Ferramenta de planeamento: Modelo de guia para a discussão em grupo

O conjunto de perguntas que se segue foi concebido como um projeto de guia para a Discussão em Grupo (FGD) para uma equipa que explora os comportamentos de amamentação exclusiva junto de mães entre os 16 e os 35 anos de idade. Este guia destina-se a apoiar o facilitador e o anotador da FGD. O facilitador poderá alterar a ordem em que as perguntas são feitas e ajustar a redação das perguntas de modo a que a FGD faça sentido para os participantes e sustente dinâmicas de grupo favoráveis. *Observe que este guia de FGD não inclui informações individuais sobre demografia, escolaridade ou situação socioeconómica. Estas informações devem ser recolhidas dos participantes antes do início da FGD.*

**Informações gerais:**

*As informações gerais desta secção destinam-se a ser desenvolvidas pela sua equipa durante o planeamento das FGD. Estas informações foram preenchidas como um exemplo de apoio ao modelo de guia de FGD incluído abaixo.*

**Objetivos de investigação da FGD:**

* Recolher informações junto das mães sobre as suas opiniões e experiências com a amamentação exclusiva dos bebés nos primeiros seis meses de vida.
* Identificar lacunas e deficiências em termos de capacidade, oportunidade e motivação que impeçam a amamentação exclusiva durante os primeiros seis meses de vida.
* Identificar os fatores facilitadores que promovam e permitam a amamentação exclusiva durante os primeiros seis meses de vida.
* Explorar as atividades de lazer, os passatempos, a exposição rotineira a meios de comunicação social e a programação favorita das mães para identificar possíveis vias adequadas às mensagens da campanha.

**Registo da reunião:**

**Localização (nome da comunidade, da aldeia ou do bairro):**

**Estado/Distrito/Município:**

**Data (DD/MM/AAAA):**

**Nome do facilitador:**

**Nome do anotador:**

**Outros funcionários/líderes (nome, função):**

**Descrição do grupo:** *Mulheres grávidas e mães de bebés e crianças pequenas (<2 anos de idade)*

**Número de participantes:**   **(**  **homens;**   **mulheres)**

**Idades representadas:**  *16-35*

**Comportamento/Assunto de IYCF:** *Amamentação exclusiva durante os primeiros seis meses de vida*

**Discussão em grupo:**

*O facilitador é a pessoa que comunicará as informações seguintes, salvo indicação em contrário.*

**Introdução:**

Bom dia/Boa tarde e obrigado por se juntarem a nós. Chamo-me [o seu nome] e estou aqui como representante da [nome da organização]. *As pessoas presentes na sala que não sejam participantes deverão apresentar-se e à sua função (p.ex., facilitador, anotador). Como parte da introdução, se for contextualmente adequado, os participantes também devem ser incentivados a apresentar-se pelo nome. Outras informações, nomeadamente o número de filhos, o nome da aldeia/comunidade, etc., também poderão ser consideradas, nos casos relevantes e culturalmente adequados.*

Reunimo-nos hoje para falarmos sobre as vossas opiniões, sentimentos e experiências relativos à amamentação exclusiva. A amamentação exclusiva consiste em alimentar o vosso bebé somente com leite materno durante os seus primeiros seis meses, não lhe dando quaisquer outros líquidos ou alimentos. Compreendemos que a amamentação pode ser difícil e que algumas das coisas em que as pessoas acreditam sobre a amamentação podem ou não ser verdadeiras. Utilizaremos as informações que partilharem hoje connosco para ajudarmos as mães e as pessoas da comunidade a aprenderem como a alimentação infantil segura é importante para manter os bebés saudáveis. Lembrem-se do seguinte:

* A participação na discussão é livre. Não têm de responder às perguntas que vos são feitas, e podem parar em qualquer ponto.
* Nenhumas das vossas informações pessoais serão partilhadas com outras pessoas. Quaisquer informações que partilharem serão usadas confidencialmente.
* As vossas opiniões e experiências são importantes e ajudar-nos-ão a comunicar com outros cuidadores no âmbito da alimentação infantil segura.

