



# Boas Práticas

*na Prevenção  
e Acompanhamento  
da Gravidez na Adolescência*  
**Mais vale prevenir...**

## **MAIS VALE PREVENIR... MANUAL DE BOAS PRÁTICAS**

A gravidez em idades muito jovens, não sendo um fenómeno novo, continua a constituir um problema grave, não só nos países mais pobres mas também na União Europeia, onde Portugal ocupa o 2º pior lugar, embora revelando alguma tendência para baixar.

---

## **NOTA INTRODUTÓRIA**

Diversos factores contribuem para uma imperfeita relação pais/filho e para um deficiente desenvolvimento da criança, de entre os quais, realço, na maior parte dos casos, o baixo nível de vida com inadequados recursos, a instabilidade familiar, o frequente abandono por parte do progenitor masculino e o insuficiente suporte social. Foi no sentido de minorar estes importantes factores de risco que a Fundação Calouste Gulbenkian e a Maternidade Dr. Alfredo da Costa, em parceria, lançaram, em 2004, o Projecto “Mais Vale Prevenir...”, o qual veio aproveitar a vasta experiência que a Maternidade vinha construindo, desde os finais dos anos 80, nesta área. O desenvolvimento do Projecto veio, durante três anos, apoiar a mãe adolescente a vários níveis, não só clínico (não esquecendo a rigorosa prevenção da reincidência da gravidez não desejada antes dos 20 anos), mas também psicológico e social, facilitando a sua reinclusão na família, na escola, no trabalho e na sociedade. Concluído o Projecto, continua o trabalho e resta a experiência que permite a construção deste Manual de Boas Práticas na Prevenção e Acompanhamento da Gravidez na Adolescência, mais uma vez com o imprescindível patrocínio da FCG, desejando que ele seja muito útil para os profissionais envolvidos e para as e os jovens que neles confiam numa fase tão importante das suas vidas.

**JORGE BRANCO**  
*DIRECTOR DA MAC*

---

**A FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN**, ao longo dos seus mais de 50 anos de existência, tem dedicado uma particular atenção às crianças e aos jovens, designadamente através da participação e apoio a projectos que contribuam para o seu desenvolvimento equilibrado, sobretudo daqueles que se encontram em situações de risco social e pessoal. Neste sentido, a Fundação tem adoptado uma lógica de actuação que privilegia o apoio a projectos-piloto inovadores, com potencial de demonstração e replicação, por forma a encontrar novas e melhores respostas para as necessidades sociais emergentes. É neste quadro que em 2004 é estabelecida uma parceria com a Maternidade Alfredo da Costa, para a realização do projecto “Mais vale prevenir” visando o acompanhamento pluridisciplinar das adolescentes grávidas ou em risco de gravidez. Trata-se de uma forma de intervenção inovadora que promove a saúde física, psicológica e emocional das jovens, procurando-se fazer a ponte com o contexto onde vivem, numa perspectiva integrada do apoio prestado.

Os resultados deste projecto, realizado durante três anos, revelaram-se bastante positivos, demonstrando assim que esta forma de de actuação constitui uma boa prática que importa relatar e difundir por todos aqueles a quem incumbe cuidar e acompanhar jovens nestas delicadas situações.

Com a publicação deste Manual, pretendemos divulgar um novo modelo de prestação de cuidados às mães adolescentes, para que este mais facilmente seja adoptado por outras unidades de saúde. São projectos de sucesso como este que constituem estímulo para a Fundação Gulbenkian continuar o seu trabalho de dedicação aos sectores mais vulneráveis da nossa sociedade.

**ISABEL MOTA**

*ADMINISTRADORA  
FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN*

Este Manual surge na sequência do projecto, “Mais Vale Prevenir...”, realizado na Maternidade Alfredo da Costa, e da necessidade de divulgar boas práticas na área da prevenção e da maternidade na adolescência.

Neste Manual faz-se referência ao Projecto “Mais Vale Prevenir”, aos seus destinatários, assim como, uma breve contextualização da gravidez na adolescência, com menção às suas diversas implicações sociais e emocionais, tanto na adolescente como na sua família. Por último, apresenta-se as boas práticas utilizadas na Consulta da Adolescência da Maternidade Alfredo da Costa, nas diferentes áreas de intervenção, bem como as principais questões que surgem nas consultas.

