República de Moçambique
Ministério da Saúde

O Nosso Maior Valor é a Vida

Guia de Mensagens para Cartaz Educativo sobre HPV

Maio de 2026

MISAU

Guia de Mensagens para Cartaz Educativo sobre HPV

SECÇÃO 1: Orientação Geral

Propósito deste Guia

Este guia deve ser utilizado por educadores, actores comunitários (incluindo adolescentes) e profissionais de saúde em combinação com os "Cartazes Educativos sobre o HPV". Os cartazes educativos são concebidos como um complemento para apoiar as sessões educativas; não foram feitos apenas para serem lidos. O guia fornece sugestões sobre como os cartazes educativos devem ser usados na práctica, para garantir que os utilizadores conseguem:

- Transmitir mensagens claras e consistentes sobre a vacina contra o HPV
- Facilitar a discussão com raparigas adolescentes, cuidadores e membros da comunidade
- Responder com confiança a preocupações e mitos comuns sobre o HPV
- Construir confiança e incentivar a tomada de decisões informadas sobre a vacinação contra o HPV

Orientação Geral sobre Sessões Educativas com os Cartazes Educativos sobre o HPV:

- ***Duração****: As sessões educativas devem durar aproximadamente 20-30 minutos (a duração varia consoante o número de perguntas feitas)*
- ***Localização****: Se possível, tente encontrar um local privado para se encontrar, para que haja menos interrupções e incentive uma conversa aberta e honesta*
- ***Comunicação****: Use este guia para determinar os pontos de conversa; NÃO leia apenas o cartaz, pois isso não fornecerá informação suficiente*

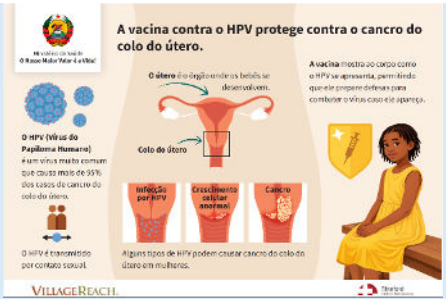
Cada sessão educativa deve incluir:

1. Introdução (2–3 min)
    - Use uma linguagem amigável para criar um tom positivo e incentivar uma conversa aberta e de confiança
    - Explique a razão do encontro – para partilhar informações sobre a vacina contra o HPV
    - Sublinhe que perguntas são bem-vindas
2. Passagem da Mensagens e Discussão (15-20 min)
    - Use os cartazes educativos
    - Mantenha as mensagens simples e breves
    - Dê pausas de vez em quando para verificar se a audiência percebe
3. Discussão Aberta (5-10 min)
    - Convide a quaisquer perguntas que ainda não tenham sido respondidas
    - Use as perguntas de discussão deste guia para ajudar a estimular a conversa
    - Use as perguntas frequentes fornecidas para validar preocupações e responder
4. Encerramento (2 min)
    - Re-enfatize os benefícios da vacinação
    - Incentive raparigas e cuidadoras a apoiarem-se
    - Forneça orientações sobre onde e quando se tomar a vacina

SECÇÃO 2: Mensagens-Chave e Perguntas para Discussão

PARTE FRONTAL DO CARTAZ 1:

A VACINA CONTRA O HPV PROTEGE CONTRA O CANCRO DO COLO DO ÚTERO



O que é o HPV?

- O HPV é um vírus muito comum é transmitido através do contacto sexual ou íntimo.
- A maioria das infeções por HPV não apresenta sintomas, mas alguns tipos causam cancro do colo do útero.
- Existem também outros factores que podem causar cancro do colo do útero, mas o vírus HPV é responsável por quase todos os casos de cancro do colo do útero. É por isso que reduzir infeções virais por HPV é a melhor forma de prevenir o cancro do colo do útero.

O que é o cancro do colo do útero?

