



UCCCB
pelo bem da saúde.

Unidade de Cuidados na
Comunidade de Castelo Branco

**MÉTODOS CONTRACEPTIVOS
E
INFEÇÕES SEXUALMENTE
TRANSMISSÍVEIS**

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



- Pílulas ;
- Espermicidas ;
- S. Transdérmico;
- Anel vaginal;
- DIU.

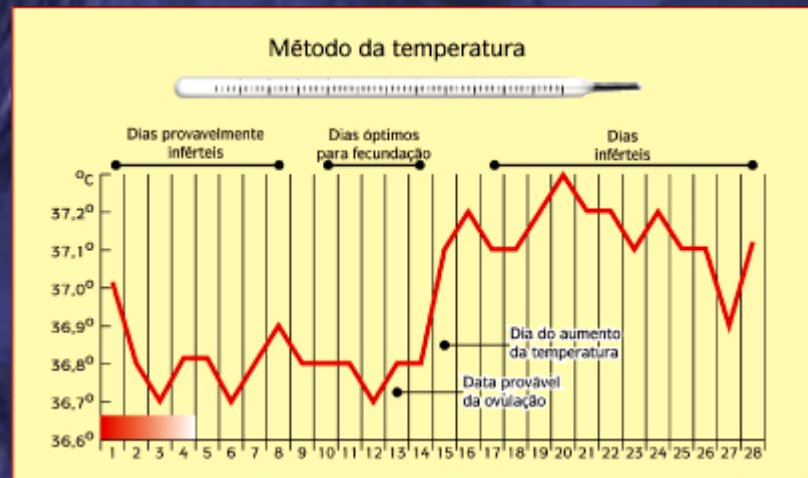
Esterilização



- Vasectomia;
- Laqueação de trompas.

Métodos Naturais

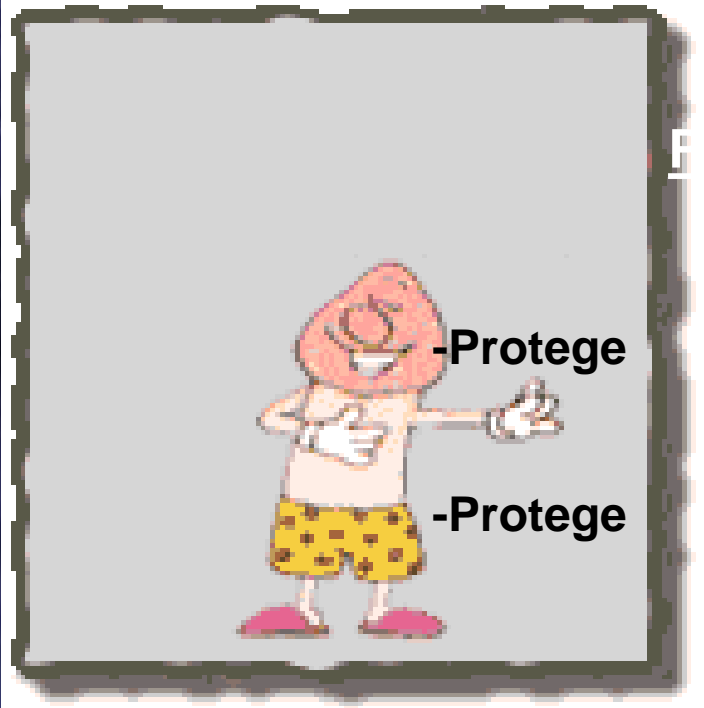
- Consistem em calcular o período fértil;
- Durante este período deve evitar-se as relações sexuais;
- Desta forma evita-se que haja fecundação.



Métodos Não Naturais

Mecânicos

PRESERVATIVO



-Protege

-Protege

de uma gravidez não desejada;

das infecções sexualmente transmissíveis;

-Deve usar-se sempre durante a relação sexual;

-Deve ser colocado antecipadamente;

-Não é reutilizável.