---

## PROJECTO “MAIS VALE PREVENIR”

Desde 1989 que a Maternidade Alfredo da Costa recebe e acompanha jovens com gravidez precoce. Ao sentir necessidade de alargar este atendimento criou um projecto, em parceria com a Fundação Calouste Gulbenkian, com o objectivo de dar resposta a um público mais alargado de jovens.

Desta forma, nasceu o Projecto “Mais Vale Prevenir”, a 23 de Março de 2004 (assinatura do protocolo entre a Fundação Calouste Gulbenkian e a Maternidade Alfredo da Costa – MAC). Iniciou-se a 31 de Maio de 2004 e terminou após os três anos contemplados. Após o término do projecto “Mais Vale Prevenir”, este modelo de intervenção continuou a ser implementado, com bons resultados, na Maternidade.

Este projecto destina-se à prevenção da gravidez e sua recidiva em jovens com idade igual ou inferior a 16 anos, assim como a promoção de comportamentos saudáveis para evitar infecções sexualmente transmissíveis (IST). Pretende-se uma abordagem bio-psico-social para o atendimento e acompanhamento de cada adolescente de forma a fornecer-lhes os melhores cuidados médicos, ao mesmo tempo que se desenvolvem competências maternas e se apoiam os projectos de vida.

---

## **O PROJECTO TEVE COMO PRINCIPAIS OBJECTIVOS:**

- Prevenir a gravidez não desejada na adolescência e sua reincidência
- Promover nos jovens comportamentos saudáveis para a prevenção das IST's
- Apoiar a adolescente ao nível clínico, social, psicológico e nutricional
- Apoiar a mãe adolescente no exercício da maternidade e na inclusão social
- Promover nos adolescentes uma maternidade/paternidade responsáveis
- Estabelecer uma rede de suporte social

## **O PROJECTO FOI CONSTITUÍDO POR UMA EQUIPA DE 9 TÉCNICOS:**

- 3 obstetras, 1 enfermeira, 1 assistente social, 1 psicóloga, 1 dietista, 1 pediatra, 1 administrativa

## **O PROJECTO TEVE COMO POPULAÇÃO-ALVO:**

- Adolescentes com idade igual ou inferior a 16 anos que tenham sido mães na MAC
- Apresentem diagnóstico de aborto
- Apresentem risco de gravidez precoce
- Apresentem dificuldades ao nível social, psicológico e nutricional

## **DURANTE O PROJECTO FORAM REALIZADAS AS SEGUINTES ACTIVIDADES:**

- Realização de consultas pós-parto
- Realização de consultas de aconselhamento contraceptivo para jovens com diagnóstico de aborto ou risco de gravidez precoce
- Aconselhamento contraceptivo
- Acompanhamento psicossocial
- Aconselhamento e acompanhamento e nutricional

## **INTERVENÇÃO COM AS ADOLESCENTES NA MATERNIDADE ALFREDO DA COSTA:**

### **I Projecto “Mais Vale Prevenir”**

Acompanhamento de jovens em Risco de Gravidez Precoce e IST's Aconselhamento em Saúde Sexual e Reprodutiva em Mães Adolescentes

### **II Maternidade Alfredo da Costa**

Consulta de Adolescentes Grávidas

### **III Projecto “Mais Vale Prevenir”**

Acompanhamento de adolescentes que tenham sido mães na MAC

Sendo este, um manual, cujos objectivos estão relacionados com a compreensão e acompanhamento de adolescentes com dúvidas e problemáticas diversas relacionadas com a sexualidade, os seus destinatários são os profissionais de saúde que trabalham e convivem diariamente com estas jovens.

---

## DESTINATÁRIOS DO MANUAL

Deste modo, o manual está direccionado para:

### **Técnicos de Centros de Saúde da consulta de Planeamento Familiar**

Enfermeiros(as), Médicos(as) de medicina geral e familiar, Psicólogos(as), Assistentes Sociais, Pediatras, Nutricionistas, Ginecologistas e Obstetras

### **Técnicos dos Hospitais na consulta da Adolescência**

Enfermeiros(as), Psicólogos(as), Pediatras, Assistentes Sociais, Nutricionistas, Ginecologistas e Obstetras

### **Técnicos das Maternidades**

Enfermeiros(as), Psicólogos(as), Assistentes Sociais, Pediatras, Nutricionistas, Ginecologistas e Obstetras

# 03

A adolescência é uma fase de transição ou de crise psicossocial onde acontecem remodelações intra psíquicas e externas importantes e onde a palavra chave é ambivalência.

