



COMPORTAMENTO

por: Celso Arnaldo Araujo
Fotos: Arquivo pessoal e divulgação

ANTICONCEPCIONAIS

O planejamento ao alcance de todos

O ministro da Saúde, José Gomes Temporão, anunciou em maio a inclusão de anticoncepcionais na lista de medicamentos vendidos pelas 3.416 farmácias e drogarias privadas credenciadas ao programa **Farmácia Popular do Brasil**. Entre eles, anticoncepcionais injetáveis (dose mensal), pílulas monofásicas de baixa dosagem e minipílulas - tudo com até 90% de desconto em relação ao preço de referência. Com isso, o governo dá um passo decisivo para facilitar o planejamento familiar no Brasil - e prevenir graves problemas sociais, como a gravidez na adolescência. Mas, afinal, qual é o método ideal para cada mulher?

O ginecologista Malcolm Montgomery, um dos maiores especialistas brasileiros em contraceção, analisa aqui os prós, os contras e as indicações de cada método



Pílulas anticoncepcionais: uma revolução nos anos 60, continuam sendo o método mais usado em todo o mundo. Agora, na Farmácia Popular



Malcolm Montgomery

O Dr. Malcolm acha importante destacar que, diante de tantas alternativas, os métodos têm que ser individualizados, isto é, para cada mulher, com suas características orgânicas, sexuais e respectiva faixa etária, há um método que melhor se adapte às suas necessidades e circunstâncias de vida. A migração de um método de barreira, como a camisinha, para a pílula, e posteriormente outro tipo mais duradouro de contraceptivo, coincide com o amadurecimento das usuárias. No começo da vida sexual, as mulheres dificilmente utilizam métodos contraceptivos hormonais. Na faixa de 15 a 20 anos, muitas mulheres ainda recorrem à camisinha como contraceptivo.

“Como os anticoncepcionais são métodos, e não remédios, eles devem ser adaptados às crenças, aos tabus e às individualidades de cada mulher. A função do médico, no caso, é tentar dessensibilizar a paciente em relação a mitos injustificáveis e medos infundados, mas respeitando suas crenças religiosas e éticas”. O Dr. Malcolm analisa a seguir os diferentes métodos, começando pelo mais “grosseiro” e menos eficiente - até chegar nos moderníssimos implantes.



Tabelinha

Indicação: método baseado no suposto “calendário” da fertilidade feminina que, em tese, atenderia aos casais que, por motivos religiosos ou éticos, não desejam utilizar técnicas químicas ou mecânicas de contracepção.

Prós: é natural e, evidentemente, isento de custos.

Contra: “Eu jamais indicaria a tabelinha como método contraceptivo seguro. O nível de eficiência é baixo e ele não propicia nenhuma segurança. É um risco totalmente desnecessário nos dias de hoje”

Preservativo

Indicação: pode ser usado como anticoncepcional de urgência, no caso de sexo repentino e não planejado, por uma mulher que não utiliza nenhum outro método. Mas sua maior indicação será sempre o de prevenir contra **Doenças Sexualmente Transmissíveis**, as **DST**. Como contraceptivo, é um método arriscado.

Prós: praticidade e baixo custo

Contra: rompimentos relativamente freqüentes.



Diafragma

Indicação: mulheres que têm relações apenas esporádicas, não confiam nos preservativos e não querem utilizar métodos hormonais

Pró: é relativamente barato e bastante eficiente, com o uso adicional de espermicida.

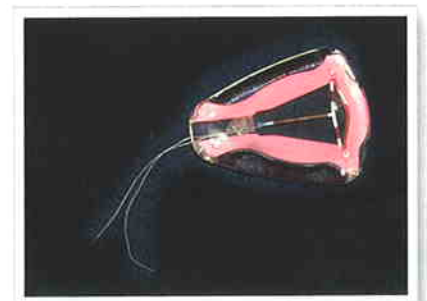
Contra: segundo o Dr. Malcolm, a experiência brasileira mostra que o método, que exige manipulação vaginal, não é bem aceito pelas camadas mais baixas da população feminina.

DIU (Dispositivo intra-uterino)

Indicação: artefato extremamente seguro, com efeitos contraceptivos por até cinco anos. Os DIUs comuns não interferem com a ovulação, mas os hormonais, mais avançados, reduzem a menstruação.

