**A vida, nascimento, educação sexual e doenças sexualmente transmissíveis**

**Reprodução**

Os seres vivos têm a capacidade de se reproduzir gerando descendentes. Nos animais e seres humanos, o impulso e a atração sexual aproximam os sexos, que se completam pelo prazer das duas pessoas estarem juntas pelo afeto e pelo amor. Através do ato sexual, o espermatozóide é lançado no fundo da vagina da mulher, isto é, a ejaculação. Chegando às trompas, milhões de espermatozóides, quando encontram um óvulo maduro (gameta feminino), realizam a fecundação, onde somente um espermatozóide penetrará no óvulo, fecundando-o em uma célula-ovo (zigoto) e dando início à gravidez. A mulher produz somente um óvulo maduro por mês a partir dos 11 anos; o homem produz esperma o tempo todo, a partir dos 13 anos.

**Órgãos masculinos**

Testículos: São duas glândulas ovais, que produzem os espermatozóides. Podem ter tamanhos diferentes no início e ficam alojadas no saco escrotal ou escroto. Os testículos também produzem o hormônio sexual masculino ou testosterona, que provoca o desenvolvimento dos caracteres masculinos como barba, pêlos e engrossamento da voz.

Espermatozóide: É o gameta masculino. Tem cabeça, colo e cauda e movimenta-se rapidamente, movendo a cauda num líquido chamado esperma ou sêmen.

Próstata: É uma glândula que produz um líquido que completa o esperma

Pênis: É o órgão masculino, de forma cilíndrica, que possui um canal central chamado uretra, que conduz a urina e o esperma para o exterior do corpo.

**Órgãos femininos**

Ovários: São glândulas que produzem e amadurecem um óvulo a cada 28 dias. Também produz os hormônios femininos como a progesterona e o estrógeno, que provocam o desenvolvimento dos seios e pêlos nas axilas e no púbis.

Trompas: São dois tubos finos que ligam os ovários ao útero. É onde ocorre a fecundação (encontro do espermatozóide com o óvulo).

Útero: Sua função é guardar o óvulo depois de fecundado e alojar o embrião até o nascimento.

Vagina: É um canal que liga o útero à vulva.

Clitóris: É um órgão do tamanho de um grão de feijão, que é responsável pelo prazer sexual da mulher.

Vulva: É o conjunto dos órgãos externos do aparelho genital feminino.

**Período fértil**

Todos os meses, sem que a mulher sinta, um óvulo desprende-se do ovário e encaminha-se para as trompas. Este é o momento da ovulação, período fértil ou época de reprodução, que ocorrerá se o óvulo receber um espermatozóide. Se nenhum espermatozóide atingir o óvulo, ele se desfaz. As relações sexuais, quando não existem óvulos maduros na trompa, não engravidam. A menstruação ocorre normalmente a cada 28 dias. A ovulação ocorre geralmente no 14° dia após a menstruação e é o período mais fértil para a gravidez. Nos dias anteriores e posteriores à menstruação, o período é menos fértil. Mas, a tabelinha não é confiável.

**Menstruação ou regra**

O útero freqüentemente se prepara para receber um óvulo fecundado. Nessa preparação, ele recebe vários hormônios, tornando a mucosa uterina esponjosa e cheia de vasos sangüíneos. Outras glândulas também são estimuladas a fabricar secreções alimentícias para o novo ser. Quando não ocorre a fecundação, o

óvulo se atrofia, a mucosa uterina perde a consistência esponjosa e se desmancha, desfazendo assim o ninho e os alimentos que foram preparados ao novo ser. Esse material junta-se aos vasos sangüíneos rompidos e é eliminado pela vagina. E isso, como muito bem sabem as mulheres, ocorre mensalmente e traz alguns efeitos desagradáveis para algumas mulheres, além de outras que possuem ciclos irregulares, durando mais ou menos, eliminando mais ou menos material. A menstruação dura de 3 a 7 dias. É a preparação do útero para a gravidez, quando ela não ocorre, é desfeito o arranjo e eliminado o material da preparação. Geralmente, inicia-se aos 12 anos e encerra-se aos 50, quando ela entra na menopausa. Durante a gravidez e o período em que a mulher amamenta, não há menstruação.

