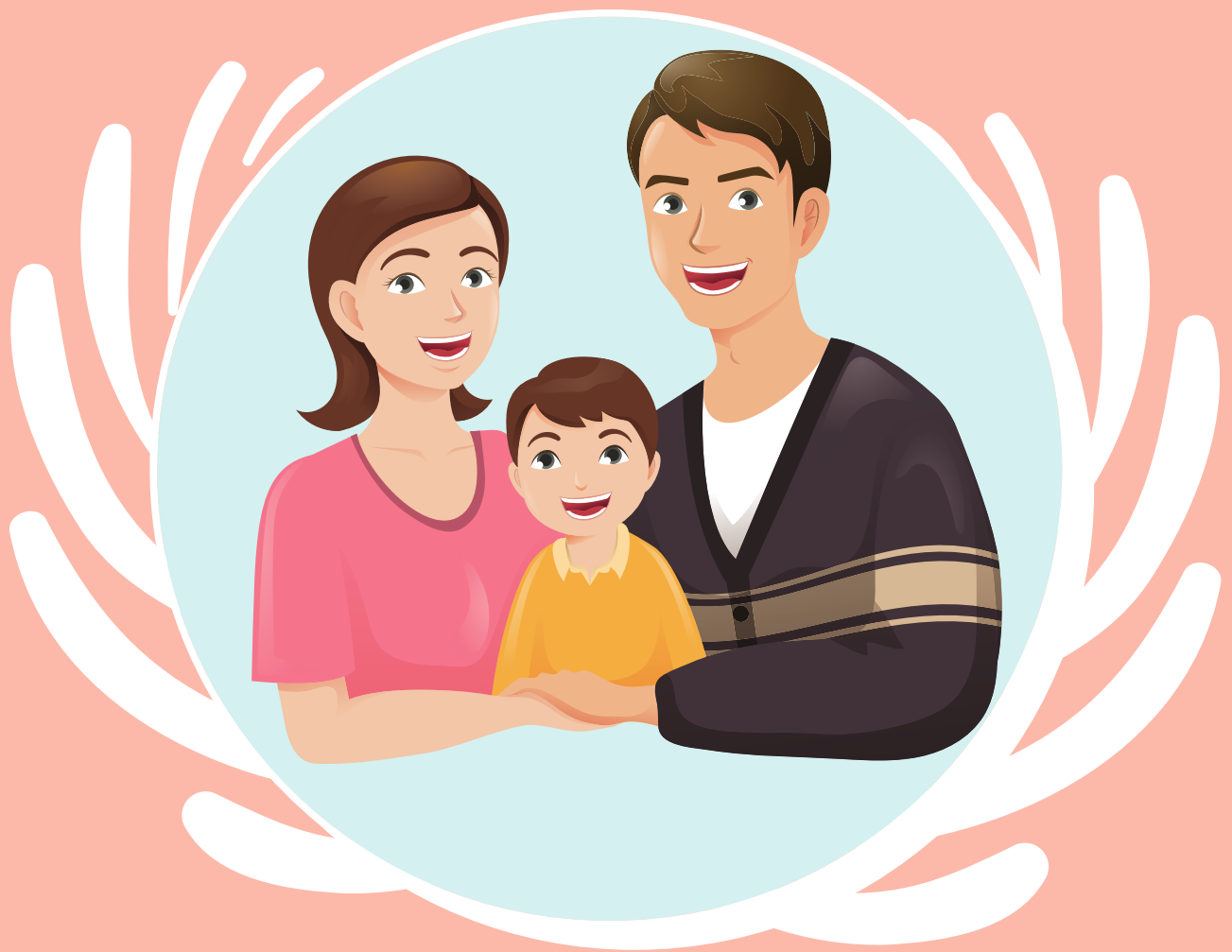


PLANEJAMENTO FAMILIAR

Planejar também é cuidar!



CEUMA
UNIVERSIDADE

AUTORES

Amanda Alves Cardoso da Silva

Acadêmica do Curso de Medicina da Universidade Ceuma, São Luís-MA

Emyly Pinto da Silva Miranda

Acadêmica do Curso de Medicina da Universidade Ceuma, São Luís-MA

Mariana Azevedo Nunes

Acadêmica do Curso de Medicina da Universidade Ceuma, São Luís-MA

Profa. Dra. Mylena Andréa Oliveira Torres

Docente do Curso de Medicina da Universidade Ceuma, São Luís-MA.

Profa. Dra. Monique Santos do Carmo

Docente do Curso de Medicina da Universidade Ceuma, São Luís-MA.

Prof. Dr. Ronildson Lima Luz

Revisor Técnico Científico – Doutorado em Agroecologia pela UEMA

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (UNICEUMA) Universidade Ceuma
Processamento técnico Catalogação na fonte elaborada pela equipe de Bibliotecárias:

Gleice Melo da Silva – CRB 13/650
Marina Carvalho de Souza – CRB 13/823
Michele Alves da Silva – CRB 13/601

S586p Silva, Amanda Alves Cardoso da.

