



[www.fc2femalecondom.com](http://www.fc2femalecondom.com) | [info@fc2femalecondom.com](mailto:info@fc2femalecondom.com)

 @FemaleCondomFC2  
 @FC2FemaleCondom  
 FC2FemaleCondom

O preservativo feminino FC2 é fabricado por  
The Female Health Company (FHC).  
Chicago E.U.A./Londres RU/Malásia



## Introdução

---

***Bem-vindo ao manual de formação FC2. Este manual foi cuidadosamente desenvolvido como guia passo a passo para que os facilitadores instruem os (não) profissionais de saúde sobre o preservativo feminino FC2.***

Bem-vindo ao manual de formação FC2. Este manual foi cuidadosamente desenvolvido como guia passo a passo para que os facilitadores instruem os (não) profissionais de saúde sobre o preservativo feminino FC2.

O preservativo feminino FC2 é seguro e eficaz, se usado correctamente e consistentemente. Tem alta aceitação entre homens e mulheres em muitos países, e dá protecção contra a gravidez indesejada e infecções de transmissão sexual (ITSs), incluindo o HIV. A introdução do FC2 proporciona sexo mais seguro e mais prazenteiro.

O FC2 pode ser posto à disposição em vários cenários: através de clínicas de planeamento familiar para dar protecção dupla; por intervenções pontuais com trabalhadores de sexo; em programas de saúde reprodutiva (SR); em programas de prevenção de ITSs/HIV com HSH (homens que têm sexo com homens) e na Assistência Sanitária Primária e nos hospitais.

As actividades em torno do preservativo feminino FC2 devem se dirigir a homens e mulheres e atender as suas necessidades de saúde reprodutiva. Procurem incentivar a participação e a responsabilidade dos homens, no que diz respeito tanto ao planeamento familiar como à prevenção de ITSs/HIV, informando os homens sobre o preservativo feminino FC2.

A maneira como o FC2 é apresentado aos potenciais utilizadores é essencial para a sua aceitação. Esperamos que este manual de formação FC2 ajude você e os participantes nas oficinas, e empodere as mulheres e seus parceiros para que tentem usar correctamente o FC2. Este manual e os anexos podem ser descarregados em [www.fc2femalecondom.com](http://www.fc2femalecondom.com).

Obrigado por juntar-se a nós!

[www.fc2femalecondom.com](http://www.fc2femalecondom.com)  
[info@fc2femalecondom.com](mailto:info@fc2femalecondom.com)

\* HSH poderiam usar o FC2 para ter sexo anal. Não foi pesquisada a efetividade do FC2 para o sexo anal e ele não foi aprovado para o sexo anal. Porém, muitas organizações de saúde pública confidentemente promovem o FC2 para o sexo anal. Essas organizações recomendam inserir o FC2 no ânus e remover a argola interna antes de ter sexo anal. Também é possível remover primeiro a argola interna, e depois colocar o preservativo no pênis erecto. Alguns homens colocam a argola no pênis para ter melhor agarramento.



## Índice

---

<b>Sobre este manual</b>	7
--------------------------	---

---

### Módulos

---

Módulo 1: Resumo da oficina e primeiro encontro .....	12
Módulo 2: Resumo do HIV e a Saúde Sexual e Reprodutiva (SSR) .....	18
Módulo 3: FC2, por que? Que? Como? .....	22
Módulo 4: Falar com os clientes .....	29

### Anexos

---

Anexo 1: Pré/Pós questionário .....	34
Anexo 2: Kit de recursos FC2 .....	39
• Tudo sobre o preservativo feminino FC2 .....	42
• Órgãos reprodutores femininos .....	51
Métodos de barreira e dupla protecção .....	53
• Comparação do preservativo masculino com o preservativo feminino FC2 .....	55
• Falar com os clientes - mensagens promocionais do FC2 .....	56
• Dicas para conversar sobre sexo com o seu parceiro .....	57
• Por que você deveria experimentar o preservativo feminino FC2? .....	58
• Glossário .....	59
Anexo 3: Formulário de avaliação .....	64
Anexo 4: PowerPoint formação FC2 .....	68



## Sobre este manual

---



## Sobre este manual

---

### Objectivo do manual de formação FC2

---

O objectivo deste manual de formação é oferecer aos facilitadores um método passo a passo, bem como um pacote de recursos que os apoia na organização de oficinas de formação sobre o FC2 para prestadores de serviços de planeamento familiar, prestadores de serviços na prevenção de ITSs/HIV, profissionais de saúde, trabalhadores de saúde, educadores de pares, trabalhadores comunitários de saúde e qualquer outra pessoa que precise formação sobre o FC2.

### Objectivos da oficina de formação FC2

---

Tal como acontece com outras tecnologias de saúde reprodutiva, para ter sucesso, a introdução do FC2 requer uma rede de prestadores de cuidados de saúde bem formados e qualificados, para garantir que as mulheres e os homens recebam os conhecimentos, habilidades e apoio necessários para fazer escolhas informadas sobre a protecção contra a gravidez indesejada e as ITSs, incluindo o HIV.

Espera-se que os facilitadores da oficina de formação FC2 transfiram os seus conhecimentos, habilidades e atitudes para os participantes, que por sua vez educarão mulheres e homens sobre o FC2. O objectivo geral da oficina de formação é oferecer aos participantes conhecimentos sobre o preservativo feminino FC2, e como ele pode ser usado para evitar a gravidez indesejada e a propagação de ITSs, incluindo o HIV.

No final da oficina, espera-se que os participantes:

- Sejam capazes de discutir, demonstrar e promover o FC2 com competência e confiança.
- Tenham conhecimentos sobre como o preservativo feminino FC2 é usado para evitar a gravidez indesejada e a propagação de infecções de transmissão sexual (ITSs), incluindo o HIV.
- Sejam capazes de demonstrar a correcta inserção do FC2.
- Sejam capazes de fornecer informações exactas sobre o uso do FC2.
- Tenham desenvolvido uma atitude positiva sobre o FC2.

## Utilização do manual

### Estrutura do manual de formação FC2

---

O manual de formação FC2 tem quatro módulos, e entre 2 a 6 actividades em cada módulo. Todos os quatro módulos têm as seguintes secções:

## Sobre este manual

---

- Nome do módulo.
- Descrição do módulo.
- Tempo estimado.
- Objectivos de aprendizagem.
- Preparação do facilitador.
- Materiais.
- Instruções passo a passo das actividades.

## Uso da apresentação PowerPoint

---

O Anexo 4 é uma apresentação PowerPoint (PP) para ser usada durante diferentes actividades da oficina. Na parte inferior dos slides da apresentação PP, está indicado o número do módulo correspondente, bem como o número do slide.

## Material necessário

---

1. Para todos os módulos, precisa-se um projector PowerPoint.
2. Durante o primeiro módulo, devem-se entregar crachás ou etiquetas nas quais os participantes devem escrever o nome deles.
3. Para alguns módulos, são necessários marcadores, flipcharts e post-its.
4. Para alguns módulos são necessários folhetos. Cópias desses folhetos são anexadas na parte final deste manual.
5. Para demonstrar o uso adequado do FC2 (módulo 3), são necessários preservativos femininos FC2, modelos de demonstração (se disponíveis), lenços de papel e/ou toalhetes.
6. Cada participante receberá um Kit de recursos FC2. Durante a formação e na maior parte dos módulos, faz-se referência ao Kit de recursos e os participantes são convidados a procurar uma página específica.

## Tempo necessário

---

A previsão é de que a formação inteira tenha 3 horas e 45 minutos. As sessões podem ser modificadas dependendo da quantidade de tempo disponível para a sessão de formação. Lembre-se de incluir uma pausa de pelo menos 10 a 20 minutos para formações que demoram mais de 2 horas.

## Fluxo

---

Cada módulo foi criado para complementar e desenvolver o conteúdo do módulo anterior (ou módulos anteriores); por isso, é importante oferecer os módulos (e as actividades em cada módulo) na ordem indicada.

### Abordagem de aprendizagem participativa

---

As actividades deste manual para facilitadores contêm métodos de formação participativa, como discussões em grupo, chuva de ideias, psicodramas, trabalho em pequenos grupos, e demonstrações práticas. Os participantes terão muitas oportunidades de praticar as novas habilidades.

Os métodos de formação participativa aumentam a motivação e ajudam os participantes a aumentar a sua capacidade de lembrar os factos e competências associados com o FC2. Quanto mais saibam e lembrem do FC2, tanto mais serão capazes de partilhar essa informação com os seus clientes.

### Dicas para facilitadores

---

Esteja preparado:

- A. Lisez attentivement tout le manuel et ses annexes avant le début de la formation ; en tant que formateur, vous devez connaître le sujet à fond et avoir toutes les compétences.
1. Conheça todos os módulos antes de entregá-los e tenha os materiais preparados de antemão.
  2. Pesquise e forneça exemplos locais e assegure que as actividades sejam relevantes para a vida e preocupações diárias dos participantes.
  3. Tente descobrir de antemão os nomes dos participantes, as organizações que representam e o trabalho que fazem na comunidade. Tenha conhecimento prático desta informação.
  4. Tente criar um ambiente favorável à aprendizagem. A sala (as salas) de formação deve ser bem iluminada, bem ventilada e silenciosa e a temperatura deve ser confortável. É preciso incluir pelo menos uma pausa para descanso e refresco, mas os participantes devem saber que podem sair da sala caso precisem.
  5. Crie um ambiente emocional acolhedor e agradável, tendo uma atitude positiva com todos os participantes.
- B. Trabalhe com base na experiência dos participantes:
1. Reconheça os conhecimentos, habilidades e atitudes que os participantes trazem para o curso. Incentive os participantes para contribuírem para as discussões.
  2. Tente acrescentar novos conteúdos ou informações aos conhecimentos existentes dos participantes e/ou como esses se relacionam com a sua situação actual, tanto individualmente, como colectivamente.

Esteja consciente de que você não deve falar mais do que os participantes. Se achar que você está a falar demais, incentive os participantes para responder às perguntas dos outros, por exemplo, se alguém faz uma pergunta, abra a pergunta para os participantes: "Alguém tem uma resposta para essa pergunta?"

### C. Retroalimentação:

A retroalimentação positiva aumenta a motivação das pessoas e a capacidade de aprendizagem. Sempre que possível, o facilitador deve reconhecer as respostas e acções correctas dos participantes, reconhecendo-as publicamente e fazendo comentários como "Excelente resposta!" "Óptima pergunta!" e "Bom trabalho!" O facilitador também pode validar as respostas dos participantes, fazendo comentários como "Eu posso entender porque você se sente assim ...." ou "Nós ouvimos muito isso ..." e, em seguida, corrigir a desinformação com factos.

### D. Divirtam-se:

1. As sessões devem ser divertidas e envolventes para você e para os participantes.
2. Risadinhas e falatórios são permitidos. Desde que os participantes cumpram as regras básicas acordadas e não perturbem os objectivos de aprendizagem, deixe que se divirtam, façam tontarias, e dêem risadinhas. É um tema delicado e os participantes precisam ter a oportunidade de relaxar.

## Módulo I: Resumo da oficina e primeiro encontro

---



## Por que fazemos este módulo?

---

### Sobre este modulo

#### Por que fazemos este módulo?

---

- Para introduzir o facilitador/os facilitadores aos participantes, e vice versa. Para discutir os objectivos da oficina.
- Para ajudar os participantes a identificarem o que eles realmente pensam sobre o FC2, incluindo quaisquer sentimentos preconcebidos, crenças e mitos sobre o FC2.
- Para incentivar os participantes a comprometer-se a aprender mais sobre o FC2, a fim de dar à sua clientela a informação correcta sobre o FC2.
- Os participantes desempenham um papel crucial em ajudar os seus clientes a reconhecer os riscos associados com as ITSs/HIV e a gravidez indesejada, e em incentivar uma mudança de comportamento. Uma mudança de mentalidade sobre a importância da vida e da saúde e sobre o papel do FC2 é vital para minimizar o risco dum cliente apanhar uma ITS, HIV ou ficar grávida sem querer. O que dizem os participantes sobre o FC2 e como eles dizem isso, determina se o cliente sai com um preservativo feminino, sabendo como usá-lo, estando disposto a usá-lo, e então usá-lo correctamente e de forma consistente.

#### Tempo

---

45 minutos.

#### Objectivos de aprendizagem

---

No final deste módulo, os participantes serão capazes de:

- Descrever os objectivos da oficina.
- Explorar noções pessoais, sentimentos e valores no que diz respeito ao preservativo feminino.
- Descrever como essas noções, sentimentos e valores podem afectar a promoção do FC2.

#### Preparação do facilitador

---

- Preparar os materiais para os participantes: Kits de recursos FC2, Pré/Pós questionários e crachás.
- Escrever os objectivos da oficina no flipchart ou usar a apresentação PP.
- Preparar quatro folhas de papel flipchart, cada uma com uma das quatro afirmações da Actividade 4 escritas no topo, e *Concordo Totalmente / Concordo / Discordo / Discordo Totalmente* escrito na parte inferior de cada folha.

### Materiais

---

- Projector PP.
- Um Pré/Pós questionário por participante (Anexo 1).
- Um Kit de recursos FC2 por participante (Anexo 2).
- Um crachá por participante.
- Papel para o flipchart.
- Marcadores.
- Post-its.

### Actividades

#### Actividade 1: Boas-vindas (10 minutos)

---

- Dê as boas-vindas aos participantes.
- Apresente-se e, se for o caso, o co-facilitador.
- Distribua o Pré/Pós questionário para os participantes e peça que completem a secção "Antes da formação". Guarde o questionário até o fim da oficina.
- Mostre os objectivos da oficina (PP módulo 1-1), esclareça e responda às perguntas sobre os objectivos.
- Mostre e discuta as diferentes actividades da oficina (PP módulo 1-2 e 1-3).
- Apresente e discuta os objectivos deste módulo (PP módulo 1-4).
- Distribua o Kit de recursos, um por participante (Anexo 2). Explique que o kit será usado como recurso durante a oficina e que cada participante levará consigo uma cópia para utilizar como recurso permanente de FC2.