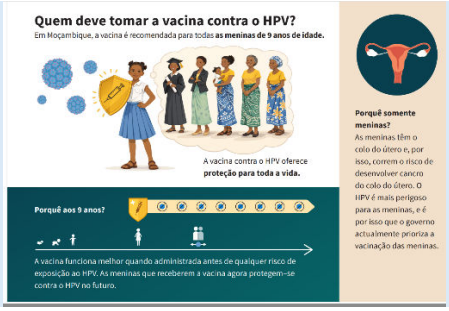
- O útero faz parte dos órgãos reprodutores das raparigas e é onde os bebés crescem. O cancro do colo do útero afecta o colo do útero, a parte inferior do útero.
- O cancro do colo do útero desenvolve-se dentro do corpo, no colo do útero, por isso não é algo que se possa ver do exterior. Como o cancro do colo do útero nem sempre é óbvio, a prevenção através da vacinação é muito importante.
- O cancro do colo do útero muitas vezes não causa dor nem sintomas evidentes. Não é visível como uma erupção cutânea. Uma rapariga ou mulher pode parecer e sentir-se saudável enquanto ocorrem mudanças dentro do seu corpo.
- Mesmo que nunca tenha visto alguém com cancro do colo do útero, é uma doença real e mortal que afecta muitas mulheres

Como é que a vacina contra o HPV funciona para proteger as raparigas?

- O objectivo da vacina é prevenir infeções por HPV que causam cancro do colo do útero.
- A vacina é como um sistema de alerta precoce. Ensina ao corpo como é o HPV para que o corpo tenha a informação certa para preparar defesas fortes contra o HPV.
- Se o vírus HPV entrar no corpo, este saberá que é um vírus mau e poderá começar imediatamente a combatê-lo.
- A proteção da vacina dura para sempre – o corpo lembra-se de como é o HPV mesmo anos depois de receber a vacina.

VERSO DO CARTAZ 2:

QUEM DEVE RECEBER A VACINA CONTRA O VHP?



Quem deve ser vacinado contra o HPV?

- Actualmente, o governo prioriza todas as raparigas de 9 anos para receberem a vacina contra o HPV através de serviços de vacinação de rotina.
- Por vezes, o governo pode organizar campanhas de vacinação mais abrangentes que incluem várias idades para a vacina contra o HPV, mas a prioridade são as raparigas com 9 anos.
- A vacina oferece proteção para toda a vida. As raparigas que são vacinadas agora estão a proteger o seu futuro das infeções por HPV e do cancro do colo do útero.

Porque só raparigas?

- O maior perigo do vírus HPV é porque este causa cancro do colo do útero. As raparigas têm útero, por isso correm risco de desenvolver cancro do colo do útero se forem infectadas com HPV. Os rapazes não têm útero, por isso não correm risco de desenvolver cancro do colo do útero.
- Neste momento, existem disponibilidade limitada da vacina contra o HPV, razão pela qual o governo se foca nas raparigas, pois são as que mais precisam de proteção.

Porquê crianças de 9 anos?

- Os investigadores descobriram que a vacinação aos 9 anos proporciona a resposta imunológica mais forte – o corpo faz o melhor trabalho a preparar as defesas contra o HPV quando se tem 9 anos. Esta proteção dura depois muito tempo.
- *Mensagens para adultos:*
    - A vacina funciona melhor quando administrada antes de uma rapariga ter qualquer contacto íntimo mais tarde na vida ou estar exposta ao HIV
    - A vacina não incentiva relações precoces — limita-se a proteger a saúde no futuro.
- *Mensagens para raparigas:*
    - Vacinar agora significa que está protegido muito antes de precisar dessa proteção.

PARTE FRONTAL DO CARTAZ 3:

O QUE ESPERAR AO RECEBER A VACINA CONTRA O HPV

O que é que as raparigas devem esperar?

- As raparigas podem tomar a vacina contra o HPV na unidade sanitária, nas escolas ou em outros locais da comunidade.
- Os profissionais de saúde normalmente dão alguma informação sobre a vacina e depois chamam as raparigas para vacinar.
- A injeção é feita na parte superior do braço esquerdo.
- As vacinas podem parecer assustadoras mesmo que sejam feitas para ajudar – uma forma das raparigas sentirem menos medo é fechar os olhos ou olhar para outro lado quanto a vacina é administrada.
- A injeção parece uma pequena picada. As raparigas podem sentir uma ligeira dor no braço, mas a dor desaparece rapidamente.
- As raparigas podem regressar às actividades normais logo a seguir.