**Fecundação**

O núcleo do espermatozóide une-se ao núcleo do óvulo, dando início ao desenvolvimento do embrião. Após a fecundação, que ocorre nas trompas, a célula-ovo dirige-se ao útero. Nas 12 primeiras semanas, o novo ser recebe o nome de embrião, depois passa a se chamar feto. Ao redor do embrião, desenvolve-se uma bolsa cheia de líquidos para protegê-lo. Os alimentos são passados ao embrião pela mãe através do cordão umbilical.

**Desenvolvimento do embrião**

Já no primeiro dia, o ovo se divide em duas células; no segundo dia, em quatro células; e vai se multiplicando rapidamente; no décimo dia, fixa-se na parede do útero. Com 30 dias, o embrião já começa a se formar e aos 60 dias já se formou a face, aparecem os dedos, os músculos já se contraem, o fígado já funciona e os órgãos genitais masculinos e femininos ainda são parecidos.

**Gravidez**

O primeiro sinal de gravidez é a ausência da menstruação, mas há necessidade de confirmação laboratorial e médica. A gravidez normal dura nove meses. A mulher grávida pode continuar a fazer tudo normalmente. O aumento de peso é de 3 a 4 quilos até o 4° mês e até 12 quilos ao fim da gravidez, quando deve voltar ao peso antigo, pois o peso extra é do bebê e da placenta que o protege. Com acompanhamento médico durante a gravidez, o parto e a fase de recém-nascido normalmente tudo transcorre sem problemas.

**O parto**

O trabalho de parto começa quando iniciam-se as contrações dos músculos do útero (dores do parto) e a bolsa de água é rompida. O bebê é expelido do útero pela vagina. O médico corta o cordão umbilical; o bebê começa a respirar sozinho e a chorar. Depois do parto, todo o aparelho reprodutor da mulher volta ao normal. Quando a criança encontra dificuldades para sair, realiza-se a operação cesariana, que consiste em um corte no abdome para a retirada da criança.

Antigamente, sexo era assunto proibido. Quanta ignorância! Como se pode viver bem sem conhecer como se faz a vida e como funciona o próprio corpo? Por isso, o mundo é esta tristeza que é hoje. Por ignorância. Ninguém tinha qualquer conhecimento sobre sexo, não havia para quem perguntar e tão pouco se podia comentar. Comportamento como de qualquer animal. Quantos sofrimentos físicos, mentais e sentimentais, doenças e morte durante milênios. Para os antigos, o assunto é pecado e vergonhoso, mas, felizmente isso está mudando. Vamos falar aberta e cientificamente sobre sexo para termos uma vida muito melhor.

**Para que serve o sexo?**

Para garantir a sobrevivência das espécies. Toda forma de vida animal se reproduz através do sexo. O nosso organismo nos induz a fazer sexo como uma necessidade fisiológica (do corpo). O homem atualmente pratica relação sexual mais por prazer do que para reprodução. O prazer é o atrativo para se fazer sexo. A falta de atividade sexual pode levar a desconfortos físicos e mentais. O sexo também se tornou uma forma de dar mais prazer e alegria à vida e dar e receber carinho, afeto e amor. É a forma mais íntima de duas pessoas se envolverem em relações emocionais e sentimentais mais profundas.

**Como ocorre a ejaculação?**

Quando um homem fica excitado, seu pênis fica ereto (duro), pois acumula-se sangue dentro dele. No clímax da excitação, o esperma jorra. Ejacular dormindo ocasionalmente é natural. Em crianças pode ocorrer a ereção (pênis ficar duro), mas não há ejaculação. Quando ocorre a ejaculação, é porque seu organismo já produz espermatozóides e pode engravidar uma mulher.

**Ejaculação precoce**

A ejaculação (gozar) normalmente ocorre no final de uma relação sexual provocando grande sensação de prazer denominada orgasmo. A mulher geralmente demora mais para chegar ao orgasmo. Ejaculação precoce é quando o homem ejacula no início da relação ou antes do orgasmo da mulher. Isto é causado geralmente por fatores psicológicos, como ansiedade e inexperiência, mas logo, a pessoa aprende a controlar. Também pode ser causado por medo de mal desempenho sexual, medo de engravidar, estresse e raramente por fatores fisiológicos, que devem ser analisados por especialistas (terapeuta e urologista).