Faremos perguntas para que possamos aprender convosco. Não existem respostas “certas” ou “erradas” para quaisquer perguntas que façamos hoje, e saudamos a diferença de opiniões. Esperamos que partilhem as vossas opiniões de forma aberta e honesta.

* Não precisam de concordar com as outras pessoas, mas têm de ouvi-las com todo o respeito enquanto estas estiverem a falar. Não participem em conversas paralelas com outras pessoas durante a discussão.
* Quando intervierem, estarão a dirigir-se a todo o grupo, e não apenas ao facilitador e ao anotador.
* Desliguem todos os telemóveis ou pagers durante a nossa conversa.

No fim da nossa discussão, responderemos às vossas perguntas sobre amamentação exclusiva e alimentação infantil segura. Se não conseguirmos responder às vossas perguntas, encontraremos uma forma de vos fazer chegar a resposta numa data posterior. A nossa discussão durará cerca de [número] minutos. Têm tempo para participar?

Têm alguma pergunta? Estão dispostos a participar na conversa?

Consentimento: Dá a sua autorização/o seu consentimento para que a nossa equipa documente, utilize, armazene e partilhe as informações fornecidas para efeitos de produção de relatórios e de comunicação? *Cada participante deverá responder sim/não. Qualquer pessoa que responda “não” deve ser convidada a sair antes do início da FGD.*

|  |
| --- |
| **Comportamento-chave de interesse para IYCF Amamentação exclusiva nos primeiros seis meses de vida** |
|  | **Determinante comportamental**  | **O que queremos descobrir?** | **Exemplos de perguntas sobre FGD** | **Explicação e informações adicionais** |
| **Capacidade** | **Conhecimento e informações**  | O grupo conhece o seu comportamento selecionado de IYCF? | * O que sabe sobre a amamentação exclusiva?
* Acredita que a amamentação exclusiva (nos primeiros seis meses de vida) seja importante? Porquê ou porque não?

**Perguntas adicionais (opcionais):*** Pense no momento do nascimento do seu bebé. Alguém falou consigo sobre amamentação? O que lhe disseram?
* Sabia que a amamentação exclusiva é recomendada (durante os primeiros seis meses de vida) para todos os bebés?
	+ Se sim, como tomou conhecimento desta recomendação?
	+ Se sim, porque é recomendada?
 |   |
| **Competências e confiança**  | O grupo dispõe das competências e da confiança para mudar o seu comportamento de IYCF?  | * De que competências, ferramentas ou apoio precisa para amamentar?
* Pense no momento em que começou a amamentar o seu bebé. O que tornaria a amamentação mais fácil para si?
 |   |
| **Crenças pessoais** | O grupo acredita ser necessária uma mudança no comportamento de IYCF? | * Acredita que as mães devem amamentar exclusivamente os seus bebés (durante os primeiros seis meses de vida)? Porquê ou porque não?
 |   |
| **Oportunidade** | **Acessibilidade, disponibilidade e comodidade**  | O comportamento de IYCF é acessível, disponível e cómodo para o grupo? | * A amamentação exclusiva (durante os primeiros seis meses de vida) é cómoda e fácil para as mães? Porquê ou porque não?
* Consegue pensar num fator que facilitaria a amamentação exclusiva para as mães?

