

Métodos Contraceptivos

DIU de cobre

- Método mecânico, não hormonal;
 - Duração de 10 anos;
 - Colocação intra-uterina;
 - Eficácia: 99%;
- ✓ não interfere com o ciclo menstrual
- ✗ aumento do fluxo menstrual, interferência com anti-inflamatórios.

Preservativo

- Método mecânico;
- Masculino e feminino (este último não existe em Portugal);
- Uso único;
- Único método que protege das doenças sexualmente transmissíveis.

Nota: A informação contida no folheto é complementar às fornecidas pelos profissionais de saúde e em nenhuma situação as substitui.

NOTAS

- Em caso de dúvida contacte sempre o seu médico;
- Existem consultas no Centro de Saúde de Planeamento Familiar onde pode discutir estes temas com o seu médico/enfermeiro de família;
- O Centro de Saúde fornece muitos dos métodos contraceptivos falados;
- Quando necessário o médico de família pode pedir consulta de Planeamento Familiar no HDES.

Elaborado por: Serviço de Ginecologia e Obstetria

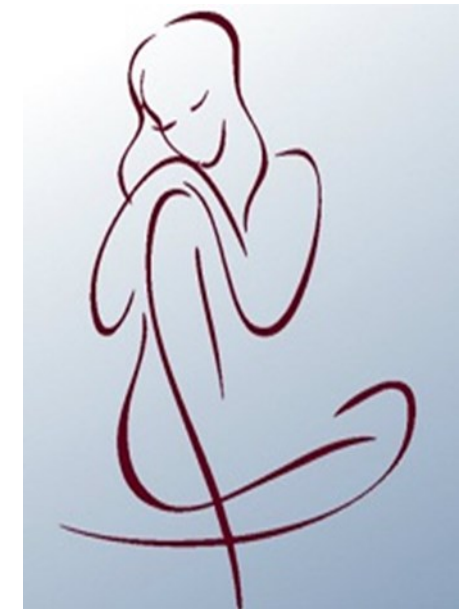
Composição: Serviço de Relações Públicas e Comunicação

Jul. 2022



Métodos Contraceptivos

Qual o meu método?



**Serviço de Ginecologia
e Obstetrícia**

QUESTÕES

Como escolher o método contraceptivo mais adequado?

É importante informar-se com um profissional de saúde, a melhor opção depende de vários fatores.

Ao tomar a pílula, o fluxo menstrual pode diminuir?

Pode. Por vezes a mulher pode deixar de ter hemorragia, sem qualquer prejuízo para a sua saúde.

Existem medicamentos que “cortam” o efeito do contraceptivo?

Sim. Deve informar o médico.

Como funciona o dispositivo intra-uterino (DIU)?

Atua como corpo estranho no útero. Se libertar hormonas causa atrofia do endométrio diminuindo as perdas de sangue.

Os contraceptivos podem causar infertilidade?

Não.

Até que idade se pode tomar a pílula?

Não é recomendado após os 50 anos.

É possível engravidar após esquecimento de uma toma?

Sim. Deve tomar o comprimido mal note que se esqueceu (mesmo que tome dois ao mesmo tempo) e usar preservativo nos 7 dias seguintes.

Se não menstruar na semana da pausa, deve-se parar a pílula?

Não. Deve iniciar a nova carteira.

É possível engravidar usando contraceptivos?

Sim. Apesar da alta eficácia, não há métodos 100% eficazes.

Se usar preservativo feminino, deve-se usar também o masculino?

Não. Basta um, de forma a não haver fricção e risco de rompimento.

Na adolescência qual o melhor contraceptivo?

O mais importante é a dupla proteção!

A decisão depende de vários fatores, mas, pelos esquecimentos frequentes, é preferível optar por um método de longa duração (por ex. Implanon®). Deve-se sempre usar simultaneamente o preservativo para proteção contra infeções sexualmente transmissíveis.

Pílula

- Método hormonal com 1 ou 2 hormonas
- Toma oral de 21 dias + 7 de pausa ou contínua;
- Diferem nas hormonas, sua quantidade e regime de toma;
- Eficácia: 99% (se 2 hormonas e tomada corretamente);
- ✓ método reversível;
- ⊘ esquecimento, interferência com vômitos, diarreia e fármacos.

Anel Vaginal

- Método hormonal com 2 hormonas;
- Administração vaginal mensal;
- É um anel flexível colocado pela mulher, tem aplicador
- Duração de 21 dias com pausa de 7;
- Eficácia: 99%;
- ✓ método reversível, sem esquecimento;
- ⊘ aumento do corrimento vaginal.

Implante

- Método hormonal com 1 hormona;
- Duração de 3 anos;
- Pequeno bastonete colocado no braço;
- Eficácia: 99%;
- ✓ método de longa duração, ausência de menstruação;
- ⊘ spotting.

DIU hormonal

- Método hormonal e mecânico;
- Duração de 3-7 anos (Jaydess® vs. Mirena®);
- Colocação intra-uterina;
- Eficácia semelhante a laqueação;
- ✓ diminui a dor, ausência de menstruação
- ⊘ spotting nos primeiros meses.