#### Actividade 2: Regras básicas (5 minutos)

---

- Pergunte aos participantes se eles sabem o que são as regras básicas ou normas de grupo. Se alguém saber o que são, então, peça que essa pessoa explique isso para o grupo. Se ninguém sabe, explique que as regras básicas são regras que eles mesmos estabelecem e que determinam como se comportar durante a oficina.
- Peça ao grupo para fazer uma chuva de ideias sobre as regras básicas e apontá-las num flipchart, quando elas são lidas em voz alta e acordadas.
- Coloque as regras básicas na parede para que todos possam vê-las durante a oficina e peça aos participantes para ajudar-se reciprocamente a manter as regras.
- Explique que manter as regras básicas contribui para o sucesso da formação.

Exemplos de possíveis regras básicas:

- *Não interromper quando alguém está a falar.*
- *Respeitar as pessoas e as suas ideias.*

- *O direito de fazer perguntas/mas não perguntas estúpidas.*
- *As pessoas devem chegar na hora em todas as sessões.*
- *Confidencialidade.*
- *Expressar opiniões sem criticar os outros.*
- *O direito ao silêncio.*
- *Não há telemóveis.*
- *Plena participação de todos.*
- *Os facilitadores devem encerrar as sessões na hora exacta.*
- *Divirta-se e seja flexível.*

### Actividade 3: Primeiro conhecimento (10 minutos)

---

- Peça aos participantes para escrever o nome num crachá e exibi-lo de forma que o facilitador e os outros participantes possam lê-lo.
- Peça aos participantes para se apresentarem e dizerem uma coisa que eles sabem ou podem ter ouvido falar sobre o preservativo feminino.
- Agradeça a todos pelas suas apresentações.
- Peça aos participantes para resumir os temas comuns que ouviram, aponte os temas numa folha no flipchart.
- Anote todas as observações relevantes sobre temas comuns. Por exemplo, alguns temas comuns podem referir-se a aspectos positivos do preservativo feminino (por exemplo, liberdade, escolha da mulher, prazer, inovador, etc.), enquanto outros temas comuns podem referir-se a aspectos negativos (por exemplo, assustador, grande, barulhento, difícil de vender, caro, etc.).
- Pergunte aos participantes como estes temas podem ajudar ou atrapalhar a capacidade de promover o preservativo feminino aos clientes.
- Peça aos participantes para lembrar esta conversa, porque mais tarde falaremos novamente sobre como nossos pensamentos e crenças sobre o preservativo feminino podem ajudar ou atrapalhar a forma como promovê-lo aos clientes.

### Actividade 4: O que eu realmente acho? (20 minutos)

---

Antes da actividade - Preparação do facilitador:

- Escreva cada uma das quatro afirmações a seguir numa folha de flipchart, e escreva *Concordo Totalmente / Concordo / Discordo / Discordo Totalmente* em baixo de cada afirmação.
  - Os preservativos femininos são difíceis de utilizar.
  - O preservativo feminino oferece a mesma protecção contra as ITSs/HIV e gravidez indesejada do que um preservativo masculino.
  - Os preservativos femininos podem ser muito sensuais e aumentam o prazer sexual.
  - Ter uma parte do preservativo feminino saindo da vagina é repugnante (nojento).
- Coloque as quatro afirmações em quatro cantos opostos da sala. Leia as afirmações para os participantes para que todos entendam.
- Instrua os participantes a andar pela sala e colocar um post-it (ou marcar com uma

caneta) ao lado da palavra que melhor descreve a sua resposta a cada afirmação: *Concordo totalmente, Concordo, Discordo, ou Discordo totalmente.*

- Instrua os participantes a fazer isso individualmente e não em pares ou em grupo.
- Depois que todos tiverem concluído a tarefa, o facilitador apontará observações pertinentes sobre a resposta do grupo às quatro afirmações (por exemplo, "Eu vejo que o grupo está dividido ao meio entre concordar que o preservativo feminino é sensual e discordar que o preservativo feminino é sensual.")
- Discuta perguntando:
  - Quais são as suas observações olhando como o grupo respondeu às quatro afirmações?
  - Como essas crenças poderiam afectar positivamente como nós falamos com os clientes sobre o produto?
  - Como essas crenças poderiam afectar negativamente como nós falamos com os clientes sobre o produto?
  - Como a nossa comunicação não-verbal ou pistas não-verbais podem dar aos nossos clientes uma dica sobre o que nós realmente sentimos sobre o produto?
- Resuma descrevendo os dois seguintes cenários possíveis:
  - Você está com uma cliente que diz que o namorado dela não gosta de usar preservativo. Você diz: "Bem, há essa outra opção chamada de preservativo feminino, mas eu ouvi dizer que é barulhento, algumas mulheres dizem que dói, mas aqui é um brinde, se você quiser experimentá-lo."; Ou
  - Você está com uma cliente que diz que o namorado dela não gosta de usar preservativo. Você diz: "Nós ouvimos muito isso, e estamos satisfeitos de informar que você tem opções e uma opção é chamada de preservativo feminino. Eu gostaria de lhe contar mais sobre esta opção e fornecer-lhe instruções sobre como usá-lo correctamente e também sobre como usá-lo duma maneira que vai ajudar a aumentar o prazer para você e o seu parceiro..."
- Pergunte aos participantes em que cenário é mais provável que a cliente tente usar o preservativo feminino. Peça-lhes para explicar o porquê.



## Módulo 2: Resumo do HIV e a Saúde Sexual e Reprodutiva (SSR)

---



## Módulo 2: Resumo do HIV e a Saúde Sexual e Reprodutiva (SSR)

---

### Sobre este módulo

#### Por que fazemos este módulo?

---

Para lembrar aos participantes as taxas nacionais de ITSs/HIV e de gravidez indesejada, e para destacar a importância do FC2 como método eficaz de prevenção.

#### Tempo

---

45 minutos.

#### Objectivos de aprendizagem

---

No final deste módulo, os participantes serão capazes de:

- Resumir as estatísticas nacionais e/ou locais de ITSs, HIV e gravidez indesejada.

#### Preparação do facilitador

---

- Obter as informações necessárias OU arrumar uma pessoa externa para o Módulo 2.
- Obter ou fazer folhas informativas sobre a epidemia de HIV e outras questões relevantes relacionadas com a SSR no país, para a Actividade 2.
- Fazer suficientes cópias dos folhetos relevantes para todos os participantes.

#### Materiais

---

Cópias de folhas informativas sobre a epidemia de HIV e a SSR em geral no país/na comunidade para cada participante.

### Actividades

#### Actividade 1: Introdução (5 minutos)

---

- Apresente e discuta os objectivos deste módulo (PP módulo 2-1).

#### Actividade 2: Resumo do HIV e da Saúde Sexual e Reprodutiva (30 minutos)

---

- Apresente um resumo geral da epidemia do HIV e da saúde sexual e reprodutiva no país. Esta sessão varia muito de acordo com o nível de conhecimento do grupo sobre o HIV e outras questões de saúde reprodutiva. O facilitador ou uma pessoa capacitada deve dar aos participantes informações factuais sobre as ITSs e o HIV; sobre a transmissão, a re-infecção durante a gravidez, o parto e a amamentação; a prevenção da transmissão; a terapia anti-retroviral; a fertilidade e outras questões relevantes relacionadas com o HIV ou as ITSs.

Também deve ser oferecida informação factual sobre a situação da saúde sexual e reprodutiva no país, especialmente em relação à saúde materna. Idealmente, as folhas informativas devem ser entregues aos participantes com antecedência e a sessão pode se concentrar em responder às perguntas.

- Pode ser útil apresentar informações sobre as ITSs, o HIV e questões de saúde sexual e reprodutiva no país, incluindo:
  - A incidência e prevalência do HIV (detalhado por sexo, idade, estado civil, emprego, educação).
  - A prevalência da contracepção (detalhado por sexo, idade, estado civil, emprego, educação).
  - Mortalidade neonatal e infantil.
  - Morbidade e mortalidade materna.
  - Expectativa de vida ao nascer.
  - Taxa de mortalidade de adultos

### Actividade 3: Breve introdução sobre os métodos de prevenção que fornecem dupla protecção (10 minutos)

---

- Explique aos participantes que a transmissão de ITSs, incluindo o HIV, pode ser prevenida pelo uso consistente e correcto de preservativos (masculinos e femininos). A gravidez indesejada pode ser evitada com métodos anticonceptivos. A vantagem de preservativos é que eles fornecem dupla protecção, contra as ITSs, incluindo o HIV, e contra a gravidez indesejada. O aumento do uso do preservativo terá um efeito positivo sobre a saúde (sexual) da população.
- Peça aos participantes para procurar, no Kit de recursos, as secções intituladas 'Métodos de barreira e dupla protecção' e 'Comparação do preservativo masculino e o preservativo feminino FC2' e usá-las como informação de fundo.



## Módulo 3: FC2. Por que? Que? Como?

---



## Módulo 3: FC2. Por que? Que? Como?

---

### Sobre este módulo

#### Por que fazemos este módulo?

---

- Para educar os participantes sobre o colo do útero, a vagina e o clítoris. Especificamente, para ensinar aos participantes onde estas partes anatómicas podem ser encontradas no corpo da mulher e o importante papel destes órgãos reprodutores femininos na inserção adequada do FC2 e no prazer.
- Para demonstrar a inserção correcta, desde início até o fim, do FC2.
- Para dar aos participantes a oportunidade de praticar a inserção correcta do FC2.
- Para fornecer respostas factualmente correctas às perguntas mais frequentes sobre o FC2.

#### Tempo

---

1,5 horas.

#### Objectivos de aprendizagem

---

No final desta sessão, os participantes serão capazes de:

- Enumerar quem pode usar o FC2.
- Enumerar os benefícios do FC2.
- Descrever a anatomia e fisiologia feminina importante e como ela se relaciona com a inserção do FC2.
- Explicar e demonstrar o uso correcto do FC2.

#### Preparação do facilitador

---

- Preparar os materiais para os participantes: FC2s (dois por participante); modelos de demonstração FC2 (se estiver disponível, um por dois participantes); lenços e/ou toalhetes.
- Prepare a apresentação PP.

#### Materiais

---

- Projector PP.
- FC2s (pelo menos 2 por participante).
- Modelos de demonstração (se estiverem disponíveis).
- Flipchart.
- Marcadores.

## **Actividades**

### **Actividade 1: Introdução (5 minutos)**

---

Apresente os objectivos de aprendizagem do módulo (PP módulo 3-1).

### **Actividade 2: Uma introdução ao preservativo feminino FC2 (10 minutos)**

---

Apresente e discuta as características e vantagens do FC2 e quem pode usá-lo (PP módulo 3-2 a 3-11).

### **Actividade 3: Anatomia (15 minutos)**

---

- Segure um FC2 para o grupo ver.
- Explique que é muito importante fazer uma breve aula sobre a anatomia feminina, antes de falar sobre como inserir o FC2 correctamente. Por quê? Mostre a apresentação Power Point (PP módulo 3-12) onde são escritos os seguintes exemplos de preocupações que algumas mulheres têm sobre o preservativo feminino:
  - Será que vai doer durante o sexo?
  - Será que vai ficar perdido dentro de mim?
  - Serei capaz de tirá-lo?
  - Não é grande demais para a minha vagina?
  - A argola externa não dói?
  - É pequeno demais para o pénis do meu parceiro.
- Explique aos participantes que cada uma dessas preocupações, enquanto válida, pode facilmente ser respondida e abordada por uma simples aula de anatomia. Peça aos participantes para lembrar estas perguntas durante a aula de anatomia.

### **Procedimento para a aula de anatomia**

Das duas seguintes opções, escolha a mais adequada para os seus participantes:

- Opção A:
  - Peça aos participantes para procurar no seu Kit de recursos a secção sobre Órgãos reprodutores femininos. Converse com eles sobre cada órgão.
  - Se for apropriado, pode usar a apresentação PP sobre os órgãos reprodutores femininos (PP módulo 3-13 e 3-14) para resumir.
- Opção B:
  - Mostre a apresentação PP (PP módulo 3-13 e 3-14). (Se um modelo dos órgãos relevantes estiver disponível, use-o em vez da apresentação - um modelo é preferível a um diagrama).
  - Mencione o nome de cada órgão e explique a sua função.
  - Em seguida, peça aos participantes para procurar no seu Kit de recursos a secção sobre Órgãos Reprodutores Femininos para lê-lo.

Chame a atenção dos participantes para as perguntas anteriores, (PP módulo 3-12), e o facilitador responderá usando as simples aulas de anatomia feminina como guia.

- *Será que vai doer durante o sexo?*

Resposta: Se a argola interna esfrega ou bate contra o colo do útero, sim será desconfortável. É por isso que a inserção correcta é fundamental. Se doer durante o acto sexual, a argola interna não está posicionada correctamente.

- *Será que vai ficar perdido dentro de mim?*

Resposta: A vagina é como uma bolsa fechada, o colo do útero (a porta entre a vagina e o útero) só permite a passagem de objectos microscópicos como o esperma e as ITSs. O preservativo feminino pode ser facilmente removido usando os dedos.

- *Serei capaz de tirá-lo?*

Resposta: O mesmo que acima, consulte "b".

- *Não é grande demais para a minha vagina?*

Resposta: o preservativo feminino e o preservativo masculino (quando desenrolados) são semelhantes em comprimento (cerca de 6,5 polegadas, 17 cm). O FC2 é desenhado para alinhar a vagina. A vagina média é apenas tão longa quanto o preservativo feminino.

