

Unidade de Cuidados na
Comunidade de Castelo Branco



REPÚBLICA
PORTUGUESA

SAÚDE

UCCCB
pelo bem da saúde.



SAÚDE REPRODUTIVA

DIÁRIO DA REPÚBLICA ; I SÉRIE-A; Nº 240;
Decreto-Lei nº 259/2000 de 17 de Outubro

As atividades de Planeamento Familiar são parte integrante dos Cuidados de Saúde Primários.

Artigo 1.º

Promoção da educação sexual em meio escolar

1 — A organização curricular dos ensinos básico e secundário contempla obrigatoriamente a abordagem da promoção da saúde sexual e da sexualidade humana, quer numa perspectiva interdisciplinar, quer integrada em disciplinas curriculares cujos programas incluem a temática.

(...)

MÉTODOS CONTRACEPTIVOS

Métodos Naturais



- Método da temperatura;
- Método do muco cervical;
- Método do calendário;
- Coito interrompido.

Métodos Não Naturais

Mecânicos



- Preservativo masculino;
- Preservativo feminino;
- Diafragma;
- DIU.

Químicos



- Oral;
- Espermicidas;
- Adesivo;
- Anel vaginal;
- Injectável;
- Implante;
- DIU.

Cirúrgicos



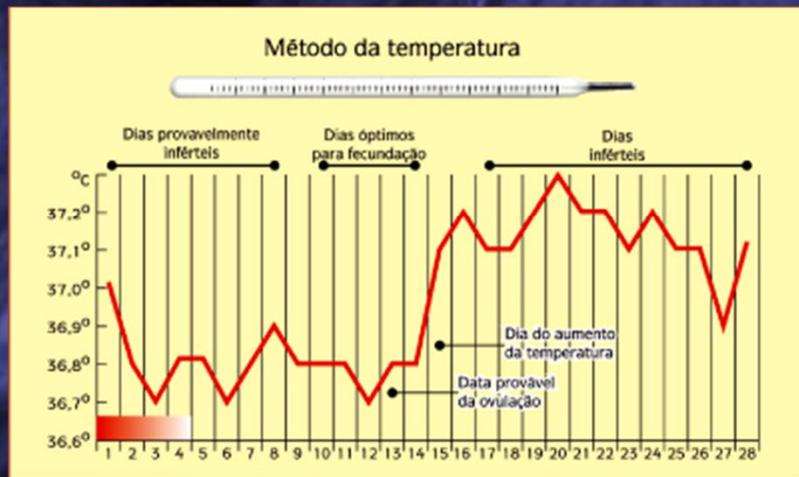
- Vasectomia;
- Laqueação de trompas.

Métodos Naturais

- Consistem em calcular o período fértil;
- Durante este período devem evitar-se as relações sexuais;
- Desta forma evita-se que haja fecundação.

1- MÉTODO DO CALENDÁRIO (Ogino–Knauss).

2- MÉTODO DA TEMPERATURA BASAL (MTB);

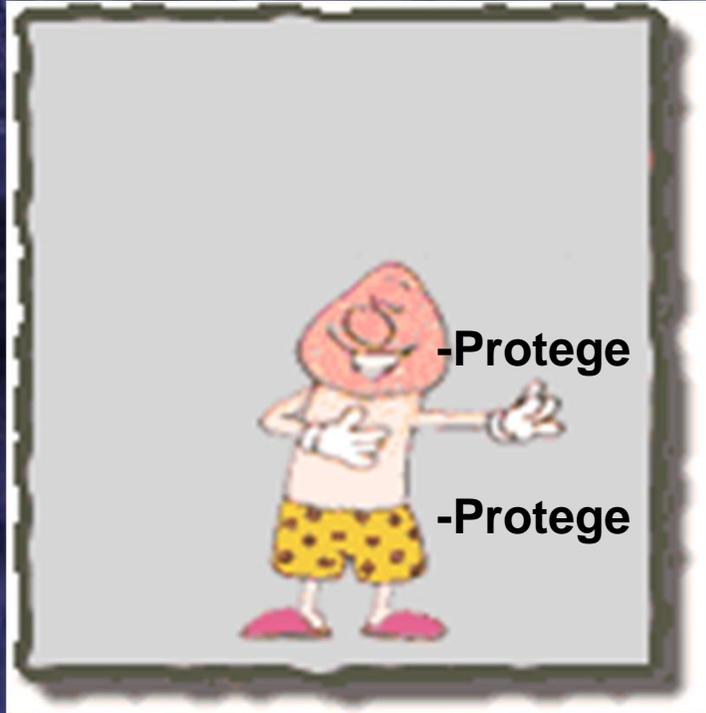


2.1- MÉTODO DO MUCO (Billings);

2.2- MÉTODO SINTOTÉRMICO (MTB + Billings).

Métodos Não Naturais

Mecânicos



-Protege

-Protege

PRESERVATIVO

de uma gravidez não desejada;

das infecções de transmissão sexual;



-Deve ser BEM colocado no início do acto sexual, com os pénis em ereção;

-Deve ser RETIRADO após a ejaculação;

-Utilizar uma única vez.