 **Perguntas adicionais (opcionais):*** O que torna a amamentação exclusiva difícil ou impossível para as mães?
 |   |
| **Acessibilidade económica**  | O comportamento de IYCF é economicamente acessível para o grupo? | * Quais são os custos associados à amamentação exclusiva?
* A amamentação exclusiva é economicamente acessível para as mães?
 |   |
| **Apoio social e relacionamentos** | A família, os amigos e outros membros da comunidade apoiarão o grupo na mudança do comportamento de IYCF? | * De quem recebe conselhos sobre amamentação? Estes incentivam-na a amamentar?
* A família e os membros da comunidade apoiariam as mães a praticarem a amamentação exclusiva (durante os primeiros seis meses de vida)? Porquê ou porque não?
 |   |
| **Normas sociais**  | O comportamento de IYCF é aceitável no âmbito das normas culturais e sociais? | * As mulheres da sua comunidade amamentam de forma exclusiva os seus bebés? Porquê ou porque não?

**Perguntas adicionais (opcionais):*** Existem ações que tornariam mais aceitável a amamentação exclusiva (durante os primeiros seis meses de vida)? Se sim, que exemplos identifica?
 |   |
| **Motivação** | **Hábitos ou rotinas**  | O comportamento de IYCF faz parte dos hábitos ou rotinas do grupo?  | * A amamentação exclusiva (durante os primeiros seis meses de vida) faz parte dos hábitos ou rotinas da mãe? Porquê ou porque não?
 |   |
| **Resultados esperados**  | O grupo apercebe benefícios na adoção do comportamento de IYCF?  | * Acredita que existem benefícios na prática da amamentação exclusiva (nos primeiros seis meses de vida)? Porquê ou porque não?
	+ Se não, existe algo que lhe fizesse mudar de ideias?
 |   |
| **Emoções**  | O grupo experiencia emoções positivas/negativas que o motivem ou desmotivem a implementar o comportamento de IYCF? | * Feche os seus olhos e imagine que uma amiga ou uma irmã sua amamenta o seu bebé de forma exclusiva. Que sentimento é que isso lhe provoca? Porque é que se sente dessa forma?
* Como se sente pelo facto de amamentar o seu bebé de forma exclusiva?
* Como se sente ao ver mulheres a amamentar os seus bebés?
 |   |
| **Intenção e planeamento** | O grupo tem a intenção de, ou planeia, agir de acordo com o comportamento de IYCF? | * Se ou quando tiver outro filho, amamentaria o bebé de forma exclusiva (durante os primeiros seis meses de vida)? Porquê ou porque não?
	+ Se não, o que seria necessário para possibilitar a amamentação exclusiva para si?

 **Perguntas adicionais (opcionais):*** Para os avós: Se ou quando tiver um neto, apoiaria a mãe a amamentar o bebé de forma exclusiva (durante os primeiros seis meses de vida)? Porquê ou porque não?
 |   |

***Parte 2: Aprender sobre atividades de lazer, exposição aos meios de comunicação social e programação na FGD***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Categoria** | **Perguntas-chave** | **Perceções** |
| **Passatempos, atividades sociais e de lazer** | * Em que tipos de atividades participa com amigos, familiares ou outras pessoas da sua comunidade?
* Em que tipos de atividades participa para se divertir? O que faria se tivesse tempo livre durante um dia?
 |   |
| Uso e **exposição** **dos meios de comunicação social**  | * Onde obtém notícias ou informações?
* Vê televisão com regularidade? Ouve rádio?
	+ Quando? Com que frequência?
* Lê revistas ou jornais?
	+ Quando? Com que frequência?
	+ Que tipo de coisas lê?
* Utiliza redes sociais? Que serviços utiliza (p.ex., Facebook, Instagram, TikTok)?
	+ Em caso afirmativo, para que o(os) utiliza?
* Utiliza mensagens/WhatsApp/SMS para comunicar com amigos? Para saber mais sobre eventos atuais?
* Viu mensagens impressas (p.ex., painéis publicitários, letreiros, cartazes) na sua comunidade?
	+ Se sim, que tipo de mensagens viu? Que sentimento é que isso lhe provoca?
 | 1. Televisão
2. Rádio
3. Imprensa
4. Mensagens/SMS
5. Redes sociais
6. Outro:
 |
| **Programação favorita** | * De que tipo de programação de televisão ou rádio gosta (p.ex., drama radiofónico)?
* Quais são os seus espetáculos/programas favoritos?
	+ Porque gosta deles?
	+ Porque é que são os seus favoritos?
 |   |