**Primeira menstruação**

Por volta de 12 anos, de repente, na calcinha da garota aparece uma mancha de sangue. Calma, é apenas a primeira menstruação. Após a puberdade, a cada mês amadurece um óvulo no organismo da mulher. Se o óvulo não for fecundado por um espermatozóide, ele se desfaz. A mucosa uterina e seus fragmentos são expelidos pela vagina junto com sangue. Mulher menstrua, isto é orgulho e não vergonha. Durante os dias de menstruação, deve-se usar absorvente. Veja com qual você se sente melhor. Pode-se usar toalhinhas, mas sempre as lave muito bem para evitar mal-cheiro e infecções. Durante a menstruação, a mulher pode levar vida normal, nada é proibido. Algumas mulheres sentem cólicas (dores na barriga) nessa fase. Aspirinas, bolsa de água quente, caminhadas, natação, exercícios físicos ajudam a aliviar as dores. Caso persistam, procure o médico.

**Masturbação**

Masturbar significar massagear ou acariciar os órgãos sexuais para sentir prazer. É muito normal na adolescência e ocorre também na infância e na fase adulta. A masturbação não é pecado e nem faz mal à saúde. É um modo de satisfazer as necessidades fisiológicas do corpo, as vontades sexuais e relaxar. Mas, não exagere.

**Homossexualidade**

Existem homens e mulheres homossexuais (pessoas que têm atração sexual por pessoas do mesmo sexo). Existem também pessoas assexuais (sem interesse sexual) e bissexuais (pessoas que praticam sexo com homens e mulheres). Na natureza humana, os gêneros masculino e feminino são únicos e bem definidos. O homem possui hormônio feminino e a mulher possui hormônio masculino, mas em quantidades bem menores do que seus hormônios padrões.O homossexualismo ocorre em função de alguma anomalia (desvio de padrão) de ordem fisiológica ou psicológica. O comportamento sexual geralmente sofre alteração por desvios fisiológicos de nascença ou fatores emocionais e sociais durante a infância e adolescência, também podendo ocorrer na fase adulta. Os fatores psicológicos mais comuns são o ambiente, a convivência, a repressão, o abandono, a desilusão, timidez, rejeição e libido acentuado. Não existe opção sexual. Ninguém decide mudar seu comportamento sexual sem uma forte e longa influência física ou mental. Está mudança é um processo normalmente difícil, que leva a pessoa a um ponto onde torna-se melhor aceitar e buscar ser feliz de outra forma do que esconder e lutar contra. Homossexualismo não é doença. Não deve ser discriminado e nem incentivado. O homossexual possui capacidades físicas e intelectuais perfeitamente normais.

**O que é ser virgem?**

É uma pessoa, homem ou mulher, que nunca teve relações sexuais. Nas mulheres, existe uma pele fina, chamada hímen, que cobre a entrada do canal vaginal. O hímen tem um orifício que permite a saída do sangue menstrual e da urina. Geralmente, o hímen se rompe na primeira relação sexual. Às vezes, dói um pouquinho.

**Conceitos de virgindade**

Antigamente, as mulheres deviam permanecer virgens até o casamento e os homens deveriam ter relações desde o início da puberdade. Será que uma moça vale menos por ter relações sexuais antes do casamento? Será que um rapaz é obrigado a ter relações sexuais para ser valorizado? Atualmente, os valores são diferentes. Meninas virgens são consideradas atrasadas. As meninas são obrigadas a terem relações sexuais antes do casamento? O que tem de valer é que cada um deve escolher o que achar melhor para si e administrar consensualmente as normas de comportamento da família, religião e sociedade.

**Quando ter a primeira relação sexual?**

**N**ão existe receita pronta para isso. Somente a pessoa saberá quando. O seu corpo, a sua cabeça, o momento, os seus sentimentos e o seu coração é quem vão lhe dizer a hora. Sexo é uma união muito íntima entre duas pessoas. Por isto, é bom que as duas pessoas se queiram muito, tenham atração pessoal, além da atração sexual, tenham confiança e queiram dar alegria e prazer uma a outra. Pense bem, pois, se for somente pelo desespero sexual, pode ser um drama por um bom tempo.

A primeira relação geralmente é muito delicada. O medo, a inexperiência, o desconhecimento e as incertezas complicam tudo, portanto é bom não ter vergonha e perguntar aos mais experientes. É preciso ter certeza do que vai fazer e suas conseqüências. O casal tem de ir conversando para estar consciente, um procurando desinibir o outro e descobrir o que e como dar mais prazer ao parceiro(a). Essa atitude machista de ficar contando vantagens e com quem fez sexo geralmente é mentirosa e desrespeito. A mulher não deve fazer sexo para agradar o namorado, contar para as amigas ou engravidar para segurar o parceiro. Isso sempre acaba mal.