Métodos Não Naturais

Mecânicos

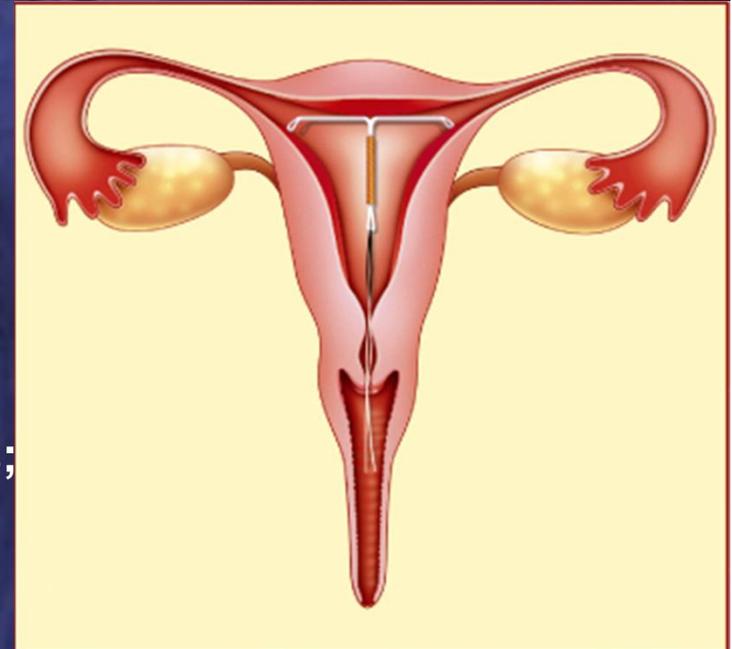
DIAFRAGMA



- Deve ser colocado no colo do útero antes da relação sexual;
- Deve permanecer colocado de 6 a 8 horas;
- Aconselha-se a associação de um espermicida.

DIU

- O dispositivo é colocado no interior do útero;
- Pode permanecer no útero durante muitos anos;
- Não protege das ITS.



Métodos Não Naturais

Químicos

ESPERMICIDA



- A eficácia depende da utilização correta e sistemática;
- Pode ser utilizado como coadjuvante de outros M.C. (Aumenta a eficácia do diafragma e do preservativo);
- Não tem efeitos sistêmicos;
- Alguns espermicidas devem ser colocados na vagina pelo menos 10 minutos antes da R.S. .

CONTRACEÇÃO HORMONAL ORAL (PÍLULA)

Componentes :

Estrogénio e/ou Progesterona .

Mecanismo de ação :

- Inibição da ovulação;
- Atrofia endometrial;
- Espessamento do muco cervical.

Efeitos benéficos :

- Protege de uma gravidez não desejada;
- Regulariza os ciclos menstruais;
- Melhora a tensão pré-menstrual e a dismenorreia;
- Reduz o acne.



NÃO PROTEGE CONTRA AS ITS.

Métodos Não Naturais

Químicos

CONTRACEPÇÃO DE EMERGÊNCIA (C.E.)

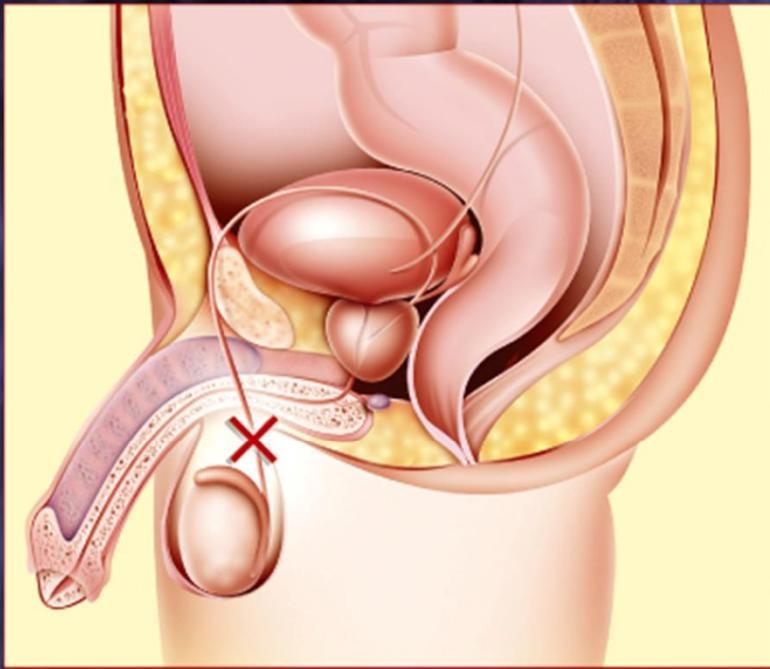
- O preservativo rompeu-se?
- Relações sexuais desprotegidas ?
- Algumas pílulas esquecidas?
- Se tomada até 72 horas após a relação sexual desprotegida, evita 84% das gravidezes;
- Lei n.º 12/2001 de 29 de Maio
A C.E. deve estar disponível nos Centros de Saúde.



Métodos Não Naturais

Esterilização

Vasectomia



Laqueação de trompas



**GRANDE PARTE DAS
ADOLESCENTES QUE
ENGRAVIDAM ANTES
DOS 18 ANOS, NÃO
TERMINAM O 9º ANO
DE ESCOLARIDADE .**



CONSULTA DE PLANEAMENTO FAMILIAR

- **Em Castelo Branco, durante o ano de 2015, foram efetuadas 159 Consultas de Planeamento Familiar, no grupo etário dos 13 - 18 anos.**

INTERUPÇÃO VOLUNTÁRIA DA GRAVIDEZ

- Em Portugal, o número de interrupções de gravidez realizadas em 2014 (DGS 2015) foi de 16589, conforme se observa no quadro.

Grupo etário	Nº IVG	%
< 15	59	0,36%
15-19	1751	10,56%
20-24	3723	22,44%
TOTAL (13 – 24)	5533	

IVG, valores e variação, 2008-2014 (DGS 2015)

	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014
IVG	18607	19848	20137	20480	19156	18281	16589