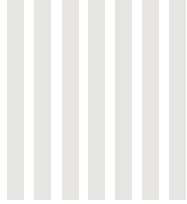


# Métodos contraceptivos

Os impactos negativos sobre o corpo da mulher  
e a responsabilidade não igualitária da  
prevenção à gravidez

FEV





## MÉTODOS CONTRACEPTIVOS

Os instrumentos de prevenção para a gravidez fazem parte da vida de todos nós, certo?

Nem sempre com responsabilidades igualitárias, mas estão lá.

Informação e relação sexual devem ser inseparáveis. E conscientemente, pode-se fazer melhores escolhas quanto aos métodos contraceptivos.

Já está no momento de um equilíbrio entre os gêneros quanto aos métodos contraceptivos, você não acha?

Entenda mais sobre os efeitos dos métodos nos corpos femininos e masculinos.

## Mitos e verdades

Vamos trazer mais luz para a discussão? Veja mais alguns dados interessantes sobre alguns métodos:

- **A pílula anticoncepcional pode servir para auxiliar tratamentos diversos, como a endometriose e síndrome dos ovários policísticos**

VERDADE - e não para por aí, pois já mostrou bons resultados contra a acne e as cólicas

- **Uma vez inserido, o implante anticoncepcional subcutâneo pode ser utilizado por tempo indeterminado.**

A depender do tipo, possui uma durabilidade de 3 até 5 anos

- **É preciso refletir muito bem antes da decisão de colocar o DIU, pois é um procedimento irreversível.**

MITO - o instrumento pode ser retirado de maneira relativamente simples, ao passo que isso pode não ser possível na maioria das vezes para a laqueadura

- **O implante pode trazer oscilações de humor.**

VERDADE - é um dos efeitos colaterais mais recorrentes

- **O implanon, como também é chamado o implante hormonal, pode ter a sua eficácia comprometida pelo uso de alguns tipos de medicamentos.**

MITO - Nenhum remédio causa essa interferência

- **Não há contraindicação para o chip anticoncepcional/implanon.**

Em algumas condições, são fortemente desaconselháveis: período de lactação ou trombose, colesterol elevado e crises de enxaqueca

## E os jovens?



O preservativo e as relações sexuais estão se afastando. O IBGE mostrou uma queda em seu uso entre os jovens de 13 a 17 anos: 72,5% para 59% de 2009 a 2019. Comparativamente, a diminuição foi mais acentuada para as meninas.

Questões à parte do tabu que ronda a tema, os principais fatores ligados:

1. Campanhas de conscientização insuficientes
2. Falta de educação sexual no ambiente escolar ou familiar

Ou seja, a maioria deles desconhece os riscos e doenças associadas, além de sua função como método contraceptivo. E isso tende a seguir ao longo da vida adulta.

## Contra os contraceptivos?

Embora mais de 80% das mulheres brasileiras façam uso de algum tipo de contraceptivo, apenas 2% são métodos de longa duração com maior efetividade, como DIU ou implante.

Em um dos estudos globais recentes mais abrangentes sobre o tema, o Instituto Guttmacher apontou, em 2017, que mais de 200 milhões de mulheres não têm acesso a métodos de contracepção.

Em grande parte isso resulta da falta de cuidados de atenção básica de saúde em países pobres e em desenvolvimento.

No Brasil, atingiu-se a média de quase 7% das mulheres em idade fértil.

Os tabus e a vergonha de abrir um diálogo a respeito da vida sexual também contribuem e muito para que não haja um planejamento. Muitas vezes as mulheres tomam a frente na discussão, quase como uma atitude de autoproteção.

## Principais métodos e suas eficácias (femininos e masculinos)

Podemos dizer que o único meio completamente seguro para prevenir a gravidez é a abstinência sexual, pois nenhum dos outros métodos atinge 100% de eficácia, embora muitos se aproximem desse índice.

O coito interrompido, prática configurada pela retirada do pênis de dentro da vagina imediatamente antes da ejaculação, são muitos os meios.



A sua eficácia é questionável (27% de falha), uma vez que previamente à ejaculação, existe uma secreção liberada. Ali, há potencial de fecundação, já que a mesma pode conter espermatozoides.