Métodos Não Naturais

Mecânicos

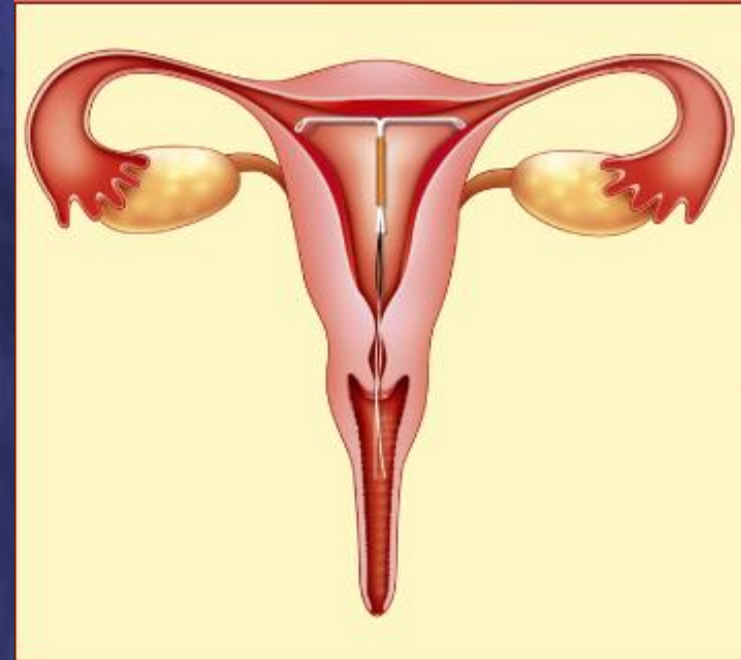
DIAFRAGMA



- Deve ser colocado no colo do útero antes da relação sexual;
- Deve permanecer colocado até 6-8 horas depois;
- Deve ser associado a espermicidas.

DIU

- Dispositivo é colocado no interior do útero;
- Desaconselhado a adolescentes pois pode provocar infecções e esterilidade.



Métodos Não Naturais

Químicos

ESPERMICIDAS



-São produtos químicos que destroem os espermatozóides;

-Aumentam a eficácia do diafragma e dos preservativos.

PÍLULA

Componentes :

Progesterona e estrógenos.

Mecanismo de acção :

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

Efeitos benéficos :


- Protege de uma gravidez não desejada;
- Reduz problemas do ciclo menstrual;
- Reduz o acne.



