



Participantes na formação

# Percepções e Barreiras à Gestão da Higiene Menstrual na Província do Bié, Angola:

Conhecimentos, atitudes e práticas de adolescentes e adultos nos municípios de Kuito, Nharea e Camacupa

**Antea Gomes (coord.)**, Gestora de MEAL PIN Angola  
**Miguel de Sousa**, Oficial de MEAL PIN Angola



## Percepções e Barreiras à Gestão da Higiene Menstrual na Província do Bié, Angola:

Conhecimentos, atitudes e práticas de adolescentes e adultos nos municípios de Kuito, Nharea e Camacupa

**Antea Gomes (coord.)**, Gestora de MEAL PIN Angola  
**Miguel de Sousa**, Oficial de MEAL PIN Angola



## Tabela de Conteúdos

Glossário.....	10
Sumário Executivo.....	11
1. Introdução.....	15
2. Calendário e metodologia do estudo.....	16
2.1 Guias de entrevista, recolha e análise de dados.....	16
2.2 Métodos Quantitativos: pesquisa CAP.....	17
2.2.1 Técnica de amostragem e tamanho da amostra.....	17
2.3 Métodos qualitativos: grupos focais.....	19
2.4 Considerações éticas.....	20
2.5 Limitações.....	20
3. Resultados.....	21
3.1 Características sociodemográficas.....	21
3.2 Menarca: preparação, conselhos e reacções.....	21
3.3 Conhecimento sobre a menstruação.....	26
3.3.1 Conhecimento sobre a fonte do sangue menstrual.....	26
3.3.2 Conhecimento sobre os tipos de materiais de higiene menstrual existentes.....	26
3.3.3 Conhecimento sobre a idade do primeiro período.....	27
3.3.4 Conhecimento sobre o significado da primeira menstruação.....	27
3.3.5 Conhecimento em relação à duração da menstruação.....	28
3.3.6 Conhecimento sobre os sintomas que podem aparecer durante a menstruação.....	28
3.3.7 Conhecimento sobre o cálculo do ciclo menstrual.....	29
3.3.8 Conhecimento sobre o cálculo dos dias férteis.....	30
3.4 Atitudes e crenças.....	30
3.4.1 A menstruação como fonte de vergonha.....	31
3.4.2 Atitudes em relação a certas actividades durante a menstruação: cozinhar, ir à escola e ter relações sexuais.....	33
3.4.3 Atitudes em relação à alimentação durante a menstruação.....	36
3.4.4 Atitudes em relação à higiene e saúde menstruais.....	37
3.5 Práticas.....	38
3.5.1 Tipos de materiais de higiene menstrual utilizados pelas mulheres e raparigas.....	38
3.5.2 Limpeza e secagem dos materiais de higiene menstrual.....	40
3.5.3 Frequência da troca do material de higiene menstrual.....	41
3.5.4 Práticas de GHM na escola.....	41
3.5.4.1 Assiduidade escolar durante a menstruação.....	41
3.5.4.2 Uso das instalações sanitárias na escola.....	42
3.5.4.3 Frequência da troca do material de higiene menstrual na escola.....	43
3.5.4.4 Descarte do material de higiene menstrual na escola.....	43
3.5.4.5 Desafios enfrentados na escola pelas raparigas durante a menstruação.....	44
3.5.4.6 Recomendações dos adolescentes para apoiar uma GHM adequada nas escolas.....	44
4 Conclusões e Recomendações.....	47
5 Anexos.....	51

## Lista de gráficos

Gráfico 1 Raparigas e mulheres adultas com conhecimento sobre a menstruação aquando da menarca.....	21
Gráfico 3 Mulheres, rapazes e raparigas conscientes de que a primeira menstruação aparece durante a adolescência.....	22
Gráfico 4 Proporção de meninas que utiliza as casas de banho da escola durante a menstruação (n=167).....	27

## Lista de tabelas

Tabela 1 Tabela de resumo do inquérito e dos grupos focais.....	16
Tabela 2 Amostra planeada e amostra real do questionário CAP aplicado a adolescentes e mulheres adultas.....	18
Tabela 3 Tamanho da amostra do inquérito CAP com adolescentes rapazes e raparigas desagregados por escola-alvo.....	18
Tabela 4 Tamanho da amostra do questionário CAP com mulheres adultas desagregado por aldeias.....	19
Tabela 5 Grupos focais com mulheres e homens adultos por aldeia.....	19
Tabela 6 Grupos focais com adolescentes por município.....	20
Tabela 7 Idade da menarca.....	21
Tabela 8 Fontes de informação sobre a primeira menstruação das raparigas e mulheres adultas.....	23
Tabela 9 Pessoas com quem as mulheres e raparigas falam actualmente sobre a menstruação.....	24
Tabela 10 Reacção das mulheres e meninas na sua primeira menstruação.....	25
Tabela 11 Razões pelas quais as mulheres e as raparigas estavam assustadas quando tiveram o seu primeiro período (n=262).....	26
Tabela 12 Fonte do sangue menstrual.....	26
Tabela 13 Tipos de materiais de higiene menstrual que as mulheres, raparigas e rapazes conhecem.....	27
Tabela 14 Conhecimento sobre o significado da primeira menstruação.....	28
Tabela 15 Conhecimento sobre a duração habitual da menstruação numa mulher saudável.....	28
Tabela 16 Conhecimento sobre os sintomas que podem surgir durante a menstruação (mulheres adultas, raparigas e rapazes).....	29
Tabela 17 Número de sintomas da menstruação correctamente identificados pelos entrevistados (mulheres adultas, raparigas e rapazes).....	29
Tabela 18 Mulheres adultas, raparigas e rapazes que conseguiram explicar correntemente como fazer o cálculo do ciclo menstrual.....	30
Tabela 19 Mulheres adultas, raparigas e rapazes que conseguiram identificar correctamente como calcular os dias férteis.....	30
Tabela 20 “A menstruação é algo sujo que sai do corpo”.....	31
Tabela 21 “A menstruação é um tópico que não deve ser discutido com homens”.....	32
Tabela 22 Fontes de informação dos rapazes sobre a menstruação.....	32
Tabela 23 Actividades que não podem ser realizadas se a rapariga/mulher está menstruada de acordo com os/as entrevistados/as.....	33

Tabela 24 “As raparigas não devem ir à escola se estiverem menstruadas” & “Se uma rapariga for à escola e manchar a roupa, os rapazes vão gozar com ela”.....	34
Tabela 25 “As raparigas não devem ter relações sexuais durante a menstruação”.....	35
Tabela 26 “Mulheres nunca podem engravidar se tiverem relações sexuais durante a menstruação”.....	36
Tabela 27 Alimentos que as mulheres / raparigas acham que não devem comer durante a menstruação.....	36
Tabela 28 “É suficiente trocar o pano ou a penso apenas uma vez por dia”.....	37
Tabela 29 “O penso descartável usado deve ser jogado dentro da latrina”.....	37
Tabela 30 “O sangue menstrual suja o interior da vagina, por isso deve ser lavada por dentro”.....	38
Tabela 31 Tipos de materiais de higiene menstrual utilizados por mulheres e raparigas.....	38
Tabela 32 Práticas relativas à lavagem e secagem dos panos.....	40
Tabela 33 Frequência da troca do material de higiene menstrual (mulheres adultas, n=208).....	41
Tabela 34 Assiduidade escolar durante a menstruação (n=187).....	42
Tabela 35 Razões pelas quais as meninas não usam as casas de banho da escola durante a menstruação (n=126).....	43
Tabela 36 Número de vezes que as meninas trocam de penso na escola (das meninas que continua a ir à escola durante a menstruação, n=167).....	43
Tabela 37 Número de vezes que as meninas trocam de penso quando estão em casa (n=187).....	43
Tabela 38 Descarte de pensos higiénicos descartáveis na escola (das meninas que usam pensos descartáveis e vão à escola, n=55).....	44
Tabela 39 Problemas enfrentados na escola pelas raparigas durante a menstruação (n=187).....	44
Tabela 40 Sugestões sobre o que pode ser feito na escola para melhorar a vida das raparigas quando estão menstruadas.....	45

## Lista de acrónimos:

**CAP:** Conhecimentos, Atitudes e Práticas

**GHM:** Gestão da Higiene Menstrual

**STLC:** Saneamento Total Liderado pela Comunidade

**WASH:** Água, Saneamento e Higiene (em inglês, Water, Sanitation and Hygiene)



## Agradecimentos

Os autores gostariam de partilhar um sincero agradecimento a todas as raparigas, mulheres, rapazes e homens que quebraram as barreiras do tabu à volta da menstruação e generosamente cederam o seu tempo a este estudo. Os autores gostariam também de agradecer à equipa de implementação do projecto CLTS 6, em particular Gift Zuze (Gestor do Programa WASH) e Zacarias Tchipongue (Oficial de Projecto) por toda a coordenação de campo, e à equipa de recolha de dados (Balbina Chihota, Elizabete Cassova, Gerson Bango, Luís Augusto, Maria Laureta Liwema e Victória Pedro) pelo seu árduo trabalho e extraordinário empenho. Agradecimentos também são dirigidos aos colegas e consultores (em particular Claudia de Oliveira, Chefe de Comunicação e Visibilidade da PIN Angola; Dana Plavcová, Directora Regional Adjunta da PIN África; Emily Hockenhull, Consultora de Nutrição e Saúde Pública), que cederam cuidadosa e generosamente os seus comentários desde o início do estudo até à redação do relatório. Por fim, os autores deste estudo agradecem a colaboração e apoio do Governo de Angola, em particular dos Governos Provinciais da Saúde e Educação e respectivos gabinetes, GASFIG (Gabinete Provincial da Acção Social, Família e Igualdade de Género) e Gabinete Provincial da Cultura, Turismo, Juventude e Desporto do Bié.

## Glossário

**Menstruação/período:** descarga cíclica de sangue e de tecido do útero através da vagina que ocorre, geralmente, todos os meses em mulheres não grávidas.

**Menarca:** primeira menstruação que normalmente ocorre durante a puberdade.

**Gestão da Higiene Menstrual (GHM):** de acordo com a definição do Programa Conjunto de Monitorização do UNICEF e Organização Mundial de Saúde (OMS), GHM significa que "[m]ulheres e adolescentes estão a usar um material de gestão menstrual limpo para absorver ou recolher o sangue menstrual, que pode ser mudado em privacidade tantas vezes quanto necessário durante o período menstrual, usando sabão e água para lavar o corpo conforme necessário, e tendo acesso a instalações seguras e apropriadas para descartar os materiais de gestão menstrual usados".

**Materiais de higiene menstrual:** produtos/materiais utilizados para absorver o sangue menstrual (por exemplo, pensos higiénicos, panos, tampões, copos menstruais).

<sup>1</sup> WHO/UNICEF (2021) *Consultation on draft long lists of goal, target and indicator options for future global monitoring of water, sanitation and hygiene*. Disponível em <https://washdata.org/sites/default/files/documents/reports/2017-06/JMP-2012-post2015-consultation.pdf>

## Sumário Executivo

As principais conclusões encontram-se resumidas abaixo. As recomendações baseadas nos resultados deste estudo podem ser lidas na secção **Recomendações**.

### Preparação & Conhecimento

- A idade média da **menarca foi de 13,9 anos**.
- **As meninas e as mulheres continuam sem ter conhecimento sobre a menstruação até à menarca** (70%, 61% respectivamente).
- **63% das mulheres e 70% das meninas relataram terem-se sentido assustadas quando tiveram a sua primeira menstruação;** no entanto, entre as mulheres/raparigas que sabiam sobre a menstruação antes da sua menarca, a proporção de mulheres/raparigas que relataram terem-se sentido assustadas caiu para 42%. Dessas, 45% disseram estar assustadas porque **achavam que estavam feridas** e 42% porque não sabiam o que estava a acontecer.
- As mulheres adultas ouviram falar da menstruação pela primeira vez principalmente a partir das suas tias, enquanto as meninas ouviram das suas irmãs/suas primas.
- **Apenas 3% das mulheres/raparigas e 6% dos rapazes conseguiram identificar correctamente que o sangue menstrual vem do útero.** 58% das raparigas disseram abertamente que não sabiam.
- **A maioria dos respondentes identificou incorrectamente a dor de bexiga como um sintoma que pode ocorrer durante a menstruação** (78% mulheres/raparigas, 26% rapazes). Isto é resultado de a “dor de bexiga” ser comumente usada para identificar qualquer dor no baixo-ventre. Esta questão foi também visível quando 8% dos entrevistados disseram que o sangue menstrual vem da bexiga. **Apenas 11% das raparigas e 4% dos rapazes conseguiram identificar correctamente mais do que um sintoma.**
- 25% dos rapazes desconhecem qualquer material de higiene menstrual e 36% não sabiam ou identificaram incorrectamente a duração normal da menstruação.
- **A proporção de entrevistados que sabe como calcular correctamente o ciclo menstrual ou os dias férteis é baixa em todos os grupos** (28%, 11% respectivamente).

## Atitudes (Crenças, Percepções)

- **O conhecimento e a curiosidade para aprender são percebidos como malandragem pelas mulheres** mais velhas.
- **Ensinar sobre a menstruação às meninas antes que elas atinjam a menarca é algo que as mulheres mais velhas desaprovam; estas acreditam que as meninas não são maduras o suficiente** para digerir este tipo de informação, e temem que elas espalhem a mensagem para outras meninas, levando-as ao pânico.
- A menstruação é considerada uma **transição para a idade adulta**, o que traz responsabilidades acrescidas para a rapariga (por exemplo, ela não deve mais 'brincar com meninos' porque ela pode engravidar). A associação da menarca com estar pronta para o casamento foi encontrada principalmente entre homens adultos e rapazes.
- **Sentida como um tabu, a menstruação é tradicionalmente vista como algo sujo e uma fonte de vergonha. Exemplos incluem:**
  - 82% das raparigas e 75% dos rapazes pensam que **a menstruação é algo sujo**.
  - **uso comum de eufemismos** para se referir à menstruação ("regra", "vender vinho")
  - quando as meninas precisam de dinheiro para comprar pensos higiénicos, ninguém (nem as raparigas, nem os cuidadores) menciona abertamente o verdadeiro propósito do dinheiro.
  - **manchar as roupas com sangue** é muitas vezes visto pelas mulheres mais velhas como uma fonte de vergonha e um sinal de descuido, atribuindo culpa e julgando as raparigas mais jovens que deixam isso acontecer. Consequentemente, os adultos pensam que apenas as raparigas que não são capazes "de se cuidar" faltam à escola durante a menstruação.

### Os mitos e crenças identificados incluem:

- as mulheres **não devem cozinhar** quando têm o período (as mulheres não acham higiénico e acreditam que os homens ficarão doentes se comerem a comida preparada por elas durante a menstruação);
- as mulheres **não devem ingerir alimentos doces** durante o período (as mulheres acreditam que aumentará o fluxo e as cólicas menstruais);
- as mulheres **não devem ter relações sexuais** (acreditam que podem ser transmitidas infecções aos homens);

- as mulheres não podem engravidar se tiverem relações durante o período;
- as mulheres não devem fazer exercício físico durante a menstruação (encontrado principalmente no Kuito)
- o sangue menstrual tem cheiro.

### ▪ **A menstruação é tradicionalmente vista como um assunto de mulheres:**

- 59% dos rapazes (e 44% das raparigas) concordam que a menstruação é um tema que não deve ser discutido com os homens;
- os pais (homens) acreditam que não é apropriado receberem informações relacionadas à menstruação das suas filhas directamente a partir delas; acreditam que é mais correcto receberem informações ou dar conselhos através da tia ou da mãe da menina.

### ▪ **Os rapazes (65%) acreditam que as raparigas não devem ir à escola durante a menstruação** e sugerem ainda que as meninas devem ser dispensadas da escola durante essa altura.

### ▪ **As raparigas dizem que os rapazes usam a menstruação como um pretexto para as provocarem.**

### ▪ **Secar roupa interior/panos em espaços abertos é um acto que enfrenta um estigma social** por ser considerado desrespeitoso. As meninas relataram sentirem-se envergonhadas se os seus pais (homens) ou irmãos mais velhos virem a sua roupa íntima.

