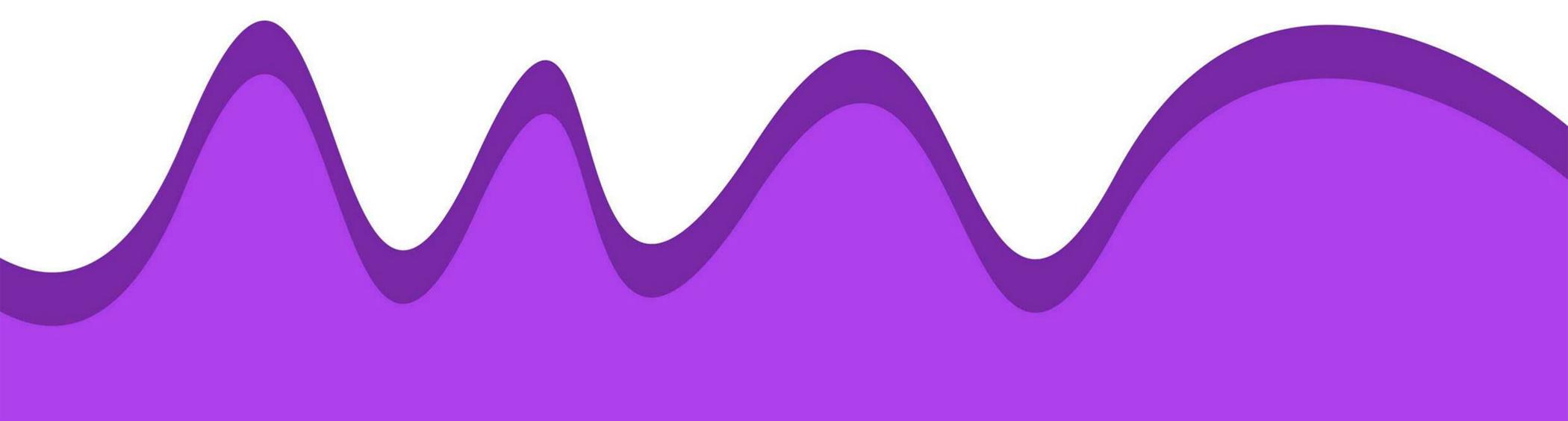
BRASIL. Ministério da Saúde. Camisinha masculina. Biblioteca Virtual em Saúde. Brasília, 2015. Disponível em:
<<http://bvsmms.saude.gov.br/dicas-em-saude/700-camisinha-masculina#:~:text=O%20preservativo%20masculino%20ou%20camisinha,causador%20da%20aids%2C%20o%20HIV.>>. Acesso em: 29 de jul. de 2020.

BRASIL. Desenvolvimento Puberal de Tanner. Sociedade Brasileira de Pediatria. Rio de Janeiro, 2017. Disponível em:
<<https://www.sbp.com.br/departamentos-cientificos/endocrinologia/desenvolvimento-puberal-de-tanner/>>. Acesso em: 29 de jul. de 2020

DANIELA, R.C., et al. (Organizadores). Atenção integral à saúde da mulher. 3. Ed. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina, 2016.FIOCRUZ. Alimentação na gravidez: nutricionistas orientam sobre hábitos saudáveis. Rio de Janeiro, 2015. Disponível em:
<<https://portal.fiocruz.br/noticia/alimentacao-na-gravidez-nutricionistas-orientam-sobre-habitos-saudaveis>>. Acesso em 24 de jul. de 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Gravidez: o que é, sintomas, complicações, tipos e prevenção. Brasília: Ministério da Saúde, 2019. Disponível em:
<<http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/gravidez>>. Acesso em: 24 de jul. de 2020

BRASIL. Lei nº 8.069, de 13 de 1990. Estatuto da criança e do adolescente. Versão atualizada, Brasília: DF, 2019. Disponível em:
<<https://www.gov.br/mdh/pt-br/centrais-de-conteudo/crianca-e-adolescente/estatuto-da-crianca-e-do-adolescente-versao-2019.pdf>>. Acesso em: 24 de jul. de 2020





UNIVERSIDADE FEDERAL
DO ESPÍRITO SANTO

FAPES
FUNDAÇÃO DE AMPARO À PESQUISA E INOVAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO

**GOVERNO DO ESTADO
DO ESPÍRITO SANTO**
*Secretaria de Ciência, Tecnologia,
Inovação e Educação Profissional*

