

Conheça os métodos contraceptivos oferecidos pelo SUS

Ao longo dos anos, as mulheres foram ganhando autonomia em relação à saúde reprodutiva e à livre escolha sobre ter ou não filhos, quantos filhos desejam ter e em qual momento da sua vida. Além disso, ganharam informação e liberdade para cuidarem da própria saúde, evitarem infecções sexualmente transmissíveis, e têm à disposição diversos tipos de métodos contraceptivos. Entretanto, ainda existem muitas dúvidas a respeito de qual a melhor maneira de usar, qual o mais adequado, restrições e efeitos colaterais dos contraceptivos.

[\(Blog da Saúde, 14/09/2016 - acesse no site de origem\)](#)

Com o objetivo de garantir que as mulheres e homens, adultos, jovens e adolescentes possam viver plenamente a sexualidade sem medo, vergonha e culpa, independente da condição física, idade e estado civil, o Ministério da Saúde (MS) oferece no SUS uma série de serviços que garantem acolhimento e sigilo sem discriminação.

Além disso, também disponibiliza mais de um tipo de contraceptivo. São eles: preservativo masculino e feminino, pílula combinada, anticoncepcional injetável mensal e trimestral, dispositivo intrauterino com cobre (DIU T Cu), diafragma, anticoncepção de emergência e minipílula.

É sempre importante lembrar, que antes de decidir qual método usar, ou se não quer usar nenhum, é importante procurar orientação de um profissional da saúde para verificar riscos e benefícios para o seu corpo. Esse processo é muito importante para que se adquira informação de qualidade e haja segurança na decisão. O processo de escolha, os riscos e benefícios são individuais e variam de pessoa para a pessoa.

Se você não conhece algum dos métodos distribuídos pelo SUS e quer saber

um pouco mais antes de procurar a orientação de um profissional, o Blog da Saúde te ajuda!

Diafragma e Camisinha

O diafragma não é muito conhecido. Por ser considerado um método de barreira, ele se assemelha a camisinha masculina e feminina, exceto pelo fato de que não previne Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST).

Não há nenhum tipo de efeito colateral, nem contra indicações. Além disso, é uma opção para quem não se adaptou ou não gostou de métodos hormonais. Se a mulher optar por usar este método, a consulta com o profissional é essencial, pois as mulheres são diferentes, e existem diversos tamanhos de diafragma. Este método também pode ser usado combinado com um preservativo.

Já a camisinha masculina e feminina é distribuída em Unidades Básicas de Saúde (UBS) para qualquer pessoa e em qualquer momento. O preservativo é o único método capaz de prevenir IST, como HIV e Hepatite C, mas o masculino e o feminino nunca devem ser usados ao mesmo tempo, porque o atrito entre elas aumenta o risco de rompimento.

Pílula anticoncepcional e injeção combinada

O DIU de cobre é considerado um método eficaz e de longa duração, visto que previne a gravidez por até 10 anos depois de inserido na mulher. Também é reversível, pois assim que a mulher retirar o dispositivo, já está apta a engravidar novamente.

Pode ser usado por quase todas as mulheres, desde adolescentes que ainda não possuem filhos e até mulheres mais velhas, com exceção de poucas restrições, como malformações uterinas ou miomas intracavitários.

Entre os mitos que cercam este método estão o desenvolvimento de infecções e cânceres, o que já se sabe que não é verdade.

Independente do método que você escolher, é importante conhecer o próprio

corpo e tomar uma decisão baseada em informação segura. No SUS, as medicações são oferecidas em Unidades Básicas de Saúde (UBS).

Ouçã aqui como conseguir a medicação:

Aline Czezacki