### ▪ **Os pensos descartáveis** não são bem percebidos pelas mulheres mais velhas, pois, no seu ponto de vista, permitem que as mulheres usem qualquer tipo de roupa (incluindo calças, calções e saias curtas), o que pode tornar mais alta a possibilidade de se notar uma eventual mancha de sangue e, assim, tornar a rapariga "mal-vista." Por outro lado, as mulheres mais jovens associam os pensos descartáveis à liberdade de movimento e à possibilidade de usarem qualquer tipo de roupa.

## Práticas

- As raparigas (83%) e os rapazes (88%) pensam que a ducha vaginal (ou seja, a lavagem do interior da vagina) é uma prática correcta.
- 89% das raparigas acham que os pensos descartáveis usados devem ser colocados na latrina.
- **As mulheres adultas preferem usar panos enquanto as raparigas preferem pensos descartáveis. No entanto, os pensos descartáveis são mais acessíveis nas áreas urbanas e periurbanas.**
- **Quase todas as mulheres e raparigas entrevistadas disseram que lavam os seus panos com água e sabão.**
- A maior parte das mulheres e raparigas (73% e 86%, respectivamente) **seca os seus panos dentro do quarto**, o que torna mais susceptível o desenvolvimento de bactérias.
- **13% das meninas relataram ter faltado às aulas em algum momento da sua menstruação.** No entanto, as discussões durante os grupos focais sugerem que a proporção poderá ser maior, uma vez que foi frequentemente referido que **é muito provável que a menina falte às aulas nos primeiros dias da menstruação, devido a fluxo e cólicas menstruais fortes.**
- Das raparigas que continuam a frequentar a escola, **75% não utilizam as casas de banho da escola quando estão menstruadas, dando como justificação as más condições de higiene (63%) e a falta de privacidade (40%)** (por exemplo, rachaduras ou impossibilidade de fechar a porta).
- Em casa, a grande maioria das raparigas (83%) muda de penso três ou mais vezes por dia. **Quando estão na escola, quase 60% das raparigas não trocam o seu penso.**
- **39% das raparigas disseram sentir-se preocupadas em manchar a sua roupa e 33% referiram sentir-se envergonhadas ou desconfortáveis quando vão à escola e estão menstruadas.**

## 1 Introdução

A promoção de boas práticas de higiene e saneamento tem estado no centro do programa de Água, Saneamento e Higiene (WaSH) da PIN em Angola desde 2009. Desde o primeiro projecto no município de Cuemba, até à consolidação do programa de Saneamento Total Liderado pelas Comunidades e Escolas (STLC/E) na província do Bié, a PIN tem vindo a trabalhar em conjunto com parceiros para aumentar o acesso à água potável, eliminar a defecação ao ar livre e, como resultado, ajudar as comunidades a tornarem-se mais saudáveis e resilientes.

A higiene e saúde menstruais tornaram-se uma preocupação global nos últimos anos, fruto da evidência crescente de que muitas meninas não são capazes de gerir os seus períodos com dignidade, devido à ausência de materiais apropriados e ao limitado acesso ao conhecimento. O recente estudo piloto sobre a Gestão Menstrual em Angola (Maio de 2021)<sup>2</sup> mostrou que a maioria das raparigas tem a sua vida limitada durante os seus períodos e que muitos rapazes não se sentem confortáveis a interagir com as raparigas quando elas estão menstruadas.

Ao mesmo tempo, a questão da higiene menstrual não está ainda devidamente consolidada e reflectida nas directrizes ou políticas nacionais, faltando mais evidências científicas que suportem essa necessidade. Tentando responder a esta lacuna, este estudo foi desenvolvido no âmbito do Acordo de Parceria entre a PIN e o UNICEF, no âmbito do projecto "STLC 6 – Programa integrado STLCE para uma população independente e resiliente e para uma forte apropriação local" de 2020/21. Um dos resultados da intervenção centrou-se na melhoria da consciencialização e das atitudes relacionadas à Gestão da Higiene Menstrual (GHM) nos municípios-alvo (Kuito, Nharea e Camacupa - província do Bié), o que incluiu também a formação de mulheres sobre como produzir pensos higiénicos e sabão.

Os principais objectivos deste estudo foram, em primeiro lugar, compreender as percepções locais em relação à menstruação, incluindo conhecimentos, atitudes (como crenças, percepções e mitos) e práticas e, em segundo, identificar as barreiras que as mulheres e raparigas enfrentam à gestão adequada da sua higiene menstrual, tais como conhecimento, capacidade, recursos ou apoio da família/ da comunidade.

Espera-se assim que os principais resultados possam apoiar o Governo de Angola, principais partes interessadas e a PIN a ajustarem as suas acções a fim de responder de forma mais adequada às necessidades das raparigas e das mulheres, promovendo assim a equidade de género e o empoderamento das mulheres em Angola.

<sup>2</sup> conduzido por Be Girl, UNFPA Angola e Governo de Angola, disponível em: [https://angola.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/be\\_girl\\_unfpa\\_angola\\_relatorio\\_de\\_impacto\\_1.pdf](https://angola.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/be_girl_unfpa_angola_relatorio_de_impacto_1.pdf)

## 2 Calendário e metodologia do estudo

O estudo combinou métodos quantitativos e qualitativos, para captar diferentes perspectivas e reduzir o enviesamento através da triangulação de diferentes fontes de informação.

Focou-se em dois grupos principais: **1) adolescentes do sexo feminino e masculino (14-18 anos) a frequentar as escolas-alvo selecionadas e 2) mulheres e homens adultos (25-45 anos) que vissem nas comunidades-alvo da intervenção.** Quanto ao primeiro grupo, dos adolescentes, definiu-se a faixa etária com base no intervalo de idades mais encontrado nas escolas-alvo e no pressuposto de que as meninas e meninos mais jovens estão geralmente menos confortáveis e abertos para discutir estes tópicos (o que, de facto, veio a confirmar-se nos grupos focais). Em relação aos adultos, pretendia-se captar as vozes dos pais e avós que tivessem mais probabilidade de terem (tido) adolescentes sob os seus cuidados.

As raparigas adolescentes e mulheres adultas responderam ao inquérito CAP (Conhecimentos, Atitudes e Práticas) e também participaram nos grupos focais. Os homens adultos apenas participaram nos grupos focais; dados o tabu e estigma existentes, a equipa de implementação concluiu que o conteúdo do inquérito CAP poderia não ser culturalmente adequado para os homens adultos.

Tabela 1 Tabela de resumo do inquérito e dos grupos focais

Grupo	Inquérito CAP	Grupos focais	
		N.º de grupos focais	N.º total de participantes
Mulheres adultas (25-45 anos)	n = 208	11	108
Homens adultos (25-45 anos)	N/A	12	96
Adolescentes do sexo feminino (14-18 anos)	n = 187	6	33
Adolescentes do sexo masculino (14-18 anos)	n = 189	5	37
<b>TOTAL</b>	<b>584</b>	<b>34</b>	<b>274</b>

### 2.1 Guias de entrevista, recolha e análise de dados

**Questionários e guias de entrevista:** O questionário do inquérito e os guias dos grupos focais (ver nos anexos) foram desenvolvidos com base na revisão documental dos guias e estudos sobre a GHM disponíveis<sup>3</sup>, primeiro em inglês e depois traduzidos para português.

Algumas entrevistas foram realizadas em Umbundu, especialmente entre mulheres adultas, as quais foram traduzidas in loco do português pelos colectores de dados.

<sup>3</sup> Enzler, Daniela Maria (2018). Knowledge, attitudes and practices concerning Menstrual Hygiene Management (MHM) of adolescents in rural primary schools in Malawi, disponível em <https://www.isglobal.org/documents/10179/7339333/MFP+Daniel+Enzler/4565e949-c2d2-48d9-b1c5-52fb30571a39>; UNICEF (2019) Guidance on Menstrual Health and Hygiene, disponível em <https://www.unicef.org/media/91341/file/UNICEF-Guidance-menstrual-health-hygiene-2019.pdf>; UNICEF (2013) WASH in Schools Empowers Girls' Education - Tools for Assessing Menstrual Hygiene Management in Schools, disponível em <http://www.wins4girls.org/resources/2013%20UNICEF%20Emory%20Tools%20for%20Assessing%20MHM%20in%20Schools.pdf>; Save the Children (nd). Menstrual Hygiene Management: Operational Guidelines disponível em [https://resourcecentre.savethechildren.net/sites/default/files/documents/menstrual\\_hygiene\\_management\\_operational\\_guidelines.pdf](https://resourcecentre.savethechildren.net/sites/default/files/documents/menstrual_hygiene_management_operational_guidelines.pdf)

**Recolha de dados:** Os autores do estudo, juntamente com a equipa de implementação do projecto, treinaram um grupo de 12 colectores de dados externos contratados (6 homens e 6 mulheres) durante 3 dias (7-9 abril). O programa da formação incluiu: contexto do projecto e sua lógica de intervenção, princípios básicos da GHM, técnicas de entrevista,



Treinamento de colectores de dados no Kuito (foto: Edson Malongo/PIN)

explicação detalhada das perguntas da pesquisa e Código de Conduta da PIN. O questionário foi testado no terceiro dia e os ajustes aos questionários foram feitos de acordo com as lacunas identificadas. Com base no desempenho e nos resultados dos testes aplicados à equipa contratada, foram seleccionados 5 colectores de dados (3 do sexo feminino e 2 do masculino), que depois receberam uma formação de refrescamento com base nas necessidades identificadas.

Numa primeira fase, a recolha de dados teve lugar entre 16 e 23 de Abril, período no qual os grupos focais com mulheres e homens adultos e os questionários com mulheres adultas se realizaram simultaneamente. Numa segunda fase, os questionários com adolescentes nas escolas foram aplicados entre os dias 27 de Maio e 8 de Junho. Finalmente, com base nos resultados anteriores, os grupos focais com adolescentes foram concluídos entre os dias 27 de Julho e 2 Agosto.

**Análise de dados:** Os dados quantitativos foram analisados através do Excel (via tabelas dinâmicas) e os grupos focais através de codificação.

### 2.2 Métodos Quantitativos: pesquisa CAP

#### 2.2.1 Técnica de amostragem e tamanho da amostra

O estudo utilizou uma amostra aleatória estratificada da população de interesse (isto é, adolescentes dos 14 aos 18 anos e mulheres dos 25 aos 45 anos nos três municípios-alvo). O tamanho da população foi baseado no último Censo Nacional (2014) e a amostra incluiu uma representação proporcional de cada género (masculino e feminino) e dos municípios-alvo. Das 30 aldeias-alvo<sup>4</sup>, foram seleccionadas 11 de forma aleatória através da função RAND() do Excel. O estudo utilizou um nível de confiança de 95% e uma margem de erro (MdE) de 5% para o grupo de adolescentes, e uma margem de erro de 7% para o grupo de mulheres adultas. No total, responderam ao questionário CAP 376 adolescentes (189 raparigas, 187 rapazes) e 208 mulheres adultas.

O número de entrevistas foi ligeiramente inferior ao esperado entre as raparigas (particularmente em Camacupa), devido à baixa adesão causada pelo período de férias escolares.

<sup>4</sup> O projecto previu 30 aldeias no total para a realização de actividades relacionadas à GHM

Tabela 2 Amostra planeada e amostra real do questionário CAP aplicado a adolescentes e mulheres adultas

	Tamanho da população 15-19 anos <sup>5</sup>	%	Tamanho da amostra planeado			Tamanho real da amostra				
			TOTAL do tamanho da amostra	Kuito (62%)	Nharea (17%)	Camacupa (21%)	TOTAL do tamanho da amostra	Kuito	Nharea	Camacupa
rapazes	34 709	49%	186	115	32	39	187 (MdE 7%)	121	31	35
raparigas	36 562	51%	196	121	34	41	189 (MdE 7%)	117	38	34
<b>Total adolescentes</b>	<b>71 271</b>	<b>100%</b>	<b>382</b>	<b>235</b>	<b>66</b>	<b>81</b>	<b>376 (MdE 5%)</b>	<b>238</b>	<b>69</b>	<b>69</b>
Mulheres adultas	54 003	100%	201	124	35	43	208 (MdE 7%)	128	45	35

### Questionário com adolescentes rapazes e raparigas nas escolas

Com base no critério de estarem dentro da área de intervenção do projecto e de assegurarem a representação de ambas as zonas rurais e periurbanas, a equipa de implementação seleccionou 7 escolas para serem incluídas no estudo (3 no Kuito, 2 em Nharea e 2 em Camacupa). O inquérito com rapazes e raparigas decorreu nessas escolas entre alunos seleccionados aleatoriamente.

Tabela 3 Tamanho da amostra do inquérito CAP com adolescentes rapazes e raparigas desagregados por escola-alvo

	Total	Kuito			Nharea		Camacupa				
		Total	Complexo Escolar No. 16 Felizberto Ngunga	Escola Primária n.º 8 Hoja Ya Henda	Complexo Escolar No. 9 Clemente Viniombo	Total	Escola Primária do Chimbujo	Escola Primária de Lonjonjo	Total	Escola Primária da Embala Cambovo	Escola Primária de Chitangua
raparigas	187	121	41	40	40	31	16	15	35	17	18
rapazes	189	117	40	39	38	38	21	17	34	12	22
<b>Total</b>	<b>376</b>	<b>238</b>	<b>81</b>	<b>79</b>	<b>78</b>	<b>69</b>	<b>37</b>	<b>32</b>	<b>69</b>	<b>29</b>	<b>40</b>

### Questionário com mulheres adultas nas comunidades

As comunidades-alvo foram previamente sensibilizadas pelas autoridades tradicionais e activistas locais para participarem no estudo. Depois, as mulheres dentro da faixa etária foram seleccionadas aleatoriamente para serem entrevistadas.

<sup>5</sup> O censo dividiu a faixa etária entre 15 e 19 anos, intervalo esse que foi considerado para este estudo

Tabela 4 Tamanho da amostra do questionário CAP com mulheres adultas desagregado por aldeias

Município	Nº de questionários
<b>Kuito</b>	<b>128</b>
Bairro 11 de Novembro	25
Banje	26
Canganda	16
Samununga 2	37
Valódia	24
<b>Nharea</b>	<b>45</b>
Chapua	15
Sapessi	12
Waleca	18
<b>Camacupa</b>	<b>35</b>
Caifena 1	5
Capepula 2	15
Chiteque	15
<b>Total</b>	<b>208</b>

## 2.3 Métodos qualitativos: grupos focais

Os grupos focais com mulheres e homens adultos tiveram lugar, no total, em 7 aldeias diferentes. Os grupos foram separados de acordo com a faixa etária, ou seja, grupos de adultos mais velhos e grupos de adultos mais jovens. Mulheres e homens com mais de 45 anos foram também convidados a participar nas discussões dos grupos focais.

Os grupos focais com adolescentes tiveram lugar mais tarde e, devido ao período de férias escolares, o número de adolescentes incluídos terá sido inferior ao esperado.