---

## CONTEXTUALIZAÇÃO DA GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA

### 03.1 Breve caracterização da Adolescência

A adolescência é uma época da vida marcada por profundas transformações físicas, psíquicas e sociais, vivenciadas num determinado contexto cultural. Mais do que uma fase, a adolescência é um processo dinâmico de passagem entre a infância e a idade adulta. A adolescência é uma fase de transição ou de crise psicossocial onde acontecem remodelações intra psíquicas e externas importantes e onde a palavra chave é ambivalência.

A ambivalência da adolescência relaciona-se com as transformações que ocorrem no jovem e que tornam esta fase de difícil compreensão pelos outros e pelos próprios. Existem, nesta fase, desejos ambivalentes de crescer e de regredir, de se sentir ainda criança e já adulto, de autonomia e de dependência, de ligação ao passado e de vontade de se projectar no futuro.

Conclui-se assim, que a adolescência é uma fase da vida de profundas modificações.

### 03.2 Gravidez na Adolescência

A gravidez e a maternidade exigem reajustes importantes da mulher, decorrentes tanto das alterações do corpo como da conseqüente mudança de identidade. Por este motivo esta fase é muitas vezes considerada uma fase de crise.

Considerar uma gravidez na adolescência é considerar “um duplo esforço de adaptação interna e uma dupla movimentação de duas realidades que convergem num único momento: estar grávida e ser adolescente” (Correia, 1995).\*

\*Correia, M.J. , (1995) A Carla Ficou Grávida! E Agora?: A Família Inserida na Sociedade Actual: “Exigências” de Adaptação. Análise Psicológica, XIII, 47-51

## 03.3 Etiologia da Gravidez na Adolescência

Deste modo, e tendo em consideração esta ou aquela realidade podemos constatar a existência de causas comuns e específicas que poderão estar na origem duma gravidez na adolescência.

### CAUSAS COMUNS

#### Dimensões Sócio-Culturais

##### ▶ ENQUADRAMENTO SÓCIO-CULTURAL

A gravidez na adolescência tem diferentes significados e suscita diferentes reacções consoante o meio sócio-cultural em que ocorre

##### ▶ ANTECIPAÇÃO DA CAPACIDADE FÉRTIL

Antecipação da puberdade e, conseqüentemente, do aparecimento precoce da 1ª menstruação

##### ▶ ANTECIPAÇÃO DA VIDA SEXUAL ACTIVA

##### ▶ AUSÊNCIA DE CONHECIMENTO RELATIVAMENTE À ESTRUTURA E FUNCIONAMENTO DO PRÓPRIO CORPO

As adolescentes têm desconhecimento do funcionamento do seu corpo e do aparelho reprodutor, e desfrutam de uma interpretação particular do seu processo reprodutivo, já que gozam da crença de que são imunes à ocorrência da gravidez

##### ▶ INEFICÁCIA DOS MECANISMOS DE PREVENÇÃO

Actualmente existe muita informação sexual, mas não existe educação sexual

#### Dimensões Psicológicas

##### ▶ ATENUAR CARÊNCIAS

Num meio familiar onde existe falta de ternura e compreensão a gravidez poderá surgir como forma de preencher carências. A adolescente pode mesmo acreditar que o bebé levará a um compromisso por parte do companheiro

##### ▶ GRATIFICAÇÃO NARCÍSICA

A gravidez é uma forma de auto-satisfação dado que outras possíveis compensações não funcionam

##### ▶ PREENCHIMENTO DE UM VAZIO PSICOLÓGICO E EMOCIONAL

##### ▶ AGRESSÃO AOS PAIS OU DESEJO DE DESAFIÁ-LOS

Pode configurar-se como uma fuga ao controlo e à dependência que a adolescente tem dos pais. As adolescentes procuram demonstrar independência pessoal face à família e pertença ao mundo adulto



---

### **INDEPENDENTEMENTE DAS CAUSAS QUE PODEM LEVAR A UMA GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA, O CERTO É QUE IMPLICA UMA TOMADA DE DECISÃO**

- Prosseguir a gravidez e ficar com o bebe
- Prosseguir a gravidez e dar o bebe para a adoção
- Interromper a gravidez

### **QUALQUER DAS DECISÕES IMPLICA UMA REFLEXÃO**

- Tarefa adulta para a qual a adolescente nem sempre está preparada

Por vezes, o equilíbrio emocional balança; é de extrema importância o apoio da família, dos amigos, da escola e da comunidade.