Planejamento Familiar: Planejar Também é cuidar. [Recursos Eletrônico]. / Amanda Alves C. da Silva, Emyly P. da Silva Miranda, Mariana Azevedo Nunes, et al. - São Luís: UNICEUMA, 2021.

13p.: il.
ISBN 978-65-86988-09-3

1. Planejar 2. Anticoncepcionais. 3. Sus. I. Luz, Ronildson Lima. (Revisor). II. Título.

CDU: 614

SUMÁRIO

Apresentação.....	4
O que é planejamento familiar?.....	5
Métodos anticoncepcionais.....	6
Métodos oferecidos pelo SUS.....	7
Informações sobre o planejamento...	11
Vantagens de planejar a família.....	12
Referências.....	13

APRESENTAÇÃO

Temos o prazer de apresentar a cartilha informativa sobre o Planejamento Familiar, contendo um trabalho de revisão de literatura, efetuado por nós, alunos do curso de medicina da Universidade CEUMA.

Este curso está continuamente empenhado no aprimoramento do ensino-aprendizagem através da busca de novos conhecimentos e essa cartilha objetiva orientar os usuários do Sistema Único de Saúde sobre a assistência oferecida pelos profissionais de saúde que atuam no planejamento familiar, auxiliando sobre o uso adequado dos anticoncepcionais prevenindo a gravidez indesejada afim de esclarecer esta temática a população.

O QUE É PLANEJAMENTO FAMILIAR?

O planejamento familiar é o direito de poder, de forma responsável e livre de definir sobre ter ou não filhos. Dessa maneira, planejar a família é refletir sobre incluir filhos ou não no seu plano de vida, segundo a vontade e as possibilidades de cada família.

Essa ação traz benefícios para todos, possibilitando uma melhor qualidade de vida para toda família.



Planejar sua família é um ato de amor e cuidado.

MÉTODOS ANTICONCEPCIONAIS

6

Existem diversas técnicas que podem ajudar no planejamento, e que oferecem ao casal a possibilidade e os recursos para sua opção, de acordo com a sua vontade. O mais importante é que de forma conjunta, o casal, decida a melhor forma, respeitando suas necessidade e se adaptando melhor a sua saúde.

Hoje em dia, existem métodos contraceptivos tanto para homens quanto para as mulheres, sendo de grande importância para a construção de uma parceria de igual responsabilidade na prevenção.

Portanto, a presença conjunta do casal torna bem mais positivo o planejamento familiar.



MÉTODOS OFERECIDOS PELO SUS

Camisinha masculina e feminina

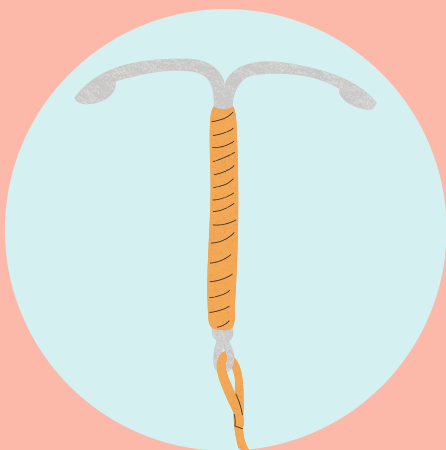
Camisinha é um método contraceptivo do tipo barreira. Feita de látex ou poliuretano, impede a ascensão dos espermatozoides ao útero, prevenindo uma gravidez não planejada. Também é eficiente na proteção contra doenças sexualmente transmissíveis.

Há dois tipos de camisinha: masculina e feminina. A camisinha masculina (mais conhecida) é um envoltório, geralmente de látex, que recobre o pênis, e retém o esperma durante o ato sexual. Já a camisinha feminina (menos conhecida) é um tubo de poliuretano com uma extremidade fechada e a outra aberta, acoplado a dois anéis flexíveis.



DIU de cobre

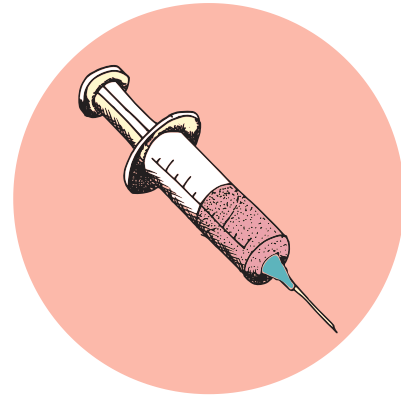
Dispositivo intrauterino (DIU), como o nome já diz, é um dispositivo que deve ser inserido por médicos, dentro do útero. A grande vantagem deste método é a comodidade e a alta eficácia, que pode proteger a mulher durante 5 a 10 anos, dependendo do produto.