Tabela 5 Grupos focais com mulheres e homens adultos por aldeia

Município	Aldeia/Bairro	Grupos focais c/ mulheres adultas		Grupos focais c/ homens adultos	
		Nº de grupos focais	Nº de participantes	Nº de grupos focais	Nº de participantes
Kuito	Bairro 11 de Novembro	3	37	1	8
	Samununga 2	2	21	3	24
	Canganda	-	-	1	8
<b>Total Kuito</b>		<b>5</b>	<b>58</b>	<b>5</b>	<b>40</b>
Nharea	Sapessi	1	8	2	16
	Tchapua	3	26	2	16
<b>Total Nharea</b>		<b>4</b>	<b>34</b>	<b>4</b>	<b>32</b>
Camacupa	Caifena 1	1	7	1	8
	Capepula 2	1	9	2	16
<b>Total Camacupa</b>		<b>2</b>	<b>16</b>	<b>3</b>	<b>24</b>
<b>Total 3 municípios</b>		<b>11</b>	<b>108</b>	<b>12</b>	<b>96</b>

Tabela 6 Grupos focais com adolescentes por município

Município	Localização	Grupos focais c/raparigas		Grupos focais c/rapazes	
		Nº de grupos focais	Nº de participantes	Nº de grupos focais	Nº de participantes
Kuito	Cidade de Kuito	2	8	1	6
Nharea	Escola Primária Lonjonjo	2	12	1	8
	Escola Primária de Chimbuio	2	13	2	16
<b>Total Nharea</b>		<b>4</b>	<b>25</b>	<b>3</b>	<b>24</b>
Camacupa	Chitangua Escola Primária	-	-	1	7
<b>Total Camacupa</b>		<b>-</b>	<b>-</b>	<b>1</b>	<b>7</b>
<b>Total 3 municípios</b>		<b>6</b>	<b>33</b>	<b>5</b>	<b>37</b>

## 2.4 Considerações éticas

- Foram solicitadas autorizações para a realização do estudo junto dos Gabinetes Provinciais de Educação e Saúde, bem como das Administrações Municipais e respectivas escolas.
- Os inquiridos foram entrevistados por enumeradores do mesmo sexo e o seu consentimento foi sempre solicitado com antecedência; os dados recolhidos não permitiram identificar a identidade dos inquiridos.
- A formação dos colectores de dados incluiu uma sessão sobre o Código de Conduta PIN (que compreendeu questões de salvaguarda, Abuso Sexual e Assédio, etc.).

## 2.5 Limitações

- Perdas devido à tradução:** a barreira linguística impediu que a facilitadora dos grupos focais com mulheres adultas interagisse directamente com as mulheres, a qual dependia da informação traduzida.
- Mudanças no calendário escolar devido às restrições associadas à Covid-19:** o questionário com os/as adolescentes decorreu durante o período de exames trimestrais e os grupos focais durante a época de férias, o que afectou a sua disponibilidade para participar no estudo.
- A menstruação como tabu:** as meninas das zonas rurais (Nharea e Camacupa) demonstraram ainda bastante timidez para discutir este tema, o que limitou o nível de discussão e a pluralidade de ideias dentro do grupo. Para além disso, as meninas seleccionadas para participar no grupo focal em Camacupa partilharam, posteriormente, que ainda não tinham atingido a menarca e, por esse motivo, não foram incluídas no estudo. As raparigas do Kuito revelaram-se mais abertas e articuladas para responder a questões mais profundas, o que pode ter trazido alguma sub-representação das vozes das raparigas das zonas rurais.

## 3 Resultados

### 3.1 Características sociodemográficas

- Média de idades:** 15,5 anos entre as raparigas, 15,8 anos entre os rapazes e 32,9 anos entre as mulheres adultas.
- Filhos:** 99% das mulheres adultas, 9% das raparigas e 3% dos rapazes entrevistados tinham filhos
  - Número médio de filhos:** 4,5 entre as mulheres adultas e 1 entre rapazes e raparigas
- Escolaridade das mulheres adultas:** 29% não tinham qualquer escolaridade; a maioria (45%) completou entre a 1ª e a 4ª classe
- Escolaridade dos rapazes e raparigas:** 57% completaram entre a 5ª e 9ª classe
- Número de membros do agregado familiar:** 7,1 pessoas
- Entrevistados/as com latrina em casa:** 99% em Nharea, 98% em Kuito e 91% em Camacupa

### 3.2 Menarca: preparação, conselhos e reacções

As raparigas, em média, tiveram a sua primeira menstruação com 13,9 anos e as mulheres adultas com 14,3, sendo 18 e 10 anos as idades máxima e mínima encontradas.

Tabela 7 Idade da menarca

	Média de idade da menarca	Idade máxima	Idade mínima
Mulheres adultas	14.3	18	10
Raparigas	13.4	17	11
<b>Total</b>	<b>13.9</b>	<b>18</b>	<b>10</b>

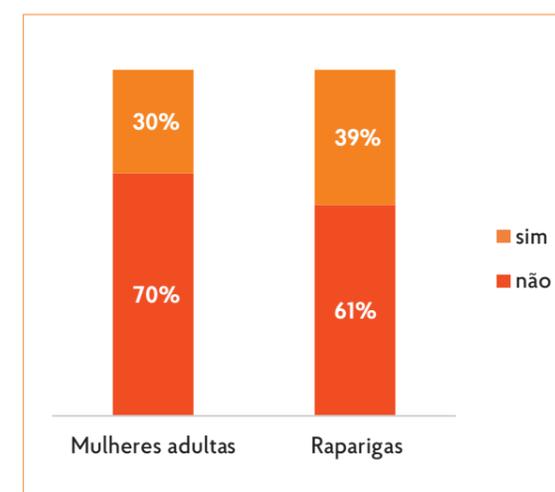
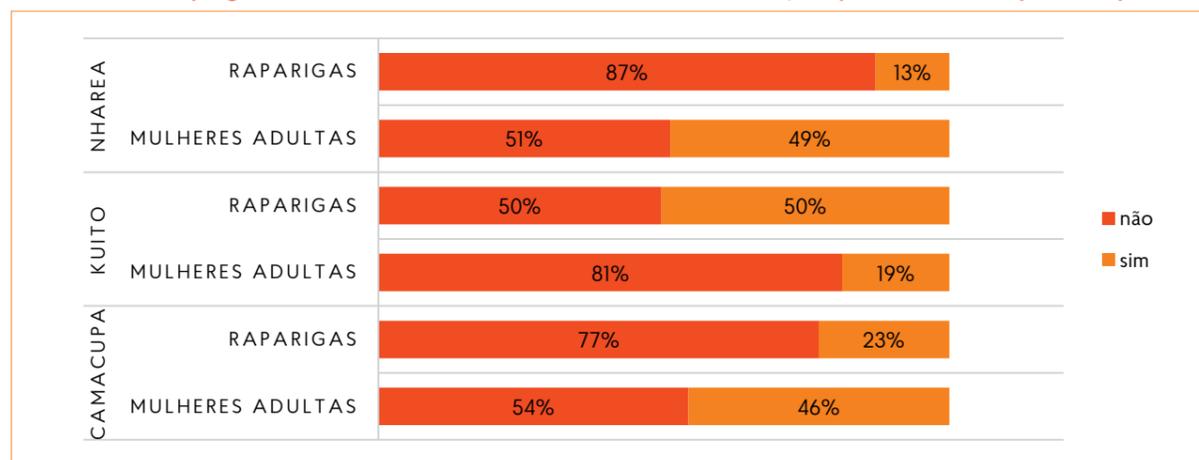


Gráfico 1 Raparigas e mulheres adultas com conhecimento sobre a menstruação aquando da menarca

#### Preparação para a menarca

**Apenas 3 em cada 10 mulheres/raparigas entrevistadas sabiam o que estava a acontecer quando tiveram o seu primeiro período.** Apesar das diferentes gerações, a ausência de conhecimento ainda é alta entre as raparigas mais jovens, que maioritariamente desconheciam a menstruação quando a menarca ocorreu (61%). Estes dados foram confirmados durante os grupos focais com mulheres e adolescentes: as raparigas geralmente não sabem o que é o sangue menstrual, a não ser que tenham amigas mais velhas ou aprendam anteriormente na escola.

Gráfico 2 Raparigas e mulheres adultas com conhecimento sobre a menstruação aquando da menarca por município



Foram encontradas excepções entre algumas mães que disseram conversar com as suas filhas quando estas começavam a observar os primeiros sinais de puberdade nas meninas, como o desenvolvimento dos seios. No entanto, descobrimos que **as mães, e especialmente as avós, muitas vezes associam o conhecimento à "malandragem"**: "As novinhas estão mais malandras, as amigas já as instruem e já sabem. E como mãe não vais dar conta [que ela já está a menstruar], porque ela já sabe como gerir [o seu período]." <sup>6</sup>

Esconder a primeira menstruação das mulheres adultas parece ser uma percepção comum nas diferentes comunidades. Se não for a partir das tias, as mães descobrem que as suas filhas começaram a menstruar quando encontram as roupas das suas filhas manchadas ou quando as meninas lhes pedem um pano, o que, de acordo com as mães, é motivo de desconfiança. A mudança no modo de vestir, particularmente o uso de panos, é um sinal:

*"Ela não pode mais se vestir como se vestia antes" <sup>7</sup>.*

**As raparigas adolescentes dizem que falar com suas mães sobre este tema dá vergonha** e que, geralmente, é mais fácil falar com a tia que tem "a mente mais aberta" ou com as amigas: "Acho que muitas raparigas têm medo, pensam 'como é suposto eu dizer [à minha mãe]?' A menos que a mãe tenha dado alguns conselhos, é muito improvável que a rapariga fale directamente com ela."

**As mulheres mais velhas acham que as meninas não são suficientemente maduras para serem ensinadas sobre a menstruação antes de a menarca ocorrer**: "só damos conselhos depois [de a primeira menstruação aparecer]. Se nos adiantamos, elas começam a falar com as outras [meninas] e assim espalham o medo" <sup>8</sup>. As raparigas partilham essa percepção: "elas acham que as meninas são muito jovens, elas preferem esperar" <sup>10</sup>.

<sup>6</sup> Grupo focal com mulheres adultas no Bairro 11 de Novembro, (Kuito)

<sup>7</sup> Grupo focal com homens adultos, Bairro 11 de Novembro (Kuito)

<sup>8</sup> Grupo focal com raparigas, Kuito

<sup>9</sup> Grupo focal com mulheres adultas mais velhas em Samununga 2 (Kuito)

<sup>10</sup> Grupo focal com raparigas (Kuito)

## Fontes de informação sobre a primeira menstruação

Foram encontradas diferenças entre as duas gerações de filhas e mães no que diz respeito a quem falou com elas sobre a menstruação pela primeira vez. **Enquanto a maioria das mulheres adultas soube através das suas tias (44%), as adolescentes receberam as primeiras informações principalmente a partir das suas irmãs ou primas (47%)** - o que parece confirmar a percepção das mulheres adultas de que algumas jovens sabem primeiro sobre a menstruação a partir dos seus pares. De acordo com as mulheres adultas: "as tias são as que têm o direito de falar com a rapariga. Só se não houver tia, é que a mãe fala" <sup>11</sup>. "Quando a menina tem tia, ela explica à menina como ela deve se cuidar, e que agora ela tem uma nova responsabilidade vinda da menstruação". Só se não houver tia, é que a mãe fala com a filha." <sup>12</sup>

**No Kuito, a tia parece não ter um papel tão significativo como nas zonas rurais.** Olhando para os dados, apenas 11% das meninas receberam as suas primeiras informações sobre a menstruação a partir das suas tias, em comparação com 40% em Camacupa e 36% em Nharea. As raparigas no Kuito explicaram: "não temos as nossas tias aqui, elas estão em outras províncias; então falamos com uma irmã mais velha ou com a mãe".

Embora não fosse visível nos resultados do questionário, a **igreja** foi mencionada em dois grupos focais como um lugar onde a menstruação é também discutida. No Kuito, uma das raparigas referiu que ouviu falar da menstruação no grupo da igreja e, em Nharea, uma das idosas partilhou que a igreja costumava organizar, no passado, grupos separados para que as meninas e as mães tivessem discussões em torno da menstruação.

Tabela 8 Fontes de informação sobre a primeira menstruação das raparigas e mulheres adultas

	mulheres adultas				raparigas			
	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total
Irmã/prima	9%	6%	10%	7%	47%	46%	52%	47%
Mãe	22%	33%	22%	28%	27%	50%	24%	42%
Tia	31%	48%	44%	44%	40%	11%	36%	20%
Escola	0%	0%	0%	0%	0%	9%	12%	8%
Outra amiga	13%	10%	22%	13%	0%	8%	8%	6%
Avó	31%	5%	7%	10%	10%	3%	0%	4%
Outros	0%	3%	0%	2%	0%	0%	0%	0%
Pai	3%	1%	0%	1%	0%	1%	0%	1%

## Informações e conselhos dados às meninas

Quando as tias e as mães descobrem que as meninas tiveram a sua primeira menstruação, aconselham: "**ela não deve brincar com rapazes, pode engravidar**". Este conselho foi referido em todos os grupos focais, mesmo entre os homens: "é uma preocupação para a família, porque se ela se envolver com um homem ela pode engravidar" <sup>13</sup>.

<sup>11</sup> Grupo focal com mulheres adultas, Bairro 11 de Novembro (Kuito)

<sup>12</sup> Grupo focal com mulheres adultas, aldeia de Tchapura (Nharea).

<sup>13</sup> Grupo focal com homens adultos, aldeia Samununga 2 (Kuito) e aldeia Capepula 2 (Camacupa)

Outros conselhos dados relacionam-se com a higiene, tal como não tomar banho na mesma bacia que outras meninas durante a menstruação<sup>14</sup>, ou ensinar que ela *"tem que tomar banho e trocar o penso, ela não pode ficar com o mesmo penso o dia todo, ou mesmo dois dias."*<sup>15</sup> Tanto mulheres como homens também mencionaram conselhos relacionados a tarefas que as meninas não devem fazer durante a menstruação, como cozinhar ou brincar com outras crianças por muito tempo, cuja análise poderá ser encontrada mais detalhadamente em **3.5.2 Actividades / tarefas durante a menstruação**.

### Actuais fontes de informação sobre a menstruação

Hoje em dia, as mulheres adultas continuam a contar principalmente com as suas tias caso necessitem de alguns conselhos relacionados à menstruação. Curiosamente, o marido também foi encontrado entre algumas respostas das mulheres adultas do Kuito e Nharea. Quanto às adolescentes, no Kuito elas dirigem-se principalmente às suas mães e irmãs, enquanto nas áreas rurais preferem, inicialmente, as suas tias e depois as irmãs ou amigas.

Tabela 9 Pessoas com quem as mulheres e raparigas falam actualmente sobre a menstruação

	mulheres adultas				raparigas			
	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total
Mãe	17%	14%	7%	13%	26%	51%	13%	40%
Irmã / prima	14%	9%	13%	11%	34%	45%	13%	37%
Tia	43%	41%	36%	40%	46%	17%	39%	26%
Outra amiga	0%	8%	11%	7%	11%	12%	32%	16%
Avó	20%	2%	0%	4%	0%	2%	0%	2%
Pai	3%	1%	0%	1%	0%	2%	0%	2%
Ninguém	2%	6%	13%	7%	0%	1%	2%	1%
Escola	0%	0%	0%	0%	0%	2%	0%	1%
Namorado / marido	0%	7%	2%	5%	0%	0%	0%	0%

### O papel do pai

Durante os grupos focais, quando perguntámos às mulheres adultas se o pai iria ter conhecimento de que a sua filha começou a menstruar, todas elas reagiram com risos: **"O pai não pode saber!"** Algumas mulheres também mencionaram que **alguns pais ficam chateados quando recebem esta informação**: *"isto é apenas um assunto de mulheres, o pai não pode saber". (...) Há alguns [homens] que quando você lhes diz, eles ficam chateados e perguntam 'o que é que eu vou fazer com essa informação? Isso é um assunto de mulheres'"*<sup>16</sup>; *"Há pais que ralham com as mães [se elas lhes dizem]; eles dizem que isso é responsabilidade das mães, são elas que devem aconselhar, não os pais"*<sup>17</sup>.

<sup>14</sup> Grupo focal com mulheres adultas, Bairro 11 de Novembro (Kuito) e aldeia de Sapessi (Nharea)

<sup>15</sup> Grupo focal com mulheres adultas, Bairro 11 de Novembro e aldeia de Samununga (Kuito)

<sup>16</sup> Grupo focal com mulheres adultas, aldeia Samununga 2 (Kuito)

<sup>17</sup> Grupo focal com mulheres adultas, aldeia de Tchapura (Nharea)

**No entanto, algumas mulheres, especialmente mães mais jovens, discordaram.** Elas sentem que devem partilhar com os pais, caso contrário "se a menina engravidar, vão culpar a mãe por ter guardado segredo"<sup>18</sup>. Outra intervenção interessante dizia que "o marido tem que saber. Caso eu não esteja em casa e o pai tenha de ficar sozinho com ela, ele saberá como orientá-la"<sup>19</sup>.