---

## **03.4 Consequências da Gravidez na Adolescência**

Após enunciadas algumas causas comuns é necessário enunciar consequências que se podem desencadear com o surgimento de uma gravidez precoce.

### **CONSEQUÊNCIAS COMUNS**

**Dimensões  
Sócio-Culturais**

- ▶ **ABANDONO ESCOLAR**
- ▶ **ENTRADA PRECOCE NO MUNDO DO TRABALHO**
- ▶ **CASAMENTO PRECOCE**
- ▶ **AUSÊNCIA DE RESPOSTAS SOCIAIS ADAPTADAS ÀS EXIGÊNCIAS DA GRAVIDEZ E MATERNIDADE ADOLESCENTE**
- ▶ **REDEFINIÇÃO DA ESTRUTURA FAMILIAR**
- ▶ **ACENTUAÇÃO DAS DIFICULDADES SÓCIO-ECONÓMICAS**

**Dimensões  
Psicológicas**

- ▶ **RISCO PSICOLÓGICO**
- ▶ **MODIFICAÇÃO DA RELAÇÃO COM OS PAIS**
- ▶ **REDEFINIÇÃO DOS PAPEIS FAMILIARES**
- ▶ **ALTERAÇÃO DA RELAÇÃO COM OS AMIGOS**
- ▶ **MODIFICAÇÃO DA RELAÇÃO COM O PAI DO BÉBE**

## GRAVIDEZ NA ADOLESCÊNCIA - 3 INTERVENÇÕES

Acompanhamento  
de jovens em risco



### Intervenção primária

PSICOLOGIA  
NUTRIÇÃO  
GINECOLOGIA /MEDICINA GERAL FAMILIAR /ENFERMAGEM  
SERVIÇO SOCIAL

Consulta de  
adolescentes  
grávidas



### Intervenção secundária

PSICOLOGIA  
ENFERMAGEM  
NUTRIÇÃO  
SERVIÇO SOCIAL  
OBSTETRÍCIA /MEDICINA GERAL FAMILIAR

Acompanhamento  
de adolescentes que  
tenham sido mães  
na MAC



### Intervenção terciária

PSICOLOGIA  
ENFERMAGEM  
NUTRIÇÃO  
GINECOLOGIA /MEDICINA GERAL FAMILIAR  
SERVIÇO SOCIAL  
PEDIATRIA

# 04

## **BOAS PRÁTICAS – gravidez na adolescência**

---

### **INTERVENÇÃO PRIMÁRIA**

– Jovens em risco de gravidez precoce que procuram aconselhamento em saúde sexual e reprodutiva

#### **Encaminhamentos**

- As jovens, com idades inferiores a 17 anos, aparecem na consulta acompanhadas pelos pais, pelos namorados ou sozinhas.
- Têm conhecimento dos Serviços através da Internet, de amigas que já os frequentaram ou que os conhecem através de outros, e/ou nas escolas.
- São marcadas consultadas em quatro áreas de intervenção (psicologia, social, nutricional e médica), no mesmo dia e com horários próximos. Este procedimento acontece com todas as jovens que procuram a consulta (sem qualquer distinção).
- É privilegiada a envolvimento da adolescente quando procura este espaço, promovendo assim, um maior empenho na continuidade dos acompanhamentos, tentando sempre, neste primeiro momento de intervenção, motivá-la para que regresse nas consultas seguintes, tendo em vista a promoção de comportamentos saudáveis e prevenção das infecções sexualmente transmissíveis

## Procedimentos

### ÁREAS DE INTERVENÇÃO

### TEMAS ABORDADOS

### QUESTÕES MAIS FREQUENTES

#### ▶ Psicologia

- ▶ A Adolescência e as emoções e sentimentos inerentes a esta fase
- ▶ Sexualidade
- ▶ Vivências pessoais
- ▶ Projecto de vida
- ▶ Expectativas
- ▶ Relações amorosas
- ▶ Relações familiares

- ▶ Relacionamentos amorosos
- ▶ Primeiras desilusões
- ▶ Relações conturbadas com os pais