MÉTODOS OFERECIDOS PELO SUS

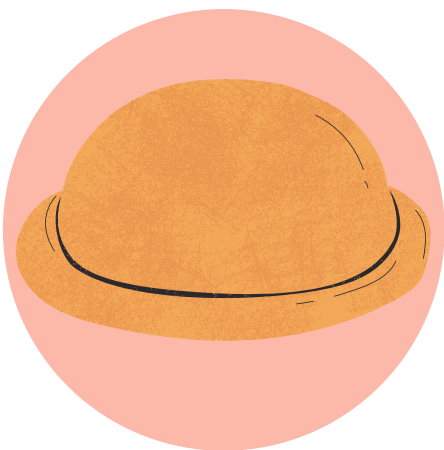
Injeção anticoncepcional

A injeção anticoncepcional é um método contraceptivo que possui em sua fórmula a combinação de progesterona ou associação de estrogênios, com doses de longa duração. A injeção pode ser mensal ou trimestral, e deve ser aplicada na região glútea.



Diafragma

O diafragma, assim como a camisinha, é um método de barreira física. Ele impede que os espermatozoides cheguem até o óvulo. Possui eficácia menor do que a camisinha, pois não protege de doenças sexualmente transmissíveis.



MÉTODOS OFERECIDOS PELO SUS

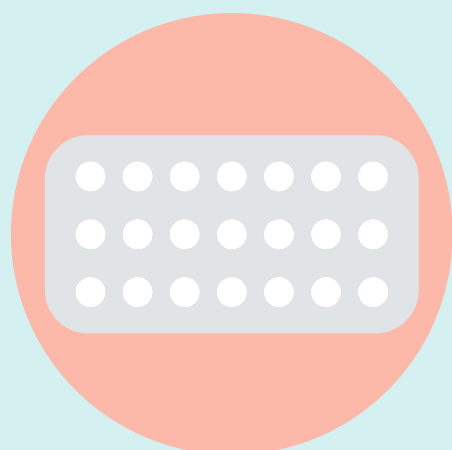
Pílula anticoncepcional

O anticoncepcional hormonal combinado oral (AHCO) ou pílula anticoncepcional é um comprimido que contém uma combinação de hormônios, geralmente estrogênio e progesterona sintéticos, que inibe a ovulação. Ele também modifica o muco cervical, tornando-o hostil ao espermatozoide.



Minipílula

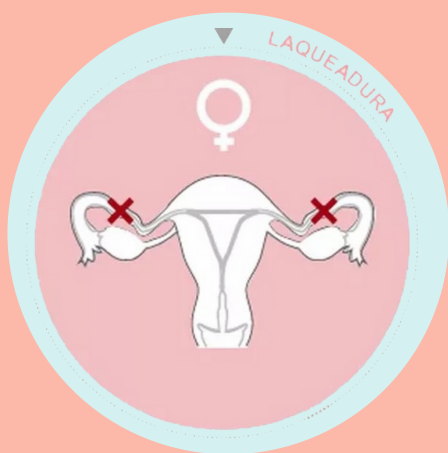
A pílula anticoncepcional chamada de minipílula possui apenas um tipo de hormônio: a progesterona. Por possuir uma quantidade pequena desses hormônios, o uso contínuo sempre no mesmo horário, todos os dias, se faz ainda mais essencial.



MÉTODOS OFERECIDOS PELO SUS

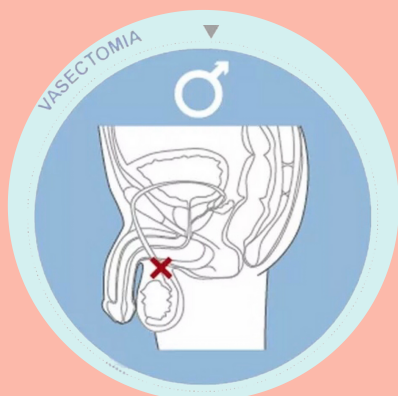
Pílula de emergência do dia seguinte

A pílula de emergência, conhecida como pílula do dia seguinte é oferecida gratuitamente a homens e mulheres que relatarem terem feito sexo sem proteção ou em caso de falha do contraceptivo. A eficiência da pílula é maior até 72 horas após o ato sexual, mas pode ser tomada até cinco dias depois. A pílula de emergência não interfere numa gravidez em curso, ou seja, não é abortiva.



Laqueadura ou vasectomia

A laqueadura e a vasectomia são cirurgias esterilizantes, ou seja, impedem a pessoa de ter filhos permanentemente. Para realizar qualquer um dos procedimentos, a pessoa, sendo homem ou mulher, deve ter mais de 25 anos ou já ter dois filhos. Além disso, para indivíduos casados, a parceira ou parceiro precisa autorizar a realização do procedimento.



