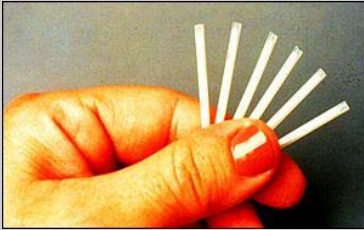







Método	Em que consiste?	Eficácia	Imagem
Implantes	São pequenos bastonetes que libertam hormonas pouco a pouco. O seu funcionamento baseia-se em evitar a ovulação e provocar alterações no interior do útero para que o óvulo não se implante. Produz também o engrossamento do muco cervical para que os espermatozóides tenham dificuldades na entrada para o útero. Dependendo do tipo, duram 3 ou 4 anos. Devem ser inseridas debaixo da pele na paciente por um médico. Usa-se anestesia local. Pode extrair-se em qualquer momento. Não previne doenças.	Este método é 99.9% eficaz.	
Injectáveis	São injeções mensais ou trimensais de hormonas que se liberam ao longo do tempo: são de dois tipos, de estrogénios e combinadas. A administração de estrogénios origina a menstruação regular que costumam ser pouco abundantes. O retorno à fertilidade demora uns três meses. Injetam-se nas nádegas ou na parte superior do braço. Não evita infecções.	As injeções são eficazes em mais de 99%	
Dispositivo intra-uterino (DIU)	Pequena peça de plástico flexível, revestida com fio de cobre, inserida no útero pelo ginecologista. Produz mecanismos que dificultam a chegada dos espermatozóides ao óvulo e produz também alterações no útero que impedem a nidação do óvulo. Não previne doenças.	A sua eficácia é próxima dos 99%.	
Anel Vaginal	É um anel flexível e transparente. Dentro do anel encontram-se as hormonas contraceptivas que se libertam quando este está na vagina impedindo a ovulação e, desse modo, a gravidez (tal como a pílula). O anel coloca-se no fundo da vagina durante três semanas seguidas, ininterruptamente. Deve retirar-se ao completar as três semanas. Durante essa semana de descanso, ou seja a quarta, aparecerá um sangramento parecido à menstruação. A inserção e remoção são fáceis e não dolorosas.	Não previne doenças. Tem uma eficácia superior a 98%	

Se necessitas mais informação, podes perguntar aos Médicos do Mundo ou no teu centro de saúde

Médicos do Mundo Andaluzia:
Málaga: C/ Cruz Verde, 16.

 **952252377**
629554321

Sevilla: Bajos Puente Cristo de la Expiración, s/n.






 **954908298**
670651398



Guia de métodos contraceptivos

CONSEJERIA PARA LA CALIDAD Y BIENESTAR SOCIAL

Método	Em que consiste?	Eficácia	Imagem
Penso contraceptivo	O penso é similar a um adesivo e é composto por uma capa de substância hormonal que se liberta lentamente uma vez aplicado na pele. É muito fino e o seu efeito adesivo permite-lhe estar colado durante 7 dias. O retorno à fertilidade é rápido, basta deixa de usá-lo. Deve trocar-se semanalmente, durante três semanas consecutivas. Após esse período, a mulher deve estar uma semana sem colocá-lo, que é quando aparece a menstruação. Deve colocar-se nas nádegas, abdómen ou na parte superior e exterior dos braços. Não previne doenças.	O penso é eficaz em 99% quando usado correctamente	
Pílula contraceptiva	A pílula contém uma combinação de hormonas (estrogénios e progesterona) similares às naturais da mulher, se bem que existem apenas de progesterona. Tomadas regularmente impedem que se produza a ovulação e que o óvulo se desenvolva e mature e, por tanto, que se dê a gravidez. As actuais têm poucos efeitos secundários (não engordam) e tem vantagens como ciclos menstruais regulares, sem tensão pré-menstrual nem dor... Não é aconselhável a mulheres fumadoras maiores de 35 anos. Não protege contra doenças.	A pílula tem uma eficácia próxima dos 100% quando usada correctamente	
Diafragma	É um dispositivo de borracha flexível que se coloca cobrindo o colo do útero, impedindo que os espermatozóides cheguem ao óvulo. Deve usar-se sempre com um espermicida e deve retirar-se 6 horas depois da relação sexual. Deve ter a medida exacta, pelo que deve ser prescrito por um ginecologista. Não protege contra doenças.	Usado correctamente e em combinação com espermicidas, tem uma eficácia de aproximadamente 94%	
Preservativo masculino	É um tubo de borracha (látex) muito fino que, colocado no pénis erecto, impede que o esperma contacte a vagina. Deve colocar-se antes da penetração e retirar o pénis da vagina antes de perder a erecção, para evitar que o preservativo fique lá dentro. Convém usá-lo com lubrificante à base de água para reduzir o risco de ruptura. É eficaz para prevenir a Sida e outras Infecções de Transmissão Sexual	Se usado correctamente, a sua eficácia contraceptiva é próxima dos 97%. Para prevenir doenças a sua eficácia é muito alta.	
Preservativo feminino	Este método consta de um tubo fino de poliuretano lubrificado, com dois anéis, um interno que permite a colocação fácil dentro da vagina, e o outro com um diâmetro maior que impede que este anel se introduza dentro da vagina. Uma vez finalizado o coito, torcer o anel externo e puxar o preservativo para fora. Protege contra a Sida e outras infecções	Usado adequadamente tem uma eficácia que ronda os 95%.	
Espermicidas	São substâncias químicas que actuam matando os espermatozóides. Apresentam-se em forma de óvulos, parecidos a supositórios, que devem introduzir-se na vagina 15 minutos antes da relação sexual. Também existem em forma de creme. Não podem lavar-se os órgãos genitais com sabão até estarem passadas 8 horas. Não previnem doenças.	Devem usar-se combinados com outro método contraceptivo como diafragmas ou preservativos, pois a sua eficácia é baixa.	