- *A argola externa não dói?*

Resposta: a argola externa, que é macia, na verdade, faz o oposto de doer; pode estimular o clítoris.

- *É pequeno demais para o pénis do meu parceiro.*

Resposta: o FC2 foi testado em muitos estudos clínicos em vários países e etnias. Verificou-se que o FC2 pode acomodar todas as formas e tamanhos de homens e mulheres.

#### Actividade 4: Como usar o preservativo feminino FC2 (20 minutos)

---

- Começa passando exemplos de preservativos femininos FC2. Também passe lenços ou toalhetes para que as pessoas possam limpar as mãos quando querem.
- Peça aos participantes para verificar se a embalagem está intacta.

#### Notas :

- Pode ser uma boa ideia incluir um pequeno número de amostras em embalagens danificadas, para deixar bem marcado que é uma precaução genuína. Se você sabe exactamente quantos pacotes danificados tiver distribuído, pode garantir que todos os participantes verifiquem as suas amostras cuidadosamente.
- Peça aos participantes para verificar as datas nos pacotes.

- Peça aos participantes para abrir os pacotes e tirar os preservativos femininos, tomando cuidado para não danificá-los com unhas compridas, anéis, etc.
- Mostre a apresentação PowerPoint (PP módulo 3-15 a 3-24) e utilize as notas no pé de cada slide para explicar o procedimento da inserção correcta do FC2. Use um modelo para demonstrar a inserção do FC2 ou um punho fechado, se não estiver disponível um modelo. Incentive os participantes para relacionar o que vêem no PowerPoint com os verdadeiros FC2 em suas mãos.

#### Nota para o facilitador:

- Explique aos participantes que, quando uma mulher usa o FC2 e não se sente bem ou sente desconforto, o FC2 provavelmente não está inserido bem na vagina. Para remediar isso, a mulher precisa inserir o seu dedo para empurrar cuidadosamente o FC2 mais na sua vagina e ajustar a argola interna para que seja confortável.
  - Mostre a posição correcta do FC2 (PP módulo 3-22)
- Pergunte aos participantes se eles têm alguma pergunta ou comentário. Volte aos slides anteriores se for necessário.

#### Actividade 5: Prática de inserção pelos participantes (15 minutos)

---

- Peça aos participantes que trabalhem em pares. Forneça a cada par quatro FC2s e, se for disponível, um modelo pélvico.
- Peça a cada participante para praticar a inserção dum FC2 num modelo ou num punho fechado, ensaiando todos os diferentes passos para si.
- Peça aos participantes para praticar a inserção do segundo preservativo feminino, explicando os passos para o seu parceiro, fingindo que esse parceiro é um cliente.
- Durante toda essa actividade, caminhe pela sala e verifique o progresso dos participantes. Quando você faz isso, as perguntas virão automaticamente. Aproveite a oportunidade para parar e responder às perguntas para o benefício de todo o grupo. Use a palavra "pausa" ou "intervalo" para que os participantes saibam que você está pedindo-lhes para parar de modo que você possa responder a uma pergunta para o benefício de todo o grupo e, em seguida, voltar rapidamente para a prática de demonstração. Certifique-se de avisar os participantes sobre este processo de fazer pausas para responder às perguntas, para que não fiquem surpresos ou irritados com a interrupção.
- Pergunte aos participantes no fim da demonstração. O que foi fácil? O que foi um desafio? Quais passos eles deixaram de fora?
- Dê os parabéns para os participantes pelo seu árduo trabalho.

### Actividade 6: Problemas potenciais e como corrigi-los (10 minutos)

---

Foram comunicados os seguintes problemas com o uso do FC2 durante o acto sexual:

- a. O pénis entre na vagina sem protecção do FC2 (mostre PP módulo 3-25).
- b. O pénis pode empurrar o preservativo FC2 (incluindo a argola externa) para dentro da vagina (mostre PP módulo 3-26).
- c. O preservativo feminino FC2 rompe durante a utilização.
- d. O FC2 se escapa completamente para fora da vagina.

Em cada um dos cenários acima descritos, o risco de exposição vaginal ao sémen aumenta. Se acontecer o primeiro cenário (a), o parceiro deve imediatamente retirar o pénis e a argola externa deve ser recolocada na posição correcta antes de que o parceiro deslize seu pénis no preservativo. Se ocorrer um dos outros cenários (b, c e d), deve descartar o preservativo feminino e usar outro.

#### Como corrigir problemas

---

- Segure a argola externa no lugar correcto quando inserir o pénis. Isso previne que o FC2 seja empurrado para dentro da vagina e também que o pénis entre na vagina para fora do FC2. (uma vez que o pénis entrou - pode largá-lo. NÃO é necessário segurar o FC2 durante o acto sexual).
- Se o FC2 sai demais da vagina (junto com o pénis), ou se a argola externa entre na vagina durante o acto sexual, use mais lubrificante no interior do FC2 ou na ponta do pénis.
- Lembre de ter cuidado ao manusear o FC2. Em menos de 1% dos casos, foram comunicadas rasgos e fissuras no FC2, mas sempre tem que ter cuidado (por exemplo, não abra o pacote com tesoura, faca ou dentes, manuseie de forma adequada se tiver unhas compridas) ao usar qualquer tipo de preservativo.

### Actividade 7: Encerramento (10 minutos)

---

- Revise por que é importante para os agentes de saúde e os clientes entender a anatomia básica feminina no que se refere ao uso do FC2. Peça exemplos.
- Explique aos participantes que uma das coisas mais importantes que eles podem fazer para o cliente deles é MOSTRAR ao cliente como o FC2 é correctamente inserido, através duma demonstração. Para que um participante possa fazer isso, ele/ela precisa aprender e se sentir confortável e confiante com todos os passos. Por que um cliente tentaria usar o FC2 se o agente de saúde faz com que pareça estranho ou complicado durante a demonstração?

- Cada participante deve praticar a inserção correcta do FC2, até que ele/ela possa fazê-lo proficientemente!
- O participante também precisa ser capaz de falar facilmente com o cliente para que aprenda a inserção do FC2.
- Lembre aos participantes que o uso/a inserção do FC2 é o mesmo que qualquer outra habilidade nova - com a prática, torna-se mais fácil. Podem ser necessárias varias tentativas antes que os clientes se sintam totalmente confortáveis com a inserção do FC2.

## Módulo 4: Falar com os clientes

---



## Módulo 4: Falar com os clientes

---

### Sobre este módulo

#### Por que fazemos este módulo?

---

Para oferecer aos participantes abordagens simples e divertidas de como promover o FC2 com os seus clientes.

#### Tempo

---

45 minutos.

#### Objectivos de aprendizagem

---

No final deste módulo, os participantes serão capazes de:

- Resumir as mensagens promocionais do FC2.
- Revisar as lições aprendidas durante a oficina.

#### Preparação do facilitador

---

- Preparar a apresentação PowerPoint.
- Preparar os materiais para os participantes: Formulários de avaliação. Eles também precisarão de seus Pré/Pós questionários do módulo I.

#### Materiais

---

- Projector PP
- Pré/Pós questionário preenchido do módulo I e formulário de avaliação (Anexo 3)
- Flipchart e marcadores

### Actividades

#### Actividade 1: Introdução (5 minutos)

---

Apresente os objectivos de aprendizagem do módulo (PP módulo 4-1).

#### Actividade 2: Mensagens promocionais: O que o FC2 pode fazer para mim? (15 minutos)

---

- Dê os parabéns aos participantes por tudo que fizeram hoje e pelo seu trabalho árduo. Nesta formação, eles discutiram sobre factos relacionados com o HIV/ITSs/gravidez indesejada, a anatomia feminina, como usar correctamente o FC2, e como demonstrar o uso adequado do FC2. Então, o que falta? O que resta?
- Explique que a maior parte do quebra-cabeças ainda falta, ou seja, a forma de encorajar os clientes a tentar usar o FC2.
- Peça aos participantes para procurar o folheto intitulado "Conversar com os clientes: mensagens promocionais do FC2" nos seus Kits de recursos.
- Peça aos participantes para trabalhar em pares. Ao lado de cada mensagem promocional que se dirige aos homens, escreva um H, ao lado de cada mensagem promocional que se dirige às mulheres, escreva um M. Se a mensagem se dirige a ambos sexos, escreva um H e um M. Use alguns minutos para esta actividade.
- Pergunte aos participantes como eles poderiam usar estas mensagens na sua prática com os seus clientes.

#### Actividade 3: Chegar a conhecer o FC2 - Abordagem de 3 vezes (10 minutos)

---

- Explique que é mais provável que as pessoas tentem usar o FC2 se elas tiveram alguma prática já.
- Explique aos participantes a importância da abordagem de 3 vezes (veja abaixo).
  - Enquanto você fala com a cliente, passe um FC2 lubrificado para ela e peça: segurá-lo, senti-lo, apertá-lo enquanto você está a falar, apertá-lo, esfregá-lo contra o braço. Deixe que aqueça contra a pele. Mostre como ele ficou mais claro, mais maleável, sem cheiro ou sabor, que se aqueceu contra a pele.
  - Permita que a cliente tenha várias oportunidades de fazer uma demonstração no escritório, usando a mão ou um modelo pélvico.
  - Em seguida, sugira que ela vá para casa "tentar". Inserir-lo, passear com ele. Praticar a inserção em diferentes posições. Descobrir qual posição é melhor.
- Agora que ela teve 3 oportunidades de 'conhecer' o FC2, ela está pronta para tentar usar o FC2 e se sentirá mais confortável e confiante em fazê-lo.
- O FC2 não é apenas para as mulheres, não esqueça de promover o produto aos seus clientes masculinos... Dê-lhes a mesma oportunidade de sentir o produto para se familiarizar com ele, para que eles possam levá-lo para casa para as suas parceiras.

### Actividade 4: Outras habilidades do agente de saúde?(5 minutos)

---

- Peça aos participantes para procurar no seu Kit de recursos a página com o folheto "Dicas para conversar com o seu parceiro sobre sexo". Pergunte aos participantes como este folheto pode ser útil para os clientes e quando poderiam entregá-lo a um cliente.
- Por fim, peça aos participantes para procurar no Kit de recursos a página com o folheto "Por que você deveria experimentar o preservativo feminino FC2?" Explique que este folheto enumera a maioria das mensagens promocionais para usar o FC2 (para homens e mulheres) e que é semelhante à actividade que acabam de fazer, o Passo I a cima. Pergunte aos participantes como este folheto pode ser útil para os clientes e quando poderiam entregá-lo a um cliente.
- Lembre aos participantes que o Kit de recursos é para eles levarem para casa e usar como recurso quando conversam com clientes sobre o FC2.

### Actividade 5: Resumo e encerramento (15 minutos)

---

- Peça aos participantes para pensar outra vez sobre as quatro afirmações feitas no início da oficina no **Módulo I, Actividade 4, O que eu acho realmente?** Mostre para os participantes as quatro folhas colocadas na parede.
  - Os preservativos femininos são difíceis de utilizar.
  - O preservativo feminino oferece a mesma protecção contra as ITSs/HIV e gravidez indesejada do que um preservativo masculino.
  - Os preservativos femininos podem ser muito sensuais e aumentar o prazer sexual.
  - Ter uma parte do preservativo feminino saindo da vagina é repugnante (nojento).

O facilitador revisará cada afirmação, uma por uma, e perguntará ao grupo se ele ainda se sente como no começo. O facilitador pode pedir aos participantes para vir para a frente e mover fisicamente seus post-its entre as colunas, ou o facilitador pode simplesmente pedir o consenso do grupo. De qualquer maneira, as atitudes e crenças certamente mudaram durante as últimas três horas e isso vai tornar-se rapidamente aparente.

- Resuma o seguinte:
  - O preservativo feminino é uma opção segura e eficaz para as mulheres e os seus parceiros usar. O preservativo masculino também é seguro e eficaz.
  - Quando usado correctamente e consistentemente desde o início até o fim, o FC2 pode reduzir a transmissão do HIV, outras ITSs e a gravidez indesejada.
  - A forma como você, o agente de saúde, apresenta o FC2 aos clientes é essencial para a aceitação. Você desempenha um papel importante para convencer os clientes usarem o FC2, se usá-lo correctamente ou conversar com outras pessoas sobre o uso do FC2.

#### Módulo 4: Falar com os clientes

---

- Informe os participantes como eles podem aprender mais. Revise todos os folhetos no Kit de recursos que não foram tratados, e que você acha que são importantes para esse grupo.
- Discuta qualquer seguimento "que vem depois" desta formação.
- Peça aos participantes para completar a seção "Depois da formação" no Pré/Pós questionário que eles usaram no módulo I.
- Discuta com os participantes se e como os seus pontos de vista mudaram.
- Recolha os Pré/Pós questionários.
- Distribua um formulário de avaliação e peça aos participantes para preenchê-lo e devolvê-lo.
- Agradeça aos participantes.

## Anexo I: Pré/Pós questionário

---

## Pré/Pós questionário

Obrigado por tomar o seu tempo para preencher este questionário. As suas respostas nos ajudarão a determinar até que ponto esta formação preparou você para discutir o FC2 com os seus clientes e em que nós precisamos melhorar. Por favor, faça o seu comentário da maneira mais sincera.