**Em geral, os homens parecem concordar que esta é uma questão principalmente feminina e não devem receber informações sobre a menstruação directamente das filhas, "seria vergonhoso"**<sup>20</sup>. Em vez disso, são as mães e as tias que devem informar os pais, e quaisquer conselhos que gostariam de dar às suas filhas serão sempre dados através delas. Mais uma vez, a tia emerge como a figura principal e contorná-la seria considerado desrespeitoso.

No entanto, mesmo que vejam esta questão como exclusivamente feminina, os homens disseram que, como pais, tinham a responsabilidade de dar dinheiro para comprar sabão, pensos e panos. Neste caso, dariam às mães ou *"à filha, dizendo que o dinheiro é para ajudá-la, mas sem mencionar [o verdadeiro] propósito do dinheiro"*<sup>21</sup>.

### Reacções em torno da primeira menstruação

**Mulheres e raparigas relataram que ficaram assustadas quando tiveram a sua primeira menstruação (63% e 70%, respectivamente).** A percentagem é ainda mais elevada entre as adolescentes das zonas rurais (91% em Camacupa e 81% em Nharea), o que não é surpreendente tendo em conta o desconhecimento relatado. De facto, **foi encontrada uma correlação entre não ter conhecimento sobre a menstruação e sentir-se assustada na primeira menstruação**: mulheres e meninas que desconheciam a menstruação quando a menarca ocorreu estavam mais assustadas (79%, n = 260) em comparação com as meninas que já sabiam o que era o período (42%, n=135).

Quando questionadas sobre as razões, as entrevistadas disseram que se sentiram assustadas porque pensavam estar feridas (45%) e porque não sabiam o que estava a acontecer (42%) - ver tabela 11.

Tabela 10 Reacção das mulheres e meninas na sua primeira menstruação

Reacção	Geral			Camacupa			Kuito			Nharea		
	Total	Mulheres adultas	Raparigas	Total	Mulheres adultas	Raparigas	Total	Mulheres adultas	Raparigas	Total	Mulheres adultas	Raparigas
Estava assustada	66%	63%	70%	71%	51%	91%	67%	73%	61%	59%	44%	81%
Fiquei chocada	8%	7%	9%	9%	11%	6%	8%	6%	11%	5%	4%	6%
Fiquei envergonhada	10%	12%	7%	13%	14%	11%	7%	7%	7%	17%	24%	6%
Senti-me como de costume	21%	24%	18%	13%	23%	3%	22%	20%	24%	26%	36%	13%
Estava entusiasmada/feliz	2%	1%	3%	0%	0%	0%	3%	2%	4%	0%	0%	0%

<sup>18</sup> Grupo focal com mulheres adultas, Bairro 11 de Novembro e aldeia de Samununga 2 (Kuito)

<sup>19</sup> Grupo focal com mulheres adultas, aldeia Samununga 2 (Kuito)

<sup>20</sup> Grupo focal com homens adultos, aldeia de Tchapura (Nharea)

<sup>21</sup> Grupo focal com homens adultos, aldeia de Canganda (Kuito)

Tabela 11 Razões pelas quais as mulheres e as raparigas estavam assustadas quando tiveram o seu primeiro período (n=262)

Motivo	Geral			Camacupa			Kuito			Nharea		
	Total	Mulheres adultas	Raparigas	Total	Mulheres adultas	Raparigas	Total	Mulheres adultas	Raparigas	Total	Mulheres adultas	Raparigas
Estava com medo de estar doente / de morrer	16%	19%	12%	10%	0%	16%	20%	25%	14%	7%	10%	4%
Pensei que estava ferida	45%	48%	42%	34%	44%	28%	47%	46%	49%	49%	60%	40%
Não sabia o que estava a acontecer	42%	34%	50%	54%	44%	59%	38%	32%	45%	47%	35%	56%
Fiquei com medo de ter de gerir aquilo sozinha	4%	4%	4%	2%	6%	0%	5%	3%	7%	2%	5%	0%
Fiquei com medo de engravidar	5%	9%	2%	6%	17%	0%	4%	5%	3%	9%	20%	0%
Fiquei com medo de ter de casar	2%	2%	1%	0%	0%	0%	2%	2%	1%	2%	5%	0%

### 3.3 Conhecimento sobre a menstruação

Esta secção pretendeu avaliar o conhecimento das mulheres, raparigas e rapazes sobre a menstruação.

#### 3.3.1 Conhecimento sobre a fonte do sangue menstrual

Apenas 3% das mulheres e raparigas e 6% dos rapazes conseguiram identificar que o sangue menstrual vem do útero. A maioria dos entrevistados não sabia a resposta, o que foi particularmente elevado entre as raparigas nas escolas (58%). Vagina e bexiga foram as respostas mais dadas.

Tabela 12 Fonte do sangue menstrual

	mulheres adultas				raparigas				rapazes			
	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total
Não sabe	34%	55%	27%	45%	57%	58%	58%	58%	29%	26%	29%	28%
Vagina *	54%	26%	58%	38%	37%	33%	35%	34%	59%	56%	47%	55%
Bexiga *	11%	11%	13%	12%	6%	4%	3%	4%	9%	4%	13%	7%
Útero ✓	0%	5%	0%	3%	0%	2%	3%	2%	3%	9%	0%	6%

#### 3.3.2 Conhecimento sobre os tipos de materiais de higiene menstrual existentes

Pano foi o material de higiene menstrual mais conhecido entre as mulheres adultas, enquanto as adolescentes conhecem melhor os pensos descartáveis, especialmente nas zonas periurbanas. Entre as respostas foram ainda encontradas referências a calcinhas/calções como material de higiene menstrual, especialmente entre as mulheres adultas (7, e 1 rapariga). Encontrou-se uma proporção significativa de rapazes que não conhecia nenhum material de higiene menstrual, particularmente em Camacupa e Nharea. Os resultados em relação à gestão dos materiais encontram-se analisados na secção [3.6.1 Tipos de materiais de higiene menstrual usados por mulheres e raparigas](#).

Tabela 13 Tipos de materiais de higiene menstrual que as mulheres, raparigas e rapazes conhecem

	Mulheres adultas				Raparigas				Rapazes			
	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total
Pensos descartáveis	74%	58%	73%	64%	54%	97%	35%	79%	44%	77%	18%	59%
Pedaço de pano	100%	80%	98%	87%	69%	59%	48%	59%	18%	20%	37%	23%
Pensos reutilizáveis	23%	30%	22%	27%	37%	66%	48%	58%	0%	24%	0%	15%
Não sabe	0%	4%	0%	2%	0%	0%	0%	0%	35%	16%	42%	25%

#### 3.3.3 Conhecimento sobre a idade do primeiro período

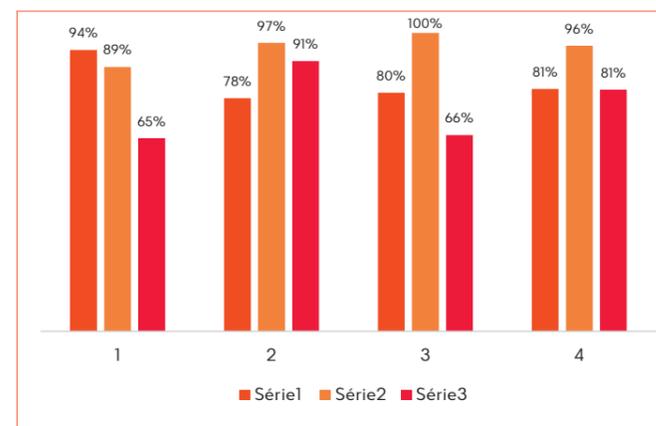


Gráfico 3 Mulheres, rapazes e raparigas conscientes de que a primeira menstruação aparece durante a adolescência

Em geral, os entrevistados estão conscientes de que, numa menina saudável, a menarca surge normalmente durante a adolescência (11-16 anos). No entanto, muitos rapazes não sabem, especialmente em Camacupa e Nharea.

#### 3.3.4 Conhecimento sobre o significado da primeira menstruação

A maioria das raparigas e mulheres adultas estão conscientes de que a primeira menstruação significa que uma gravidez é possível (59% e 66%, respectivamente). Apenas 23% dos rapazes conseguiram identificar correctamente o significado da primeira menstruação, o que reflecte o baixo nível de conhecimento e a presença de alguns pressupostos errados, como a associação da menarca à actividade sexual (7% dos rapazes responderam que a primeira menstruação é sinal de que a rapariga teve relações sexuais - 10% no Kuito, 3% em Camacupa e Nharea).

A **associação da menarca com o casamento**, mesmo que não de forma representativa, foi ainda encontrada particularmente entre rapazes e homens adultos. Nos três municípios, os homens adultos referiram que, após a primeira menstruação, a menina é "uma adulta agora, por isso está pronta para casar". Contudo, os homens (e também as mulheres em Nharea) sugerem que o casamento não deve ocorrer imediatamente, mas sim dentro de alguns anos (ou seja, quando ela tiver 17-20 anos). Por outro lado, pessoas que vivem nas áreas rurais-alvo relataram fora dos grupos focais que as raparigas podem chegar a casar numa idade muito jovem, mesmo antes de terem a sua primeira menstruação.

Em geral, a menstruação parece ser vista como uma transição para a vida adulta, o que traz responsabilidades acrescidas para as meninas, que, portanto, não devem mais comportar-se como crianças.

Tabela 14 Conhecimento sobre o significado da primeira menstruação

	Mulheres adultas				Raparigas				Rapazes			
	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total
Sinal de fertilidade✓	94%	48%	62%	59%	60%	67%	68%	66%	3%	27%	29%	23%
A menina está pronta para casar*	3%	6%	9%	6%	11%	5%	0%	5%	18%	20%	5%	16%
Não sabe	3%	41%	29%	32%	29%	27%	32%	28%	76%	39%	55%	49%

### 3.3.5 Conhecimento em relação à duração da menstruação

Com algumas excepções, mulheres e raparigas estão conscientes de que a duração habitual da menstruação numa mulher saudável é de 3 a 8 dias. No entanto, uma elevada percentagem de rapazes não sabe, mais uma vez com maior incidência nas zonas rurais.

Tabela 15 Conhecimento sobre a duração habitual da menstruação numa mulher saudável

	Mulheres adultas				Raparigas				Rapazes			
	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total
3-8 dias✓	100%	96%	91%	96%	97%	98%	100%	98%	41%	62%	58%	58%
2 semanas*	0%	2%	9%	3%	0%	1%	0%	1%	0%	10%	11%	8%
não sabe	0%	2%	0%	1%	3%	0%	0%	1%	59%	18%	29%	28%

### 3.3.6 Conhecimento sobre os sintomas que podem aparecer durante a menstruação

A maioria dos respondentes, tanto nas comunidades como nas escolas, identificou incorrectamente a "dor de bexiga" como um sintoma que pode aparecer durante a menstruação (ver tabela 16). Numa base diária, a dor de bexiga é popularmente usada para identificar qualquer dor na zona inferior do abdómen, o que resulta em conceitos errados, como a crença de que o sangue menstrual vem da bexiga (ver acima na secção 3.3.1). A proporção de entrevistados que conseguiu identificar corretamente mais do que um sintoma é significativamente baixa (como demonstra a tabela 17).

Tabela 16 Conhecimento sobre os sintomas que podem surgir durante a menstruação (mulheres adultas, raparigas e rapazes)

	Mulheres adultas				Raparigas				Rapazes			
	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total
Dor de bexiga *	77%	74%	89%	78%	80%	82%	58%	78%	9%	32%	21%	26%
Cólicas abdominais ✓	17%	26%	7%	20%	29%	21%	32%	25%	6%	10%	8%	9%
Dores nas costas ✓	20%	25%	13%	22%	17%	11%	0%	10%	0%	6%	0%	4%
Dor de cabeça ✓	11%	2%	22%	8%	3%	4%	3%	4%	3%	14%	5%	10%
Fadiga ✓	3%	5%	2%	4%	0%	8%	0%	5%	0%	4%	0%	3%
Sensibilidade nos seios ✓	0%	0%	0%	0%	0%	2%	0%	2%	0%	0%	0%	0%
Mudanças de humor ✓	0%	2%	0%	1%	0%	7%	0%	5%	0%	3%	0%	2%
Inchaço ✓	0%	1%	0%	0%	0%	1%	0%	1%	0%	3%	0%	2%
não sabe	11%	13%	9%	12%	11%	12%	26%	14%	79%	45%	71%	57%

Tabela 17 Número de sintomas da menstruação correctamente identificados pelos entrevistados (mulheres adultas, raparigas e rapazes)

	Não sabe / resposta incorrecta	1 sintoma	2 sintomas	3 ou mais sintomas
<b>Raparigas</b>	<b>63%</b>	<b>26%</b>	<b>9%</b>	<b>2%</b>
Camacupa	63%	26%	11%	0%
Kuito	62%	24%	11%	3%
Nharea	65%	35%	0%	0%
<b>Rapazes</b>	<b>78%</b>	<b>19%</b>	<b>2%</b>	<b>2%</b>
Camacupa	91%	9%	0%	0%
Kuito	71%	23%	3%	3%
Nharea	87%	13%	0%	0%
<b>Mulheres adultas</b>	<b>54%</b>	<b>37%</b>	<b>9%</b>	<b>0%</b>
Camacupa	57%	34%	9%	0%
Kuito	51%	39%	9%	1%
Nharea	62%	31%	7%	0%

### 3.3.7 Conhecimento sobre o cálculo do ciclo menstrual

O conhecimento sobre como calcular o ciclo menstrual é significativamente baixo em todos os grupos entrevistados. Durante os grupos focais com mulheres, tentámos compreender se algum dos conselhos dados às raparigas quando atingem a primeira menstruação incluía como evitar a gravidez através do cálculo do ciclo menstrual, mas nada foi encontrado: todos os conselhos para evitar a gravidez incluíam ficar longe dos rapazes.

<sup>22</sup> Uma das mulheres adultas entrevistadas partilhou com a colectora de dados que ela já era casada quando a menarca ocorreu e que foi o seu marido quem lhe explicou sobre a menstruação. Mais um caso como este foi encontrado entre um membro da família da equipa do projecto.

Tabela 18 Mulheres adultas, raparigas e rapazes que conseguiram explicar corretamente como fazer o cálculo do ciclo menstrual

	Resposta correcta	Não sabe	Resposta errada
<b>Mulheres adultas</b>	<b>28%</b>	<b>67%</b>	<b>5%</b>
Camacupa	17%	83%	0%
Kuito	30%	62%	8%
Nharea	31%	69%	0%
<b>Raparigas</b>	<b>29%</b>	<b>52%</b>	<b>19%</b>
Camacupa	17%	54%	29%
Kuito	36%	51%	13%
Nharea	19%	52%	29%
<b>Rapazes</b>	<b>28%</b>	<b>67%</b>	<b>5%</b>
Camacupa	18%	76%	6%
Kuito	33%	61%	6%
Nharea	18%	79%	3%

### 3.3.8 Conhecimento sobre o cálculo dos dias férteis

Da mesma forma, o conhecimento sobre como calcular os dias férteis é baixo. A maioria dos respondentes não sabia ou deu uma resposta incorrecta (ver na tabela abaixo).

Tabela 19 Mulheres adultas, raparigas e rapazes que conseguiram identificar correctamente como calcular os dias férteis

	Resposta correcta	Não sabe	Resposta errada
<b>Mulheres adultas</b>	<b>5%</b>	<b>85%</b>	<b>10%</b>
Camacupa	3%	97%	0%
Kuito	5%	78%	16%
Nharea	4%	96%	0%
<b>Raparigas</b>	<b>11%</b>	<b>81%</b>	<b>7%</b>
Camacupa	6%	94%	0%
Kuito	15%	78%	7%
Nharea	3%	81%	16%
<b>Rapazes</b>	<b>17%</b>	<b>80%</b>	<b>3%</b>
Camacupa	9%	91%	0%
Kuito	22%	74%	4%
Nharea	11%	89%	0%

## 3.4 Atitudes e crenças

Esta secção pretende analisar as atitudes dos adultos e adolescentes em relação à menstruação, incluindo como a percebem, como entendem a prática de certas atividades durante a menstruação e o que consideram ser as práticas correctas de higiene menstrual.

