



IMPLANTE

Este tipo de método de planeamento familiar consiste na colocação, por baixo da pele do braço da mulher, de dois pequenos tubinhos de plástico que contêm um medicamento que previne a gravidez

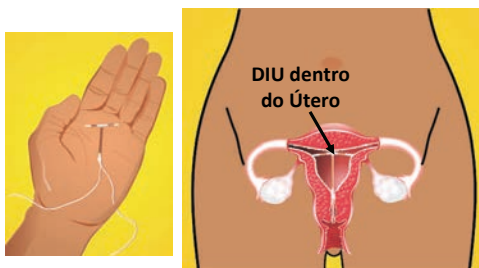
Deve ser colocado na Unidade Sanitária por Enfermeiras treinadas.

É muito eficaz para evitar a gravidez. Depois de colocado no braço da mulher tem uma duração de protecção, contra a gravidez, até 5 anos.

Tem as mesmas vantagens e desvantagens que a injeção.

Assim que a mulher quiser engravidar só precisa de voltar à Unidade Sanitária e pedir para remover os tubinhos.

DIU ou APARELHO



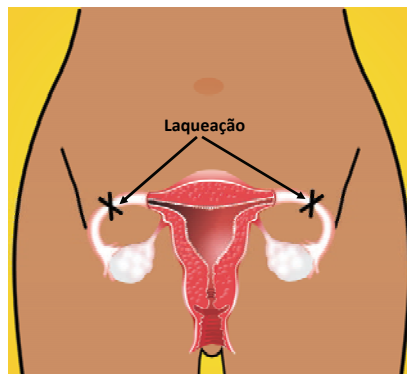
Este método planeamento familiar consiste num pequeno objecto de plástico com cobre que é colocado dentro do útero da mulher.

Depois de colocado no útero dura entre 5 a 10 anos. É muito eficaz na prevenção da gravidez. O DIU deve ser colocado dentro do útero por enfermeiras treinadas.

O DIU pode também ser inserido/colocado na altura do parto, fazendo com que a mulher já saia da maternidade protegida contra uma nova gravidez.

Se a mulher quiser engravidar é só ir à Unidade Sanitária pedir para retirar o DIU. A colocação e retirada do DIU não dói!

LAQUEAÇÃO das TROMPAS



Este tipo de método de planeamento familiar consiste numa pequena cirurgia onde se fecha o canal de passagem do ovo evitando o seu encontro com o espermatozóide, e por conseguinte evitando a gravidez.

Este método só está disponível nos Hospitais que fazem cirurgia.

É um método muito eficaz que não afecta a saúde da mulher.

É recomendado para as mulheres que não querem mais filhos, porque é irreversível, ou seja depois de feita a laqueação a mulher não pode voltar a engravidar.

A consulta e os todos os métodos de Planeamento Familiar SÃO GRATUITOS, ou seja NÃO se PAGAM!



REPÚBLICA DE MOÇAMBIQUE
Ministério da Saúde

MÉTODOS de PLANEAMENTO FAMILIAR



AQUI oferecem-se SERVIÇOS de PLANEAMENTO FAMILIAR, como INFORMAÇÃO, ACONSELHAMENTO e diversos MÉTODOS CONTRACEPTIVOS

O NOSSO MAIOR VALOR É A VIDA!

Planeamento Familiar



O planeamento familiar pode salvar a vida de uma mulher no caso em que uma nova gravidez a coloque em risco.



Em Moçambique existem diferentes tipos de métodos de planeamento familiar, que estão disponíveis nas unidades sanitárias gratuitamente para qualquer mulher, homem, rapaz ou rapariga que o solicitar, independentemente de serem casados ou não.



Nos nossos hospitais e centros de saúde você pode encontrar como métodos de planeamento familiar: preservativos, comprimidos, injeções, DIU e Implantes, assim como métodos que requerem uma pequena cirurgia como a laqueação e a vasectomia.



Mulher, vá com o seu parceiro à unidade sanitária para serem aconselhados e receberem gratuitamente um método de planeamento familiar da vossa escolha.

MÉTODOS de BARREIRA



PRESERVATIVO MASCULINO

É um tubo, de borracha fina, que se coloca no pénis quando está em erecção. Se usado correctamente em todas as relações sexuais, antes do contacto do pénis com a vagina, o preservativo masculino previne:

- A gravidez, porque retém na sua ponta o esperma durante o acto sexual, actuando desta forma como uma barreira que mantém os espermatozoides fora da vagina;
- As doenças de transmissão sexual, incluindo o HIV/SIDA, porque impede o contacto do pénis com a vagina, prevenindo a transmissão de infecções de um parceiro para o outro;

A sua eficácia depende muito da sua utilização correcta.



PRESERVATIVO FEMININO

É como uma bolsinha de borracha fina que é maior e mais larga que o preservativo masculino, para ser introduzida na vagina. A extremidade, que é fechada, deve ser colocada dentro e no fundo da cavidade da vagina, enquanto que a outra extremidade aberta, fica do lado de fora da vagina.

Tal como o preservativo masculino, este é um método de barreira que previne a gravidez e a transmissão de doenças sexuais. Ao contrário do preservativo masculino, o preservativo feminino pode ser colocado até oito horas antes de uma relação sexual.

Os preservativos, masculino e feminino, não devem ser usados ao mesmo tempo, porque podem “colar” um no outro e se deslocarem do local onde devem permanecer durante o acto sexual reduzindo a sua protecção contra a gravidez e doenças de transmissão sexual.

MÉTODOS HORMONAIS



PILULA ou COMPRIMIDOS

A pílula contém medicamentos que previnem a gravidez. Além de proteger contra a gravidez não planificada, a pílula torna as menstruações mais regulares, reduz os incómodos pré-menstruais e as cólicas/dores durante a menstruação.

Em Moçambique existem dois tipos de pílulas: MICROLUT que pode ser tomado pelas mulheres que amamentam, e o MICROGYNON que só pode ser tomado por mulheres que não estejam a amamentar.

A pílula pode provocar pequenos sangramentos entre menstruações, dores de cabeça e aumento da sensibilidade nas mamas. Normalmente estes sintomas desaparecem com o tempo.

É um dos métodos mais eficazes de planeamento familiar. A mulher pode voltar a engravidar se parar de tomar a pílula.



INJEÇÃO

A injeção também contém um medicamento que previne a gravidez. As mulheres que estão a amamentar podem utilizar este método. A mulher deve apanhar uma injeção de 3 em 3 meses.

Este método tem a vantagem de diminuir as cólicas menstruais, diminuir a quantidade de menstruação, diminuir o risco de doenças da mama, diminuir o risco de anemia e reduzir o desenvolvimento de tumores benignos do útero chamados miomas.

Como todo o medicamento, este método também tem algumas desvantagens, principalmente a alteração do ciclo menstrual, como pequenas perdas de sangue entre as menstruações ou a paragem das menstruações. No caso de uma mulher com anemia a paragem da menstruação até melhora a anemia porque a mulher não perde sangue mensalmente.

Tem uma alta eficácia contra a gravidez. Quando a mulher quiser engravidar só precisa de esperar 3 a 4 meses depois de parar o método.