1. Local (cidade) onde a oficina foi realizada	
2. Data	
3. Coloque uma marca de selecção ao lado da função (voluntária ou remunerada) que melhor descreve o seu papel na organização: (selecione todas as funções aplicáveis).	<input type="checkbox"/> enfermeira <input type="checkbox"/> educador de saúde <input type="checkbox"/> educador de pares <input type="checkbox"/> assistente social <input type="checkbox"/> gestão <input type="checkbox"/> estagiário <input type="checkbox"/> captação de fundos <input type="checkbox"/> saúde mental <input type="checkbox"/> prestador de cuidados de saúde <input type="checkbox"/> voluntário <input type="checkbox"/> outro (descreva por favor): _____ _____ _____

Por favor, responda às seguintes afirmações, marcando a caixa que melhor reflete a sua opinião:

Afirmações:	Antes da formação			Depois da formação		
	Discordo	Concordo em parte	Concordo	Discordo	Concordo em parte	Concordo
4. A atitude dum agente de saúde em relação ao FC2 pode ter um impacto profundo sobre a disposição dum cliente de experimentar o produto.	<input type="checkbox"/>					
5. Os preconceitos de agentes de saúde podem afectar negativamente a sua capacidade de discutir o FC2 com os clientes.	<input type="checkbox"/>					
6. Os valores e atitudes pessoais dos agentes de saúde podem ter um impacto negativo sobre a decisão dos clientes de tentar usar o FC2.	<input type="checkbox"/>					

## Pré/Pós questionário

Afirmações:	Antes da formação			Depois da formação		
	Discordo	Concordo em parte	Concordo	Discordo	Concordo em parte	Concordo
7. É importante para os agentes de saúde distinguirem entre os seus pontos de vista pessoais e profissionais, quando comunicam com os seus clientes sobre o FC2.	<input type="checkbox"/>					
8. O agente de saúde é o melhor juiz em relação à questão de se o cliente está pronto ou não para tentar usar o FC2.	<input type="checkbox"/>					
9. Se um cliente diz "o FC2 não é para mim", é melhor parar a discussão e não continuar com a demonstração e as informações sobre o FC2.	<input type="checkbox"/>					

**Por favor, responda às seguintes afirmações, marcando verdadeiro ou falso:**

Afirmações:	Antes da formação		Depois da formação	
	Verdadeiro	Falso	Verdadeiro	Falso
10. Quando usado correctamente e consistentemente, os preservativos femininos evitam a gravidez indesejada, as ITSs e o HIV.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. O preservativo feminino pode ser inserido antes da relação sexual.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. O preservativo feminino tem aproximadamente o mesmo comprimento que o preservativo masculino.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. A argola interna pode ser removida depois de inserir o preservativo feminino na vagina.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. O preservativo feminino pode ser usado durante a gravidez, a menstruação e depois da histerectomia.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. O preservativo feminino é barulhento.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. A inserção do preservativo feminino requer alguma prática.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Pré/Pós questionário

Afirmaciones:	Avant la formation		Après la formation	
	Vrai	Faux	Vrai	Faux
17. O uso do preservativo feminino pode aumentar o prazer sexual para homens e mulheres.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. O preservativo feminino não precisa ser removido imediatamente depois da ejaculação.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. O preservativo feminino não pode ser reutilizado.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Só a mulher deveria inserir e retirar o preservativo feminino.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. É possível que o preservativo feminino se perca ou fique preso no corpo da mulher.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. O preservativo feminino só pode ser usado durante o acto sexual se a mulher ficar de costas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. O preservativo feminino é feito dum material que se ajusta à temperatura do corpo, que dá uma sensação mais natural ao sexo protegido com barreira.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. O preservativo feminino é feito de látex.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. O preservativo feminino não pode ser usado com um preservativo masculino (ao mesmo tempo).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Por favor, responda às seguintes afirmações, marcando a caixa que melhor reflecte a sua opinião:**

Afirmaciones:	Antes da formação			Depois da formação		
	De forma nenhuma	Um pouco	Muito	De forma nenhuma	Um pouco	Muito
26. Eu me sinto confiante em <b>responder</b> às perguntas de clientes sobre o produto FC2.	<input type="checkbox"/>					

## Pré/Pós questionário

Afirmaciones:	Antes da formação			Depois da formação		
	De forma nenhuma	Um pouco	Muito	De forma nenhuma	Um pouco	Muito
27. Eu me sinto confiante <b>descrevendo</b> passo a passo a inserção correcta do preservativo feminino aos clientes.	<input type="checkbox"/>					
28. Eu me sinto confiante <b>demonstrando</b> passo a passo a inserção correcta do preservativo feminino (usando um modelo pélvico) em frente do cliente ou um grupo de clientes .	<input type="checkbox"/>					
29. Eu me sinto confiante <b>descrevendo</b> a efectividade do FC2 na prevenção de ITSs, o HIV e a gravidez indesejada.	<input type="checkbox"/>					
30. Eu me sinto confiante <b>descrevendo</b> os benefícios (mensagens promocionais) do FC2, incluindo os benefícios para o prazer sexual.	<input type="checkbox"/>					
31. Eu me sinto confiante <b>encorajando</b> os clientes a experimentar o preservativo feminino.	<input type="checkbox"/>					
32. No geral, eu me sinto confiante na minha capacidade de <b>educar</b> os clientes sobre o FC2.	<input type="checkbox"/>					
33. Se um cliente expressa hesitação em tentar o FC2 ou preocupações de que o seu parceiro não esteja disposto a experimentá-lo, sinto que tenho <b>recursos</b> (folheto, informação, etc.) para fornecer a ele/ela.	<input type="checkbox"/>					

Sinta-se livre para explicar ou esclarecer qualquer resposta:

---

---

---

---

Obrigado

## Anexo 2 : Kit de recursos FC2

---

## Kit de recursos FC2

---

### Introdução

***Bem-vindos ao Kit de recursos FC2. O objectivo deste Kit de recursos é proporcionar aos participantes da Oficina de formação sobre o preservativo feminino FC2 informações e conhecimentos necessários para promover o uso adequado do FC2.***

O preservativo feminino FC2 é seguro e eficaz se usado correctamente e consistentemente. Tem alta aceitação entre homens e mulheres em muitos países, e dá protecção contra infecções de transmissão sexual (ITSs), incluindo o HIV, e a gravidez indesejada. A introdução do FC2 possibilita o sexo mais protegido e mais prazenteiro.

O sucesso da introdução do FC2 requer uma rede de agentes de saúde bem formados e qualificados. Isso garante que as mulheres e os homens recebam os conhecimentos, habilidades e apoio necessários para fazer escolhas informadas sobre a protecção contra a gravidez indesejada e as ITSs, incluindo o HIV.

A maneira como o FC2 é apresentado aos potenciais utilizadores é essencial para a sua aceitação. Esperamos que o Manual de formação FC2 e este Kit de recursos FC2 ajude você a empoderar as mulheres e os seus parceiros para tentar usar o FC2 correctamente. Este Kit de recursos FC2 e o Manual de formação FC2 podem ser descarregados em [www.fc2femalecondom.com](http://www.fc2femalecondom.com).

Obrigado por se juntar a nós!

[www.fc2femalecondom.com](http://www.fc2femalecondom.com)  
[info@fc2femalecondom.com](mailto:info@fc2femalecondom.com)

## Índice

---

### **Tudo sobre o preservativo feminino FC2** **42**

---

Fornece FAQs e outras informações importantes sobre o FC2. Tudo sobre o preservativo feminino FC2 foi desenvolvido para profissionais de saúde que podem usá-lo como material de recurso. Tudo sobre o preservativo feminino FC2 também está disponível como folheto separado.

### **Órgãos reprodutores femininos** **51**

---

Traz informações básicas sobre os órgãos reprodutores femininos e onde eles estão posicionados no corpo, se for relevante para a inserção e a utilização do preservativo feminino FC2.

### **Métodos de barreira e dupla protecção** **53**

---

Traz informações sobre o funcionamento dos métodos de barreira de preservativos masculinos e femininos. Além disso, explica o que significa a dupla protecção e traz diferentes exemplos de métodos de dupla protecção.

### **Comparação do preservativo masculino e o preservativo feminino FC2** **55**

---

Descreve algumas diferenças e benefícios do FC2 quando comparado com o preservativo masculino.

### **Falar com os clientes - Mensagens promocionais do FC2** **56**

---

Traz argumentos e mensagens que os agentes de saúde podem utilizar quando falam com clientes sobre as vantagens da utilização do FC2.

### **Dicas para conversar com o seu parceiro sobre sexo** **57**

---

Foi desenvolvido para os clientes e traz conselhos sobre como e em que circunstâncias falar com um parceiro sobre o sexo. O provedor de cuidados de saúde pode discutir as dicas com os clientes e/ou entregar uma cópia directamente para os clientes. Tal como os outros documentos neste Kit de recursos, pode ser descarregado de [www.fc2femalecondom.com](http://www.fc2femalecondom.com).

### **Por que você deveria experimentar o preservativo feminino FC2?** **58**

---

Traz argumentos para a utilização do FC2 e pode ser entregue aos clientes.

### **Glossário** **59**

---

Traz uma explicação da terminologia utilizada no contexto da promoção do FC2.

***Todos os materiais acima mencionados estão disponíveis como documento separado em [www.fc2femalecondom.com](http://www.fc2femalecondom.com). Neste site, você pode encontrar mais informação sobre o preservativo feminino FC2, a utilização, promoção e programação.***

## Tudo sobre o preservativo feminino FC2

---

*Quando falamos com as pessoas sobre o preservativo feminino FC2 pela primeira vez, não raramente, elas têm muitas perguntas. E quando elas começarem a usar o FC2 é provável que tenham muito mais perguntas ainda. Esta brochura dá a elas as respostas a todas essas perguntas.*

Para ajudá-las a ter acesso fácil às respostas correctas, dividimo-las nas seguintes secções:

- Informação sobre o FC2.
- Usuários do FC2.
- Inserção do FC2.
- O FC2 durante o sexo.
- O FC2 combinado com outros contraceptivos.
- Instruções com ilustrações sobre como inserir e utilizar o preservativo feminino FC2.

### Informação sobre o FC2

#### O que é o preservativo feminino FC2?

---

O preservativo feminino FC2 é um preservativo macio, feito de nitrila sintética que é usado dentro da vagina. É uma bolsa forte e transparente de 17 centímetros de comprimento, cerca de 6.5 polegadas, com uma argola flexível no interior e uma argola enrolada na extremidade aberta. A argola interna, próxima da extremidade fechada do preservativo é usada para inserir o FC2 dentro da vagina. Também mantém o preservativo em lugar durante a relação sexual. A argola mais grande, na extremidade aberta do preservativo, permanece fora da vagina.

- O FC2 reveste a vagina e cobre o colo do útero. Retém o esperma após a ejaculação, prevenindo a gravidez não desejada e actua como uma barreira de protecção contra bactérias e vírus que causam infecções de transmissão sexual (ITSs), incluindo o HIV.
- Oferece também protecção adicional contra ITSs ao cobrir dos órgãos pélvicos externos femininos e a base do pénis.

#### O FC2 é seguro?

---

- Provas extensivas demonstraram que o FC2 é um método seguro e eficaz para a prevenção de gravidez não desejada e contra ITSs, incluindo a infecção pelo HIV.
- O FC2 é tão eficaz como outros métodos de barreira quando utilizado correctamente e consistentemente.
- Cada Preservativo Feminino FC2 é testado electronicamente a fim de assegurar a sua qualidade.
- O FC2 é testado em conformidade com o ISO 10993 o qual abrange testes de compatibilidade biológica, cito toxicidade, (acção destrutiva sobre certas células) mutogenicidade (causando mutação de células), sensibilização, irritação e toxicidade sistémica (efeitos adversos possíveis sobre os órgãos e tecidos do corpo).

## Tudo sobre o preservativo feminino FC2

---

- O preservativo FC2 cumpre os elevados níveis de qualidade impostos por agências internacionais de saúde como a WHO (OMS - Organização Mundial de Saúde) e a FDA (AAM - Administração de Alimentos e Medicamentos).

### Por que devemos usar o FC2?

---

Existem muitas razões agradáveis e excitantes para o uso do FC2. Eis, algumas:

- O FC2 é um método de dupla protecção. Isto significa que proporciona protecção contra a gravidez indesejada e as infecções de transmissão sexual (ITSs), incluindo o HIV. O FC2 permite que as mulheres e os homens tenham sexo relaxado sem medo de consequências negativas.
- O FC2 pode ser colocado antes de iniciar a relação sexual. Isto significa que não tem de interromper a espontaneidade sexual para colocar um preservativo.
- O FC2 foi concebido para caber dentro da sua vagina e permite que o pénis se movimente livremente no interior do preservativo durante a relação sexual.
- O FC2 ajusta-se rapidamente à temperatura do corpo, dando uma sensação quente e natural.
- O FC2 é lubrificado. Se quiser, pode adicionar lubrificante a base de óleo ou de água no interior ou exterior do preservativo ou directamente no pénis. Isto pode facilitar a colocação e permite que o pénis se movimente suavemente para dentro e fora durante a relação sexual.
- O FC2 é anti-alérgico e por isso uma excelente opção para os homens e mulheres que são alérgicos ao látex.
- O FC2 não depende do pénis estar erecto para efeitos de colocação e não exige que seja imediatamente retirado após ejaculação.
- Homens e mulheres podem se divertir ao colocar o FC2. As duas argolas também podem aumentar o prazer durante a relação sexual. Alguns homens gostam de tocar a argola interna durante a relação sexual, enquanto as mulheres poderiam gostar da sensação da argola externa a acariciar o seu clítoris.

### O FC2 requer condições especiais de armazenagem?

---

O FC2 não se deteriora em temperaturas altas e humidade, portanto, não requer condições especiais de armazenagem.

### O FC2 vem em tamanhos diferentes?

---

Não. O FC2 é adequado para todas as mulheres independentemente da sua forma ou tamanho.