Para isso, apresentámos um conjunto de perguntas e questionámos os/as respondentes se concordavam ou não com elas. As respostas foram trianguladas com os resultados das discussões dos grupos focais e encontram-se discutidas abaixo.

### 3.4.1 A menstruação como fonte de vergonha

A menstruação é popularmente conhecida como "regra" ou "vender vinho", expressões usadas para descrever quando as mulheres estão menstruadas. Eufemismos são comumente usados para reforçar tabus, contribuindo para a ideia de 'tópico a evitar', dificultando assim a discussão pública e aberta. Deste modo, **a menstruação é tradicionalmente vista como algo sujo e como motivo de vergonha.** "Se as pessoas notarem que estás menstruada, isso pode trazer-te problemas. Para nós, que temos um marido, é algo normal, mas na verdade não tão normal assim. Nenhum homem, ou mesmo mulher, pode saber ou perceber que estás menstruada. Isso vai trazer vergonha à mulher".<sup>23</sup> **Existe um julgamento geral, em particular das mulheres mais velhas, em relação às jovens que permitem que as suas roupas se manchem de sangue:** "no nosso tempo, só usávamos panos pequeninos e não manchávamos as nossas roupas"<sup>24</sup> (ver mais na secção Escola). Outro exemplo inclui a negação assertiva e persistente de uma das mães entrevistadas sobre a possibilidade de uma das suas filhas manchar a sua roupa com sangue na escola, sugerindo que isso seria extremamente vergonhoso não só para a menina, como para ela própria.

O inquérito revelou ainda que **82% das raparigas e 85% dos rapazes acredita que a menstruação é algo sujo.** Em várias circunstâncias, os adolescentes, sobretudo, referiram-se à menstruação como "lixo que sai do corpo" e sugerem que a menstruação tem um cheiro específico (um mau cheiro) que é detectável por outras pessoas, o que é um mito comum<sup>25</sup>.

Tabela 20 "A menstruação é algo sujo que sai do corpo".

	Concorda X	Discorda ✓	Não sabe	Recusa-se a responder
<b>Mulheres adultas</b>	<b>77%</b>	<b>19%</b>	<b>4%</b>	<b>0%</b>
Camacupa	74%	20%	6%	0%
Kuito	81%	15%	4%	0%
Nharea	69%	29%	2%	0%
<b>Raparigas</b>	<b>82%</b>	<b>16%</b>	<b>2%</b>	<b>0%</b>
Camacupa	86%	11%	3%	0%
Kuito	79%	18%	2%	0%
Nharea	90%	10%	0%	0%
<b>Rapazes</b>	<b>85%</b>	<b>11%</b>	<b>3%</b>	<b>1%</b>
Camacupa	85%	9%	3%	3%
Kuito	92%	6%	2%	0%
Nharea	63%	29%	8%	0%

### O envolvimento dos homens

**Os rapazes foram os que mais concordaram que o tema da menstruação deve ser mantido apenas entre mulheres (59%).** No entanto, entre aqueles que acham que os homens devem ter conhecimento sobre o tema, alguns explicaram que o deveriam ter porque "caso um homem queira ter relações sexuais e não saiba sobre a menstruação, ele vai envolver-

<sup>23</sup>Grupo focal com mulheres adultas, aldeia de Tchapura (Nharea).

<sup>24</sup>Grupo focal com mulheres adultas, Bairro 11 de Novembro (Kuito).

<sup>25</sup>O sangue, em si, é inodoro. O odor pode ser causado por bactérias na vagina e na região genital.

se com a mulher, o que não deve ser feito" <sup>26</sup> - veja mais sobre as opiniões relativas à manutenção de relações sexuais durante a menstruação na secção abaixo.

O estudo indica que **os rapazes aprendem sobre a menstruação principalmente na escola** (ver tabela 22), revelando também que este tópico é ainda pouco ou nada discutido no seio do agregado familiar. Apenas no Kuito, encontramos rapazes cujas fontes de informação foram os seus pais.

De facto, **a maioria dos homens adultos descartou qualquer responsabilidade em torno deste tópico**, acrescentando que não havia nada que eles gostassem de saber sobre o tema, o que seria inclusivamente "errado". No entanto, alguns homens excepcionalmente mencionaram que gostariam de ter conhecimento sobre aspectos da saúde menstrual das suas filhas, como por exemplo, a duração da menstruação, porque, de acordo com os próprios, "se dura mais de 7 ou 8 dias não é normal e exigiria tratamento <sup>27</sup>").

Tabela 21 "A menstruação é um tópico que não deve ser discutido com homens".

	Concorda X	Discorda ✓	Não sabe	Recusa-se a responder
<b>Mulheres adultas</b>	<b>35%</b>	<b>63%</b>	<b>2%</b>	<b>0%</b>
Camacupa	20%	80%	0%	0%
Kuito	43%	55%	2%	0%
Nharea	22%	76%	2%	0%
<b>Raparigas</b>	<b>44%</b>	<b>55%</b>	<b>1%</b>	<b>0%</b>
Camacupa	63%	37%	0%	0%
Kuito	39%	60%	1%	0%
Nharea	45%	52%	3%	0%
<b>Rapazes</b>	<b>59%</b>	<b>37%</b>	<b>3%</b>	<b>2%</b>
Camacupa	82%	6%	3%	9%
Kuito	50%	49%	1%	1%
Nharea	66%	26%	8%	0%

Tabela 22 Fontes de informação dos rapazes sobre a menstruação

	Camacupa	Kuito	Nharea	Total
<b>Escola</b>	<b>38%</b>	<b>49%</b>	<b>55%</b>	<b>48%</b>
<b>Amigos homens</b>	<b>26%</b>	<b>17%</b>	<b>37%</b>	<b>23%</b>
<b>Amigas</b>	<b>29%</b>	<b>18%</b>	<b>8%</b>	<b>18%</b>
<b>Namorada / esposa</b>	<b>15%</b>	<b>12%</b>	<b>16%</b>	<b>13%</b>
<b>Primas/irmãs</b>	<b>12%</b>	<b>11%</b>	<b>8%</b>	<b>11%</b>
<b>Pai</b>	<b>0%</b>	<b>11%</b>	<b>0%</b>	<b>7%</b>
<b>Mãe</b>	<b>0%</b>	<b>4%</b>	<b>0%</b>	<b>3%</b>
<b>Avó</b>	<b>3%</b>	<b>2%</b>	<b>5%</b>	<b>3%</b>
<b>Outro</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>3%</b>	<b>1%</b>

<sup>26</sup> Grupo focal com rapazes no Kuito e Camacupa

<sup>27</sup> Grupo focal com homens na aldeia de Samununga 2 (Kuito)

### 3.4.2 Atitudes em relação a certas actividades durante a menstruação: cozinhar, ir à escola e ter relações sexuais

Foram as mulheres adultas as que, correctamente, mais disseram que não há actividade que as mulheres não devem fazer durante a menstruação (33%). No entanto, **quase todas as inquiridas concordaram que existem actividades a evitar**, principalmente cozinhar, ter relações sexuais e, de acordo sobretudo com os rapazes, ir à escola.

Tabela 23 Actividades que não podem ser realizadas se a rapariga/mulher está menstruada de acordo com os/as entrevistados/as

	Mulheres adultas				Raparigas				Rapazes			
	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total
<b>Não há actividade✓</b>	29%	31%	40%	<b>33%</b>	29%	7%	29%	<b>15%</b>	15%	12%	3%	<b>11%</b>
<b>Não sabe</b>	0%	11%	4%	<b>8%</b>	23%	12%	29%	<b>17%</b>	38%	5%	24%	<b>15%</b>
<b>Ter relações sexuais</b>	66%	30%	51%	<b>41%</b>	17%	41%	26%	<b>34%</b>	29%	24%	34%	<b>27%</b>
<b>Cozinhar / tarefas domésticas</b>	17%	24%	20%	<b>22%</b>	43%	46%	29%	<b>43%</b>	6%	18%	24%	<b>17%</b>
<b>Conversar com rapazes</b>	9%	2%	7%	<b>4%</b>	3%	10%	0%	<b>7%</b>	0%	3%	0%	<b>2%</b>
<b>Actividade física</b>	0%	5%	2%	<b>4%</b>	3%	26%	0%	<b>18%</b>	0%	46%	5%	<b>30%</b>
<b>Tocar em plantas / ir para a lavra</b>	3%	2%	4%	<b>3%</b>	17%	13%	3%	<b>12%</b>	0%	0%	11%	<b>2%</b>
<b>Ir à escola</b>	0%	0%	0%	<b>0%</b>	0%	1%	0%	<b>1%</b>	9%	10%	16%	<b>11%</b>
<b>Andar descalça</b>	0%	0%	0%	<b>0%</b>	0%	5%	0%	<b>3%</b>	9%	4%	3%	<b>5%</b>

**Cozinhar:** em todos os grupos focais com as mulheres adultas, descobrimos que elas acreditam não ser higiénico cozinhar durante o mesmo período em que estão a lavar os seus panos com sangue: "Hoje em dia, ouvimos em algumas igrejas que, quando as mulheres estão naqueles dias, elas não podem cozinhar, porque estão sujas" <sup>28</sup>. Não deixar as mulheres cozinharem para eles durante esse período é algo que os homens também advertem os rapazes: "a mulher não pode cozinhar para ele. Ela pode tocar o sangue e pode sujar a comida" <sup>29</sup>. Acredita-se que se os homens comerem essa comida, eles ficarão doentes. Em relação às outras tarefas domésticas, essas são considerados "leves", portanto, a menos que a menina ou a mulher tenha dores fortes, não há restrições de maior.

**Actividade física:** as mulheres adultas mencionaram que as meninas devem limitar o seu tempo de brincadeira com as outras crianças, para que evitem manchar as suas roupas, conselho que também foi confirmado pelas meninas de Nharea. Apesar de a prática de exercício físico moderado poder ajudar a reduzir as dores menstruais, 46% dos rapazes e 26% das raparigas no Kuito disseram que as meninas devem evitar actividades físicas durante o período. Ficar quieta sem interagir com outras colegas na escola foi também apontado pelas meninas como sinais que geralmente permitem aos colegas perceber que

<sup>28</sup> Grupo focal com mulheres adultas, Bairro 11 de Novembro (Kuito)

<sup>29</sup> Grupo focal com homens adultos, Barro 11 de Novembro (Kuito)

a menina está menstruada: "ela tem medo de se mexer muito porque pode manchar a roupa"<sup>31</sup>; "as raparigas tendem a ficar isoladas, no seu canto, e as pessoas começam a falar e a gozar."<sup>32</sup>

**Ir à escola:** a maioria das mulheres adultas e raparigas discorda que as meninas devem faltar à escola se estiverem menstruadas, ainda assim cerca de 2 em cada 10 mulheres/raparigas são a favor de que as meninas fiquem em casa. A percentagem mais elevada foi, no entanto, encontrada entre os rapazes: **65% pensa que as meninas menstruadas não devem ir à escola.** Em Nharea (Chimbuio), os rapazes referiram que "as raparigas não podem ir à escola porque é como se estivessem doentes" (o que pode explicar, em certa medida, algumas das sugestões dos rapazes que incluíam levar as raparigas ao centro de saúde durante os seus períodos - ver mais na **secção Recomendações dos adolescentes**).

Parece ser um facto aceite, entre todos os grupos entrevistados, que os rapazes muito provavelmente gozarão com uma colega que manche as suas roupas na escola. Isso também parece ser parte das razões pelas quais os rapazes são a favor de as raparigas faltarem à escola durante a menstruação: "ela não deve ir à escola, se o sangue passar e manchar a cadeira, os colegas vão-se rir dela"<sup>33</sup>. No entanto, como mencionado anteriormente, manchar a roupa não parece ser a única desculpa usada pelos rapazes para provocarem as suas colegas. Segundo as mesmas, se os rapazes repararem que uma rapariga está mais quieta do que o habitual, é motivo de troça: "Oh, assim não tá bom! tá a ver, ser mulher não 'kuia' "<sup>34</sup>. Outras raparigas (Kuito) partilharam que os rapazes as provocavam, seguindo-as até à casa de banho e espreitando através da janela.

Tabela 24 Fontes de informação dos rapazes sobre a menstruação

	"As raparigas não devem ir à escola se estiverem menstruadas"				"Se uma rapariga for à escola e manchar as suas roupas, os rapazes vão gozar com ela"		
	Concorda X	Discorda ✓	Não sabe	Recusa-se a responder	Concorda	Discorda	Não sabe
<b>Mulheres adultas</b>	<b>23%</b>	<b>76%</b>	<b>1%</b>	<b>0%</b>	<b>87%</b>	<b>13%</b>	<b>0%</b>
Camacupa	9%	91%	0%	0%	91%	9%	0%
Kuito	27%	71%	2%	0%	83%	16%	1%
Nharea	20%	78%	2%	0%	96%	4%	0%
<b>Raparigas</b>	<b>20%</b>	<b>80%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>	<b>83%</b>	<b>17%</b>	<b>0%</b>
Camacupa	29%	71%	0%	0%	94%	6%	0%
Kuito	12%	88%	0%	0%	83%	17%	0%
Nharea	45%	55%	0%	0%	74%	26%	0%
<b>Rapazes</b>	<b>65%</b>	<b>29%</b>	<b>3%</b>	<b>3%</b>	<b>88%</b>	<b>10%</b>	<b>2%</b>
Camacupa	62%	24%	3%	12%	88%	9%	3%
Kuito	62%	36%	2%	1%	90%	10%	0%
Nharea	76%	13%	8%	3%	84%	11%	5%

<sup>31</sup> Grupo focal com raparigas em Nharea (Lonjonjo)  
<sup>32</sup> Grupo focal com raparigas no Kuito  
<sup>33</sup> Grupo focal com rapazes, Nharea (Chimbuio)  
<sup>34</sup> Grupo focal com raparigas, Kuito

**Relações sexuais:** não há evidências científicas de que ter relações sexuais durante a menstruação seja prejudicial para a saúde. No entanto, a percepção de que a menstruação é algo sujo e de que é uma questão feminina que deve ser mantida longe dos homens, muito provavelmente tem vindo a contribuir para a desaprovação das relações sexuais durante o período. Em alguns grupos focais, as mulheres perguntaram o que deveriam fazer quando os seus maridos queriam manter relações sexuais mesmo quando estas estavam menstruadas, transparecendo desconforto com este pedido dos seus maridos. Por seu lado, os homens **disseram que aconselham os rapazes a não se envolverem com as mulheres se elas estiverem menstruadas, "causa a 'doença das pernas fracas'"**<sup>35</sup>. Em geral, parece existir julgamento dos homens e mulheres que não se importam em ter relações sexuais durante a menstruação.

Tabela 25 "As raparigas não devem ter relações sexuais durante a menstruação".

	Concorda X	Discorda ✓	Não sabe	Recusa-se a responder
<b>Mulheres adultas</b>	<b>73%</b>	<b>27%</b>	<b>0%</b>	<b>0%</b>
Camacupa	77%	23%	0%	0%
Kuito	66%	34%	1%	0%
Nharea	89%	11%	0%	0%
<b>Raparigas</b>	<b>72%</b>	<b>26%</b>	<b>2%</b>	<b>0%</b>
Camacupa	77%	23%	0%	0%
Kuito	72%	26%	2%	0%
Nharea	68%	29%	3%	0%
<b>Rapazes</b>	<b>86%</b>	<b>11%</b>	<b>3%</b>	<b>1%</b>
Camacupa	88%	6%	3%	3%
Kuito	85%	12%	2%	1%
Nharea	84%	11%	5%	0%

Apesar de as probabilidades serem menores, uma gravidez é possível se uma mulher tiver relações sexuais durante o período<sup>36</sup>. Mulheres adultas, em geral, parecem estar mais conscientes disso, enquanto as **raparigas (43%) e sobretudo os rapazes (58%) acreditam que não há riscos de gravidez provenientes de uma relação sexual desprotegida se a mulher estiver menstruada.**

<sup>35</sup> Grupo focal com homens adultos, aldeia de Tchupua (Nharea) e Capepula 2 (Camacupa).

<sup>36</sup> Isto pode acontecer por razões muito diversas, mas pode incluir ciclos férteis irregulares associados a longos períodos de sobrevivência dos espermatozoides dentro do sistema reprodutivo feminino (até 5 dias).