**Descrições de categorias**

**Passatempos, atividades sociais e de lazer:** Fora do trabalho ou das tarefas domésticas, é importante considerar como as pessoas passam o tempo sozinhas ou com outras pessoas da comunidade.A compreensão do modo como as pessoas passam o tempo pode ajudar a informar onde e como podem ser mais bem alcançadas pelas comunicações.

**Exposição aos meios de comunicação social:** Os caminhos que as pessoas utilizam para recolher e partilhar informações e notícias dependem da localização do grupo, da cultura e de outros fatores. Os meios de comunicação social são partilhados através de métodos tradicionais (p.ex., TV, imprensa, rádio) e de métodos baseados em redes (p.ex., mensagens/SMS, redes sociais). A exposição aos meios de comunicação social pode ser utilizada para compreender o método de comunicação que o grupo utiliza regularmente.

**Programação favorita:** A programação (p.ex., programas, dramas, eventos atuais) varia entre canais de meios de comunicação e pode ser utilizada para compreender o formato que o grupo prefere para as comunicações.

**Encerramento da FGD:**

*Para encerrar, pode ser útil perguntar aos participantes se há algo sobre o tema que não lhes foi perguntado e que é importante que a equipa de investigação conheça. Também pode pedir aos participantes para refletirem sobre o que acreditem ser a parte mais importante da conversa, ou pode pedir-lhes que resumam a conversa.*

Muito obrigado por reservarem um tempo para a reunião e por participarem hoje na conversa sobre amamentação exclusiva. As vossas ideias e experiências foram muito úteis para a nossa equipa. A vossa discussão ajudar-nos-á a encontrar formas de comunicar com os cuidadores sobre alimentação infantil segura.

Teremos todo o gosto em responder a quaisquer perguntas que tenham sobre amamentação exclusiva e alimentação infantil segura.

Se tiverem perguntas ou comentários adicionais sobre a vossa experiência de hoje, contactem [ponto de contacto/gestor do programa], [a sua organização] em [informações de contacto].

***Aprender com o público principal (EXEMPLO)***

**Objetivo da investigação:** Explorar o conhecimento, os sentimentos e a intenção da mãe/cuidadora feminina relativos à amamentação exclusiva para bebés entre o nascimento e os 6 meses de idade.

|  |
| --- |
| **Comportamento-chave de interesse para IYCF Amamentação exclusiva durante os primeiros seis meses de vida** |
|  | **Determinante comportamental**  | **O que queremos descobrir?** | **Exemplos de perguntas sobre FGD** | **Respostas fornecidas** |
| **Capacidade** | **Conhecimento e informações**  | O grupo conhece o seu comportamento selecionado de IYCF? | * O que sabe sobre a amamentação exclusiva?
* Acredita que a amamentação exclusiva (nos primeiros seis meses de vida) seja importante? Porquê ou porque não?

