

Planejamento familiar: direito de escolha

Ter ou não ter filhos? Quando tê-los ou como evitá-los? Responder a essas perguntas significa fazer planejamento familiar. De acordo com a Constituição e com a Lei 9.263/96, o Estado deve dar condições para que homens e mulheres tenham acesso a informações, meios, métodos e técnicas para a regulação da sua fecundidade. Planejamento familiar é o direito que os cidadãos têm de decidir, livre e responsabilmente, sobre o número de filhos e quando tê-los. É diferente do controle de natalidade, vetado por lei, em que o Estado define o número máximo de filhos para cada família.

Segundo o relatório "Situação da População Mundial 2004", da Organização das Nações Unidas (ONU), cerca de 23 milhões de nascimentos não são planejados e 22 milhões de abortos são induzidos no mundo, a cada ano. No Brasil, de acordo

com a Organização Mundial da Saúde (OMS), ocorrem anualmente 1,4 milhão de abortos. O abortamento é a quarta causa de óbito materno no país.

A política de planejamento familiar vem sendo desenvolvida pelo Ministério da Saúde em parceria com estados, municípios e organizações da sociedade civil. O Sistema Único de Saúde (SUS) distribui preservativos e outros métodos contraceptivos. A laqueadura e as pílulas anticoncepcionais são as opções mais utilizadas pelas mulheres.

Para escolher a melhor maneira de evitar a gravidez, deve-se considerar o estado de saúde, os efeitos colaterais, o comportamento sexual, a segurança e o custo do método contraceptivo. O uso de preservativos feminino ou masculino também previne contra doenças sexualmente transmissíveis, como a Aids.



GUILHERME FILHO/SECOM-MT

A Constituição garante aos cidadãos o direito de decidir, de forma livre e responsável, o número de filhos que querem ter e quando tê-los

Métodos contraceptivos

Camisinha masculina - o preservativo é uma capa de borracha que deve ser colocada no pênis antes do contato sexual e retirado após a ejaculação. Alguns são lubrificados e/ou revestidos com espermicidas. É o único método contraceptivo que protege contra doenças sexualmente transmissíveis (DST), incluindo a Aids. É o mais indicado para as pessoas que não contam com um parceiro sexual fixo.



Camisinha feminina - feita de poliuretano e medindo 16 centímetros, tem uma espécie de anel em cada uma de suas extremidades para facilitar a colocação e fixação na parte interna da vagina. Pode ser colocada até oito horas antes da relação sexual. Também protege contra as DSTs e deve ser trocada a cada ato sexual.



Diafragma - capa de borracha ou silicone, com uma borda em forma de anel flexível, que é posicionada no fundo da vagina, impedindo a passagem de espermatozoides. Deve ser colocada antes do ato sexual e retirada até oito horas depois. Um médico deve indicar o tamanho adequado para cada mulher.



Minipílulas - contêm uma dosagem pequena do hormônio progesterona. São indicadas para mulheres que estão amamentando e que desejam fazer uso da pílula como método anticoncepcional.

Laqueadura ou ligadura de trompas - a técnica consiste no corte ou grampeamento das trompas de falópio, que ligam os ovários ao útero, para impedir a passagem do óvulo. Só pode ser feita em mulheres com mais de 25 anos ou com pelo menos dois filhos, conforme a Lei 9.263/96. Não é recomendada para mulheres jovens e para aquelas que ainda desejam ter filhos porque pode ser irreversível.



DIU (Dispositivo Intra-Uterino) - é uma pequena peça de plástico, revestida de cobre, geralmente em forma de "T", colocada por um médico dentro do útero da mulher. Dura em média quatro anos. É necessário ter acompanhamento médico. Apresenta efeitos colaterais.

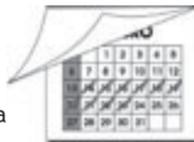


Anticoncepcionais hormonais - mais conhecidos na forma de pílulas, impedem a ovulação. Quando usados corretamente, são bastante eficazes. Devem ser prescritos por um médico, já que existem vários tipos, com diferentes combinações de hormônios e dosagens. Podem ser de uso oral, vaginal, por meio de adesivo ou injetável, em dose mensal ou trimestral. Apresentam contra-indicações e efeitos colaterais.