Métodos Não Naturais

Químicos

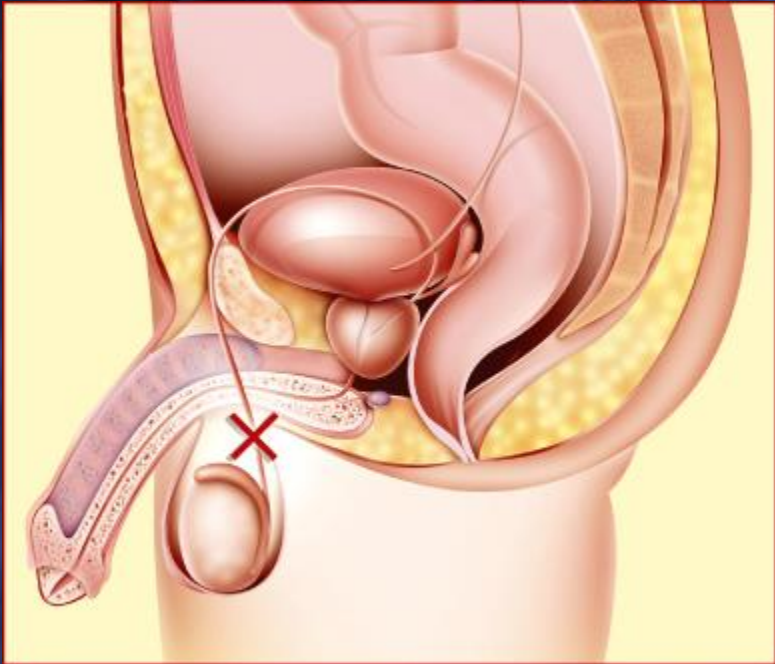
CONTRACEPÇÃO DE EMERGÊNCIA

- O preservativo rompeu-se?
 - Relações sexuais sem protecção ?
 - Algumas pílulas esquecidas?
- 
- An illustration of a man and a woman in swimwear. The man is on the left, wearing a white and red life preserver. The woman is on the right, also wearing a white and red life preserver. They are standing close together, looking towards the viewer. The background is a light yellow and white grid.
- Deve ser tomada até 72 horas após a relação sexual desprotegida.

Métodos Não Naturais

Esterilização

→ Vasectomia



→ Laqueação de trompas



CONSULTA DE PLANEAMENTO FAMILIAR

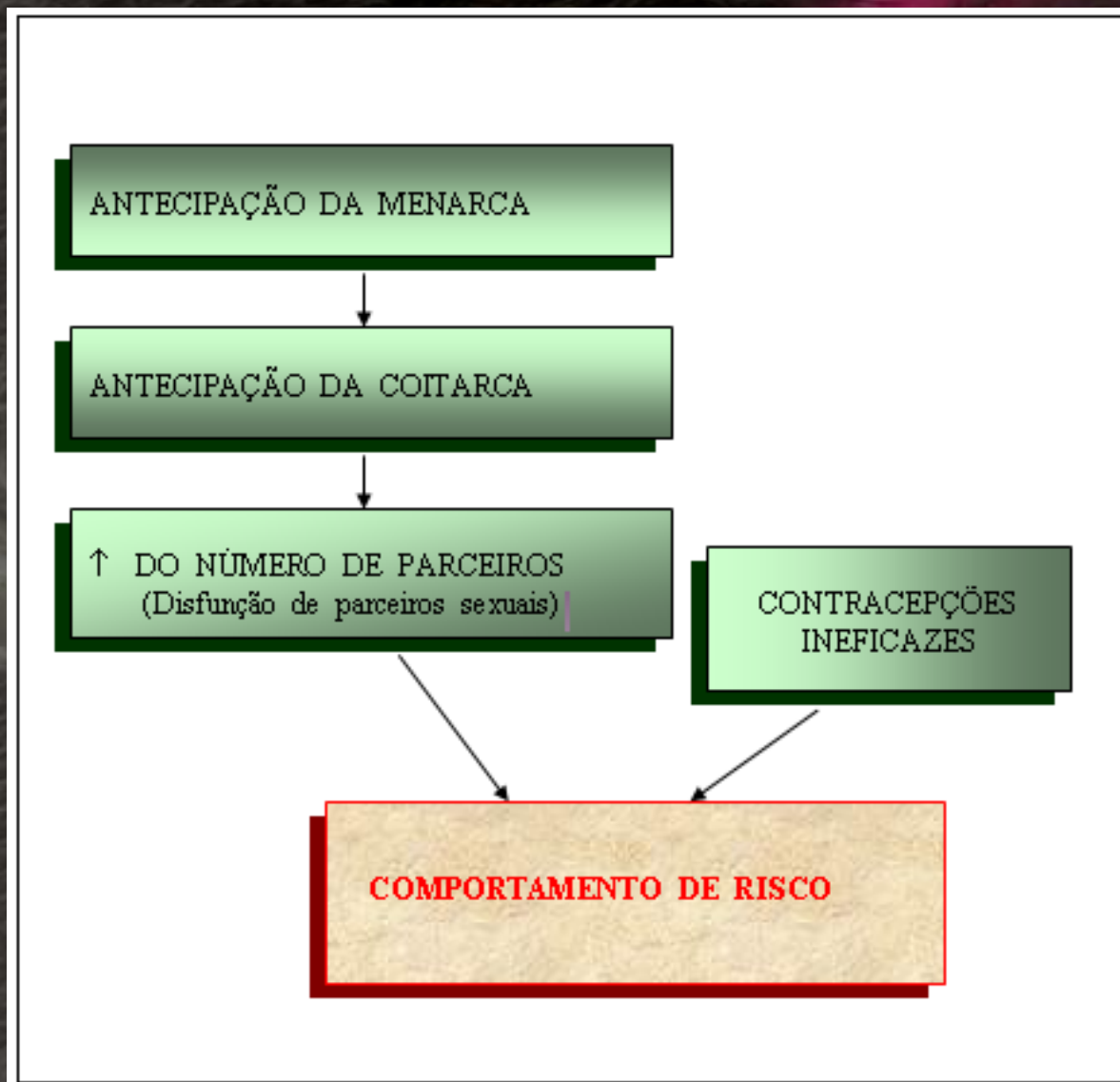
- **Estima-se que 70% dos rapazes e 60% das raparigas com 18 anos têm actividade sexual;**
- **15% da população feminina residente com idade compreendida entre os 15 e os 55 anos não usa qualquer método contraceptivo;**
- **Em Portugal, o número de interrupções voluntárias de gravidez realizadas após a entrada em vigor da Lei nº 16/2007 de 17 de Abril, registou um aumento de 6,67% entre 2008 e 2009 (DGS 2011).**