Quantas doses é que as raparigas precisam?

- A maioria das raparigas precisa de apenas uma dose, e depois ficarão protegidas para o resto da vida.
- Para algumas raparigas os profissionais de saúde podem recomendar duas doses, distribuídas com cerca de 6 meses de intervalo. Os profissionais de saúde aconselharão se as raparigas precisam de uma segunda dose da vacina.

VERSO DO CARTAZ 4:

EFEITOS ADVERSOS OU SECUNDÁRIOS

Efeitos secundários normais

- Durante 1-2 dias após a vacinação, as raparigas podem ter:
    - Dor ou vermelhidão no braço, febre ligeira, cansaço ou dor de cabeça, ou músculos doloridos
- Estes efeitos secundários são normais e são um sinal de que a vacina está a funcionar. Este tipo de efeitos secundários normais desaparece rapidamente após alguns dias.
- Quando procurar cuidados: em casos extremamente raros, algumas raparigas podem ter efeitos secundários intensos, que duram alguns dias. Nestes casos, as raparigas devem dirigir-se ao centro de saúde mais próximo para receber cuidados adicionais de um profissional de saúde.

Porque é que a vacina é gratuita?

- A vacina é gratuita porque proteger a saúde das raparigas é importante. O governo quer garantir que *todas* as raparigas tenham acesso à vacina e possam ser igualmente protegidas.
- Prevenir doenças é mais seguro e acessível do que tratar doenças graves.
- Fornecer vacinas gratuitamente ajuda a reduzir o cancro do colo do útero e mantém as comunidades saudáveis e fortes

PARTE FRONTAL DO CARTAZ 5:

SEGURANÇA DA VACINA

Segurança da vacina

- O mesmo tipo de vacina contra o HPV que é administrada no nosso país esta sendo administrada de forma segura em todo o mundo por mais de 20 anos. Mais de 100 milhões de raparigas foram vacinadas em todo o mundo.
- Cientistas acompanham estas raparigas vacinadas há muitos anos para monitorar a segurança da vacina, e todas as evidências mostram que é segura e eficaz.
- Esta vacina é recomendada pela Organização Mundial da Saúde e por outras autoridades globais de saúde.

A vacina contra o HPV é um contraceptivo?

- A vacina não é um contraceptivo — não previne a gravidez nem altera o ciclo menstrual ou a fertilidade da rapariga.
- Os contraceptivos afectam as hormonas ou os processos reprodutivos; a vacina contra o HPV actua com o sistema imunitário e não tem efeito sobre as hormonas.
- As raparigas que desejam evitar gravidez indesejada devem discutir métodos contraceptivos e de planeamento familiar com um profissional de saúde.
- A vacina contra o HPV também não protege contra outros tipos de infecções de transmissão sexual (ITS). Recomenda-se o uso de preservativos para proteger as raparigas das ITS e prevenir gravidezes indesejadas.

A vacina contra o HPV causa infertilidade?

- Em algumas comunidades, circulam rumores que associam a vacina a infertilidade. Na realidade, a vacina não causa infertilidade, em vez disso, ajuda a tornar o sistema reprodutor saudável ao prevenir o cancro do colo do útero.
- A vacina contra o HPV ensina o sistema imunitário a reconhecer partes do vírus. A vacina não atinge os órgãos reprodutores nem altera as hormonas da fertilidade. Não existe um mecanismo biológico para que esta ou qualquer outra vacina afete a fertilidade.
- A mesma vacina é usada em todo o mundo para prevenir o cancro. Foi testada e tem sido utilizada há mais de 20 anos. Não há evidências de que isso afete a fertilidade.
- *(**Opcional – incluir apenas se este rumor estiver presente na sua comunidade)* Existem também alguns rumores que a vacina está a ser usada para controlo populacional. Isto também não é verdade. Os países que a utilizam querem populações mais saudáveis — não menos pessoas. O ministério da saúde escolheu esta vacina para as nossas crianças porque previne uma doença mortal.