### Por que o aspecto do FC2 é diferente dum preservativo masculino?

---

O FC2 foi concebido para se acomodar dentro da sua vagina e permite que o pénis do seu companheiro se movimente livremente no interior do preservativo durante a relação sexual. Também proporciona protecção adicional contra as ITSs porque recobre os órgãos pélvicos externos femininos e a base do pénis.

---

### Qual tipo de lubrificante pode ser usado com o FC2?

---

O FC2 já vem pré lubrificado com lubrificante não espermicida à base de silicone. Os lubrificantes à base de óleo ou de água podem ser adicionados à parte interior e na parte externa do preservativo ou directamente no pénis.

## Usuários do FC2

### Quem pode usar o FC2?

---

O FC2 é uma opção excelente para sexo prazenteiro e mais seguro para todas as mulheres e todos os homens sexualmente activos. Além disso, o FC2 pode ser usado por:

- Homens e mulheres que são alérgicos ao látex.
- Mulheres a menstruar.
- Mulheres grávidas.
- Mulheres que recentemente deram à luz.
- Mulheres na (pré ou pós) menopausa.
- Mulheres que recentemente tiveram uma histerectomia

### Por que o FC2 precisa estar disponível para as mulheres?

---

Em muitos lugares as mulheres têm pouca ou nenhuma influência em assuntos sexuais, e não estão em condições de pedir ao seu companheiro que se abstenha de sexo com outros ou de negociar o uso do preservativo masculino. O preservativo feminino é actualmente o único método que pode ser aplicado pelas próprias mulheres para oferecer dupla protecção contra as ISTs, incluindo o HIV, e a gravidez indesejada. O FC2, portanto, contribui para a sensação das mulheres de ter controlo pessoal e empoderamento, e aumenta o seu conhecimento sobre o seu corpo. O FC2 ajuda a melhorar a comunicação entre homens e mulheres.

### O FC2 pode ser usado por pessoas alérgicas ao látex?

---

O FC2 é feito de polímero de nitrilo que é um material sintético, testado extensivamente e que demonstrou ser não-alérgico. E é uma excelente opção para as mulheres e os homens que são alérgicos ao látex.

### O FC2 pode ser usado durante a menstruação?

---

O FC2 pode ser usado durante a menstruação, mas é preciso inseri-lo pouco antes de ter sexo e removê-lo pouco depois, porque ele não evita necessariamente que o líquido menstrual escorra.

## Tudo sobre o preservativo feminino FC2

---

### O FC2 poderá ser usado durante a gravidez?

---

É muito seguro utilizar o FC2 quando estiver grávida.

### Quanto tempo após o parto o FC2 pode ser usado?

---

O FC2 pode ser usado quando estiver preparada para ter sexo após o parto. Pode ser uma excelente opção neste momento, quando alguns outros contraceptivos não são adequados.

### O FC2 pode ser utilizado para sexo anal?

---

Não houve nenhuma investigação sobre a eficácia do FC2 usado durante o sexo anal e não está aprovado para ser usado durante o sexo anal. No entanto, muitas organizações de saúde pública promovem, confidencialmente, o FC2 para a prática do sexo anal.

Essas organizações recomendam inserir o FC2 no ânus e remover a argola interna antes de ter sexo anal. Também é possível remover a argola interna primeiro, e depois colocar o preservativo no pênis erecto. Alguns homens colocam a argola no pênis para ter melhor aderência.

### O FC2 pode ser usado quando o pênis do homem é mais longo da média?

---

O FC2 foi testado em muitos estudos clínicos em vários países e etnias. Verificou-se que o FC2 pode acomodar todas as formas e tamanhos de homens e mulheres.

## Inserção do FC2

### O FC2 é fácil de usar?

---

Assim como qualquer produto novo, pode precisar de prática mas não se esqueça que a prática faz o mestre. Tente usar o FC2 pelo menos 3 vezes. Encontre uma posição confortável para colocar o FC2. Esta pode ser em pé, assentada, agachada ou deitada. Qualquer um dos companheiros pode inserir o FC2.

### Quando é que e que posso colocar o FC2?

---

O FC2 pode ser colocado antes de iniciar a relação sexual e não tem de ser retirado imediatamente após a relação sexual.

### Como é que sei se o FC2 foi correctamente inserido?

---

É possível sentir se é confortável. A argola externa deve estar aberta ao redor da abertura da vagina. O FC2 deve revestir correctamente o canal da vagina.

### O FC2 pode desaparecer para dentro do corpo?

---

Não. O FC2 não pode desaparecer dentro do corpo. O FC2 cobre o colo do útero, e a abertura deste é tão pequena que é impossível que o FC2 passe por esta abertura. O colo do útero só abre durante o parto.

### O que devo fazer se a argola interna não for confortável?

---

- Retire o preservativo feminino.
- Recoloque o preservativo feminino. Tente colocá-lo numa posição diferente. Pode ser feito de pé, sentada, agachada ou deitada.

### O que devo fazer se o preservativo feminino escapa da minha mão durante a inserção?

---

Chapinhe os seus dedos num tecido para remover o excesso de lubrificante e continue a colocar o preservativo feminino.

### O FC2 romperá o hímen?

---

É possível que o hímen se rompa quando o FC2 for inserido.

### Posso urinar depois de o FC2 ter sido inserido?

---

Sim. Pode urinar depois de o FC2 ter sido inserido. Certifique-se para que a argola externa não cubra a uretra. Se for necessário, empurre a argola externa um pouco para trás antes de urinar. Limpe-se depois e assegure que a argola externa seja reposicionada correctamente antes de ter sexo.

## O FC2 durante o sexo

### É de facto verdade que o FC2 pode proporcionar prazer durante as relações sexuais?

---

Sim. Alguns homens sentem que é excitante e erótico tocar a argola interna durante a relação sexual excitante e sensual. Algumas mulheres gostam da sensação da argola externa a acariciar o seu clítoris. Qualquer um dos companheiros pode colocar o FC2 que pode ser um momento sensual. O material é extremamente fino e macio e aquece à temperatura do corpo, assim é produzida uma sensação natural durante as relações sexuais.

### Como é que se pode sentir a argola interna durante a relação sexual?

---

Muitos homens e mulheres dizem que a argola interna aumenta o prazer durante a relação sexual. Se a argola interna se sente desconfortável, tente reposicionar ou recolocar o preservativo novamente.

### A argola externa tem de ser segurada durante as relações sexuais?

---

Não, logo após o pénis estar dentro do preservativo não é necessário continuar a segurar a argola externa.

### O FC2 será ruidoso durante a relação sexual?

---

Não, o FC2 é um preservativo muito flexível e macio. Se ouvir algum ruído durante a relação sexual e o mesmo incomodar, pode adicionar mais lubrificante na parte interior ou exterior do preservativo ou directamente no pénis. Também tente colocar o FC2 alguns minutos antes da relação sexual.

### O FC2 pode ser usado em diferentes posições sexuais?

---

Sim, você poderá querer tentar outras posições assim que estiver confortável com o uso do FC2.

### O FC2 poderá ser reutilizado?

---

Não. Use um FC2 novo em cada relação sexual.

### O FC2 pode se rasgar durante o uso?

---

Como acontece com qualquer preservativo, o preservativo feminino deve se inserir de forma cuidadosa. Não abra o pacote com uma tesoura, uma faca ou os seus dentes, e maneje o preservativo de forma apropriada se tem unhas compridas. Em menos de 1% dos casos, são relatados rasgos e fissuras no FC2. Se o FC2 rasgar, remova o preservativo e insira outro imediatamente.

### O que devo fazer se o pénis entrar entre a bolsa e o canal da vagina?

---

- O homem deve imediatamente retirar o pénis.
- É importante segurar a argola externa enquanto o homem (ou a mulher) coloca o pénis de novo no preservativo. Quando o pénis estiver dentro, não precisa continuar segurando a argola externa.

### O que devo fazer se, durante a relação sexual, a argola externa desliza para dentro da vagina ou se o preservativo é empurrado para dentro da vagina?

---

- O homem deve imediatamente retirar o pénis.
- Retire o preservativo feminino.
- Insira outro preservativo FC2.

### O que devo fazer se o preservativo desliza demais para fora da vagina (junto com o pénis)?

---

- Retire o preservativo feminino.
- Insira outro preservativo feminino.
- Use mais lubrificante no preservativo feminino ou directamente no pénis.

## O FC2 combinado com outros contraceptivos

### O FC2 pode ser usado com outros contraceptivos?

---

Sim. O FC2 pode ser usado com a pílula, injeções, dispositivo intra-uterino (DIU), implantes, e após esterilização e vasectomia para proteger contra ITSs, incluindo o HIV.

O FC2 não pode ser usado com o diafragma ou com o Nuvaring, visto que a argola interna do FC2 encaixa no mesmo sitio do que esses contraceptivos.

### O FC2 e o preservativo masculino podem ser utilizados em conjunto?

---

Não. Nunca use um preservativo masculino e feminino em conjunto. O uso dos dois preservativos em conjunto não aumenta a protecção mas pode resultar em um ou ambos os dois se rasgarem.

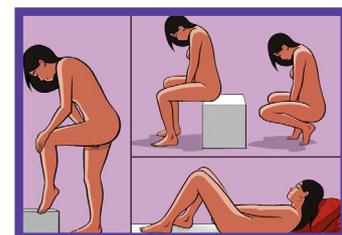
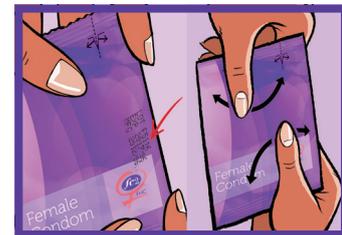
## Como usar o preservativo feminino FC2

*Estas instruções mostram passo a passo como colocar o preservativo feminino FC2 na vagina. O FC2 pode ser inserido algumas horas, ou pouco antes de ter relações sexuais. Quando o FC2 é usado pela primeira vez, pode ser que seja preciso praticar a inserção. O FC2 pode ser inserido pela própria mulher, mas o seu companheiro também pode fazer isso para ela.*

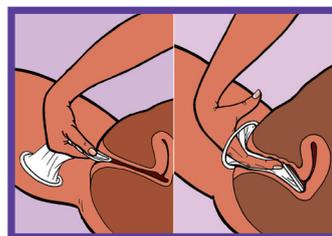
### Inserção do FC2

---

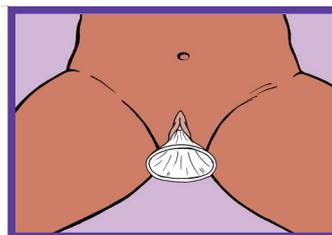
- 1 Antes de abrir a embalagem e retirar o FC2:
  - Verifique o prazo de validade que se encontra impresso na dobra ou no lado da embalagem do FC2.
  - Espalhe o lubrificante por meio de esfregar a embalagem com as suas mãos enquanto o preservativo ainda estiver dentro da embalagem.
- 2 Para abrir a embalagem, rasgue para baixo como indicado por a seta na parte superior e retire o preservativo.
  - Não use tesouras, uma faca ou os dentes para abrir a embalagem.
- 3 Segure a argola interna entre o polegar e o dedo indicador. Depois, deve comprimir os lados da argola interna para formar uma ponta.
- 4 O FC2 pode ser inserido em várias posições. Encontre uma posição confortável. Pode ser em pé, assentada, agachada ou deitada.
- 5 Sinta e localize a abertura da vagina e separe os lábios da vulva (grandes e pequenos).



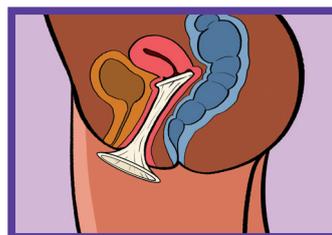
- 6** Use a argola comprimida para empurrar o FC2 para dentro da sua vagina. Introduza o dedo indicador ou o dedo médio por dentro do preservativo e empurra o preservativo pelo canal da vagina, utilizando a argola interna. Verifique que o preservativo não está torcido e encontra-se colocado de maneira uniforme no canal vaginal. Verifique que o preservativo não está torcido e encontra-se colocado de maneira uniforme no canal vaginal.



- 7** Uma pequena parte do preservativo, incluindo a argola externa, permanecem fora do seu corpo e descansa sobre os lábios da sua vulva, protegendo de modo parcial os seus órgãos pélvicos externos e cobrindo a base do pênis do seu companheiro.



- 8** O FC2 reveste o interior de sua vagina e cobre o colo do útero. A abertura do colo do útero é tão pequena que é impossível para o FC2 passar por este espaço.



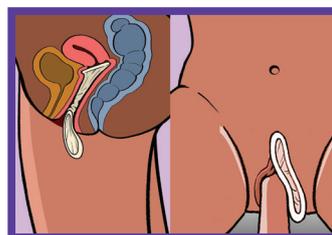
### O FC2 durante o acto sexual

- 9** Segure a argola externa em lugar enquanto você ou seu companheiro conduz o pênis para dentro do preservativo. Assim que o pênis estiver dentro do preservativo, não é necessário continuar a segurar a argola externa. Para se sentir mais confortável pode desejar adicionar mais lubrificante tanto dentro como por fora do FC2 ou directamente no pênis do seu companheiro.



### **10** Por favor, observe!

- O seu companheiro deve retirar o pênis imediatamente se:
- O seu pênis entrar entre o preservativo e o canal vaginal. Nesse caso, recolque a argola externa na posição correcta antes de introduzir o pênis novamente no preservativo.
  - A argola externa foi empurrada para dentro da sua vagina. Nesse caso, deve usar outro preservativo FC2.



- 11** Para tirar o FC2, segure e torça a argola externa do FC2 para não deixar escapar o sémen. Isto é melhor feito antes de se levantar. Remova o preservativo delicadamente, coloque o preservativo em um lenço de papel ou na embalagem vazia e deite fora no caixote do lixo.