INFORMAÇÕES SOBRE O PLANEJAMENTO

Atualmente no Brasil a atenção primária é responsável por oferecer este serviço, levando à população por meio das equipes do Programa Saúde da Família. Dentre as diretrizes da PSF, contém uma em especial, que abre a participação comunitária, sendo assim, a equipe é responsável por desenvolver atividades de planejamento com a família ou o cliente, sendo o mesmo a ter voz sobre os serviços de saúde podendo dar opiniões.

As Equipes da saúde da família devem conhecer sua população de abrangência e incentivar a participação popular no intuito de criar vínculos.

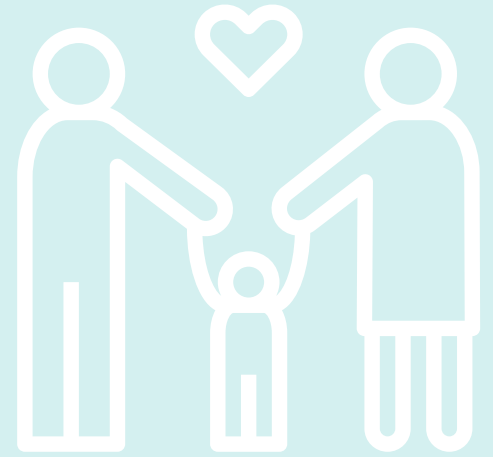
Dentre os serviços prestados para a comunidade, podemos citar alguns:

- Assistência quanto ao uso de métodos contraceptivos, que ajudem no planejamento familiar, e se apresentar o desejo de ter filhos, serão feitas as orientações quanto à concepção;
- Atendimento pré-natal em toda a gestação;
- Assistência durante o parto, pós-parto e ao recém nascido;
- Assistência ao controle de doenças sexualmente transmissíveis;



VANTAGENS DE PLANEJAR A FAMÍLIA

O planejamento familiar é um componente importante na prevenção e promoção de saúde. A estratégia de planejar leva em considerações questões econômicas, sociais, emocionais, e responsabilidades entre os pais.



A chegada do bebê transforma os hábitos, rotinas em algo novo, de aprendizado. A decisão de ter filhos deve ser algo muito bem planejado de forma consensual, um desejo que nasça da vontade de ambos.

Quanto mais equilibrada for a união do casal, muito melhor será a chegada do filho.



REFERÊNCIAS

- ANDRADE, E.C.; SILVA, L.R. Planejamento familiar: uma questão de escolha. **Revista Eletrônica Enf.**, vol. 11, p. 85-93, 2009.
- PIERRE, L.A.S.; CLAPIS, M.J. Planejamento familiar em Unidade de Saúde da Família. **Revista Latino-Am. Enfermagem**, vol. 18, 2010.
- SILVA, K. R.; SOUZA, A. S.; PIMENTA, D. J.; SILVA, R.; LIMA, M. D. O. Planejamento Familiar: importância das práticas educativas em saúde para jovens e adolescentes na Atenção Básica. **Revista Eletrônica Gestão & Saúde**, vol.07, p. 327-42, 2016.
- BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. **Área Técnica de Saúde da Mulher**. Assistência em Planejamento Familiar: Manual Técnico/Secretaria de Políticas de Saúde, Área Técnica de Saúde da Mulher – 4a edição – Brasília: Ministério da Saúde, 2002
- FIUZA, Érica Santana de Sá *et al.* Planejamento familiar: avaliação da qualidade nas dimensões da estrutura, organização e assistência. **Cuidado É Fundamental**, Rio de Janeiro, v. 7, n. 4, p. 3227-3238, 2015. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/5057/505750948008.pdf>/ Acesso em: 5 dez. 2020
- RESENDE JÚNIOR, José Anacleto Dutra *et al.* Planejamento Familiar. **Hospital Universitário Pedro Ernesto**, Rio de Janeiro, v. 9, p. 60-68, 2010. Disponível em: http://revista.hupe.uerj.br/WebRoot/pdf/254_pt.pdf/ Acesso em: 5 dez. 2020
- COSTA, Alcione *et al.* História do Planejamento Familiar e sua relação com os métodos contraceptivos. **Revista Baiana de Saúde Pública**, Bahia, v. 37, n. 1, p. 74-86, jan. 2013. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/0100-0233/2013/v37n1/a3821.pdf>. Acesso em: 6 dez. 2020
- BONUTTI, B. *et al.* Planejamento Familiar: particularidades e pluralidades nas ações em três cidades de minas gerais. **Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas**, v. 3, n. 5, p. 146-162, 7 mar. 2018. Disponível em: <https://periodicos.pucminas.br/17193/>. Acesso em: 7 dez. 2020.