

REALIZAÇÃO:

Kamila Paula Lopes

Acadêmica do 8º Período- Curso de Bacharel em
Enfermagem
Estágio Supervisionado II

Profª. Enfª. Drª. Isabel Cristina Belasco

Coordenadora do Curso de Enfermagem Fafibe

Enfª. Drª. Rosana Terezinha T. Milani Maestro

Enfermeira Coordenadora da ESF Dr José Mauro Neto

Drª. Ivete Barbieri Stucchi

Médica do ESF Dr José Mauro Neto

ESF.Dr José Mauro Neto

Rua Palmares nº 66, Bairro Três Marias

Telefone (17) 3342-8018

Bebedouro-SP

ESF Dr. MAURO NETO



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

OLIVEIRA, A.R.D; PEYNEAU, D.P.L; MAGALHÃES, L.A; **PLANTÃO MÉDICO: Sexo ,Prazer e Segurança**, Rio de janeiro: Editora Biologia&Saúde, 1998, 63-70p.

Camisinha; Disponível em:
<http://www.aids.gov.br/data/Pages/LUMISD7A746EAPTBRIE.htm>. Acesso em 27/04/20010.

OS MÉTODOS ANTICONCEPCIONAIS

Os métodos anticoncepcionais ou contraceptivos são formas de evitar a gravidez. Para iniciar o uso de um contraceptivo qualquer é preciso consultar um médico ginecologista.

Não existe um método que seja definido como o melhor por outras pessoas que o utilizam. Nem sempre o que é bom para uma amiga ou vizinha, ou mesmo para o vendedor da farmácia, é bom para quem procura um método para adotar.

Os diversos métodos anticoncepcionais podem ser classificados em dois grupos:

DEFINITIVOS:

- Laqueadura tubária;
- Vasectomia.

TRANSITÓRIOS:

- Hormonais: pode ser oral (pílula, minipílula, pílula do dia seguinte), injetáveis (mensal ou trimestral), subcutâneo (implante), vaginal (anel) ou intra-uterino (DIU) liberador de hormônio;
- Barreira: pode ser vaginal (diafragma, espermicida, capuz cervical), peniana (camisinha) ou camisinha feminina;
- Naturais: calendário ou tabela, temperatura, muco cervical;
- Primitivo: coito interrompido, ducha vaginal.

Anticoncepcional oral

O anticoncepcional é a tão famosa pílula, o mais famoso método contraceptivo e certamente o mais efetivo. Sua segurança é próxima de 100%.

Existem varias marcas de anticoncepcional:

- Ciclo 21
- Nociclim
- Levogen
- Nordette
- Microvilar

As cinco marcas citadas contém a mesma fórmula, onde cada comprimido contém:

- Levonorgestrel (0,15mg);
- Etinilestradiol (0,03mg).

Modo de usar:

Sempre que for tomar a pílula pela 1^a vez ou mudar de comprimido, ou parar 1 mês, ou esquecer e parar:

- Começar no 1º dia da menstruação;
- Verificar o dia da semana e tomar 1 comprimido por dia até o final da cartela;
- Se for a pílula na 2^a feira a última da cartela será no domingo;

Colocando a camisinha



- Abra a embalagem com cuidado - nunca com os dentes - para não furar a camisinha;
- Coloque a camisinha somente quando o pênis estiver ereto;



- Desenrole a camisinha até a base do pênis, mas antes aperte a ponta para retirar o ar;
- Só use lubrificantes à base d'água. Evite vaselina e outros lubrificantes à base de óleo.

Tirando a camisinha



- Após a ejaculação, retire a camisinha com o pênis duro. Fechando com a mão a abertura para evitar que o esperma vaze da camisinha;



- Dê um nó no meio da camisinha e jogue-a no lixo. Nunca use a camisinha mais de uma vez. Usar a camisinha duas vezes não previne contra doenças e gravidez.

Camisinha

O preservativo masculino ou camisinha é uma capa de borracha (látex) que ao ser colocada sobre o pênis evita a transmissão de doenças sexualmente transmissíveis (DST) e do vírus causador da AIDS, o HIV. A camisinha pode também evitar a gravidez, agindo assim como um eficiente método contraceptivo.