**Perguntas adicionais (opcionais):*** Sabia que a amamentação exclusiva é recomendada (durante os primeiros seis meses de vida) para todos os bebés?
	+ Se sim, como tomou conhecimento desta recomendação?
	+ Se sim, porque é recomendada?
 | A AME significa dar ao bebé apenas leite materno – nenhum outro alimento ou água.A amamentação é boa para os bebés. As mães ouviram dizer que a AME é recomendada durante os primeiros 6 meses, mas não é comummente praticada na comunidade. Muitas mães acreditam que não produzem leite materno suficiente para os bebés, especialmente para os meninos, e por isso é importante dar outros alimentos/líquidos para garantir que o bebé cresça. |
| **Competências e confiança**  | O grupo dispõe das competências e da confiança para mudar o seu comportamento de IYCF?  | * De que competências, ferramentas ou apoio precisa para amamentar?
* O que tornaria a amamentação mais fácil para si?
 | As mães não acreditam que as mulheres produzam leite materno suficiente para o crescimento dos bebés. O leite materno não fornece líquido suficiente durante o tempo quente.Não foram fornecidas sugestões sobre o que tornaria a amamentação mais fácil. |
| **Crenças pessoais** | O grupo acredita ser necessária uma mudança no comportamento de IYCF? | * Acredita que as mães devem amamentar exclusivamente os seus bebés (durante os primeiros seis meses de vida)? Porquê ou porque não?
 | As mães acreditam que os bebés devem receber água com açúcar durante o tempo quente. Também acreditam que os bebés devem comer papas e fruta para que continuem a crescer. O leite materno “não é suficiente”. |
| **Oportunidade** | **Acessibilidade, disponibilidade e comodidade**  | O comportamento de IYCF é acessível, disponível e cómodo para o grupo? | * A amamentação exclusiva (durante os primeiros seis meses de vida) é cómoda e fácil para as mães? Porquê ou porque não?
* Consegue pensar num fator que facilitaria a amamentação exclusiva para as mães?

 **Perguntas adicionais (opcionais):*** O que torna a amamentação exclusiva difícil ou impossível para as mães?
 | Continuar a amamentação para além do ano de idade é a norma na comunidade. Acreditam que só seria possível amamentar de forma exclusiva se tivessem a certeza de que o bebé estava a ser bem alimentado. |
| **Acessibilidade económica**  | O comportamento do IYCF é economicamente acessível para o grupo? | * Quais são os custos associados à amamentação exclusiva?
* A amamentação exclusiva é economicamente acessível para as mães?
 | Não há custos apercebidos. O custo não é uma barreira para a amamentação exclusiva. |
| **Apoio social e relacionamentos** | A família, os amigos e outros membros da comunidade apoiarão o grupo na mudança do comportamento de IYCF? | * De quem recebe conselhos sobre amamentação? Estes incentivam-na a amamentar?
* A família e os membros da comunidade apoiariam as mães a praticarem a amamentação exclusiva (durante os primeiros seis meses de vida)? Porquê ou porque não?
 | As mães recebem conhecimentos sobre amamentação das suas mães e tias. Estas mulheres também incentivam as mães a dar água, leite animal ou outros alimentos aos seus bebés antes dos seis meses de idade. Também sugerem que as mães não podem amamentar se estiverem doentes. |
| **Normas sociais**  | O comportamento de IYCF é aceitável no âmbito das normas culturais e sociais? | * As mulheres da sua comunidade amamentam de forma exclusiva os seus bebés? Porquê ou porque não?