#### ▶ Social

- ▶ Aconselhamento e acompanhamento familiar
- ▶ Reposição de canais de comunicação entre os familiares e a adolescente
- ▶ Apoios sociais
- ▶ Estabelecimento de uma relação

- ▶ Dificuldades nas dinâmicas familiares
- ▶ Dificuldades sócio-económicas
- ▶ Ausência de respostas sociais

#### ▶ Nutricional

- ▶ Avaliação do IMC (Índice de Massa Corporal)
- ▶ Avaliação do peso e das medidas
- ▶ Hábitos e correcções alimentares
- ▶ Importância do exercício físico
- ▶ Programa de peso (aumento ou perda de peso)

- ▶ Peso
- ▶ Exercício físico
- ▶ Dietas
- ▶ Gorduras localizadas

#### ▶ Ginecologia/ Medicina Geral e Familiar / Enfermagem

- ▶ Saúde sexual e reprodutiva
- ▶ Contracepção indicada, consoante os casos
- ▶ Uso do preservativo
- ▶ IST (Infecções Sexualmente Transmissíveis)
- ▶ Análises de rotina
- ▶ Contracepção de emergência

- ▶ Pedido da pílula
- ▶ Teste de gravidez

---

## INTERVENÇÃO SECUNDÁRIA

- Acompanhamento da gravidez da jovem adolescente
- Acompanhamento na tomada de decisão da Interrupção da Gravidez

## Encaminhamentos

- Qualquer jovem, com idade igual ou inferior a 16 anos, que se dirija às consultas da Maternidade Alfredo da Costa, é incluída na consulta da Gravidez na Adolescência
- Habitualmente são encaminhadas pelos Centros de Saúde, Escolas, IPSS's, Serviços Sociais de lares e centros de acolhimento, CPCJ's, Segurança Social, SCMLx
- Normalmente as consultas têm uma frequência mensal; quando se aproximam do final da gravidez, a sua frequência passa a ser semanal

## Procedimentos

### ÁREAS DE INTERVENÇÃO

▶ **Psicologia**

▶ **Social**

### TEMAS ABORDADOS

- ▶ Adaptações Físicas e emocionais à gravidez
- ▶ Projecto da gravidez

- ▶ Inclusão social
- ▶ Adaptação da família à gravidez da adolescente
- ▶ Inclusão do namorado nas várias etapas do desenvolvimento da gravidez e da própria adolescente
- ▶ Redes de suporte na comunidade
- ▶ Apoio social e material

### QUESTÕES MAIS FREQUENTES

- ▶ Interrupção Voluntária da Gravidez (IVG) Elaboração e gestão interna de alguns sentimentos
- ▶ Dificuldades amorosas/ primeiras desilusões
- ▶ Desresponsabilização por parte dos namorados/ pais das crianças
- ▶ Dificuldades económicas e sociais
- ▶ Dificuldades de autonomia social e económica
- ▶ Crise Familiar

## ÁREAS DE INTERVENÇÃO

### ▶ Nutricional

- ▶ Avaliação regular do peso
- ▶ Segurança alimentar
- ▶ Compensação de cálcio
- ▶ Ingestão de água
- ▶ Aumento de peso
- ▶ Amamentação
- ▶ Educação alimentar

### ▶ Enfermagem

- ▶ Medição da tensão

### ▶ Obstetrícia/ Medicina Geral e Familiar

- ▶ Avaliação Obstétrica
- ▶ Datação da gravidez
- ▶ Prevenção da prematuridade:
  - Reconhecimento das contrações
  - Sintomas de alarme ou factores de risco
- ▶ Contracepção
- ▶ IST (Infecções Sexualmente Transmissíveis)

## QUESTÕES MAIS FREQUENTES

- ▶ Aumento do peso
- ▶ Estrias
- ▶ Celulite
- ▶ Enjoos
- ▶ Dietas durante a gravidez

- ▶ Ecografias
- ▶ Alterações fisiológicas da Gravidez
- ▶ Sinais de parto

- ▶ Bem estar da gravidez e do Feto
- ▶ Receio do parto:
  - Epidural
  - Medo da dor
- ▶ Sexualidade durante a gravidez
- ▶ Sinais de alarme

---

## INTERVENÇÃO TERCIÁRIA

– Nascimento do bebé e (re)adaptação biopsicosociocultural, da jovem, do filho, do pai e da família, ao meio envolvente