**Como é a relação sexual?**

Primeiro, as pessoas são atraídas fisicamente pelas características do corpo. Para haver um relacionamento pessoal, tem de haver afinidade de pensamentos e sentimentos. Consolidado o relacionamento pessoal e sentimental, instintivamente vem o desejo da relação sexual, que se inicia com muito carinho, abraços, beijos e troca de carícias. Isso excita o homem, deixando-o com o pênis ereto e a mulher fica com a vagina bem úmida. Em geral, a mulher se excita mais devagar do que o homem. As carícias vão esquentando e o homem tem de ir segurando o orgasmo até sentir que a mulher está pronta. Assim que tirarem a roupa, já é recomendável colocar a camisinha, pois muitos homens não conseguem segurar muito e pode haver uma ejaculação sem o preservativo, podendo gerar uma gravidez indesejável. Quando o homem coloca o pênis

dentro da vagina ambos sentem uma sensação muito boa. No momento de maior excitação, ocorre o orgasmo. O homem ejacula e a mulher sente contrações em toda região genital. O orgasmo é o momento de maior prazer, mas nem sempre os dois têm orgasmo ao mesmo tempo ou na mesma relação. Aos poucos, o casal vai descobrindo as melhores formas de se satisfazer. No início, é sempre complicado mesmo. Para eliminar as insatisfações, deve-se sugerir ao parceiro(a) formas de como obter maior prazer.

**Métodos anticoncepcionais** (evitando a gravidez indesejável)

A partir da puberdade (12 ou 13 anos), os rapazes e as garotas já podem gerar filhos. Mas, ter filhos é uma decisão muito séria. Cuidar de uma criança exige muitas condições, que os adolescentes não possuem. Criança necessita de cuidados o tempo todo, carinho, orientação e condições financeiras satisfatórias. O adolescente mal consegue administrar suas questões, não possui estrutura e nem experiências para si, muito menos para criar um novo ser. A gravidez na adolescência geralmente compromete todo o futuro do casal e da criança. Por isso, temos um mundo desajustado e repleto de pessoas despreparadas. Para os adultos, já é muito difícil viver e criar filhos; para um adolescente é muito pior. O casal deve conversar e se informar bem com médicos para conhecer e saber usar os métodos mais adequados. A responsabilidade é dos dois igualmente. Não se deve ter vergonha de conversar e se informar sobre sexo e anticoncepcionais. Se a pessoa não consegue conversar sobre esses assuntos, é porque ela não está preparada para fazer sexo. Nunca creia em bobagens populares, como a primeira vez ou de pé não engravida, se lavar bem não tem problema... Tudo mentira - somente um bom médico pode recomendar o melhor método para não engravidar. Todas as pessoas têm direito a educação sexual e livre planejamento familiar, mas, devem ter somente o número de filhos que puderem criar decentemente.

**A camisinha** também é chamada camisa-de-vênus ou preservativo. É o método mais simples e barato. Atualmente, além da camisinha masculina já existe a camisinha feminina. São fornecidas gratuitamente pelo governo e entidades ou estão a venda em vários lugares. Certifique-se da boa qualidade e use conforme as instruções da embalagem. Coloque a camisinha masculina assim que o pênis ficar ereto e deixe uma folga na ponta para alojar o esperma. Assim que terminar a relação retire a camisinha ainda com o pênis ereto. A camisinha retém os espermatozóides, não os deixando entrar em contato com a mucosa da vagina. Eles ficam então impedidos de subir às trompas e, portanto, não fecundam o óvulo. A camisinha também serve para proteção contra várias doenças sexualmente transmissíveis, como sífilis, gonorréia e, principalmente AIDS.

**A pílula** é um comprimido feito com hormônios artificiais que impedem o amadurecimento do óvulo. É 98% segura. Ela tem de ser tomada todos o dias, na mesma hora. Cada cartela tem 21 comprimidos e o primeiro deve ser tomado no quinto dia após, a partir da menstruação. A adolescente não deveria tomar pílula, pois ela interfere no seu desenvolvimento. Para algumas mulheres, as pílulas podem causar problemas de saúde, portanto é obrigatória a orientação médica anual. No primeiro mês, pode ser que a pílula não faça efeito. Nesse caso, utilize também outro método para garantir.

