



Métodos Anticoncepcionais

Métodos de barreira: São métodos onde se cria literalmente uma barreira física para a fertilização.

Na sociedade atual, o planejamento familiar é muito importante para a qualidade de vida, pois só assim para garantir um futuro digno para os descendentes. Para isso, foram criados vários métodos contraceptivos, ou seja, métodos que evitem a gravidez.

Camisinha Masculina: A camisinha é feita também de látex, material que tem certa elasticidade. Ela é colocada no pênis ereto do homem, com o objetivo de barrar os espermatozoides logo após a ejaculação. Na ponta, é muito importante deixar uma parte vazia sem ar, para que ali fique o esperma. Caso contrário, a camisinha pode estourar ou o esperma subir até a base do pênis, tendo contato com o corpo feminino.

A camisinha, além de evitar a gravidez, também evita a aquisição de DSTs (doenças sexualmente transmissíveis), como sífilis, gonorréia, AIDS, etc. É um método barato e acessível a todas as camadas da sociedade, fazendo com que seja o método contraceptivo mais adotado no mundo. A sua eficácia fica em torno de 96%, se utilizada corretamente.

Camisinha Feminina: É um "saco" feito de mesmo material que a camisinha masculina, que possui dois anéis nas extremidades. Um serve para facilitar a introdução da camisinha na vagina, e o outro serve para segurar a camisinha na vulva, protegendo os pequenos e grandes lábios também. Evita a aquisição de DSTs e AIDS. A eficácia contra a gravidez é de aproximadamente 97%. Camisinha feminina.

Diafragma: É uma pequena cúpula feita de látex ou silicone, que deve ser introduzido na vagina momentos antes da relação sexual. Ele se encaixará na entrada do útero, obstruindo-o. Essa obstrução evita que os espermatozóides encontrem o óvulo (ovócito secundário). É altamente recomendado que se utilize juntamente com uma pomada espermicida, para aumentar a eficácia. Deve ser removido somente seis horas após a ejaculação do homem, para garantir que todos os espermatozóides já tenham morrido. A eficácia desse método é de aproximadamente 80%.

Métodos

hormonais ou químicos

Método injetável: Com uma seringa são injetados hormônios que evitam a ovulação em certo período (mensal ou trimestral). Após a interrupção das injeções, é possível engravidar seis meses depois. Sua eficácia é de aproximadamente 98,5%. Deve ser utilizado com prescrição e acompanhamento médico.

Esse método não é recomendado para mulheres acima de 35 anos e fumantes, pois pode trazer algumas complicações para a saúde. Também deve ser evitado o uso por mulheres que tiveram trombose, glaucoma, problema cardiovascular, hepatites, hipertensão, neoplastias, diabetes, entre outros. O uso em períodos de amamentação pode prejudicar a produção de leite.

Implante: São implantados no braço pequenos bastões que contêm hormônios, que impedem a ovulação e são liberados gradativamente, por até 3 anos. Após a interrupção do uso desse método, é possível engravidar após um ano.

Pílula do dia seguinte: Contém grande quantidade de hormônios (levonorgestrel), que cria um ambiente desfavorável aos espermatozoides e também evita a ovulação. É utilizada em casos de emergência, como um furo na camisinha, ou vazamento de esperma, etc.

Não deve ser utilizada com muita frequência, pois pode desregular o ciclo menstrual. Eficácia de 99,9%. Deve ser tomada em até 4 dias após a relação sexual, após esse período, a eficácia da pílula cai bastante. Ela somente previne a gravidez de relações sexuais anteriores, não futuras.

DIU - Dispositivo intra-uterino: É uma peça de plástico banhada de cobre, material que funciona como espermicida. O DIU é colocado dentro do útero pelo médico, durante o período menstrual, quando o colo do útero está mais aberto. O dispositivo pode ficar por muitos anos no útero, mantendo a sua eficácia, desde que tenha acompanhamento do ginecologista. Não protege contra DSTs, e em caso de uma possível gravidez (eficácia de 98%), pode ter efeito abortivo.

Métodos comportamentais São métodos que se baseiam apenas no comportamento dos indivíduos que praticam o ato sexual.

Coito interrompido Consiste em retirar o pênis de dentro da vagina momentos antes da ejaculação. Esse método é bastante falho, pois antes da ejaculação é expelido outro líquido, lubrificante, que também contém espermatozoides capazes de fecundar o óvulo.

Método de Ovulação Billings Também conhecido como Método Billings, é um método de Regulação Natural da Fertilidade, em que o casal identifica o período fértil, com base nas observações que a mulher faz de seu corpo e identifica os sinais de fertilidade e infertilidade. É melhor utilizado quando a mulher quer engravidar, e não o contrário

Tabelinha

É uma tabela do ciclo hormonal e fértil da mulher, detectando assim, os dias em que pode ter relações sexuais com menor risco de gravidez. Todo mês, deve-se marcar em um calendário a data de início da menstruação. Isto deve ser feito por no mínimo seis meses, para que se tenha uma informação correta sobre o ciclo hormonal. O número de dias entre as menstruações dividido por dois indica o meio do ciclo. Nos três dias antes e depois do meio (incluindo o dia de referência), não se deve ter relações sexuais, ou utilizar camisinha.



Métodos cirúrgicos Laqueadura ou Ligação de Trompas

É uma intervenção cirúrgica, onde as trompas da mulher são amarradas ou cortadas, evitando com que o óvulo e os espermatozoides se encontrem. É um método definitivo, ou seja, depois que a laqueadura é feita, é impossível engravidar novamente. Deve ser um método utilizado com muita certeza do que se está fazendo. Muitas mulheres se arrependem anos após a realização da esterilização, mesmo que tenham dito ter certeza do que queriam fazer. Só é indicado para mulheres maiores que 25 anos que já tenham pelo menos 2 filhos.

Vasectomia É uma cirurgia feita na bolsa escrotal do homem, por onde passa o canal deferente. Esse canal é cortado, impedindo que os espermatozoides cheguem ao esperma. Isso não faz com que o homem fique impotente, nem prejudica a produção de testosterona pelos testículos. Esse método contraceptivo só é feito por recomendação médica, sendo requisitos ter no mínimo 25 anos ou dois filhos

vivos, e ter passado por grupos educativos, pois é um processo irreversível.