### Encaminhamentos

- Após o nascimento, são realizadas as primeiras consultas nas várias áreas de intervenção, ao bebé e à mãe
- As consultas são marcadas com um intervalo de tempo curto para permitir o acompanhamento e reajustamento desta nova etapa no exercício da maternidade

### Procedimentos

#### ÁREAS DE INTERVENÇÃO

#### TEMAS ABORDADOS

#### QUESTÕES MAIS FREQUENTES

##### ▶ Psicologia

- ▶ Depressão pós-parto
- ▶ Adaptação à maternidade e conciliação com a adolescência
- ▶ Construção e reajuste dos projectos de vida
- ▶ Em alguns casos, ajuda na elaboração do luto com o fim de algumas relações amorosas com o nascimento de um filho

- ▶ Modificação das relações familiares e com o pai do bebé

##### ▶ Social

- ▶ Retorno à escola ou formação profissional
- ▶ (Re)Integração no mercado de trabalho
- ▶ Apoio na reelaboração/ construção de um projecto-vida
- ▶ Apoio social e material
- ▶ Reajustamento nas dinâmicas familiares

- ▶ Ausência de apoios sociais que facilitem a autonomia
- ▶ Dificuldades na conciliação das tarefas individuais e das exigências da maternidade
- ▶ Ausência de respostas sociais, nomeadamente para as crianças: creches, amas e outros equipamentos
- ▶ Dificuldade nas acessibilidades aos serviços: Segurança Social, Cursos de formação...

## ÁREAS DE INTERVENÇÃO

### Nutricional

### Enfermagem

### Ginecologia/ Medicina Geral e Familiar

### Pediatria

## TEMAS ABORDADOS

- ▶ Avaliação do Peso e Medidas
- ▶ Hábitos e correções alimentares
- ▶ Importância do exercício físico
- ▶ Alimentos menos aconselhados durante a amamentação

- ▶ Contraceção na amamentação
- ▶ Prevenção de nova gravidez

- ▶ Revisão do parto
- ▶ Consulta de planeamento familiar para evitar nova gravidez:
  - Contraceção
  - IST
  - Cuidados com o recém-nascido e amamentação

- ▶ Vacinação
- ▶ Banho
- ▶ Amamentação/Alimentação
- ▶ Febres

## QUESTÕES MAIS FREQUENTES

- ▶ Aumento do peso
- ▶ Alteração do corpo:
  - Estrias
  - Alterações das mamas
  - Deformações de tatuagens
  - Piercings

- ▶ Relações sexuais após o parto e respectiva contraceção

- ▶ Contraceção
- ▶ Sexualidade após o parto

- ▶ Duvidas relacionadas com o bebé
- ▶ Alimentação (mãe e do bebé)
- ▶ Cólicas
- ▶ Sono



---

## **BIBLIOGRAFIA**

- Correia, M.J., (1995) A Carla Ficou Grávida! E Agora?: A Família Inserida na Sociedade Actual: “Exigências” de Adaptação. *Análise Psicológica*, XIII, 47-51
- Correia, M.J., Alves, M. J. (1990) Gravidez na Adolescência: O Nascimento de uma Consulta e de um Programa de Intervenção. *Análise Psicológica*, VIII, 429-434
- Sá, E. (2003) *A Maternidade e o Bebê. Fim de Século*, Lisboa
- Sampaio, D. (1993) *Vozes e Ruídos: Diálogos com Adolescentes*, Editorial Caminho, Lisboa
- Xarepe, F. (1990) A gravidez na adolescência, aspectos sociais, *Análise Psicológica* 4 (VIII): 435-437
- 

## **LINHAS DE APOIO E SERVIÇOS**

[www.maisvaleprevenir.com](http://www.maisvaleprevenir.com)

[www.apf.pt](http://www.apf.pt)

Sexualidade em Linha: 80 822 2003

4<sup>a</sup> feiras Jovens (APF Lisboa): 21 388 8901

Linha SIDA: 80 026 6666

[www.sexualidadejuvenil.pt](http://www.sexualidadejuvenil.pt)

[www.sida.pt](http://www.sida.pt)

Maternidade Dr. Alfredo da Costa



Projecto "Mais Vale Prevenir"



FUNDAÇÃO  
CALOUSTE  
GULBENKIAN