**DIU** é a sigla de Dispositivo Intra-Uterino. É uma peça de cobre ou plástico, que é colocada, pelo médico, dentro do útero. Ele impede que o espermatozóide chegue ao óvulo ou que o óvulo fecundado se implante no útero e se desenvolva. Somente o médico pode colocá-lo. Usuárias do DIU têm de ir ao médico periodicamente, pois este método às vezes provoca um sangramento maior e outros problemas.

**Diafragma** é uma capinha de borracha que, colocada na parte mais profunda da vagina, tampa a entrada do útero, impedindo a penetração dos espermatozóides. Deve ser colocada antes da relação e retirada somente oito horas depois. A colocação do diafragma necessita de orientação médica. O diafragma não prejudica a saúde e não incomoda a mulher ou o homem.

**Tabelinha** é um método natural, pois não usa material ou remédio, mas é muito arriscado. Consiste em não ter relações sexuais no período fértil. Geralmente, dá certo quando a menstruação é bem regular (nunca adianta ou atrasa). Entre uma e outra menstruação ocorre o amadurecimento do óvulo (ovulação). É o período mais fértil. Não se deve ter relações 4 dias antes e 4 dias após a ovulação. De 7 dias antes até 3 dias depois da menstruação são os dias mais seguros para evitar a gravidez.

**Coito interrompido** consiste em tirar o pênis da vagina antes da ejaculação. Também é um método muito arriscado, pois, às vezes, saem gotas de esperma antes da ejaculação e dificilmente o homem consegue tirar o pênis na hora "h".

**Vasectomia** é o desligamento da veia que leva os espermatozóides ao líquido seminal. O canal de saída dos espermatozóides é bloqueado. O corpo do homem passa a absorvê-los sem problemas e com o tempo os testículos param de fabricá-los. É um método bem seguro, de cirurgia simples, mas praticamente irreversível, ou seja, o homem não poderá voltar a gerar filhos.

**Laqueadura** costuma ser feita no parto, quando a mulher não deseja ter mais filhos. Faz-se a ligação das trompas impedindo o trânsito do óvulo e seu encontro com os espermatozóides. Método também muito seguro. Eventualmente, ela pode ser reversível.

**Pílula do Dia Seguinte.** Recentemente surgiu uma pílula para ser tomada após a relação sexual, mas somente em casos de emergência, pois ainda está em testes.

**DST – Doenças Sexualmente Transmissíveis**

São doenças venéreas transmitidas de uma pessoa para a outra durante as relações sexuais, por falta de higiene pessoal ou de sanitários mal higienizados. As mais comuns são a sífilis, gonorréia, herpes genital, condiloma, cancro mole, hepatite B e AIDS.

**Como evitar?**

Primeiro: Usar a camisinha em todas relações sexuais.

Segundo: Conhecer bem o parceiro sexual. Não fazer sexo com muitas pessoas. Por mais sadia e confiável que seja a pessoa, nunca se pode afirmar que ela não possui alguma doença incubada.

A sífilis e a gonorréia podem ser tratadas com antibióticos, mas a AIDS ainda não tem cura. Na gonorréia, o homem sente dor ardente quando urina e sai pus do canal do pênis. A mulher não sente dor no início, depois dói o abdome e ela pode ficar estéril (não gerar filhos). Ao sentir os sintomas, avise o parceiro, suspenda as relações sexuais e vá ao médico. Não tenha vergonha e não trate com remédios caseiros. A sífilis pode causar cegueira, paralisia, loucura, contaminar o bebê e até levar à morte. Ela também provoca manchas avermelhadas pelo corpo e feridas nos órgãos sexuais, que logo somem, mas a doença continua. O micróbio atinge o sistema nervoso e órgãos internos, provocando febre alta, perda de cabelo, rachadura nos pés, nas mãos e nos gânglios. Condiloma HPV e o cancro mole são verrugas que aparecem no pênis. São tratadas com drogas, raspagem, microcirurgia e queima. Hepatite B é muito mais contagiosa que a AIDS. Existem tratamentos, mas nem sempre são eficazes.

# DST e AIDS

**DST – Doenças Sexualmente Transmissíveis**

São doenças venéreas transmitidas de uma pessoa para a outra, durante as relações sexuais, por falta de higiene pessoal ou de sanitários mal higienizados. As mais comuns são a sífilis, gonorréia, herpes genital, condiloma, cancro mole, hepatite B e AIDS.