**90 % DAS
ADOLESCENTES QUE
ENGRAVIDAM ANTES
DOS 18 ANOS, NÃO
TERMINAM O 9º ANO
DE ESCOLARIDADE .**



INFEÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS

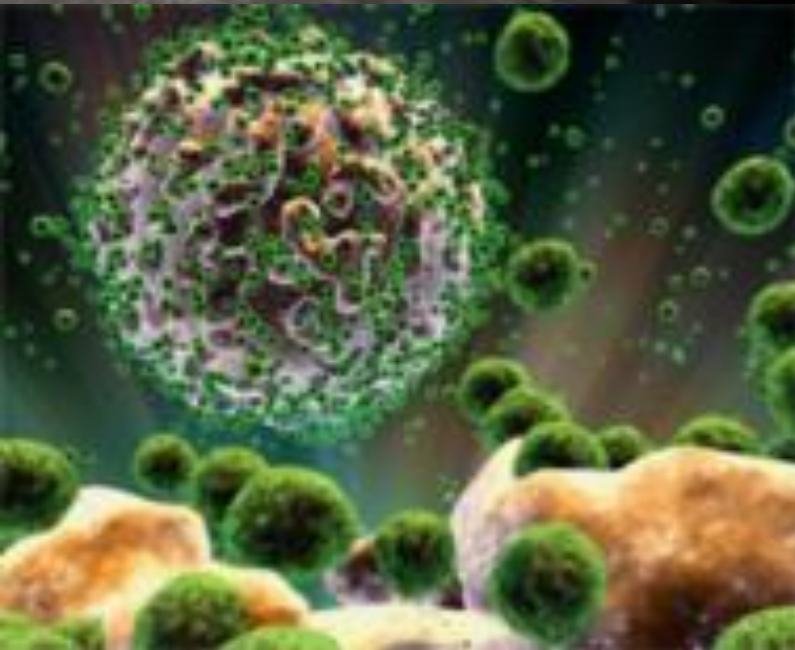
- SIDA;
- Herpes Genital ;
- Hepatites ;
- Sífilis ;
- Blenorragia ;
- Úlcera Mole ;
- Verrugas Genitais ;
- entre muitas outras .



- A maioria das doenças sexualmente transmissíveis ocorrem entre os 15 e os 24 anos de idade.

SIDA

- O vírus é um ser vivo simples, que depende de outras células para se reproduzir.
- O vírus HIV foi descoberto em 1983.



- O RNA do HIV, ao entrar em contacto com o DNA das células da pessoa que está a ser infectada, modifica-lhe a programação genética, obrigando as células a produzir vírus iguais a ele. Os novos HIVs produzidos espalham-se por todo o organismo.

- A SIDA destrói as defesas do corpo .