VERSO DO CARTAZ 6:

COMO AS FAMÍLIAS PODEM APOIAR A VACINAÇÃO CONTRA O HPV

Como as famílias podem apoiar a vacinação

- As famílias devem falar abertamente sobre a vacina contra o HPV. Isto dá às raparigas a oportunidade de fazer perguntas ou expressar os seus medos ou preocupações com pessoas em quem confiam.
- Os pais podem:
    - Ajudar as raparigas a sentirem-se confiantes e preparadas para receber a vacina. Fale com as raparigas sobre a vacina contra o HPV para que saibam porque a estão a tomar e como as manterá saudáveis.
    - Tranquilizar as raparigas que a vacina é segura e que as protege. Ajudar a esclarecer quaisquer preocupações ou rumores que possam ter ouvido.
    - Dar permissão para tomar a vacina nas sessões de vacinação nas escolas. Ter conversas sobre a vacina cedo ajudará a tranquilizar as raparigas para que possam tomar a vacina na escola, mesmo sem a presença de um dos pais.
    - Acompanhar as raparigas ao centro de saúde ou local de vacinação; sentar com as raparigas durante a vacinação; lembrar as raparigas que a dor é apenas temporária enquanto a proteção irá durar para toda a vida.

SECÇÃO 3: Perguntas de Discussão

Em vez de apenas rever o conteúdo dos cartazes, recomenda-se ter algumas interações curtas ao longo da sessão. Pode ser necessário incentivar esta interação fazendo perguntas. Abaixo está uma lista de possíveis perguntas de discussão que pode usar para ajudar o seu público a aprender durante a sessão:

Perguntas de discussão para raparigas adolescentes:

- Já ouviste falar do HPV ou do cancro do colo do útero?
- Compreende como a vacina contra o HPV pode ajudar a manter-se saudável?
- Conheces alguém que tenha recebido a vacina contra o HPV?
- Qual é a parte da vacina que mais o preocupa?
- Quem gostarias que estivesse contigo durante a vacinação?
- O que pode ajudar a manter a calma durante a vacinação?
- Que rumores ouviu sobre a vacina contra o HPV? Quais delas te deixam incerto?

- Em quem confia para aconselhamento sobre saúde?
- Que apoio dos seus pais ou cuidadores o ajudaria a sentir-se mais confortável para tomar a vacina?

Perguntas de discussão para cuidadores:

- Já ouviste falar do HPV ou do cancro do colo do útero?
- Que preocupações tem (se houver) em relação à vacina contra o HPV?
- Como podem as famílias ajudar a incentivar a vacinação?
- Como podem, enquanto pais, ajudar a preparar as raparigas para as sessões de vacinação?
- Como podem, enquanto pais, apoiar emocionalmente as raparigas durante a vacinação?
- Que mitos preocupam mais os pais?
- Como podem os pais verificar se um rumor é verdadeiro ou falso?
- Como podemos ajudar-nos uns aos outros a combater a desinformação?
- Como podem os pais ou tutores iniciar uma discussão com as suas filhas sobre a vacina?

Perguntas de discussão para grupos mistos:

- Como podemos ajudar pais e raparigas a perceber porque é que esta vacina é importante?
- Existem crenças na nossa comunidade que tornam a vacina contra o HPV confusa?
- O que podem as escolas ou comunidades fazer para facilitar a vacinação?
- Como podemos desafiar rumores prejudiciais na nossa comunidade?
- Que exemplos de boa informação de saúde podemos partilhar?
- Como podemos criar uma estrutura de apoio que ajude as raparigas e as suas famílias a sentirem-se confiantes em relação à vacinação?

SECÇÃO 4: Encerrar a Discussão

- Depois de rever todos os cartazes, pergunte se há perguntas e responda-as (consulte a Secção 5 abaixo para respostas às Perguntas Frequentes)
- Resuma os pontos:
    - A vacina contra o HPV protege agora as raparigas para que possam crescer e tornarem-se mulheres saudáveis mais tarde.
    - A vacina é segura, eficaz e esta sendo utilizada em todo o mundo.
    - A injeção é rápida e os efeitos secundários são ligeiros.
    - As famílias desempenham um papel importante no apoio às raparigas.
    - Incentive todas as raparigas elegíveis (9 anos) a tomar a vacina.
    - Aconselhe sobre onde ficam os locais de vacinação para o HPV