# Órgãos reprodutores femininos

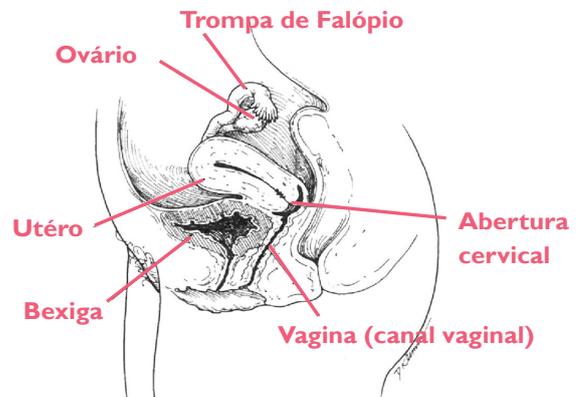
---

## Internos

### Ovários

---

Os ovários são as duas glândulas femininas ou glândulas sexuais. Os ovários são a "despensa ou depósito" dos óvulos humanos. Os ovários produzem hormonas femininas e óvulos maduros. Quando uma menina nasce, ela já tem milhares de óvulos e esses óvulos começam a amadurecer quando a menina atinge a puberdade. Cada óvulo pode produzir um bebé se o esperma dum homem o fertiliza.



### Fímbria e trompas de Falópio

---

A cada mês, um óvulo se desenvolve e deixa o ovário. A fímbria, que é como uma mão com dedos, está ligada à extremidade da trompa de Falópio. A fímbria move o óvulo dentro da trompa de Falópio e o óvulo se move na trompa até atingir o útero.

### Útero

---

O útero é um órgão muscular oco em forma de pêra. É o lugar onde o bebé cresce antes de nascer. A cada mês, o útero se prepara para receber um óvulo fertilizado. Dentro do útero há um acúmulo de tecido e sangue que cria um forro macio onde o óvulo fertilizado pode prender e crescer. Apesar de a mulher soltar um óvulo a cada mês, esse óvulo só será um bebé se encontra o esperma dum homem (fertilização).

Se não houver um bebé crescendo dentro do útero, ele tem o tamanho dum punho fechado. Quando uma mulher está grávida, o útero se estende e cresce para abrigar o bebé.

### Colo do útero

---

O colo do útero é um tecido semi-rígido que separa o útero da vagina. Ele tem uma abertura muito pequena (somente 1-2mm) de onde sai o sangue menstrual. Essa pequena abertura aumenta quando o bebé está prestes a nascer.

### Vagina (canal vaginal)

---

A vagina é um canal muscular que passa para cima e para baixo. É muito elástico (pode esticar-se). Ele tem três funções:

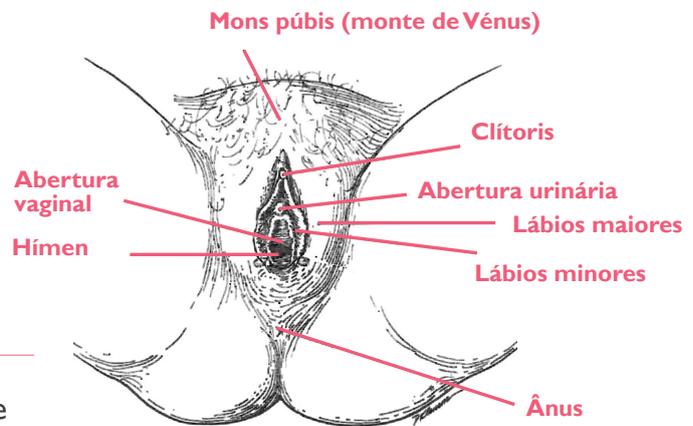
- É a passagem para a menstruação.
- Pode se esticar para dar lugar ao pênis do homem durante a relação sexual.
- Pode se esticar para ser o canal através do qual nasce um bebé.

### Externos

#### Vulva

---

A vulva é o nome de toda a parte externa dos órgãos genitais femininos. A vulva tem 5 partes separadas: 1. lábios maiores 2. lábios menores 3. clítoris 4. abertura da uretra e 5. abertura vaginal.



#### Lábios maiores

---

Os lábios maiores são duas dobras espessas de pele que formam a fronteira da vulva. Eles estão cobertos de pelo nas suas superfícies exteriores.

#### Lábios menores

---

Os lábios menores são duas dobras menores de pele e de tecido adiposo que se encontram entre os lábios maiores. Onde os lábios menores se encontram, há um "pico" do tamanho dum amendoim pequeno. Este é o clítoris.

#### Clítoris

---

O clítoris é a parte mais sensível e erótica do corpo da mulher. Ele tem um papel muito importante na excitação sexual.

#### Abertura urinária ou uretra

---

A abertura urinária ou uretra é uma pequena abertura logo abaixo do clítoris. Isto é onde a urina passa para fora da bexiga.

#### Abertura vaginal

---

A abertura vaginal encontra-se logo abaixo da abertura urinária.

#### Hímen

---

O hímen é uma camada espessa de membrana mucosa que cobre a abertura da vagina. Tem uma abertura que permite o fluxo menstrual escapar. O hímen se rompe geralmente durante a relação sexual ou pode ser rasgado por um dedo, um tampão ou pelo uso dum preservativo feminino.

## Métodos de barreira e dupla protecção

---

### Métodos de barreira

Os métodos de barreira (preservativo masculino ou feminino) são métodos contraceptivos que evitam a gravidez fisicamente pelo impedimento da entrada de esperma no colo do útero. Eles protegem também contra infecções pelo impedimento simultâneo da transmissão de micróbios de infecção entre casais. Os preservativos são o único método de barreira que protegem contra a gravidez indesejada e as ITSs (incluindo o HIV), desde que sejam utilizados correctamente e de forma consistente.

### Como funcionam os preservativos

---

Os preservativos criam uma barreira física que evita que o sêmen ou o líquido vaginal e microrganismos (por exemplo, os que causam gonorreia, herpes e HIV) passem dum parceiro ao outro durante o acto sexual (vaginal, anal e oral). Eles evitam também o contacto com úlceras genitais no pénis, na vagina ou no ânus, se estes existirem.

### Indicações para os métodos de barreira (preservativos masculinos e femininos)

---

Os preservativos masculinos e femininos podem ser usados:

- Por todas as pessoas sexualmente activas, independentemente da sua idade, estado civil, orientação sexual ou género, que querem se proteger contra as ITSs e o HIV.
- Pelas mulheres que desejam evitar métodos contraceptivos que têm efeitos sistémicos, ou seja, métodos que afectam o corpo como um todo.
- Para uma protecção adicional com a contracepção de emergência.
- Para uma protecção adicional quando iniciar outros métodos de contracepção que possam demorar um pouco antes de dar protecção total.
- Pelas mulheres que têm contra-indicações de outros métodos contraceptivos.
- Como método de dupla protecção.
- Como protecção adicional, quando as mulheres faltarem em outros métodos contraceptivos.

### Dupla protecção

A dupla protecção significa um método contraceptivo que impede tanto a gravidez indesejada como as infecções de transmissão sexual, incluindo o HIV.

Alguns métodos contraceptivos são muito eficazes na prevenção da gravidez indesejada, mas eles não protegem contra infecções de transmissão sexual (ITSs) ou contra o HIV, por exemplo, o contraceptivo oral (também chamado de pílula), os injectáveis, o DIU (dispositivo intra-uterino) e a esterilização. Porém, os métodos de barreira protegem contra ambos. Por isso, eles são chamados de métodos de 'dupla protecção'.

## Métodos de barreira e dupla protecção

---

Os métodos de barreira (preservativos masculinos ou femininos) podem ser utilizados isoladamente para proteger contra a gravidez indesejada e as infecções. Um preservativo masculino e um preservativo feminino nunca devem ser usados em conjunto, porque isso pode causar atrito e criar rasgos e fissuras. Porém, qualquer dos preservativos pode ser usado em conjunto com outros métodos de contracepção. O seu objectivo principal é então proteger contra as ITSs, enquanto o método hormonal é usado para prevenir a gravidez indesejada.

Exemplos da utilização do preservativo em combinação com outros métodos incluem: um preservativo e um contraceptivo oral, um preservativo e um injectável, um preservativo e um DIU e um preservativo durante o uso da contracepção de emergência ou após a esterilização feminina, uma histerectomia ou uma vasectomia.

## Várias estratégias para a dupla protecção

---

Existem várias estratégias para a dupla protecção contra a gravidez indesejada e prevenção de ITSs, incluindo o HIV. Eis alguns exemplos:

- Uso do preservativo masculino ou feminino.
- Usar dois métodos (por exemplo, preservativo + qualquer outro método contraceptivo).
- Evitar todas as formas de relações sexuais com penetração.
- Ser fiel e usar um método contraceptivo para evitar a gravidez indesejada.
- Auto-estimulação.
- Abstinência.

## Por que é importante que os preservativos sejam aceites como método eficaz de Planeamento Familiar?

---

- Eles protegem contra a gravidez indesejada além de proteger contra as ITSs e o HIV.
- Homens e mulheres, especialmente jovens, podem estar mais preocupados com as consequências imediatas da gravidez, mas também correm o risco de ITSs, incluindo o HIV.

## Comparação do preservativo masculino com o preservativo feminino FC2

---

A tabela a seguir descreve algumas diferenças e benefícios do FC2 em comparação com o preservativo masculino.

	Preservativo masculino de látex	Preservativo feminino FC2
1.	Desenrolado no pénis do homem.	Inserido na vagina da mulher.
2.	Feito de látex.	Feito de polímero de nitrilo, um material sintético.
3.	Cabe no pénis.	Alinha a vagina de forma solta.
4.	Só pode ser colocado no pénis erecto.	Pode ser inserido antes da relação sexual, não depende duma erecção.
5.	Deve ser removido imediatamente depois da ejaculação.	Não precisa ser removido imediatamente depois ejaculação, mas sim deve ser removido antes que a mulher se levante.
6.	Cobre a maior parte do pénis e protege as partes genitais internas da mulher.	Cobre as partes genitais internas e externas da mulher e a base do pénis, oferecendo maior protecção.
7.	Pouca lubrificação.	Altamente lubrificado, ajuda durante a inserção e as relações sexuais.
8.	Só deve ser usado com lubrificantes à base de água.	Pode ser usado com lubrificantes à base de óleo ou de água.

## Falar com os clientes - mensagens promocionais do FC2

---

*O FC2 pode ser uma alternativa excitante e sexualmente gratificante para casais. Abaixo, há uma lista de mensagens promocionais que você pode discutir com os clientes.*

- O FC2 pode aumentar a sensação de empoderamento duma mulher, porque ela toma a iniciativa de se proteger e proteger o seu parceiro.
- O FC2 aumenta a estimulação sexual, porque o material se ajusta à temperatura do corpo e permanece quente.
- A argola externa esfrega contra o clítoris e aumenta o prazer para muitas mulheres.
- Os homens não têm de ter/manter uma erecção para usar o FC2. O FC2 é uma boa opção para homens que são incapazes de manter uma erecção com o preservativo masculino.
- Os homens não têm de retirar logo depois de ejacular; isso pode aumentar a intimidade quando se utiliza o FC2.
- O FC2 pode ser inserido com antecedência, portanto, não há interrupções que "estragam o clima".
- A inserção do FC2 pode ser integrada no jogo sexual, o parceiro pode ver como ele é colocado OU pode ajudar a inseri-lo.
- O FC2 é uma ótima opção para pessoas com sensibilidade ao látex.
- O FC2 pode ser usado com qualquer tipo de lubrificante (à base de óleo ou água).
- O FC2 oferece uma opção para aqueles momentos em que um casal não quer usar o preservativo masculino (NOTA: Os clientes nunca devem usar um preservativo masculino e um FC2 simultaneamente).
- O FC2 não fica apertado ou esticado no pénis; alguns homens preferem o FC2 ao preservativo masculino.
- A argola interna do FC2 pode estimular a ponta do pénis durante a relação sexual.
- O homem não precisa se preocupar em usar um preservativo.
- O FC2 oferece dupla protecção efectiva, reduzindo as preocupações com a gravidez indesejada e as ITSS/HIV durante o acto sexual.
- Mais sensação em comparação com o látex do preservativo masculino, porque o nitrilo é muito fino.

## Dicas para conversar sobre sexo com o seu parceiro

---

*O momento, o lugar, saber o que você quer dizer e como dizê-lo são a chave para uma negociação efectiva. Saiba o que dizer e o que fazer se o resultado for negativo, por exemplo, agressão ou violência.*

- Escolha um ambiente relaxante num local neutro, de preferência fora do quarto, onde nenhum de vocês se sinta pressionado.
- Não espere até que você ou o seu parceiro seja sexualmente excitado para discutir sobre sexo mais seguro. No calor do momento, pode ser que você e o seu parceiro não sejam capazes de falar de forma efectiva.
- Use a palavra "eu" quando fala. Por exemplo, "Eu me sentiria mais confortável se utilizarmos um preservativo".
- Escute bem. Deixe o seu parceiro saber que você ouve, entende e se preocupa com o que ela/ele está a dizer e sentir.
- Deixe o seu parceiro saber que você está aberto a perguntas e que você não vai saltar sobre ele/ela ou se sentir ofendido pelas perguntas.
- Seja paciente e permaneça firme na sua decisão de que é importante falar.
- Reconheça os seus próprios limites. Você não precisa ter todas as respostas.
- Entenda que o sucesso duma conversa não significa que uma pessoa consiga que a outra pessoa faça alguma coisa. Significa que os dois disseram o que pensam e sentem, de forma respeitosa e honesta.
- Evite fazer suposições. Faça perguntas abertas para discutir as expectativas, relações sexuais passadas e presentes, o uso de contraceptivos, testes de HIV, etc. Por exemplo, "O que você acha sobre a ideia de nós fazermos um teste de HIV?"
- Faça perguntas para esclarecer o que você acha que ouviu. Por exemplo, "Eu acho que você disse que quer que a gente use preservativos. É verdade?"
- Evite julgar, qualificar, culpar, ameaçar, subornar ou manipular o seu parceiro.
- Não deixe que o seu parceiro julgue, qualifique, ameace, coaja ou suborne você.