**Perguntas adicionais (opcionais):*** Existem ações que tornariam mais aceitável a amamentação exclusiva (durante os primeiros seis meses de vida)? Se sim, que exemplos identifica?
 | Algumas mães podem amamentar de forma exclusiva, mas não são vistas como boas cuidadoras. Muitas acreditam que os bebés amamentados de forma exclusiva não ficam bem alimentados ou que podem tornar-se demasiado apegados às suas mães. |
| **Motivação** | **Hábitos ou rotinas**  | O comportamento de IYCF faz parte dos hábitos ou rotinas do grupo?  | * A amamentação exclusiva (durante os primeiros seis meses de vida) faz parte dos hábitos ou rotinas da mãe? Porquê ou porque não?
 | Não, a AME não é a norma na comunidade. |
| **Resultados esperados**  | O grupo apercebe benefícios na adoção do comportamento de IYCF?  | * Acredita que existem benefícios na prática da amamentação exclusiva (nos primeiros seis meses de vida)? Porquê ou porque não?
	+ Se não, existe algo que lhe fizesse mudar de ideias?
 | As mães disseram que ficariam preocupadas porque o bebé não comeria o suficiente só com leite materno. Acreditam que o bebé deve receber mais do que leite materno antes dos seis meses. |
| **Emoções**  | O grupo experiencia emoções positivas/negativas que o motivem ou desmotivem a implementar o comportamento de IYCF? | * Peça às participantes para fecharem os olhos e diga-lhes que imaginem que uma amiga sua ou a sua irmã está a amamentar o seu bebé de forma exclusiva. Que sentimento é que isso lhe provoca? Porque é que se sente dessa forma?
* Como se sente pelo facto de amamentar o seu bebé de forma exclusiva?
* Como se sente ao ver mulheres a amamentar os seus bebés?
 | O facto de ver mães a amamentar deixa outras mães felizes se o bebé for pequeno. As mães querem ser vistas como mães boas e atenciosas pelos membros da comunidade. Temem que, caso comecem a recusar alimentar os seus bebés como sugerem as tias e outras pessoas, possam não ser vistas como boas mães. |
| **Intenção e planeamento** | O grupo tem a intenção de, ou planeia, agir de acordo com o comportamento de IYCF? | * Se ou quando tiver outro filho, amamentaria o bebé de forma exclusiva (durante os primeiros seis meses de vida)? Porquê ou porque não?
	+ Se não, o que seria necessário para possibilitar a amamentação exclusiva para si?

 **Perguntas adicionais (opcionais):*** Para os avós: Se ou quando tiver um neto, apoiaria a mãe a amamentar o bebé de forma exclusiva (durante os primeiros seis meses de vida)? Porquê ou porque não?
 | O grupo não pretende fazer mudanças ou começar a AME neste momento. |

***Parte 2: Aprender sobre atividades de lazer, exposição aos meios de comunicação social e programação na FGD***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Categoria** | **Perguntas-chave** | **Perceções** |
| **Descrição do grupo** | **Mulheres grávidas, mães e cuidadoras principais de bebés e crianças pequenas; idade 16-35** |
| **Nível de escolaridade e situação socioeconómica** | * **Algum ensino primário**
* **Trabalho em cuidados domésticos, agricultura, doméstica**
* **Rendimentos baixos a médios**
 |
| **Passatempos, atividades sociais e de lazer** | * Em que tipos de atividades participa com amigos, familiares ou outras pessoas da sua comunidade?
* Em que tipos de atividades participa para se divertir? O que faria se tivesse tempo livre durante um dia?
 | **Encontro com amigos, atividades na igreja, grupo de mães** |
| **Exposição aos meios de comunicação social**  | * Onde obtém notícias ou informações?
* Vê televisão com regularidade? Ouve rádio?
	+ Quando? Com que frequência?
* Lê revistas ou jornais?
	+ Quando? Com que frequência?
	+ Que tipo de coisas lê?
* Utiliza redes sociais? Que serviços utiliza (p.ex., Facebook, Instagram, TikTok)?
	+ Em caso afirmativo, para que o(os) utiliza?
* Utiliza mensagens/WhatsApp/SMS para comunicar com amigos? Para saber mais sobre eventos atuais?
* Viu mensagens impressas (p.ex., painéis publicitários, letreiros, cartazes) na sua comunidade?
	+ Se sim, que tipo de mensagens viu? Que sentimento é que isso lhe provoca?
 | 1. Televisão
2. Rádio
3. Imprensa
4. Mensagens/SMS
5. Redes sociais
6. Outro:Não foi observada nenhuma utilização de redes sociais; conteúdo impresso mínimo disponível na comunidade, a menos que seja um folheto ou algo partilhado
 |
| **Programação favorita** | * De que tipo de programação de televisão ou rádio gosta (p.ex., drama radiofónico)?
* Quais são os seus espetáculos/programas favoritos?
	+ Porque gosta deles?
	+ Porque é que são os seus favoritos?
 | **Telenovelas, dramas radiofónicos** |