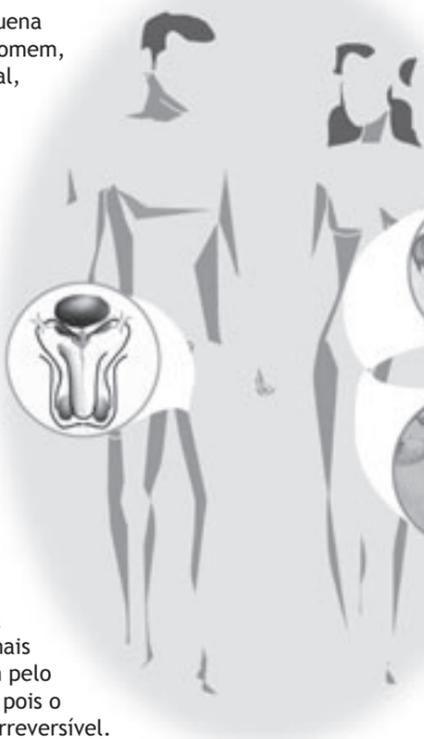
Espermicidas - são produtos em forma de creme, geléia, espuma ou óvulos que devem ser colocados na vagina de 20 a 30 minutos antes da penetração. Têm a capacidade de matar os espermatozoides, mas têm baixa eficácia e devem ser usados com o preservativo ou o diafragma.

Pílula Anticoncepcional de Emergência (AE) - conhecida como pílula do dia seguinte, é indicada quando ocorre uma exposição não planejada à gravidez, como em casos de violência sexual ou ruptura do preservativo. Contém uma alta dose de hormônios, que impede a fixação do óvulo fecundado na parede do útero. Por isso, é considerada abortiva pela Igreja Católica. Deve ser usada até 72 horas após a relação sexual. Apresenta efeitos colaterais.

Tabelinha - a tabelinha consiste em evitar relações sexuais desprotegidas no período fértil da mulher (período de provável ovulação). Não é um método seguro, pois só funciona em ciclos menstruais regulares (28-32 dias). O casal deve evitar o coito desprotegido cerca de cinco dias antes e cinco dias depois do provável dia da ovulação, que geralmente ocorre 14 dias antes da próxima menstruação.



Vasectomia - pequena cirurgia feita no homem, com anestesia local, para impedir a circulação dos espermatozoides produzidos nos testículos. O procedimento não interfere na produção de hormônios nem no desempenho sexual. Um exame deve ser feito após a cirurgia para confirmar a ausência de espermatozoides no sêmen. Pela Lei 9.263/96, só pode ser realizada em homens com mais de 25 anos ou com pelo menos dois filhos, pois o método pode ser irreversível.



Procure orientação médica para saber qual o melhor método contraceptivo a ser adotado. Para adquiri-lo por intermédio do SUS, procure o posto de saúde de sua localidade ou informe-se na Secretaria Municipal de Saúde sobre os locais onde eles são distribuídos. Segundo o Ministério da Saúde, 431 instituições médicas estão habilitadas para fazer as cirurgias de laqueadura e vasectomia pelo SUS. Mais informações pelo Disque Saúde.

Informações

Disque Saúde: 0800 61-1997

Disque Medicamentos:
0800 644-0644

Disque Saúde Mulher:
0800 644-0803

Ministério da Saúde
Tel.: (61) 315-2425
www.saude.gov.br

Ouvidoria do SUS
SEPN 511 Bloco C Ed. Bittar IV
70750-543 - Brasília (DF)
Tel.: (61) 448-8900 e 448-8926

Programa Nacional de DST
e Aids
Informa os locais de
distribuição de preservativos

no país e como usá-los
corretamente
www.aids.gov.br

Sociedade Brasileira para
Reprodução Humana
Tel.: (11) 5055-6494
www.sbrh.med.br

Rede Nacional Feminista
de Saúde e Direitos
Reprodutivos
Tel.: (11) 3813-9767
www.redesaude.org.br

Rede Brasileira de
Promoção de Informação
e Disponibilização da
Contracepção de Emergência
Tel.: (11) 3091-4985
www.redece.org

Tratamentos para engravidar não são acessíveis

O planejamento familiar inclui também a superação de dificuldades para engravidar. Porém, ao contrário dos métodos contraceptivos, tratamentos contra infertilidade são pouco acessíveis. Nem o SUS nem os planos privados de saúde cobrem despesas com reprodução assistida, como inseminação artificial intra-uterina e fertilização *in vitro*.

Os poucos serviços públicos de reprodução humana disponíveis estão vinculados às secretarias estaduais de Saúde ou a hospitais



universitários. No DF, são oferecidos pelo Hospital Regional da Asa Sul (Hras); em São Paulo, pelo Centro de Referência em Saúde da Mulher; e no Recife, pelo Instituto

Materno Infantil de Pernambuco (Imip). No Brasil, há cerca de 2,1 milhões de casais com problemas de fertilidade.

Em 2004, a Comissão de Assuntos Sociais aprovou projeto que regulamenta a reprodução assistida. Aguardando exame da Câmara, a proposta que proíbe a gestação de substituição (barriga de aluguel) e os experimentos de clonagem radical. A doação de gametas e embriões pode ser feita, desde que os doadores não sejam remunerados.