## Por que você deveria experimentar o preservativo feminino FC2?

---

- O FC2 pode aumentar a sensação de empoderamento duma mulher, porque ela toma a iniciativa de se proteger e proteger o seu parceiro.
- O FC2 aumenta a estimulação sexual, porque o material é muito fino e aquece até atingir a temperatura do corpo.
- A argola externa esfrega contra o clítoris e aumenta o prazer para muitas mulheres.
- Os homens não têm de ter/manter uma erecção para usar o FC2. O FC2 é uma boa opção para homens que são incapazes de manter uma erecção com o preservativo masculino.
- Os homens não têm de retirar logo depois de ejacular, o que pode aumentar a intimidade quando se utiliza o FC2.
- O FC2 pode ser inserido com antecedência, portanto, não há interrupções que "estragam o clima".
- A inserção do FC2 pode ser integrada no jogo sexual, o parceiro pode ver como ele é colocado OU pode ajudar a inseri-lo.
- O FC2 é uma óptima opção para pessoas com sensibilidade ao látex.
- O FC2 pode ser usado com qualquer tipo de lubrificante (à base de óleo ou água).
- O FC2 oferece uma opção para aqueles momentos em que um casal não quer usar o preservativo masculino (NOTA: Nunca use um preservativo masculino e o FC2 simultaneamente).
- O FC2 não fica apertado ou esticado no pénis; alguns homens preferem o FC2 ao preservativo masculino.
- A argola interna do FC2 pode estimular a ponta do pénis durante a relação sexual.
- O homem não precisa se preocupar em usar um preservativo.
- O FC2 oferece dupla protecção efectiva, reduzindo as preocupações sobre a gravidez indesejada e as ITSs/HIV durante o acto sexual.

## Glossário

---

*As seguintes palavras são definidas para facilitar a consulta. As palavras são definidas no contexto desta formação e da promoção do FC2.*

### AIDS

---

Síndrome de Imunodeficiência Adquirida, uma doença humana causada por um vírus que debilita o sistema imunológico, minando a capacidade do corpo de se defender contra infecções e doenças.

### Anatomia

---

O corpo humano e todas as suas partes e sistemas.

### Atitudes

---

Como agimos, nos comportamos, sentimos e funcionamos com base nos nossos valores e crenças.

### Colo do útero

---

Essa parte da anatomia feminina está no interior do corpo. O colo do útero é a abertura entre a vagina e o útero. Quando correctamente inserido, o FC2 cobre o colo do útero.

### Clítoris

---

Um pequeno corpo de tecido esponjoso suave que é altamente sensível, contendo cerca de 8.000 terminações nervosas hermeticamente unidas. Durante a excitação sexual, o clítoris pode se erigir e a capa se retrai para aumentar a acessibilidade do clítoris.

### Modelo de demonstração

---

Uma ferramenta de ensino semelhante à realidade (feita de plástico macio ou de silicone), que geralmente apresenta os órgãos genitais externos da mulher e a abertura vaginal. Utiliza-se para demonstrar a inserção do preservativo feminino FC2.

### Dupla protecção

---

Quando um produto médico aprovado fornece protecção contra a gravidez indesejada e contra as infecções de transmissão sexual (ITSs), incluindo o HIV/AIDS. O FC2 fornece dupla protecção.

### Efectivo (eficaz)

---

A capacidade dum produto de atingir o efeito desejado. Foi clinicamente provado que os FC2 é eficaz na protecção dos parceiros sexuais contra a gravidez indesejada e as ITSs, incluindo o HIV, quando usado correctamente.

### Empoderar

---

Dar poder ou autoridade a. O FC2 empodera as mulheres para ter mais controlo e autoridade sobre a sua saúde sexual.

### FC2

---

Preservativo Feminino 2. Segunda geração do preservativo feminino. O FCI (primeira geração do preservativo feminino) está fora da distribuição e não se fabrica mais.

### Female Health Company

---

Female Health Company ("FHC" ou a "Companhia") fabrica, comercializa e vende o preservativo feminino FC2, o único produto actualmente disponível de prevenção sob controlo da mulher que foi aprovado para o mercado pela Administração de Alimentos e Medicamentos dos Estados Unidos (FDA). A FHC tem sede em Chicago, Illinois.

### Food and Drug Administration (FDA)

---

A Food and Drug Administration (Administração de Alimentos e Medicamentos - FDA ) é uma agência reguladora nos Estados Unidos, responsável por garantir a segurança duma serie de produtos de consumo, incluindo dispositivos médicos, tais como o FC2. A FDA faz parte do Departamento de Saúde e Serviços Humanos.

### Impedir

---

Não útil. Retarda o progresso. Neste caso, quando os agentes de saúde compartilham ou mostram os seus preconceitos ou atitudes e crenças negativas sobre o FC2 e o seu uso com o cliente, os clientes são menos propensos a tentar usar o FC2.

### HIV (Vírus da Imunodeficiência Humana)

---

É o vírus que causa a SIDA. O HIV é transmitido pelo sangue, sémen, fluido vaginal e leite materno. O HIV PODE ser prevenido e NÃO é transmitido por contactos casuais (abraçar, compartilhar um apartamento, jogar basquete, etc.).

### Inserção

---

Colocar dentro.

### Relação sexual

---

Neste contexto, a inserção do pénis na vagina.

### Lubrificante (lubrificação, lubrificado)

---

Uma substância húmida colocada em preservativos, que deixa o preservativo húmido para aumentar o prazer sexual e diminuir o rompimento do preservativo. Os preservativos de látex só podem ser usados com lubrificantes à base de água, tais como KY, Astroglide, etc. O FC2, feito de nitrilo, pode ser usado com lubrificante à base de óleo ou à base de água.

### Preservativo masculino

---

Uma bolsa fina colocada no pénis durante a relação sexual. Quando usado correctamente e consistentemente, os preservativos feitos de látex ou de poliuretano protegem contra a gravidez indesejada e infecções de transmissão sexual, incluindo o HIV.

### Menstruação

---

A secreção mensal de sangue e tecido do revestimento do útero.

### Mitos

---

Não verdade. Falso.

### Negociar

---

O processo de negociação envolve pelo menos duas pessoas com duas visões diferentes sobre um problema, neste caso, o comportamento sexual. Cada pessoa tenta convencer a outra a apoiar a sua visão, ou pelo menos chegar a um acordo sobre um compromisso ou uma posição intermediária. Nesta situação, a meta é ter sexo mais seguro.

### Não lubrificado

---

Nenhum lubrificante (ver definição acima) incluído.

### Nuvaring

---

O Nuvaring, um método de contracepção hormonal, é um anel de cerca de duas polegadas de diâmetro, que é colocado na vagina e deixado lá durante 21 dias. O anel administra continuamente pequenas quantidades de hormonas sintéticas no corpo da mulher, impedindo a ovulação. Depois de 21 dias, o anel é removido para permitir o período menstrual. Depois duma semana um novo anel é inserido.

### Modelo pélvico

---

Uma ferramenta de ensino semelhante à realidade (feita de plástico macio ou silicone), que geralmente mostra os órgãos genitais externos da mulher e a abertura vaginal.

### Penetração

---

Neste contexto, a inserção do pénis na vagina.

### Fisiologia

---

Descrição das funções da parte biológica. Neste contexto, é o funcionamento da anatomia feminina. Como a anatomia feminina funciona, o que faz.

### Promoção (mensagens promocionais)

---

Uma abordagem específica de marketing e mensagens desenvolvidas por uma empresa, para garantir que o público receba os factos e informações mais exactos e atraentes sobre um produto.

### Agente de saúde

---

Profissional que presta serviços à comunidade. Por exemplo, assistente social, enfermeira, educador de saúde, etc.

### Relações sexuais

---

Uma variedade de contactos sexuais ou íntimos, incluindo a relação genital vaginal, anal e oral. Geralmente neste contexto, refere-se ao sexo vaginal.

### Infecções de Transmissão Sexual (ITSs)

---

Infecções que são transmitidas pelo contacto sexual: anal, vaginal ou oral. As ITSs são geralmente divididas em duas categorias: bacterianas (por exemplo, gonorreia, clamídia e sífilis) e ITSs causadas por um vírus (ou seja, verrugas genitais, herpes, hepatite e HIV). As infecções bacterianas podem ser curadas se detectadas precocemente, apesar de que estão surgindo novas estirpes de bactérias ITSs resistentes aos antibióticos. As infecções virais são incuráveis, mas os sintomas são controláveis se detectados precocemente.

### Saúde Reprodutiva e Sexual

---

Segundo a ONU, "a saúde reprodutiva é um estado de bem-estar físico, mental e social completo, e não meramente a ausência de doença ou enfermidade, em todos os assuntos relacionados ao sistema reprodutivo e as suas funções e processos."

### Prazer sexual

---

Quando a relação sexual faz sentir-se bem.

### Esperma

---

Células reprodutoras masculinas que se unem a (fertilizam) os óvulos duma mulher, levando à gravidez.

### Transmissão

---

Passar de pessoa a pessoa.

### Gravidez indesejada

---

Uma gravidez não planeada.

### Vagina

---

A passagem que vai desde o colo do útero para o exterior do corpo da mulher. O pénis é inserido no canal vaginal durante a relação sexual; a vagina é também o canal de parto pelo qual o bebé passa ao nascer. O FC2 alinha o canal vaginal e adere-se às paredes vaginais.

### Valores

---

Crenças importantes duradouras dum indivíduo, família, comunidade ou cultura.

### Organização Mundial da Saúde (OMS)

---

Uma agência das Nações Unidas que coordena as actividades internacionais de saúde e ajuda os governos a melhorar os seus serviços de saúde.

## Anexo 3: Formulário de avaliação

---

## Formulário de avaliação

Local (cidade) onde a oficina se realizou	_____																														
Data da oficina	_____																														
<p>Coloque uma marca de selecção ao lado da função (voluntária ou remunerada) que melhor descreve o seu papel na organização (selecione todas as funções se aplicáveis):</p>	<input type="checkbox"/> enfermeira <input type="checkbox"/> educador de saúde <input type="checkbox"/> educador de pares <input type="checkbox"/> assistente social <input type="checkbox"/> gestão <input type="checkbox"/> estagiário <input type="checkbox"/> captação de fundos <input type="checkbox"/> saúde mental <input type="checkbox"/> prestador de cuidados médicos <input type="checkbox"/> voluntário <input type="checkbox"/> outro _____ _____																														
<p>1. Por favor, marque com um círculo a opção que melhor reflecte a sua avaliação geral desta formação:</p>	<input type="checkbox"/> Muito mau <input type="checkbox"/> Mau <input type="checkbox"/> Razoável <input type="checkbox"/> Bom <input type="checkbox"/> Muito bom																														
<p>2. Por favor, anote até que ponto os objectivos da oficina foram atingidos, utilizando a seguinte escala de classificação:</p> <p>4 = Este objectivo foi atingido mais do que adequadamente          3 = Este objectivo foi atingido adequadamente          2 = Este objectivo foi atingido parcialmente          1 = Este objectivo não foi atingido</p> <p>Objectivos da oficina :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ser capaz de discutir, demonstrar e promover o FC2 com competência e confiança.</li> <li>• Ser capaz de discutir, demonstrar e promover o FC2 com competência e confiança.</li> <li>• Ser capaz de demonstrar a correcta inserção do FC2.</li> <li>• Ser capaz de fornecer informações exactas sobre o uso do FC2.</li> <li>• Ter desenvolvido uma atitude positiva sobre o FC2.</li> </ul>	<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>1</th> <th>2</th> <th>3</th> <th>4</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> </tbody> </table>		1	2	3	4	<input type="checkbox"/>																								
	1	2	3	4																											
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																											
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																											
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																											
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																											
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																											

## Formulário de avaliação

3. Em que medida o conteúdo da oficina atendeu as suas expectativas:	<input type="checkbox"/> Não muito bem <input type="checkbox"/> Até certo ponto <input type="checkbox"/> Muito bem																																			
4. O nível da oficina foi:	<input type="checkbox"/> Difícil demais para mim <input type="checkbox"/> Mais ou menos certo para mim <input type="checkbox"/> Simples demais para mim																																			
5. O ritmo da oficina foi:	<input type="checkbox"/> Demasiado rápido para mí <input type="checkbox"/> Más o menos bueno para mí <input type="checkbox"/> Demasiado lento para mí																																			
<p>6. Por favor, responda às seguintes afirmações, utilizando a escala de classificação:</p> <p>4 = <i>Concordo totalmente</i>            3 = <i>Concordo</i>            2 = <i>Discordo</i>            1 = <i>Discordo Totalmente</i></p> <p><i>Perguntas sobre a oficina:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Os objectivos de aprendizagem da oficina foram claros.</li> <li>• A informação apresentada foi principalmente nova para mim.</li> <li>• O facilitador/os facilitadores usou/usaram vários tipos de materiais envolventes e métodos participativos.</li> <li>• O facilitador/os facilitadores foi/foram envolvente(s) e energético(s).</li> <li>• O facilitador/os facilitadores se comunicou/comunicaram de forma eficaz.</li> <li>• O conteúdo foi relevante para o meu trabalho com os clientes (no que diz respeito ao preservativo feminino).</li> <li>• As actividades me fizeram sentir mais competente no meu trabalho com os clientes (no que diz respeito ao preservativo feminino).</li> </ul>	<table border="0" style="width: 100%; text-align: center;"> <thead> <tr> <th style="width: 25%;"></th> <th style="width: 12.5%;">1</th> <th style="width: 12.5%;">2</th> <th style="width: 12.5%;">3</th> <th style="width: 12.5%;">4</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> </tbody> </table>		1	2	3	4	<input type="checkbox"/>																													
	1	2	3	4																																
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																
7. Quais actividades foram mais úteis, e por quê? _____ _____ _____																																				
8. Quais actividades foram menos úteis, e por quê? _____ _____ _____																																				

## Formulário de avaliação

---

9. De que forma você acha que a oficina poderia ser melhorada? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

10. Por favor, diga-nos que tipos de actividades ou materiais você achou útil, usando a escala de classificação:

4 = *Muito útil*

3 = *Útil*

2 = *Um pouco útil*

1 = *Um pouco útil*

N/A = *Não aplicável*

*Perguntas sobre as actividades e materiais:*

- A descrição do produto FC2 pelo facilitador (o que é o FC2, como ele é diferente, etc.).
- A demonstração passo a passo pelo facilitador de como usar um preservativo feminino.
- A oportunidade de praticar a inserção correcta, passo a passo, do preservativo feminino.
- A discussão e os folhetos sobre como estimular os clientes a tentar usar o FC2.
- O Kit de recursos FC2.