Tabela 26 "Mulheres nunca podem engravidar se tiverem relações sexuais durante a menstruação".

	Concorda X	Discorda ✓	Não Sabe	Recusa-se a Responder
<b>Mulheres adultas</b>	<b>39%</b>	<b>55%</b>	<b>6%</b>	<b>0%</b>
<b>Camacupa</b>	31%	54%	14%	0%
<b>Kuito</b>	36%	59%	5%	0%
<b>Nharea</b>	53%	44%	2%	0%
<b>Maparigas</b>	<b>43%</b>	<b>47%</b>	<b>10%</b>	<b>0%</b>
<b>Camacupa</b>	60%	31%	9%	0%
<b>Kuito</b>	40%	50%	10%	0%
<b>Nharea</b>	39%	48%	13%	0%
<b>Rapazes</b>	<b>58%</b>	<b>36%</b>	<b>5%</b>	<b>2%</b>
<b>Camacupa</b>	82%	9%	3%	6%
<b>Kuito</b>	45%	50%	5%	0%
<b>Nharea</b>	74%	18%	5%	3%

### 3.4.3 Atitudes em relação à alimentação durante a menstruação

Apenas uma pequena proporção dos entrevistados sabe que não existe qualquer tipo de alimento em particular que uma mulher não deva comer durante o período. As raparigas, em especial (64%), **acreditam que não devem consumir açúcar ou alimentos doces**, pois, se o fizerem, o seu fluxo e dores menstruais aumentarão. Se, por um lado, as mulheres e raparigas devem assegurar uma dieta equilibrada durante a menstruação, o aumento do fluxo menstrual está relacionado com alterações hormonais e patologias, e não com a ingestão de açúcar.

Mesmo que não sejam representativas, algumas das inquiridas mencionaram que as mulheres não devem comer feijão (14), peixe (10) e carne (13). Considerando que as mulheres devem aumentar a ingestão de alimentos ricos em ferro durante a menstruação, devem ser reforçadas as mensagens de que evitar este tipo de alimentos não é correcto.

Tabela 27 Alimentos que as mulheres / raparigas acham que não devem comer durante a menstruação

	Mulheres adultas				Raparigas				Rapazes			
	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total
<b>Não há (pode comer tudo) ✓</b>	34%	27%	31%	<b>29%</b>	26%	11%	16%	<b>14%</b>	9%	24%	18%	<b>20%</b>
<b>Não sabe</b>	17%	31%	7%	<b>24%</b>	26%	17%	26%	<b>20%</b>	76%	19%	39%	<b>33%</b>
<b>Doces X</b>	40%	36%	56%	<b>41%</b>	49%	71%	55%	<b>64%</b>	15%	38%	42%	<b>34%</b>

### 3.4.4 Atitudes em relação à higiene e saúde menstruais

Lavagem das mãos e frequência da troca de pensos

Com excepção de 4 inquiridas (2 mulheres adultas que não sabiam, e 1 mulher adulta e 1 rapariga que discordavam), todas concordaram com a afirmação "As raparigas e as mulheres devem sempre lavar as mãos depois de mudar o penso".

Tanto as mulheres adultas como as raparigas discordam fortemente que mudar o penso uma vez por dia é suficiente. Estes dados vão ao encontro das [práticas de gestão de higiene menstrual encontradas](#), em que a maioria das mulheres e raparigas adultas muda de penso três ou mais vezes por dia, excepto quando as raparigas estão na escola (onde 58% não muda).

Tabela 28 "É suficiente trocar o pano ou a penso apenas uma vez por dia".

	Concorda X	Discorda ✓
<b>Mulheres adultas</b>	<b>15 (7%)</b>	<b>193 (93%)</b>
<b>Camacupa</b>	0	35
<b>Kuito</b>	15	113
<b>Nharea</b>	0	45
<b>Raparigas</b>	<b>13 (7%)</b>	<b>174 (93%)</b>
<b>Camacupa</b>	0	35
<b>Kuito</b>	10	111
<b>Nharea</b>	3	28
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>367</b>

### Descarte dos pensos na latrina

Com excepção do município do Kuito, onde encontramos algumas mulheres e meninas discordando desta prática, quase todas as entrevistadas acham correcto fazer o descarte dos pensos usados nas latrinas. Esta prática é insegura e pode causar sérios riscos ambientais. Por isso, é relevante não só incluir esta mensagem em futuras campanhas, como também avaliar as opções de descarte seguro disponíveis a nível local.

Tabela 29 "O penso descartável usado deve ser jogado dentro da latrina".

	Concorda X	Discorda ✓	Não sabe
<b>Mulheres adultas</b>	<b>98%</b>	<b>1%</b>	<b>1%</b>
<b>Camacupa</b>	100%	0%	0%
<b>Kuito</b>	97%	2%	1%
<b>Nharea</b>	98%	0	2%
<b>Raparigas</b>	<b>89%</b>	<b>10%</b>	<b>1%</b>
<b>Camacupa</b>	100%	0%	0%
<b>Kuito</b>	83%	15%	2%
<b>Nharea</b>	100%	0%	0%

## Ducha vaginal

A chamada ducha vaginal (lavagem ou limpeza do interior da vagina com água ou mistura de líquidos) é uma prática nociva não recomendada por médicos, uma vez que pode afectar o equilíbrio do PH da vagina que naturalmente previne infecções e irritações<sup>37</sup>. O estudo indica que raparigas jovens (83%) e mulheres (87%) concordam com esta prática, tal como os rapazes (88%), o que deve ser levado em consideração para futuras campanhas de mudança de comportamento, tendo em conta o seu potencial papel enquanto influenciadores.

Tabela 30 "O sangue menstrual suja o interior da vagina, por isso deve ser lavada por dentro".

	Concorda X	Discorda ✓	Não sabe	Recusa-se a responder
<b>Mulheres adultas</b>	<b>87%</b>	<b>10%</b>	<b>3%</b>	<b>0%</b>
Camacupa	86%	11%	3%	0%
Kuito	88%	8%	3%	1%
Nharea	84%	13%	2%	0%
<b>Raparigas</b>	<b>83%</b>	<b>14%</b>	<b>3%</b>	<b>0%</b>
Camacupa	89%	9%	3%	0%
Kuito	79%	17%	3%	0%
Nharea	90%	10%	0%	0%
<b>Rapazes</b>	<b>88%</b>	<b>6%</b>	<b>4%</b>	<b>1%</b>
Camacupa	88%	3%	3%	6%
Kuito	91%	7%	3%	0%
Nharea	82%	8%	11%	0%

## 3.5 Práticas

### 3.5.1 Tipos de materiais de higiene menstrual utilizados pelas mulheres e raparigas

Tabela 31 Tipos de materiais de higiene menstrual utilizados por mulheres e raparigas

	Raparigas				Mulheres adultas			
	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total
Pensos descartáveis	17%	84%	26%	<b>62%</b>	20%	39%	24%	<b>33%</b>
Pensos reutilizáveis	29%	38%	48%	<b>38%</b>	0%	10%	4%	<b>7%</b>
Pedaço de pano	69%	34%	48%	<b>43%</b>	91%	88%	96%	<b>90%</b>
Calções/leggings ("colãs")	0%	0%	0%	<b>0%</b>	0%	7%	0%	<b>4%</b>

### Pensos descartáveis: liberdade vs. libertinagem

Enquanto um pedaço de pano parece ser o material de higiene menstrual mais usado pelas mulheres adultas, as jovens parecem preferir pensos descartáveis (popularmente chamados de "modex"). No entanto, os pensos descartáveis são mais acessíveis em áreas urbanas e periurbanas, o que se reflecte nas práticas das raparigas.

Curiosamente, o uso de pensos descartáveis parece representar um conflito entre as duas gerações. As mulheres mais velhas contaram que, no seu tempo, protegiam-se com calções *legging* ("colãs"), saias longas e panos, sugerindo que usavam tudo o que estava ao seu alcance para evitar que alguém reparasse que estavam menstruadas. Hoje em dia, *"as moças tapam-se menos, usam saias curtas ou colãs quando estão menstruadas; no passado, usávamos mais roupa, mais panos"; "agora elas usam descartáveis, podem usar saias curtas, se ela se baixar os homens podem ver que ela está naqueles dias (risos)"*<sup>39</sup>.

Para além disso, as jovens explicaram que o uso do pano é também uma oportunidade para as mães testarem as habilidades das meninas: *"às vezes [as mães] dizem-nos para lavar os panos para ver se somos higiénicas", "desta forma, é possível saber se a rapariga sabe lavar bem ou não, o pano tem de sair limpo"*<sup>40</sup>.

Por outro lado, **as mulheres adultas mais jovens parecem estar felizes com a liberdade trazida pelo penso descartável**: *"agora com 'modex' podemos usar calças, colãs, saias curtas, ninguém vai descobrir que está de período"*<sup>41</sup>; *"dá para usar calças sem se preocupar em manchar"*<sup>42</sup>.

Por fim, mesmo que esta não tenha sido uma prática representativa, foram ainda encontradas mulheres que não usam qualquer material adequado para absorver o sangue menstrual, apenas roupa interior. Embora o inquérito não tenha mostrado esta prática entre as raparigas mais jovens, algumas discussões dos grupos focais realizadas nas zonas rurais confirmaram que esta é ainda uma realidade para algumas delas.

### Acessibilidade e fontes de dinheiro para a compra de pensos descartáveis

Os pensos descartáveis mais baratos têm o custo aproximado de 350-400 kwanzas por cada embalagem de 12 unidades. Considerando que uma mulher precisa de cerca de 20 pensos por cada ciclo menstrual, isso representa um custo real de 9.600 kwanzas por ano (e quase 4% do rendimento anual com base no salário mínimo). **Caso as raparigas precisem de dinheiro para comprar pensos, parece ser consensual que nem as raparigas nem as mães o dirão abertamente.** *"Se a menina precisa de dinheiro para comprar pensos, ela pedirá à mãe, mas não dirá para que serve [o dinheiro]"*<sup>43</sup>, "não há coragem para dizer directamente, é difícil falar sobre essas coisas com os mais velhos"<sup>44</sup>. Em Nharea, porém, especialmente as mulheres mais velhas parecem relutantes em dar dinheiro às meninas para que possam gerir os seus períodos: *"as mães não dão dinheiro, as raparigas fazem os seus próprios negócios"*<sup>45</sup>, *"se têm abacate nos seus quintais, vendem para ganhar dinheiro"*<sup>46</sup>.

<sup>38</sup> Grupo focal com mulheres adultas, aldeia de Capepula 2 (Camacupa)

<sup>39</sup> Grupo focal com mulheres adultas, aldeia de Samununga 2 (Kuito)

<sup>40</sup> Grupo focal com raparigas, Kuito

<sup>41</sup> Grupo focal com mulheres adultas, Samunga 2 (Kuito)

<sup>42</sup> Grupo focal com mulheres adultas, Bairro 11 de Novembro (Kuito)

<sup>43</sup> Todos os grupos focais com mulheres adultas

<sup>44</sup> Grupo focal com raparigas, Kuito

<sup>45</sup> Grupo focal com mulheres adultas, Tchupua (Nharea)

<sup>46</sup> Grupo focal com mulheres adultas, Sapessi (Nharea)



Formação sobre produção de pensos reutilizáveis realizado no Kuito, como parte do projeto CLTS 6 (foto: Edson Malogo/PIN)

### 3.5.2 Limpeza e secagem dos materiais de higiene menstrual

Tabela 32 Práticas relativas à lavagem e secagem dos panos

	Lavagem			Secagem 1		
	Sabão e água ✓	Só água X	Recusa-se a responder	No quarto X	Fora ✓	Na casa de banho X
<b>Mulheres adultas</b>	100%	0%	0%	73%	30%	4%
Camacupa	100%	0%	0%	54%	43%	3%
Kuito	100%	0%	0%	80%	25%	4%
Nharea	100%	0%	0%	67%	33%	4%
<b>Raparigas</b>	97%	3%	1%	86%	20%	5%
Camacupa	97%	3%	0%	100%	6%	3%
Kuito	95%	4%	1%	79%	28%	7%
Nharea	100%	0%	0%	94%	6%	0%

Com algumas exceções entre as meninas entrevistadas, **mulheres e meninas disseram que lavam os seus panos com água e sabão.**

Existe um estigma social associado ao acto de secar roupas íntimas ao ar livre, onde estas podem ser visíveis aos olhos de outras pessoas, especialmente homens mesmo que familiares. Como resultado, o estudo indica que o quarto é o lugar preferido das mulheres e das raparigas para secarem os seus panos. As raparigas partilharam que se sentiriam

envergonhadas na eventualidade de os seus pais (homens) ou irmãos mais velhos verem as suas roupas íntimas. Já os rapazes adolescentes foram unânimes: *"nos sentiríamos mal"* e diriam à sua prima ou irmã para pendurar a roupa interior no seu quarto, *"é falta de respeito"*<sup>48</sup>. Por sua vez, algumas mulheres adultas chegaram a partilhar que secavam os seus panos dentro do quarto, pendurados num prego entre a cama e a parede, escondidos inclusivamente do seu marido: *"isto é apenas um assunto de mulheres, o marido não deve ver"*<sup>49</sup>. Outras mencionaram ainda que penduravam os seus panos longe dos olhos das outras pessoas, numa lavra distante.

No entanto, secar a roupa no quarto geralmente impede que esta receba luz solar directa, o que pode tornar alta a probabilidade de desenvolvimento de bactérias. As raparigas no Kuito pareciam estar cientes disto: *"A forma mais correcta é pendurá-la na corda para receber a luz do sol. Se se deixar [a roupa] dentro, pode criar fungos"*. Porém, o estigma social faz com que, não raras vezes, mulheres e raparigas cubram as suas roupas íntimas com um pano mais fino se as secarem ao ar livre.

### 3.5.3 Frequência da troca do material de higiene menstrual

O estudo indica que as mulheres e raparigas trocam o seu penso ou pano três ou mais vezes por dia quando estão em casa (83%). No entanto, quando as meninas estão na escola, a frequência diminui significativamente. Leia mais na [secção abaixo](#).

Tabela 33 Frequência da troca do material de higiene menstrual (mulheres adultas, n=208)

	Uma vez por dia	Duas vezes por dia	Três ou mais vezes por dia ✓
<b>Camacupa</b>	6%	26%	69%
<b>Kuito</b>	5%	13%	82%
<b>Nharea</b>	2%	11%	87%
<b>Total</b>	5%	14%	81%

### 3.5.4 Práticas de GHM na escola

#### 3.5.4.1 Assiduidade escolar durante a menstruação

Das 187 raparigas entrevistadas, 20 disseram que deixam de ir à escola durante a sua menstruação e 4 referiram que vão às vezes, sendo esta proporção ainda maior nas zonas rurais (Camacupa e Nharea). Quando perguntadas sobre as razões, (das 24) 14 mencionaram que se sentiam envergonhadas, 5 que se sentiam com dores/doentes e 5 mencionaram ambas as razões.

Contudo, os resultados dos grupos focais sugerem que os números podem ser mais elevados, pois a vergonha e o constrangimento poderão impedir as adolescentes de o dizer abertamente. De facto, em todos os grupos focais realizados **se mencionou que as raparigas provavelmente faltariam à escola durante os primeiros dias do seu período, devido ao forte fluxo e dores menstruais.**

<sup>47</sup> Mais do que uma opção permitida no inquérito

<sup>48</sup> Grupos focais com rapazes, Nharea e Camacupa...

<sup>49</sup> Mulher entrevistada no Kuito

Nos grupos focais, as raparigas começaram por mencionar a **dor do período** como a razão pela qual faltam à escola: *"algumas raparigas sentem muita dor; ela não será capaz de se levantar [da cama]"*<sup>50</sup>. De facto, as raparigas demonstraram curiosidade em saber quais as razões por detrás das dores menstruais. No Kuito, as jovens também partilharam que algumas raparigas iriam para casa mais cedo e não frequentariam o turno completo da escola. Nas zonas rurais, as mulheres e meninas apontaram o **fluxo intenso** e a consequente dor como as principais razões que impedem as meninas de ir à escola.