SINAIS E SINTOMAS: Alterações a nível do sistema linfático (gânglios inflamados principalmente no pescoço , axilas e virilhas);

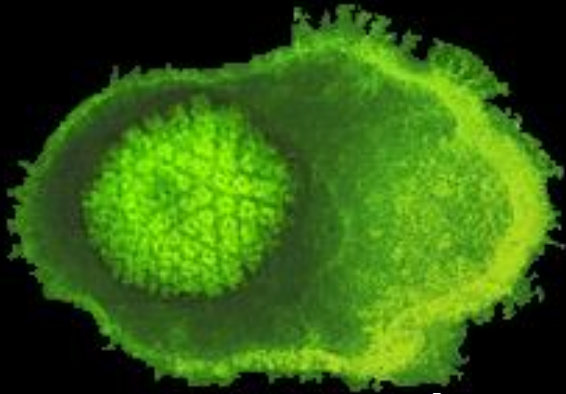
- Diminuição do peso sem motivo justificável;
- Febre, sudorese nocturna , que pode persistir durante várias semanas;
- Diarreia persistente; problemas respiratórios; alterações cutâneas (manchas vermelhas e violáceas na pele, boca, pálpebras...).

A SIDA TRANSMITE-SE POR:

- Relações sexuais não protegidas. O VIH está presente no esperma e nas secreções vaginais;
- Através do sangue infectado na partilha de agulhas, seringas, lâminas de barbear e outros objectos cortantes.;
- Através de uma mãe infectada para o filho durante a gravidez, no parto ou durante a amamentação.

- **Para reter:** Existem indivíduos seropositivos, sem sintomas, que podem não desenvolver a doença, mas são potenciais veículos de transmissão da doença.
- A SIDA atinge ambos os sexos, em todos os grupos etários e grupos sociais, desde que se tenham comportamentos de risco.
- É importante saber que a SIDA, não se transmite , pelo toque , aperto de mão, abraços, beijo social, suor, tosse ou espirros, utilizar os mesmos sanitários, nas piscinas, nos transportes públicos, e picadas de mosquitos ou outros insectos.
- **NÃO EXISTE FORMA DE CURA , NEM VACINA PARA A SIDA.**
- **A ÚNICA FORMA DE PREVENÇÃO É EVITAR COMPORTAMENTOS DE RISCO.**

HERPES GENITAL



- O herpes genital é causado pelo vírus do herpes simples tipo 2;
- Os estudos sugerem que, em alguns países, até uma em cada cinco pessoas estão infetadas por este vírus;
- O herpes genital também pode ser provocado pelo vírus que causa o herpes facial;
- Algumas pessoas apesar de não ter sinais de infecção, mantêm o vírus inativo no organismo durante toda a vida.

• O herpes genital, é uma doença que apresenta reativações ocasionais, algumas vezes dolorosas, para a qual já existe tratamento eficaz.

• **SINAIS E SINTOMAS:** Mal estar geral , febre, dor de cabeça, dores musculares, articulares generalizadas e irritação na área genital. Estes sinais e sintomas podem persistir por vários dias.

• Da irritação → áreas avermelhadas → pequenas vesículas → úlceras dolorosas, que curam entre 10 e 21 dias. Este é o período de maior contágio.

HEPATITE B

- É uma doença que se traduz por uma inflamação do fígado, provocada pelo vírus da Hepatite B.

FORMAS DE TRANSMISSÃO:

- Partilha de seringas e agulhas ; relações sexuais não protegidas.
- O contacto accidental com sangue ou secreções corporais (lágrimas, saliva, fezes, urina), com as mucosas ou pele com lesões é também uma forma de transmissão da doença. Durante a gravidez, **através da placenta para o feto.**

SINAIS E SINTOMAS: (1ª fase):Mal-estar generalizado, dores no corpo, cansaço fácil, falta de apetite e febre. (2ª fase): Icterícia, prurido, urina escura e fezes claras.

• A PREVENÇÃO DA HEPATITE B É FEITA ATRAVÉS DA VACINAÇÃO.

