



## SAIBA MAIS SOBRE A PÍLULA ANTICONCEPCIONAL

Comercializada desde 1960, a pílula anticoncepcional permite que a mulher tenha sua vida sexual plena sem o ônus da gravidez. Hoje, é considerado pela Organização Mundial de Saúde (OMS), como um dos métodos mais efetivos de anticoncepção, com eficácia de até 99% se utilizado de forma correta.

A princípio, os comprimidos apresentavam altas doses hormonais de estrogênio e progesterona, resultando em distúrbios vasculares, edema e dores nas mamas. Atualmente, a quantidade é bem menor, reduzindo consideravelmente estes efeitos.

### Cuidados

Com a vida sexual iniciada cada vez mais precocemente, não há idade mínima para o uso da pílula. Entretanto, Cristina Guazzelli, membro da Associação de Ginecologia e Obstetrícia do Estado de São Paulo (SOGESP), ressalta que é importante consultar o médico, principalmente para verificar se há contraindicação do seu uso – não só para as mulheres mais jovens, mas para qualquer faixa etária.

“Há restrições para a indicação de qualquer método anticoncepcional, em especial para a pílula. Por isso, a orientação médica é fundamental. Por exemplo, a utilização deste método deve ser evitada em pacientes com trombose, hipertensão arterial, diabetes complicada ou nas que tenham mais de 35 anos e sejam fumantes. Nestes casos, recomendamos outros contraceptivos”, reforça.

Após a prescrição do método a paciente deverá retornar para seguimento e controle. Queixas como dores nas mamas e sangramento irregular são comuns. Já o aparecimento e persistência de fortes dores de cabeça associadas a náuseas ou alterações visuais requerem acompanhamento cauteloso.

Outro cuidado é informar a utilização de medicamentos que interferem no efeito do contraceptivo, diminuindo sua eficácia. Segundo Guazzelli, os principais são os anticonvulsivantes, antibióticos, alguns remédios para enxaqueca e drogas utilizadas no tratamento do HIV.

### Benefícios

Há uma importante redução na intensidade e duração do fluxo menstrual, minimizando o risco de anemia – presente em cerca de 30% das mulheres brasileiras em idade reprodutiva. Ela também ameniza os sintomas relacionados à tensão pré-menstrual e endometriose.

A pílula ainda pode ser utilizada para auxiliar tratamento de acne e hirsutismo. Ajuda na produção de colágeno, mantendo a pele firme, saudável e sedosa. É recomendada a portadoras de ovário policístico e mulheres no climatério, diminuindo as ondas de calor e de suor noturno.

Especialistas da Stanford University descobriram que determinado tipo de pílula auxilia o tratamento da depressão por reduzir as alucinações e delírios. Usuárias de anticoncepcional hormonal combinado oral devem ser comunicadas que apresentam menor chance de ter Câncer de ovário, útero e intestino.

“É um ganho para as mulheres, que também podem escolher quando e quantas vezes desejam menstruar durante o ano. Existem pílulas para as que desejam sangrar mensalmente, trimestralmente ou para aquelas que não querem menstruar. As opções necessitam de avaliação conjunta com o ginecologista”, comenta a dra. Cristina Guazzelli.

### Pílula de emergência

Anticoncepção de emergência é recomendada para uma relação sexual desprotegida – sem método, camisinha rompida ou na utilização incorreta do contraceptivo. Quanto antes sua ingestão, melhor sua ação. A utilização nas primeiras 24 horas apresenta eficácia de 88%. O uso é recomendado apenas uma vez por ciclo; a repetição aumenta o risco de falha. Após utilizar essa alternativa, deve-se esperar a próxima menstruação para iniciar método anticoncepcional tradicional.



## ESPAÇO MÉDICO

### II JORNADA PAULISTA DE FISIOTERAPIA RESPIRATÓRIA

Em 29 de novembro de 2014, a Sociedade Paulista de Pneumologia e Tisiologia (SPPT) realiza a segunda edição da Jornada Paulista de Fisioterapia Respiratória - Decisões Clínicas Baseadas em Evidências, na sede da Associação Paulista de Medicina (APM) - Av. Brigadeiro Luiz Antônio, 278 - Bela Vista - SP. O foco do encontro será a Pediatria e a Neonatologia.

Estarão em pauta temas como as recomendações de fisioterapia pulmonar em UTI pediátrica e neonatal, ventilação não-invasiva em neonatologia e pediatria, efeitos medicamentosos, abordagem em crianças com cardiopatias, entre outros.

A II Jornada Paulista de Fisioterapia Respiratória - Decisões Clínicas Baseadas em Evidências é voltada aos fisioterapeutas que atuam com saúde respiratória, especialmente na infância e no âmbito hospitalar. Mais informações [www.sppt.org.br](http://www.sppt.org.br)

### COLUNA SAÚDE ACONTECE

Perguntas e sugestões podem ser enviadas para [acontece@acontecenoticias.com.br](mailto:acontece@acontecenoticias.com.br) ou para a Rua Cotoxó, 303, conj. 81-82, São Paulo, SP, CEP 05021-000

\*Distribuição Acontece Comunicação e Notícias