No entanto, se os adultos aparentemente entendem por que razões as raparigas faltam à escola, parece haver um julgamento subjacente, particularmente entre os mais velhos, sobre as raparigas que o fazem. Em outras palavras, há uma percepção geral dos adultos de que somente as meninas que não sabem ou são incapazes de gerir convenientemente os seus períodos faltam à escola: *"algumas raparigas não sabem se cuidar, não querem ir à escola porque vão manchar as suas roupas e as colegas vão rir-se delas"*<sup>51</sup>; *"ela pode ir à escola se souber se cuidar"*<sup>52</sup>. Os rapazes também parecem reproduzir esta forma de pensamento. Segundo eles, as raparigas podem ir à escola se usarem pensos e se forem "higiénicas".

Tabela 34 Assiduidade escolar durante a menstruação (n=187)

	Não vai	Vai às vezes	Vai
Camacupa	7 (20%)	4 (11%)	24 (69%)
Kuito	2 (2%)	0	119 (98%)
Nharea	11 (35%)	0	20 (65%)
Total	20 (11%)	4 (2%)	163 (87%)

### 3.5.4.2 Uso das instalações sanitárias na escola

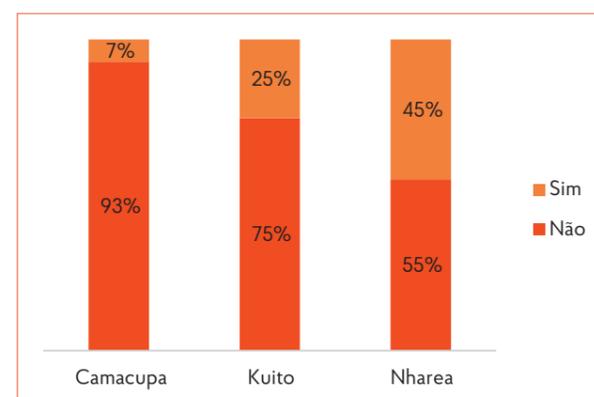


Gráfico 4 Proporção de meninas que utiliza as casas de banho da escola durante a menstruação (n=167)

O estudo indica que a maioria das meninas (75%) não usa as casas de banhos da sua escola quando está menstruada, com particular incidência em Camacupa e no Kuito, dando como justificação as **más condições de higiene (63%)** e a falta de privacidade (40%) (por exemplo, rachaduras ou impossibilidade de fechar a porta). Embora não tivesse sido representativo, **o medo de deixar a casa de banho suja de sangue** (devido à falta de água) foi mencionado por quatro raparigas no inquérito e também por algumas raparigas nos grupos focais.

<sup>50</sup> Grupo focal com raparigas no Kuito

<sup>51</sup> Grupo focal com mulheres adultas, Samununga 2 (Kuito)

<sup>52</sup> Grupo focal com homens adultos, Tchapura (Nharea)

Tabela 35 Razões pelas quais as meninas não usam as casas de banho da escola durante a menstruação (n=126)

	Camacupa	Kuito	Nharea	Total
As casas de banho não estão limpas	31%	71%	73%	63%
Não há sabão/água	4%	2%	9%	3%
Não há privacidade (por exemplo, a porta não tranca)	58%	34%	45%	40%
Não há casas de banho / não funcionam	12%	9%	9%	10%
Outros motivos	0%	9%	0%	6%

### 3.5.4.3 Frequência da troca do material de higiene menstrual na escola

O estudo revelou que, **quando as jovens estão em casa, 83% troca o seu penso três ou mais vezes ao dia, percentagem essa que decai para 13% quando estão na escola. Na verdade, os dados mostraram que quase 60% das raparigas não troca de penso na escola**, sendo a proporção ainda maior nas zonas rurais (96% em Camacupa, 70% em Nharea).

Tabela 36 Número de vezes que as meninas trocam de penso na escola (das meninas que continua a ir à escola durante a menstruação, n=167)

	Não muda	Uma vez por dia	Dois vezes por dia	Três ou mais vezes por dia ✓
Camacupa	96%	0%	0%	4%
Kuito	47%	15%	24%	14%
Nharea	70%	0%	10%	20%
Total	58%	11%	18%	13%

Tabela 37 Número de vezes que as meninas trocam de penso quando estão em casa (n=187)

	Não muda	Uma vez por dia	Dois vezes por dia	Três ou mais vezes por dia ✓
Camacupa	0%	11%	17%	71%
Kuito	2%	1%	10%	88%
Nharea	0%	0%	19%	81%
Total	1%	3%	13%	83%

### 3.5.4.4 Descarte do material de higiene menstrual na escola

As raparigas estão a fazer o **descarte do seu material de higiene menstrual usado de forma insegura**. Das raparigas que referiram usar pensos descartáveis e que continuam a ir à escola durante a sua menstruação (n= 55), descobrimos que a sua maioria mantém os pensos descartáveis usados nas suas pastas (por exemplo, enrolados num saco plástico) até chegar a casa ou, em alternativa, deita-os na latrina. É importante lembrar que as **jovens tendem a concordar que os pensos devem ser descartados na latrina (89%)**, mostrando que não é apenas uma questão de disponibilidade de baldes do lixo, mas também uma crença de que esta prática é inofensiva.

Tabela 38 Descarte de pensos higiénicos descartáveis na escola (das meninas que usam pensos descartáveis e vão à escola, n=55)

	Guarda-o até casa X	Latrina X	Balde do lixo ✓	Outro
Kuito	23	19	8	2
Nharea	2	1	0	0
Total	25	20	8	2

### 3.5.4.5 Desafios enfrentados na escola pelas raparigas durante a menstruação

A preocupação com manchar a roupa devido ao vazamento de sangue menstrual é um desafio que 39% das raparigas entrevistadas diz enfrentar quando está na escola (percentagem ainda mais alta nas áreas rurais – ver tabela 39), o que pode estar na origem do **sentimento de vergonha, medo e desconforto** relatado por 33% delas. Enquanto 19% mencionou não enfrentar qualquer tipo de problemas, 11% referiu ainda sofrer de falta de privacidade para a gestão da sua higiene menstrual.

*"Temos de ser honestas, os rapazes usam este tópico para fazer bullying [conosco]", disse uma das raparigas do Kuito.*

Apesar de não ter sido directamente identificado enquanto desafio pelas entrevistadas, as raparigas ainda enfrentam um ambiente hostil para serem abertas sobre a menstruação nas escolas. Os rapazes tendem a provocar as raparigas se elas estiverem demasiado paradas, como referido anteriormente, e é expectável que os rapazes se riam delas caso manchem as suas roupas.

Tabela 39 Problemas enfrentados na escola pelas raparigas durante a menstruação (n=187)

	Camacupa	Kuito	Nharea	Total
Tenho medo de manchar as minhas roupas	57%	32%	45%	39%
Sinto vergonha, medo, desconforto.	54%	26%	35%	33%
Não tenho problemas	0%	25%	19%	19%
Não tenho privacidade na casa de banho	3%	16%	0%	11%
Não há água/sabão	9%	5%	23%	9%
Sou gozada pelos rapazes	0%	3%	0%	2%
Recusa-se a responder	0%	3%	0%	2%
Não tenho tempo suficiente para usar a casa de banho	0%	2%	0%	2%
Não tenho materiais para gerir o meu período	0%	2%	0%	2%

### 3.5.4.6 Recomendações dos adolescentes para apoiar uma GHM adequada nas escolas

Tanto rapazes como raparigas estão dispostos a saber mais sobre a menstruação através de palestras organizadas nas escolas (30% e 39%, respectivamente), sugerindo que este é o momento certo para sensibilizar e promover a discussão à volta do tema. As raparigas,

por sua vez, sugeriram também mais casas de banho (27%) e disponibilização de água/sabão (22%). Adicionalmente, os rapazes sugeriram, sobretudo no Kuito, que as raparigas deveriam ser dispensadas da escola (9% no Kuito) e alguns sugeriram ainda que as raparigas deveriam ser enviadas para o centro de saúde (o que poderá dar a entender que associam a menstruação a doença). Recordando que **65% dos rapazes concorda que as suas colegas não devem ir à escola se estiverem menstruadas, estes dados reforçam a necessidade de promover uma mensagem de inclusão entre os adolescentes, enfatizando que as raparigas continuam a ter direito ao seu espaço na escola e que, portanto, as escolas devem oferecer condições para evitar que a menstruação seja motivo de abandono escolar.**

Tabela 40 Sugestões sobre o que pode ser feito na escola para melhorar a vida das raparigas quando estão menstruadas

	Raparigas				Rapazes			
	Camacupa	Kuito	Nharea	Total	Camacupa	Kuito	Nharea	Total
Não sabe	29%	20%	32%	24%	56%	23%	79%	40%
Organizar palestras	20%	50%	19%	39%	35%	34%	13%	30%
Disponibilizar água / sabão	6%	21%	42%	22%	0%	6%	0%	4%
Mais casas de banho	43%	24%	23%	27%	0%	8%	0%	5%
Distribuir pensos higiénicos	3%	18%	3%	13%	3%	3%	8%	4%
Ter casas de banho separadas para rapazes e raparigas	17%	7%	19%	11%	0%	3%	3%	2%
Enviar as raparigas para casa / permitir que fiquem em casa	0%	0%	0%	0%	1%	9%	0%	6%



## 4 Conclusões e Recomendações

### Barreiras identificadas

As raparigas com conhecimento são vistas como “malandras”.

A menstruação é um tabu e é percebida como algo sujo e vergonhoso.

### Recomendações

Enfatizar entre os membros da comunidade, especialmente as mães, os resultados positivos trazidos por meninas com mais conhecimento, tais como:

- o meninas menos assustadas aquando da menarca;
- o menor probabilidade de as meninas esconderem a sua primeira menstruação dos seus cuidadores;
- o meninas mais bem preparadas para gerirem os seus períodos (por exemplo, ter material de higiene menstrual no caso de a menarca acontecer fora de casa);
- o meninas com capacidade de tomarem decisões informadas sobre a sua higiene menstrual.

**EPromover a normalização e a disseminação de mensagens positivas em torno da menstruação,** incluindo a eliminação de eufemismos e o uso de termos como "lixo" em referência à menstruação, **estimulando conversas abertas e uma abordagem adequada nas escolas.** Isso inclui, por exemplo, mais treinamento e supervisão dos professores, impedindo que estes deixem de abordar módulos relacionados ao tema nas suas aulas ou, por outro lado, estimulando o trabalho em parceria com organizações e grupos da sociedade civil.

<p><b>A menstruação é vista como um "assunto de mulheres".</b></p>	<p><b>Promover a mensagem de que os direitos relacionados à menstruação são direitos humanos.</b> Quando as meninas e mulheres não conseguem gerir os seus períodos com dignidade, elas não só enfrentam riscos de serem discriminadas na escola e no trabalho, como de desenvolverem infecções devido a más práticas de higiene menstrual.</p> <p>Para além disso, rapazes com mais conhecimento terão uma maior predisposição para empatizar com as suas colegas raparigas, resultando numa diminuição dos níveis de bullying nas escolas.</p>
<p><b>Adolescentes têm níveis baixos de conhecimento sobre a menstruação</b></p>	<p><b>Garantir o acesso ao conhecimento adequado e de base científica, não só nas escolas mas também na comunidade,</b> uma vez que os baixos níveis de conhecimento alimentam tabus e mitos. Os principais tópicos devem incluir os mitos e práticas nocivas identificadas, bem como módulos relativos ao sistema reprodutivo feminino, gestão das dores menstruais e alimentação durante a menstruação.</p>
<p><b>As raparigas enfrentam más condições sanitárias na escola e são gozadas pelos rapazes devido à menstruação.</b></p>	<p><b>Incentivar as escolas a promoverem espaços higiénicos e seguros, a fim de evitar que as raparigas comprometam as suas práticas de higiene menstrual quando estão na escola e que faltem às aulas.</b> Isto inclui a disponibilização de latrinas amigas das mulheres e de um ambiente escolar livre de <i>bullying</i>.</p>
<p><b>As raparigas têm medo de manchar as suas roupas</b></p>	<p><b>Diversificar os materiais de higiene menstrual disponíveis localmente, investindo em formações de fabricação de pensos higiénicos, para que as meninas possam ter materiais adequados às suas necessidades.</b></p>
<p><b>Secar roupa íntima ao ar livre enfrenta estigma social</b></p>	<p><b>Promover espaços para a secagem de panos/pensos que permitam a luz solar directa e garantam a privacidade das raparigas.</b></p>

Oportunidades identificadas	Recomendações
<p><b>A igreja como influenciadora</b></p>	<p>Mulheres e meninas relataram que algumas igrejas organizam grupos de mulheres onde a menstruação é discutida, enquanto outras promovem a segregação das mulheres durante a menstruação. Considerando o seu forte nível de influência, as igrejas podem ser um aliado na consciencialização sobre a menstruação antes da menarca e na promoção de práticas de higiene menstrual adequadas, especialmente nas áreas rurais.</p>
<p><b>Vontade de saber mais</b></p>	<p>A vontade de saber mais, tanto entre raparigas como entre rapazes, sugere que o momento é oportuno para a sensibilização e promoção da discussão em torno do tema. As áreas rurais devem ser particularmente visadas, onde os níveis de conhecimento foram significativamente mais baixos.</p>
<p><b>A escola como fonte de informação</b></p>	<p>A primeira fonte de informação dos rapazes sobre a menstruação foi a escola. Enquanto as famílias tendem a manter os rapazes afastados deste tópico, as escolas podem não só aumentar o conhecimento dos adolescentes, como também promover a menstruação como uma questão que afecta a todos. Portanto, é importante entender se existem outras barreiras, além do próprio tabu, que impeçam os professores e as escolas de abordar adequadamente este tópico.</p>

<sup>53</sup> Ver, por exemplo, WaterAid/WSUP/UNICEF (2018), *Female-friendly public and community toilets: a guide for planners and decision makers*. Disponível em <https://washmatters.wateraid.org/sites/g/files/jkxoof256/files/female-friendly-public-and-community-toilets-a-guide.pdf>

## 5 Anexos

### Anexo I - Pesquisa CAP

Pergunta	Opções	Condição/
Consentimento: Olá! O meu nome é _____ e estou a trabalhar em nome da ONG PIN Angola. Estamos a fazer um estudo sobre os conhecimentos, atitudes e práticas em torno da gestão da higiene, o que nos ajudará a melhorar o nosso programa. A sua participação é voluntária, o que significa que você só participa se quiser, que pode parar a entrevista a qualquer momento e pode decidir não responder às perguntas. Além disso, se decidir participar, nenhum tipo de compensação directa lhe será dada. O questionário é anónimo, o que significa que em nenhum momento o seu nome será registado e os resultados não serão partilhados de forma a que as suas respostas possam ser reconhecidas. O questionário levará aproximadamente 15 minutos. Aceita participar?	a) sim b) - parar a entrevista	
I. Colector de dados	Lista	
II. Tipo de questionário	a) escolas (meninos e meninas) b) comunidades (adultos)	
III. Município	a) Kuito b) Nharea c) Camacupa	
Aldeia / Bairro	Lista	Se II. Tipo de questionário = comunidades
Escola	LISTA	Se II. Tipo de questionário = escolas
Sexo	a) masculino b) feminino	

I. INFORMAÇÃO GERAL		
1. Qual é a sua idade?	—	Número Condição $\geq 14; \leq 45$
2. Qual é o ano mais alto de escolaridade que completou?	—	Número
3. Podes dizer-me quantas pessoas vivem na sua casa?	—	Número
4. Tem filhos?	a) sim b) não	
4.1 Se sim, quantos?	—	Número
5. Podes dizer-me se a sua casa tem uma latrina?	a) sim b) não c) não responde	
5.1 Se não, aonde vai?	a) mata b) latrina do vizinho c) latrina da escola/igreja d) outros - especificar e) não responde	Se anterior = não
II. PREPARAÇÃO DA INTRODUÇÃO		
1. Agora gostaria de lhe fazer algumas perguntas privadas sobre a menstruação.		
2. Já ouviu falar sobre a menstruação (outros nomes)?	a) sim b) não - parar a entrevista	
3. Pode confirmar que já teve a sua primeira menstruação?	a) sim b) não - parar a entrevista	Se I. Tipo de questionário = a) escola Se sexo feminino
4. Poderia confirmar se ainda menstrua regularmente?	a) sim b) não - parar a entrevista	Se I. Tipo de questionário = b) adultos Se sexo feminino
5. Lembra-se com que idade teve a sua primeira menstruação?	a) sim b) não	Se sexo feminino
6. Com que idade?	—	Se anterior = sim Condição $\geq 8; \leq 18$
7. Quando teve o seu primeiro período, sabia o que era?	a) sim b) não	Se sexo feminino