**AIDS**

Síndrome da Imuno-Deficiência Adquirida. É causada por vírus que invadem os glóbulos brancos do sangue, se multiplicam e destroem o sistema imunológico, que defende o organismo contra doenças. Com o organismo sem defesa, qualquer doença ou infecção comum, como resfriado, gripes, pneumonia, meningite ou infecções intestinais tornam-se fatais. O vírus da AIDS passa de uma pessoa para outra através do esperma, do sangue e da secreção vaginal.

**AIDS pode ser contraída em:**

- Qualquer relação sexual com uma pessoa contaminada; entre homossexuais (dois homens ou duas mulheres), entre bissexuais (que tem relações com homem e com mulher) e também nas relações normais entre homens e mulheres.
- Recebendo sangue contaminado através de transfusões.
- Utilizando seringas e agulhas compartilhadas por usuários de drogas.
- Mães aidéticas podem transmitir AIDS aos filhos durante a gravidez, no parto e na amamentação.

**Como evitar a AIDS?**

- Usando camisinha em todas as relações sexuais.
- Conhecer bem o parceiro sexual.
- Não fazer sexo com muitas pessoas. Por mais sadia e confiável que seja a pessoa, nunca se pode afirmar que ela não possui alguma doença incubada; mesmo que a pessoa tenha boa saúde e nunca apresente os sintomas.
- Verificando se o sangue das transfusões é rigorosamente controlado.
- Usuários de drogas com a mesma seringa se contaminam.
- Agulhas de acupuntura, furar orelha, fazer tatuagem, instrumentos de barbeiro e manicure podem transmitir AIDS. Tenha seus instrumentos ou exija esterilização.
- Exigir sempre seringas descartáveis ou esterilizadas nas farmácias, dentista, hospitais, prontos- socorros, clínicas e no uso de drogas.

### Cuidados especiais

- Ainda não se verificaram contaminações por picadas de insetos, beijos no rosto, abraços, aperto de mão, espirros, piscina, vasos sanitários, toalhas, copos ou quaisquer objetos. A convivência social ou familiar com um aidético não representa perigo desde que se tome alguns cuidados higiênicos: usar luvas, não tendo contato com sangue e outros líquidos do doente.
- Não se deve deixar de dar atenção e assistência ao aidético. É desumano e falta de respeito discriminar.

### Como uma pessoa sabe quando está com AIDS?

Pode ocorrer que por anos uma pessoa esteja contaminada e não apresente os sintomas, mas contamine outras pessoas. Os principais sintomas são: febre, diarréia constante, emagrecimento, gânglios inflamados e manchas roxas pelo corpo, sapinhos, cansaço, falta de ar, tosse, desequilíbrio mental repentino e inexplicável. Tendo qualquer destes sintomas, procure o médico. Somente através de exames, o médico pode comprovar a doença.

### Sintomas

Perda de peso, cansaço, falta de apetite, sapinhos na boca, diarréia, febre, manchas na pele, etc. Se tiver alguma suspeita, não espere os sintomas. Faça o teste de AIDS. Não é vergonha. É uma proteção para você e as demais pessoas, pois os sintomas podem durar anos para aparecer.

Siga as prevenções contra a AIDS, seja higiênico e sempre lave bem os órgãos genitais, evitando também várias outras doenças sexualmente transmissíveis.

### Não há remédios e vacinas contra a AIDS

A AIDS não tem cura. Ainda não existe remédio que destrua o vírus da AIDS. O tratamento é feito combatendo as infecções contraídas pela falta de imunidade, prolongando a vida do paciente e melhorando seu estado.

### Informações e orientações sobre DST-AIDS

– Postos de Saúde
– Disque saúde: 0800 61 1997

# O que são drogas e quais seus efeitos?

**1 - O que são drogas? Para que servem?**

Drogas são substâncias produzidas de plantas e de outras matérias para utilização na indústria química e farmacêutica (exemplo: tintas, material de limpeza e remédios). Todo produto químico e remédio é uma droga. As drogas farmacêuticas são utilizadas, sempre com receita médica, para cura de doenças físicas e psíquicas e causam alterações orgânicas, com as sensações, a consciência e o estado emocional.

