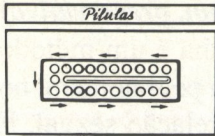


Pílula

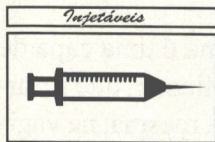


As pílulas anticoncepcionais são comprimidos feitos com substâncias químicas semelhantes aos hormônios encontrados no corpo da mulher que evitam a gravidez.

Existem diferentes tipos de pílula, as mais usadas vêm em cartelas com 21 comprimidos.

A pílula só faz efeito se tomada corretamente.

Hormônios Injetáveis



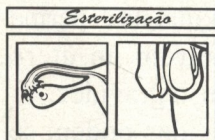
São injeções com substâncias semelhantes aos hormônios encontrados no corpo da mulher que evitam a gravidez. Podem ser usados uma vez ao mês ou de 3 em 3 meses, conforme o tipo.

DIU



O dispositivo Intra Uterino – DIU é um objeto feito de um plástico especial, que vem enrolado por um fio de cobre bem fino, seu uso dentro do útero evita a gravidez.

Esterilização

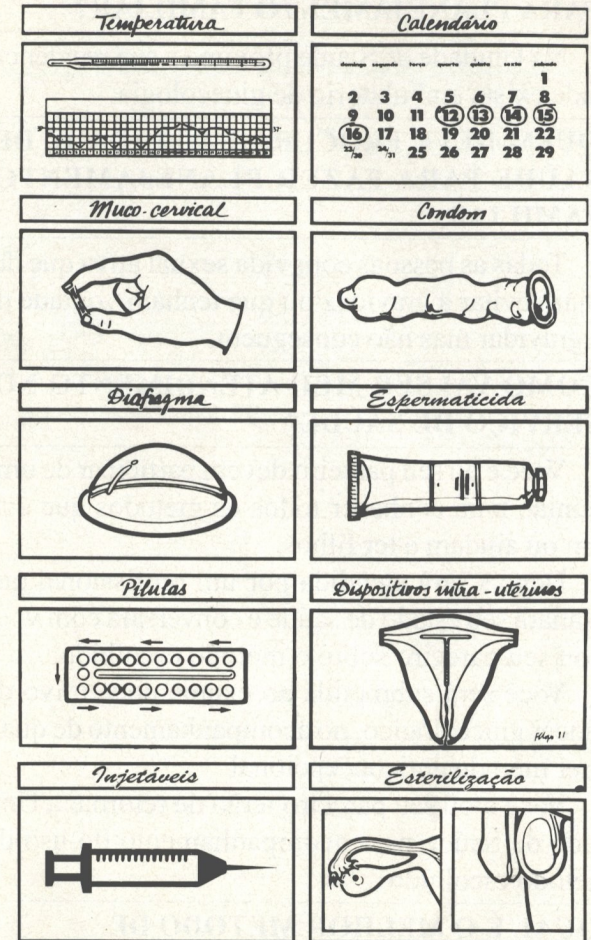


Além dos métodos já descritos existem formas de evitar definitivamente a gravidez através de cirurgia. Pode ser feita no homem (vasectomia) ou na mulher (laqueadura tubária).

Essas operações são irreversíveis (definitivas).

**PROCURE A UNIDADE DE SAÚDE
INFORME-SE
DECIDA-SE
EXIJA SEU DIREITO**

PLANEJAMENTO FAMILIAR



**UM DIREITO DE
TODOS**

Ministério da Saúde
Secretaria Executiva
Coordenação de Saúde da Mulher
APOIO: FNUAP

O QUE É PLANEJAMENTO FAMILIAR?

É o direito à assistência especializada e acesso aos recursos que permitem optar livre e conscientemente por ter ou não filhos, o número e o espaçamento entre as gravidezes

AONDE DEVO PROCURAR ASSISTÊNCIA PARA PLANEJAMENTO FAMILIAR?

Na Unidade de Saúde próxima a sua residência onde existe ambulatório de ginecologia.

QUEM DEVE PROCURAR A UNIDADE DE SAÚDE PARA FAZER PLANEJAMENTO FAMILIAR

Todas as pessoas com vida sexual ativa que desejam evitar a gravidez ou que tenham vontade de engravidar mas não conseguem.

COMO VAI SER MEU ATENDIMENTO NO SERVIÇO DE SAÚDE?

Você e ou seu parceiro devem participar de uma reunião para conhecer todos os métodos que evitam ou ajudam a ter filhos.

Depois será atendida por um profissional que avaliará seu estado de saúde e conversará com você e/ou seu parceiro sobre o método escolhido.

Você será submetida ao exame preventivo do câncer ginecológico, no acompanhamento de qualquer método anticoncepcional.

Você e/ou seu parceiro terão de retornar a Unidade de Saúde para acompanhamento do uso do método escolhido.

QUAL É O MELHOR MÉTODO DE EVITAR FILHOS?

Todo método é seguro quando usado corretamente.

Para cada tipo de pessoa existe um método que é o mais adequado.

Escolha o seu e converse com o médico.

MÉTODOS ANTICONCEPCIONAIS:

Tabela

A tabela é um método que ajuda a mulher a descobrir a época do mês em que ela pode ficar grávida. Esta época chama-se período fértil. Tabelas prontas não são seguras. A tabela de uma mulher não serve para outra, pois cada uma tem um ciclo menstrual diferente. É importante ter um calendário para marcar a cada mês o início do ciclo menstrual.

Calendário						
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

Temperatura

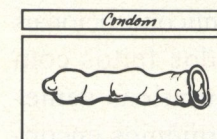
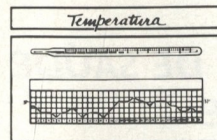
O método da temperatura ajuda a conhecer a época do ciclo menstrual em que a mulher pode ficar grávida (período da ovulação). Ele é feito através da tomada da temperatura do corpo

O corpo feminino sofre uma alteração de temperatura no período da ovulação, ou seja, no período fértil.

Muco cervical ou Billings

O muco é uma secreção produzida pelo colo do útero, que umedece a vagina e, às vezes, aparece na calcinha. Ele varia de aparência em cada período do ciclo menstrual. Aprendendo essas diferenças, é possível saber qual é o período fértil

O método do muco indica a época do ciclo menstrual em que a mulher pode ficar grávida (período de ovulação).



Camisinha (Camisa de Vênus, condom, preservativo)

A camisinha é um método para ser usado pelo homem, no momento da relação sexual. É uma capinha de borracha bem fina, porém resistente, que se coloca sobre o pênis. Ela evita a gravidez, impedindo que os espermatozóides penetrem na vagina da mulher e serve também para prevenir as DST/AIDS.

Diafragma

O diafragma é uma capa de borracha ou silicone, que a mulher coloca, ela mesma, na vagina, antes da relação sexual, tapando, assim, o colo do útero. Ele evita a gravidez, impedindo que os espermatozóides penetrem no útero.

Deve ser usado com um espermaticida, para garantir maior eficácia.

Espermaticida

Espermaticidas são produtos para serem colocados na vagina antes da relação sexual. Eles impedem que os espermatozóides penetrem no útero, evitando assim, a gravidez.

Espermaticidas podem ser usados sozinhos, porém são mais seguros quando usados junto com outros métodos (camisinha, diafragma, tabela).