12. Qual foi a sua reacção quando teve o seu primeiro período? (Não ler as opções)	a) Fiquei chocada b) Fiquei envergonhada c) Fiquei incomodada/tensa d) Eu fiquei enojada e) Senti-me como de costume f) Senti-me assustada g) Senti-me entusiasmada/feliz h) outros - especificar i) não quer responder	Seleccionar várias Se sexo feminino  Nota: sensibilizar os colectores de dados que não devem seleccionar, por exemplo, a opção e) e a opção d) (ou seja, opções que se contradizem).
12.1 Poderia dizer por que estava assustada? (Não ler as opções)	a) tinha medo de estar doente/ de morrer b) medo de estar ferida c) medo de que teria de gerir aquilo sozinha d) medo de poder engravidar e) receio de que teria que casar f) medo que teria que deixar a escola g) medo que as pessoas gozassem comigo h) outros - especificar i) não quer responder	Se anterior = f) assustada
13. Lembra-se quem lhe deu informações sobre a menstruação?	a) sim b) não	
14. De quem obteve informações sobre a menstruação? (Não ler as opções)	a) mãe b) avó c) tia d) irmã/ prima e) escola f) outra amiga g) outros - especificar h) não quer responder	Procurar mais respostas Seleccionar várias Se anterior = sim
15. Hoje em dia, com quem pode falar ou pedir conselhos sobre a menstruação?	a) mãe b) tia c) irmã/ prima d) escola e) amiga f) outros - especificar g) não quer responder	Sonde mais respostas Selecione várias
II. CONHECIMENTO		
16. Sabe de onde vem o sangue menstrual?	a) sim b) não	
17. De onde vem o sangue menstrual? (Não ler as opções)	a) útero b) vagina c) bexiga d) outro - especificar e) não quer responder	Se anterior = sim

18. Sabe o que pode ser usado para absorver o sangue durante a menstruação?	a) sim b) não	
18.1 O que pode ser usado? (Não ler as opções)	a) pensos descartáveis (modex) b) pensos reutilizáveis c) copo menstrual d) tampão e) pedaço de pano f) papel g) outros - especificar	Se anterior = sim Selecione várias
19. Sabe quando a menstruação geralmente aparece pela primeira vez na vida de uma mulher saudável?	a) sim b) não	
19.1 Quando é que a menstruação geralmente surge numa mulher saudável? (Não ler as opções)	a) após a primeira gravidez b) quando começa a ser sexualmente activa c) durante a adolescência (10-15) d) quando as meninas se casam e) outros - especificar f) recusa-se a responder	Se anterior = sim
20. Sabe o que significa quando uma rapariga começa a ter o período?	a) sim b) não	
20.1 O que é que isso significa? (Não ler as opções)	a) alguma coisa correu mal com a rapariga b) a rapariga está pronta para casar c) fertilidade (a rapariga pode engravidar se tiver relações sexuais com um homem) d) a rapariga teve sexo e) outros - especificar f) recusa-se a responder	Se anterior = sim
21. Sabe quanto tempo a menstruação costuma durar numa mulher saudável?	a) sim b) não	
21.1 Quanto tempo dura? (Não ler as opções)	a) 3-8 dias b) duas semanas c) outros - especificar d) não quer responder	
22. Sabe que sintomas podem aparecer durante a menstruação?	a) sim b) não	
22.1 Que sintomas podem aparecer?	a) cólicas abdominais b) dor de cabeça c) fadiga d) mudanças de humor e) dor na bexiga f) Outros - especificar g) não quer responder	Selecione várias

22. Sabe como calcular quando deve chegar o seu próximo período / de uma mulher?	a) não sei b) Aproximadamente 28 dias após o primeiro dia do último período c) outro	
23. Sabe como calcular quando são os seus dias férteis / dias férteis de uma mulher?	a) não sei b) aproximadamente 14 dias antes da próxima menstruação c) outro	
24. Na sua opinião, acha que há actividades que devem ser evitadas quando as mulheres estão menstruadas?	a) sim b) não	
25. Que actividades devem ser evitadas? (Não ler as opções)	a) ir à escola b) andar descalça c) ter relações sexuais d) lavar lavar o cabelo f) cozinhar/tarefas domésticas g) tocar em plantas/ r à lavra h) falar com rapazes i) outro - especificar	Se anterior = sim Selecione várias
26. Acha que existem alimentos que devem ser evitados quando as mulheres estão menstruadas?	a) sim b) não c) não sei	
26.1 Que alimentos devem ser evitados?	a) doces b) outros - especificar	
<b>III. ATITUDES</b>		
Agora vou ler algumas frases com as quais gostaria que me dissesse se concorda ou discorda.	-	nota
27. As raparigas e as mulheres devem sempre lavar as mãos depois de trocar o penso.	a) concorda b) discorda c) não sabe f) recusa-se a responder	Selecione uma Se sexo= feminino
28. O modex usado deve ser deitado na latrina.	a) concorda b) discorda c) não sabe f) recusa-se a responder	
29. O sangue menstrual suja o interior da vagina e por isso deve se lavar por dentro	a) concorda b) discorda c) não sabe f) recusa-se a responder	Selecione uma Se sexo= feminino

30. A menstruação é algo sujo que sai do corpo.	a) concorda b) discorda c) não sabe f) recusa-se a responder	Selecione uma
31. As raparigas não devem ter relações sexuais durante a menstruação.	a) concorda b) discorda c) não sabe f) recusa-se a responder	Selecione uma
32. As mulheres nunca poderão engravidar se tiverem relações sexuais durante a menstruação.	a) concorda b) discorda c) não sabe f) recusa-se a responder	Selecione uma
33. É suficiente trocar o pano ou o penso apenas 1 vez por dia.	a) concorda b) discorda c) não sabe f) recusa-se a responder	Selecione uma Se sexo= feminino
34. A menstruação é um tema que não deveria ser discutido com os homens.	a) concorda b) discorda c) não sabe f) recusa-se a responder	Selecione uma
35. As raparigas não devem ir à escola quando têm o seu período.	a) concorda b) discorda c) não sabe f) recusa-se a responder	Selecione uma
36. Se uma menina for à escola durante a menstruação e manchar as suas roupas, é provável que ela seja gozada pelos colegas.	a) concorda b) discorda c) não sabe f) recusa-se a responder	Selecione uma
<b>IV. PRÁTICAS</b>		
<b>IV. 1 Apenas inquiridos do sexo feminino</b>		
37. O que usa para absorver o sangue durante a menstruação?	a) penso descartáveis (modex) b) pensos reutilizáveis c) copo menstrual d) tampão e) pedaço de pano f) papel g) outros - especificar h) não quer responder	Selecione várias
38. Durante a menstruação, frequenta a escola como de costume?	a) sim, vou normalmente b) às vezes falto c) nunca vou à escola na menstruação d) não quer responder	Selecione uma II. Tipo de questionário = escola para meninas

38.1 Por que faltas à escola quando está menstruada?	a) a minha família não me deixa ir à escola b) não me sinto bem (dores, cansada...) c) na escola não tem casa de banho/a casa de banho não está em condições d) sinto-me envergonhada e) não tenho materiais (pensos, panos...) para usar na escola f) outro - especificar g) não quer responder	Se anterior ≠ a)
39. Quantas vezes por dia muda o penso durante um dia de escola?	a) não mudo o penso na escola b) uma vez por dia c) duas vezes por dia d) três ou mais vezes por dia e) não quer responder	Selecione uma II. Tipo de questionário = meninas na escola
40. Quantas vezes por dia muda o penso se estiver em casa?	a) não mudo b) uma vez por dia c) duas vezes por dia d) três ou mais vezes ao dia e) não quer responder	Selecione uma
41. Onde deita os pensos descartáveis quando estás na escola?	a) Atiro na mata b) Coloco na latrina c) Deito nos caixotes de lixo d) Deixo no chão da latrina e) outros - especificar f) não quer responder	Se a pergunta 37 = a) pensos descartáveis II. Tipo de questionário = escola para meninas
42. Como lava seus os panos/pensos reutilizáveis?	a) apenas água b) água e sabão c) outros d) não sabe e) não quer responder	Se a pergunta 37 = b) pensos reutilizáveis
43. Como/onde seca seus panos/pensos reutilizáveis	a) fora de casa ao sol b) fora de casa à sombra c) fora de casa, mas debaixo de um pano d) na casa de banho e) no quarto f) outro - especificar h) não quer responder	Se a pergunta 37 = b) pensos reutilizáveis Selecione uma
44. Com que frequência toma banho/lava o seu corpo durante o período?	a) não lavo b) uma vez por dia ou mais c) duas vezes durante a menstruação d) três vezes durante a menstruação e) quando o período termina f) não quer responder	Selecione uma
45. Utiliza as latrinas da escola quando estás com o período?	a) sim b) não	II. Tipo de questionário = escola para meninas

45.1 Por que não?	a) estão sujas b) não tem água/sabão c) não oferecem privacidade (ex: a porta não fecha/tranca) d) estão fora de serviço/estragadas e) não tem luz suficiente f) não há casas de banho suficientes (fila longa) g) outros - especificar h) recusa-se a responder	Se anterior = não
46. Quais são os problemas que enfrenta na escola quando estás com o período?  Continue a sondar	a) não tem água ou sabão na escola b) não tenho privacidade (a porta não fecha, tenho medo que me consigam ver na casa de banho...) c) não tenho tempo suficiente na casa de banho d) tenho medo de manchar a minha roupa e) sou gozada pelos rapazes f) sinto-me envergonhada/ assustada/ desconfortável g) não tenho material para gerir o período (pensos, etc.) h) outros - especificar i) recusa-se a responder	Selecione várias II. Tipo de questionário = escola para meninas
47. O que acha que poderia ser feito na escola para ajudar as meninas quando estão menstruadas?  Não ler as opções	a) não sei b) mais casas de banho c) casas de banho separadas d) ter água e sabão e) ter palestras f) distribuir pensos g) outro - especificar	
FIM		
Obrigado pela sua participação, chegamos ao final do questionário. Tem alguma pergunta para nós?	—	texto

## Anexo II – Grupos focais com mulheres adultas

Imagine que a sua amiga Florência, que mora aqui na aldeia, descobriu que a sua filha Maria de 13 anos teve o seu primeiro período. Vou fazer-lhe algumas perguntas e gostaria que respondessem tendo em consideração o que acham que seria a situação mais comum aqui.

Pergunta	Questões de sondagem
Como acham que a Florência descobriu?	Foi a filha dela que lhe disse? Ou outra pessoa?
O que é que a Florência irá fazer?	A Florência irá falar com a filha dela? Vai pedir a outras mulheres da família para falar com ela? (por exemplo, avó, primas, tias)
O que acham que vão dizer à Maria?	Há alguma coisa que a Florência vai dizer à Maria que ela não possa fazer durante o período? Que ela não possa comer durante o período? Algum conselho?
Acham que a Florência já conversou antes com a filha sobre a menstruação?	A Maria já sabia alguma coisa sobre a menstruação?
Acham que a Florência vai contar a alguém da família que a Maria teve o seu período?	Será que o pai vai saber?
Como acham que a vida de Maria vai mudar?	Ela vai ser tratada/vista de maneira diferente pela mãe, pai, irmãos, comunidade? (Sondar: algum ritual, cerimónias? Percepção em relação a estar pronta para o casamento?)
Acham que a Maria vai continuar a ir normalmente à escola? Ela vai deixar de ir à escola?	
Quão diferente acham que é de quando a Florência teve seu primeiro período?	Em termos de: 1. acesso a informação 2. pessoas com quem ela falou/podia falar 3. materiais disponíveis para gerir os seus períodos
De que forma acham que Florência pode apoiar a Maria na gestão de seu período?	(por exemplo, materiais, dar dinheiro para comprar pensos, garantir privacidade)?
Há alguma coisa que gostariam de saber mais sobre este tópico?	

## Anexo III – Grupos focais com homens adultos

Imagine que o seu amigo Albino, que vive aqui, descobre que a sua filha Maria de 13 anos teve o seu primeiro período.

Perguntas	Questões de sondagem
1. Como é que o Albino descobriria que a Maria teve o seu primeiro período?	Quem lhe deve ter dito?
2. Isto tem algum significado para a família?	Traz alguma coisa diferente/nova para a família? Alguma mudança? Alguma preocupação?
3. E para a Maria? Isso traz alguma mudança na vida dela?	Por exemplo, casamento? Será que ela não poderá ir mais à escola? Será que a comunidade olhará para a Maria de maneira diferente?

4. Quem na família dará conselhos à Maria?	Conselhos sobre a menstruação, como gerir, o que fazer, o que não fazer, etc.
5. Acham que o pai apoiaria a filha de alguma forma?	Por exemplo, algum conselho? Dar mais dinheiro para comprar panos/pensos?
6. Existe algum conselho que é dado aos rapazes mais jovens sobre o que eles podem e não podem fazer quando as meninas começam a menstruar?	
7. Há alguma coisa que acham que o Albino gostaria de saber?	Alguma informação?

6. Imaginem que estão em casa e por acaso vêem a roupa interior ou o pano da vossa irmã pendurado na corda ou na casa de banho. Como se sentiriam?	
7. Acham que há alguma actividade que as meninas não deveriam fazer durante a menstruação?	Perguntar por exemplos.
8. Acham que há algum tipo de actividade que a escola deveria organizar em torno da menstruação?	Pergunte por exemplos. A actividade deve ser dirigida a todos ou apenas a raparigas?
9. Têm alguma pergunta para nós?	

## Anexo IV – Grupos focais com raparigas

Pergunta	Questões de sondagem
1. Vamos supor que Maria, 13 anos, teve o seu primeiro período. Acham que foi uma surpresa para ela?	Ela já sabia alguma coisa sobre a menstruação? Ela contou a alguém? Ela escondeu? Porquê?
2. Ela recebeu algum conselho? De quem?	Que tipo de conselhos?
3. Acham que ela vai continuar a ir à escola?	Será que ela, em algum momento, vai faltar às aulas? Porquê?
4. Como é que ela se sentirá na escola?	Ela sente-se confortável? Ela tem as condições adequadas para gerir o seu período? Os rapazes gozam? Porquê?
5. O que acham que poderia ser feito na escola para que ela se sinta melhor?	
6. No caso de ela ter alguma “emergência” relacionada com o período (por exemplo, precisa de pensos) com quem ela vai falar?	
7. Que tipo de materiais ela prefere usar?	Descartável? Pano? Porquê? Quem dá dinheiro para pensos descartáveis?
8. Onde secam os panos/roupa interior? Porquê?	
9. Têm alguma pergunta para nós?	Alguma informação?

## Anexo V – Grupos focais com rapazes

Pergunta	Questões de sondagem
1. Alguém falou convosco sobre a menstruação? Quem?	
2. Que tipo de conselhos receberam?	
3. Como se sentem em relação às meninas que vêm à escola durante a menstruação?	Achas que eles deviam vir? Porquê?
4. Se a rapariga vier à escola e manchar a roupa, é provável que seja gozada. Concordam? Porquê?	
5. Numa discussão em torno da menstruação, alguém diz que este é um assunto só de meninas, os meninos não devem falar sobre isso. Concordam? Porquê?	





Implementado pela  
People in Need



Com o apoio  
de instituições públicas



Financiado pelo  
UNICEF

 [facebook.com/PINAngola](https://facebook.com/PINAngola)

 [peopleinneed.net](http://peopleinneed.net)

Rua Padre Fidalgo, Kuito, Bié, Angola  
Novembro de 2021

Fotos: Edson Malongo/PIN Angola