As drogas que provocam alterações psicológicas podem ser:

- Estimulantes: cafeína, cocaína, anfetamina, fumo e crack.
- Depressora: calmantes, ansiolítico, álcool, solventes, cola, narcóticos (morfina/heroína).
- Alucinógenas: LSD, ecstasy e maconha.

**2 - O que se busca nas drogas? O que leva a elas?**

Curiosidade, desafio, excitação, rebeldia, alívio de dores e insatisfações da vida, tensões, insegurança, frustrações, tédio, timidez, busca de prazer, medo, má qualidade de vida, fuga da realidade, etc. Também o mau exemplo, falta de educação, apoio e opções sadias por parte de toda sociedade (governo, pais, escolas, igrejas, televisão, etc.), ambiente familiar alienado, rígido, repressivo e autoritário, sem diálogo e compreensão.

**3 - O que causam as drogas?**

As drogas causam dependência física e psicológicas. Elas escravizam a pessoa, destroem o corpo e a mente. Destroem a saúde, a vida da pessoa e da família, levando à marginalidade, à impotência sexual, à loucura, a várias doenças (AIDS) e à morte.

**4 - Como identificar um usuário de drogas?**

Pelo comportamento. As notas escolares e rendimento profissional caem. Pelo isolamento social, desinteresse por esportes, atividades, cursos e coisas da idade, intolerância, irritação, irregularidade no sono, vocabulário, amizades, locais que freqüenta, roupas, músicas, muito tranqüilo ou muito eufórico, olhos vermelhos, não olha nos olhos e sentimento de culpa, picadas no braço. A maconha tem cheiro singular.

**5 - Prevenção**

Programas educativos, conhecer o assunto, diálogo com pais, não freqüentar ambientes propícios, evitar amizades nocivas, evitar ambiente familiar rígido e repressivo ou alienado, oferecer opções sadias, lazer, etc.

**7 - Tratamento**

Não se desesperar e não reagir com agressividade. Busque o diálogo, a compreensão e a orientação especializada nos postos de saúde.

**8 - Orientação**

O uso, porte e comércio de drogas é proibido por lei sob pena de detenção.
Os problemas com drogas não ocorrem somente com os filhos dos outros.
As drogas estão bem próximas de seus filhos. Converse com eles sobre isto.
Não basta somente pedir para que não usem drogas. Ofereça opções sadias.

**Mais informações – ligue gratuitamente 0800 61 4321 ou acesse www.senad.gov.br**

**A Educação poderia ser para a vida**

Educar significa desenvolver as capacidades físicas, morais e intelectuais. Ensinar é transmitir conhecimentos e habilidades. Educação social seria educar para civilizar, para a qualidade de vida, para a vida coletiva e ambiental. Infelizmente, esse não tem sido o currículo escolar. De cada mil alunos que ingressam no primeiro ano do ensino fundamental, apenas seis chegam à faculdade. Atualmente, são 3 anos de pré-escola, 8 de ensino fundamental, 3 de 2° grau e 4 de faculdade e mesmo, os poucos que conseguem completar esses 18 anos de estudos saem da faculdade mal-alfabetizados, sem educação social e com qualificação profissional insatisfatória. O ensino não tem sido para a vida, não é objetivo, completo, prático e atrativo. Os alunos saem da escola confusos e traumatizados com o ensino, formando uma sociedade cada vez mais desorientada. Não seria este mesmo o objetivo da elite. Não civilizar o cidadão e utilizar o ensino para alienar e condicionar o proletariado. A situação do país reflete a educação recebida por nossas crianças, porque não é dado um ensino de qualidade que forme cidadãos conscientes e preparados para a vida? Qual o propósito de torturar crianças e adolescentes com ensinamentos complexos e irreais? O ensino não deveria ser para a solução dos problemas da vida real? Os livros escolares não são adequados, faltam informações básicas e sobram assuntos complexos e desnecessários. Não há um trabalho de comunicação que possibilite a adequada recepção da mensagem pelo aluno. A conseqüência é imediata, os alunos mal-educados resultam em professores, profissionais e cidadãos mal formados e uma sociedade injusta e violenta.