Prós: sua eficiência, a longa durabilidade e o baixo custo, levando em conta a duração de seus efeitos contraceptivos. Os DIUs hormonais não interferem na lactação.

Contras: cólicas e sangramento abundante no período menstrual, no caso dos dispositivos tradicionais



Injeções

Indicação: sobretudo mulheres que se queixam de “esquecer” de tomar a pílula. A injeção protege por um período mínimo de um mês com uma única dose.

Prós: a praticidade é a principal vantagem. É um meio contraceptivo discreto e moderno. Os ginecologistas também valorizam os efeitos terapêuticos da injeção, especialmente sua eficácia para aliviar a TPM. E destacam a facilidade de sua prescrição, eficiência e segurança.

Contras: algumas mulheres se queixam de inchaço e problemas de pele. E a picada da injeção pode ser um empecilho.

Pílulas anticoncepcionais



Indicação: de longe, o mais popular dos métodos contraceptivos no mundo. As pílulas mais modernas têm baixas dosagens hormonais, com menos efeitos colaterais, mas mantêm sua eficiência. É o método de escolha para adolescentes que estão iniciando sua vida sexual e têm suficiente responsabilidade para tomar a pílula todos os dias.

Prós: as pílulas mais modernas têm efeitos que ultrapassam a contracepção – regularizam o ciclo, melhoram a qualidade da pele. O baixo custo é outra atração.

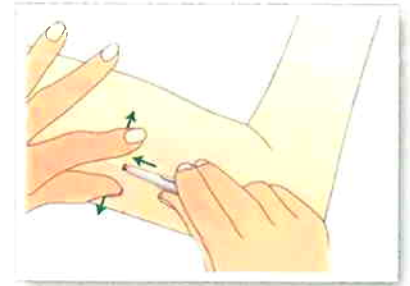
Contra: a segurança da pílula depende de responsabilidade e boa memória. Ela deve ser tomada todos os dias, sem exceção, e isso exige uma organização pessoal que muitas mulheres admitem não ter.

Implantes

Indicação: é o método “da moda”, o preferido de nove entre 10 celebridades. Consiste de um pequeno artefato, introduzido sob a pele (braço ou nádegas) com anestesia local, que garante efeito contraceptivo de seis meses a um ano, dependendo da dose. Os atuais implantes disponíveis no mercado são importados e oferecem uma grande gama de opções. Para mulheres que sofrem de endometriose, por exemplo, é indicado o implante de seis meses. Para quem sofre com os efeitos da TPM, o ideal é um implante inicial de 12 meses, seguido de outro com seis meses de duração.

Prós: têm efeitos benéficos que superam a contracepção, como alívio dos sintomas da TPM e aumento da libido, se for essa a necessidade da paciente. Mas seu maior apelo, para mulheres que detestam estar “naqueles dias”, é a suspensão da menstruação enquanto durar o efeito do implante.

Contra: é o mais caro dos métodos anticoncepcionais.



Pílula do dia seguinte

Indicação: situações emergenciais, em que o sexo foi praticado sem precaução, ou em caso de rompimento do preservativo.

Pró: é bastante eficiente na prevenção de uma gravidez indesejada, se tomada até 48 horas após a relação sexual desprotegida

Contra: tem uma alta dose hormonal e portanto não deve ser usada como contraceptivo regular. O Dr. Malcolm lamenta que a pílula do dia seguinte esteja sendo utilizada como anticoncepcional. ■

De acordo com a portaria 1414/07, os preços de referência por contraceptivo comercializado no programa e os valores que serão subsidiados pelo Ministério da Saúde são os seguintes:

Princípio ativo e concentração	Unidade farmacológica (Uf)	Valor de Referência	Valor de repassado pelo Ministério da Saúde à farmácia credenciada	Valor final para o consumidor
Enantato de Noretidona 50mg + Valerato de Estradiol 5 mg -	Ampola	11,31	10,18	1,13
Norestisterona 0,35mg	Cartela	4,96	4,46	0,50
Etinilestradiol 0,03 mg + Levonorgestrel 0,15mg	Cartela	4,19	3,77	0,42
Acetato de medroxiprogesterona 150 mg/ml	Ampola	12,36	11,12	1,24

Do preservativo aos modernos implantes intradérmicos, que suspendem a menstruação e evitam gravidez por até um ano, há múltiplas opções de planejamento