Passo a passo:

- Sempre coloque a camisinha antes do início da relação sexual;
- Coloque a camisinha quando o pênis estiver duro;
- Encaixe a camisinha na ponta do pênis, sem deixar o ar entrar;
- Vá desenrolando até que ele fique todo coberto;
- Não deixe a camisinha ficar apertada na ponta do pênis - deixe um espaço vazio na ponta da camisinha que servirá de depósito para o esperma;
- Aperte o bico da camisinha até sair todo o ar, mas cuidado para não apertar com muita força e estragar a camisinha;
- Se ela não ficar bem encaixada na ponta, ou se ficar ar dentro, a camisinha pode rasgar.

- Descansar 7 dias (domingo a domingo). Neste intervalo deverá descer a menstruação;
- Começar a nova cartela na 2^a feira, no mesmo dia da semana que começou a 1^a cartela, mesmo que a menstruação não tenha terminado;
-
- Se esquecer de tomar alguma pílula, tomar assim que lembrar e tomar a do dia no mesmo horário marcado;
- De preferência tomar no almoço, pois o estomago fica menos tempo vazio do que tomar toda noite antes de dormir e, assim, evita esquecimento;
- Não há necessidade de parar para descansar alguns meses.



Pílula do dia seguinte

Trata-se de uma medida anticoncepcional de exceção, ou seja, que não deve, em hipótese alguma, ser utilizada de rotina. O uso correto é o de duas pílulas até o máximo 60 horas após o coito em período fértil. Doze horas mais tarde, a dose deve ser repetida, em no máximo 72 horas.



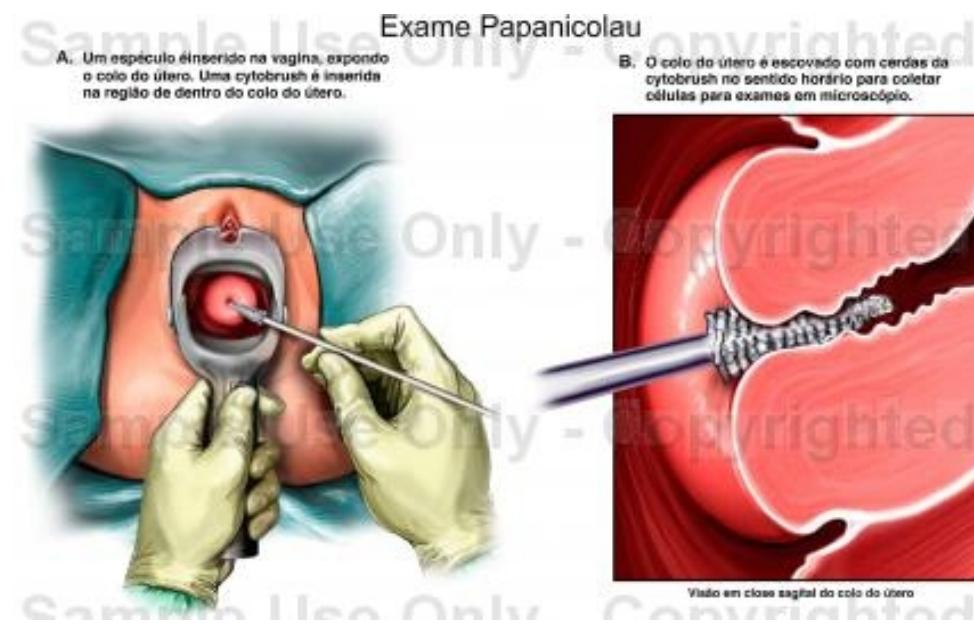
Obs.: Mesmo tomando o anticoncepcional não se esqueça de usar o preservativo, pois protege não somente de uma gravidez indesejada, mas também de doenças sexualmente transmissíveis.



Exame de Papanicolaou

O exame de Papanicolaou verifica alterações nas células do colo do útero. As mulheres, principalmente as sexualmente ativas, ou que iniciaram a vida sexual muito cedo, devem se submeter a um exame preventivo, no mínimo, uma vez por ano.

Esse exame pode detectar doenças pré-cancerígenas, e se estas doenças são descobertas a tempo, há uma grande chance do **câncer** ser combatido através de um tratamento simples. Este exame também é utilizado para detectar alguns tipos de **infecção** no colo do útero e na vagina.



E você, já fez seu exame neste ano?