**Tomando atitudes**

Esse monstro chamado governo, criado pela sociedade, continuará nos engolindo. As iniciativas de melhoria têm de partir das pessoas e entidades bem-intencionadas. Primeiramente, devemos revisar o que realmente deve ser ensinado em cada etapa da vida; desenvolver cartilhas básicas, práticas, objetivas e didáticas para cada área. As cartilhas devem ser simples, funcionais, atrativas, adequadas à idade mental e à realidade em que vivemos; voltadas às necessidades da vida, para o bem comum e a preservação da natureza; para qualidade de vida, interação social e comunitária. Com método prático de alfabetização e muita ênfase à história, redação e interpretação de texto. Gramática, matemática, física, química, biologia e outras matérias técnicas devem ser apresentadas com exemplos do que é utilizado na vida. Matérias complexas e desnecessárias afastam os alunos do ensino e da realidade, criam bloqueios mentais que impedem seu desenvolvimento intelectual. O aluno com bloqueios mentais não se desenvolve, não desenvolve a sociedade, somente propaga a baixa qualidade de vida. As próximas gerações ficam sem esperanças de futuro, pois não estamos educando, somente repassando os vícios que herdamos.

**Revolucionar o ensino**

Na falta de uma política educacional mais séria por parte do governo, os professores através de sua atividade e seu divino conceito de mestres educadores da nação, poderiam revolucionar a cultura e transformar a sociedade, tomando iniciativa e revertendo o quadro atual, independente da falta de recursos e condições. Certamente, a sociedade reconheceria e o professor faria jus a seu sagrado conceito. A classe do professorado poderia tomar a frente e tornar o ensino mais prático e atrativo. As crianças iniciam a vida escolar tão entusiasmadas e com o tempo vão se frustrando até odiá-la. Por que os alunos consideram a maioria das aulas chatas e inúteis? Os professores têm os alunos, seus pais e um local que pode ser transformado em um centro de educação social e integração comunitária (ver projetos sociais). O professorado deve rever o ensino, tornando-o aproveitável e agradável trazendo os pais para a escola, reeducando-os, conscientizando-os e orientando-os para ações na solução das questões educacionais e sociais da comunidade. Quem faz o futuro da nação não é o governo e sim o povo, aprendendo a votar e os professores, educando para a vida.

**A importância da educação infantil**

O ensino infantil e o fundamental são de vital importância para a formação escolar e o sucesso na vida. Deve-se preparar a criança para aprender a aprender e o ensino deve ser dirigido e prático. Primeiro, temos de ensinar a criança a gostar de aprender, ou seja, condicioná-la para receber e saber utilizar as novas informações. O ensino não deve ser sistemático e traumático e sim, criativo, motivador, estimulante e com exemplos práticos. Se isto não é bem feito nos primeiros ensinamentos, o desenvolvimento da criança será prejudicado por toda vida. Para cada tipo de criança, é necessário um tipo de comunicação. As crianças necessitam de comunicação e desenvolvimento específicos, conforme suas características particulares. Quando a criança recebe informações de forma errada, ela não compreende, irrita-se, cria um bloqueio mental inconsciente e passa a detestar aquele assunto por toda a vida. Passa a odiar e ter medo daquilo e nem sabe o porquê. Geralmente, esse bloqueio é definitivo. Por isso, muitas crianças não têm um bom desenvolvimento intelectual e carregam traumas por toda a vida. Todos podem ser inteligentes. Basta terem comunicação correta, que ficarão motivados para absorverem todas informações e utilizá-las bem. Muitas crianças são um sucesso na escola e um fracasso na vida; outras, um fracasso na escola e um sucesso na vida, porque o ensino tradicional é muito teórico e sistemático. A criança tem de ser preparada para a realidade da vida social e profissional e não ser condicionada a decorar e obedecer. A criatividade e a iniciativa não são estimuladas, pelo contrário, são inibidas. O mais importante é preparar a criança para o relacionamento com o mundo, a família, os amigos e com os problemas da vida. A criança é o reflexo do ambiente e do consciente e do inconsciente dos pais ou responsáveis. Por isso os pais também devem receber orientação especial para um trabalho conjunto com a escola. Se não, os pais estragam o trabalho da escola e vice-versa. A escola infantil não deve ser somente uma creche, uma área de lazer ou um estacionamento de crianças e sim, o alicerce da vida. Essa deve ser a grande preocupação dos pais e responsáveis pelo futuro das crianças no terceiro milênio, pois percebemos nestes dois milênios passados, que o modelo atual de educação e seus dirigentes nada evoluíram, deixando o mundo na tristeza que está. A escola deve ser útil a todas atividades humanas, um centro de conscientização geral, formadora da sociedade e da civilização, ser agradável, abrangente e prática para toda a vida.