	1	2	3	4	N/A
	<input type="checkbox"/>				
	<input type="checkbox"/>				
	<input type="checkbox"/>				
	<input type="checkbox"/>				
	<input type="checkbox"/>				

11. Sugestões/Comentários: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Muito obrigado pelo seu tempo. Nós valorizamos a sua retroalimentação e utilizaremos os seus comentários para melhorar as nossas oficinas no futuro.**

## Anexo 4: PowerPoint formação FC2

---

## PowerPoint formação FC2



### OBJECTIVOS DA FORMAÇÃO SOBRE O PRESERVATIVO FEMININO FC2

No final da oficina, espera-se que os participantes:

- Sejam capazes de discutir, demonstrar e promover o FC2 com competência e confiança.
- Tenham conhecimentos sobre como o preservativo feminino FC2 é usado para evitar a gravidez indesejada e a propagação de Infecções de Transmissão Sexual (ITSs), incluindo o HIV.
- Possam demonstrar a inserção e o uso adequado do FC2.
- Sejam capazes de fornecer informações exactas sobre o uso do FC2.
- Tenham desenvolvido uma atitude positiva sobre o FC2.

### módulo 1-1

### CONTEÚDO DA OFICINA (1)

Módulo 1: Resumo da oficina e primeiro encontro.

- Boas-vindas
- Regras básicas
- Primeiro encontro
- O que eu realmente acho?

Módulo 2: Resumo da epidemia do HIV e da saúde reprodutiva e sexual.

- Introdução aos métodos de prevenção que fornecem dupla protecção.



### módulo 1-2

### CONTEÚDO DA OFICINA (2)

Módulo 3: FC2 por que? Que? Como?

- Introdução ao preservativo feminino FC2.
- Anatomia feminina e o FC2.
- O uso do FC2.
- A prática da inserção.
- Potenciais problemas e como corrigi-los.

Módulo 4: Falar com os clientes.

- Mensagens promocionais.
- Competências educativas.



### módulo 1-3

### OBJECTIVOS DE APRENDIZAGEM MÓDULO 1 RESUMO DA OFICINA E PRIMEIRO ENCONTRO

No final deste Módulo, os participantes serão capazes de:

- Descrever os objectivos da oficina.
- Explorar noções pessoais, sentimentos e valores no que diz respeito ao preservativo feminino.
- Descrever como essas noções, sentimentos e valores podem afectar a promoção do FC2.



### módulo 1-4

### OBJECTIVOS DE APRENDIZAGEM MÓDULO 2 RESUMO DO HIV E DA SSR

No final deste Módulo, os participantes serão capazes de:

- Resumir as estatísticas nacionais e/ou locais de ITSs, HIV e gravidez indesejada.



### módulo 2-1

### OBJECTIVOS DE APRENDIZAGEM MÓDULO 3 FC2 POR QUE? QUE? COMO?

No final desta sessão, os participantes serão capazes de:

- Enumerar quem pode usar o FC2.
- Enumerar os benefícios do FC2.
- Descrever a anatomia feminina e fisiologia importante e como se relaciona com a inserção do FC2.
- Explicar e demonstrar o uso correcto do FC2.



### módulo 3-1

### FC2 - APARÊNCIA



### módulo 3-2

### O QUE É O PRESERVATIVO FEMININO FC2?

- O FC2 é uma bolsa forte macia de nitrilo de 17 cm (6,5 polegadas - o mesmo que o preservativo masculino) de comprimento. O nitrilo polímero (não-látex) é fino e forte, e ajusta-se à temperatura do corpo.
- O FC2 pode ser inserido antes do acto sexual, porque é usado pela mulher, e o homem não precisa de ter uma erecção.
- O FC2 não pode ser utilizado simultaneamente com um preservativo masculino.
- O FC2 contém um lubrificante à base de silicone no interior do preservativo, mas é possível usar lubrificação adicional para prazer adicional. O FC2 não contém espermicida.



### módulo 3-3

### COMO FUNCIONA O FC2 (1)

- O FC2 tem uma argola flexível na extremidade fechada da bolsa com uma argola ligeiramente maior na extremidade aberta.
- Na extremidade fechada da bolsa, a argola flexível é inserida na vagina para manter o preservativo feminino no lugar.
- Na extremidade aberta da bolsa, a argola permanece fora da vulva, na entrada da vagina.



### módulo 3-4

### COMO FUNCIONA O FC2 (2)

A argola externa:

- Actua como guia durante a penetração do pénis.
- Impede que a bolsa se contraia dentro da vagina.
- Cobre os órgãos genitais da mulher e a base do pénis, oferecendo maior protecção contra a transmissão de ITSS.



### módulo 3-5

### POR QUE O FC2 É IMPORTANTE?

- Os preservativos femininos evitam a gravidez indesejada e as ITSS, incluindo o HIV, revestindo o interior da vagina, impedindo o contato entre as peles dos parceiros.
- Recebem pré-cum e sémen quando o homem ejacula, evitando que o esperma entre na vagina e, portanto, evitando a gravidez indesejada e reduzindo o risco de ITSS.
- Existem opções para que as mulheres possam ter sexo mais protegido e diminuam a transmissão de ITSS e a gravidez indesejada. Os agentes de saúde desempenham um papel importante na apresentação de todas as opções de protecção aos seus clientes.



### módulo 3-6

### QUEM PODE USAR O FC2?

- > Todos os homens e mulheres que querem evitar a gravidez indesejada e se proteger contra as ITSS, incluindo o HIV.
- > Mulheres e homens que não querem usar o preservativo masculino.
- > Pessoas alérgicas/sensíveis ao látex.
- > Pessoas HIV positivo.
- > Mulheres que estão a menstruar.
- > Mulheres que recentemente deram à luz.
- > Mulheres que têm o útero retrovertido.
- > Mulheres que tiveram uma histerectomia.
- > Mulheres na (pré e pós) menopausa.



módulo 3-7

### VANTAGENS DO FC2 (1)

- > Previne a gravidez indesejada, as ITSS e a infecção HIV.
- > Proporciona prazer para homens e mulheres (argolas de duplo prazer).
- > As mulheres e os homens podem iniciar o uso.
- > Facilita a comunicação, proporciona a confiança e a assertividade das mulheres.
- > É mais uma opção para mulheres e homens.
- > A lubrificação faz o sexo mais prazeroso para mulheres na (pré e pós) menopausa.



módulo 3-8

### VANTAGENS DO FC2 (2)

- > Pode ser inserido de antemão e não precisa ser removido imediatamente.
- > Uma opção para homens e mulheres que são alérgicos ao látex.
- > Pode ser usado durante a menstruação.
- > cobre uma parte dos órgãos genitais externos das mulheres, aumentando a área protegida.
- > A mulher pode urinar com o preservativo na vagina.



módulo 3-9

### QUAL É A EFICÁCIA DO FC2?

- > Mais de 17 anos de estudos mostraram que o preservativo feminino é uma barreira efectiva contra muitas ITSS comuns, incluindo o HIV.
- > Estima-se que o uso correcto e consistente do preservativo feminino por um ano com um parceiro HIV+, pode reduzir o risco duma mulher adquirir o HIV em 90%.
- > Estudos internacionais e nos Estados Unidos mostraram que a prevalência de ITSS diminui e a taxa de actos sexuais protegidos aumenta, quando o preservativo feminino está disponível juntamente com o preservativo masculino.



módulo 3-10

### APROVAÇÕES REGULAMENTARES DO FC2

- > Em Março de 2009, o FC2 foi aprovado pelo U.S. FDA (Administração de Alimentos e Medicamentos dos Estados Unidos).
- > Em 2006, a OMS julgou o FC2 aceitável para ser comprado pelas agências da ONU.
- > Em 2005, o FC2 recebeu a marca CE na Europa.
- > Registado em aproximadamente 120 países.



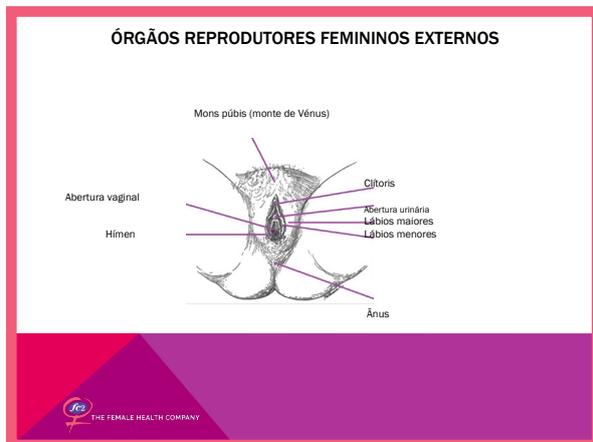
módulo 3-11

### PREOCUPAÇÕES SOBRE O FC2

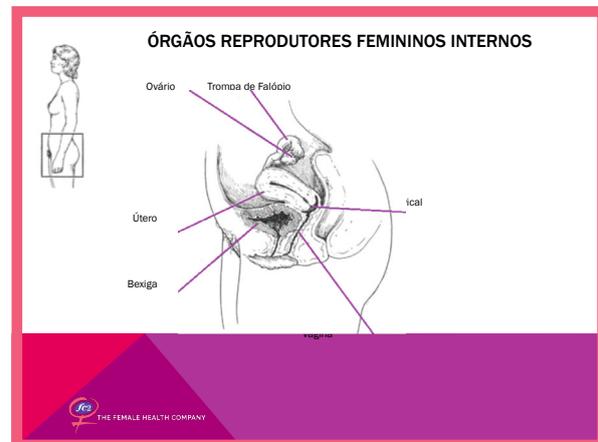
- > Será que vai doer durante o sexo?
- > Será que vai ficar perdido dentro de mim?
- > Serei capaz de tirá-lo?
- > Não é grande demais para a minha vagina?
- > A argola externa não dói?
- > É pequeno demais para o pénis do meu parceiro?



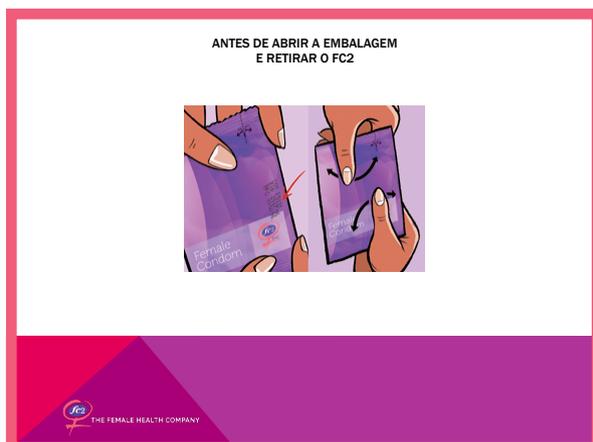
módulo 3-12



módulo 3-13



módulo 3-14



módulo 3-15



módulo 3-16



módulo 3-17



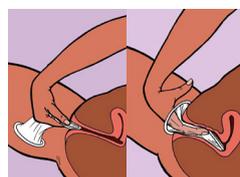
módulo 3-18

INSERÇÃO DO FC2 (4)



módulo 3-19

INSERÇÃO DO FC2 (5)



módulo 3-20

INSERÇÃO DO FC2 (6)



módulo 3-21

INSERÇÃO DO FC2 (7)



módulo 3-22

O FC2 DURANTE O ACTO SEXUAL



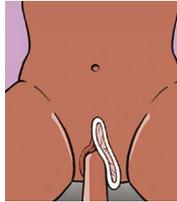
módulo 3-23

O FC2 DEPOIS DO USO



módulo 3-24

PROBLEMAS COM O FC2 (1)



módulo 3-25

PROBLEMAS COM O FC2 (2)



módulo 3-26

OBJECTIVOS DE APRENDIZAGEM MÓDULO 4 FALAR COM OS CLIENTES

No final deste Módulo, os participantes serão capazes de:

- > Resumir as mensagens promocionais do FC2.
- > Revisar as lições aprendidas durante a oficina.



módulo 4-1



[www.fc2femalecondom.com](http://www.fc2femalecondom.com) | [info@fc2femalecondom.com](mailto:info@fc2femalecondom.com)

 @FemaleCondomFC2  
 @FC2FemaleCondom  
 FC2FemaleCondom

O preservativo feminino FC2 é fabricado por  
The Female Health Company (FHC).  
Chicago E.U.A./Londres RU/Malásia