### Femininos:

- **Diafragma** - pode ter eficácia de até 85%, sobretudo se combinado com espermicida
- **Pílula anticoncepcional** - taxa de falha de 0,1%
- **DIU ou dispositivo intrauterino** - falha de 0,1%
- **Preservativo feminino** - taxa entre 8-20% de falha
- **Esterilização/laqueadura** - 1% de falha
- **Tabelinha** - 0,1% de índice de falha
- **Adesivo anticoncepcional** - falha de 0,1%
- **Pílula do dia seguinte** - falha entre 5-20%

## Masculinos

- Vasectomia - taxa de falha de 1%
- Preservativo masculino - 8-20% de falha na prevenção da gravidez. É importante que seja colocada desde o início da relação sexual

## Riscos da pílula

Chegamos ao ponto crucial do texto. Quais são os reais impactos no corpo da mulher? Por conter estrogênios (além da progesterona, único hormônio presente no implante/chip), pode trazer um maior número de efeitos colaterais e desdobramentos.

### Perigos da pílula

Qualquer medicamento vai trazer seus efeitos adversos. A pílula é um hormônio de uso contínuo e o tempo prolongado pode desencadear – a depender da dosagem – fatores de risco como:

- **Trombose e varizes** - a chance de formação de coágulos pode triplicar com o uso da pílula. Portanto, quem tem histórico prévio de trombose deve procurar outros métodos
- **Doença hepática** - por risco de sobrecarga do fígado com a metabolização dos hormônios, mulheres com antecedentes de males no órgão devem ter atenção
- **Hipertensão arterial** - aqui, o quadro geral de saúde também conta, pois o estrogênio sintético, hormônio comum em muitos tipos de pílula, tem função de contração dos vasos sanguíneos. Isso pode levar a doenças no coração ou mesmo ao agravamento de condições prévias
- **Alerta para o desenvolvimento de alguns tipos de tumores** - fígado, conforme descrito acima, colo do útero e mama podem estar relacionados. Cabe novamente conhecer sua incidência em parentes próximos e ter uma boa conversa com profissional ginecologista



- **Diminuição da libido e oscilações de humor** - a primeira pode resultar da descarga contra hormônio masculino presente no composto. Já o humor costuma ser um pouco comprometido pela baixa na produção de serotonina – um dos neurotransmissores ligados ao bem-estar – em face dos outros hormônios atuantes
- Pode ocorrer também interrupção da menstruação, retenção de líquidos com aumento de peso e celulites, náuseas, tontura, dores de cabeça e maior sensibilidade e volume das mamas

Pesquise o histórico familiar de doenças e tenha uma boa base antes de escolher se o método é adequado para você.

**Lidar com hormônios pode causar uma grande 'revolução' e desgaste no organismo.**

De qualquer forma, cada mulher sente de maneira diferente e os incômodos podem ser mínimos para algumas.

Vale estar bem informada, entender as suas necessidades e usar a sensibilidade.

## **Anticoncepcional masculino**

Ainda que uma pílula nos moldes da feminina esteja longe de chegar, podendo levar entre 30 a 50 anos segundo a ciência, em algum momento de 2023 surgirá uma novidade.

Falamos de uma injeção com propriedade anticoncepcional para os homens. Com atuação de até 10 anos e fácil reversão – via injeção adicional, pretende também anular a transmissão do vírus HIV.

Basicamente, a "Risug", como foi denominada, trabalha rompendo a cauda dos espermatozoides e

impedindo a sua movimentação.

**Talvez seria o momento em que podemos esperar um equilíbrio entre os gêneros quanto aos métodos contraceptivos?**

Os cientistas do Instituto Indiano de Tecnologia, responsável pelo desenvolvimento do medicamento, preveem certa relutância.

**Trata-se de um debate necessário.** A medicalização do corpo feminino, com raízes históricas, acabou por determinar um controle de ordem pública exercido em última instância pelo médico ginecologista.

A mulher então fica responsável por tudo que envolva o universo da reprodução, e também dos métodos contraceptivos. Tudo de acordo com o conceito vigente de que o homem seria o provedor e a mulher cuidaria da família.

Assim seguiu a educação dos meninos quanto ao tema, aos quais foi basicamente atribuído apenas o uso do preservativo.

Há exceções, mas ainda não é possível colocarmos bons números em favor da preservação da saúde feminina.

Que tal propor uma enquete, a começar por seus colegas de trabalho?

**Quantos estariam dispostos a experimentar esta injeção masculina?**

**Realmente entender todos os efeitos negativos sofridos por mulheres a partir de alguns dos métodos de prevenção?**

Aproveite também e divulgue este material. Uma discussão pela saúde, de interesse de todos!



Corretora  
de Seguros  
e Benefícios

Acompanhe nossos conteúdos nas redes sociais:



@aiocorretora