

Anexo A

Como Estar Razoavelmente Convencido de que a Cliente Não está Grávida

Anexo A

Como Estar Razoavelmente Convencido de que a Cliente Não está Grávida

Você pode estar razoavelmente certo de que a mulher não está grávida se ela não tem sintomas (veja mais abaixo "História") ou sinais (veja mais abaixo "Exame Físico") de gravidez, e:

- não teve relações sexuais desde a última menstruação regular, ou
- tem utilizado outro método confiável, correta e consistentemente, ou
- está dentro dos primeiros 7 dias após uma menstruação regular, ou
- está dentro das 4 semanas pós-parto (para mulheres NÃO lactantes), ou
- está dentro dos 7 dias pós-aborto, ou
- está amamentando completamente, amenorréica, e com menos de 6 meses de pós-parto (veja mais abaixo "Confiando na Amenorréia Lactacional").

História de sintomas de gravidez

- ausência (ou alteração) de menstruação,
- náusea (com ou sem vômitos),
- fadiga (persistente),
- sensibilidade nos seios (e aumento dos seios),
- aumento da frequência urinária,
- percepção materna de movimentos fetais (sintoma tardio: na 16 até a 20 semana de gestação).

Exame Físico é freqüentemente necessário, exceto para afastar gravidez maior que 6 semanas quando o aumento uterino começa a ser notado. Posteriormente (cerca de 28 semanas), o batimento fetal pode ser escutado com estetoscópio e os movimentos fetais podem ser percebidos pelo examinador.

Laboratório

Em certas situações testes para gravidez não ajudam muito ou não são práticos porque os testes altamente sensíveis (positivos + ou - 10 dias após a concepção) não são disponíveis. Entretanto, quando fizer parte da rotina de atividades da clínica, um exame altamente sensível pode ser útil se estiver facilmente disponível e não for muito caro, para casos onde a possibilidade de gravidez é difícil de ser afastada.

Confiando no Método de Amenorréia Lactacional

O Método de Amenorréia Lactacional (LAM) é um anticoncepcional altamente efetivo (98% de proteção durante os primeiros meses do pós-parto em mulheres que estão amamentando exclusiva

(continuação na página seguinte)

ou quase exclusivamente e amenorréicas)¹⁻³. A efetividade da LAM no segundo semestre do pós-parto está sob estudo².

O provedor de serviços pode estar razoavelmente seguro que a mulher não está grávida se estiver ainda amenorréica, dentro dos primeiros seis meses do pós-parto, amamentação exclusiva ou quase exclusiva* e não apresenta sintomas de gravidez. Quando um exame sensível para gravidez não está facilmente disponível ou não é economicamente acessível, e a mulher com mais de 6 meses de pós-parto solicita um DIU** ou Implantes NORPLANT® ou injetáveis, você pode estar razoavelmente seguro que ela não está grávida se a mulher manteve alta a frequência da amamentação***, e se ela estiver ainda amenorréica.

Deve ser notado que o sangramento nas primeiras 8 semanas (56 dias) do pós-parto NÃO é considerado sangramento "menstrual" em uma mulher que está amamentando⁴.

- 1) Labbok M, Cooney K, Coly S. *Guidelines: Breastfeeding, Family Planning, and the Lactational Amenorrhea Method - LAM*. Washington, DC: Institute for Reproductive Health, 1994.
- 2) Labbok MH, Perez A, Valdes V, Sevilla F, Wade K, Laukaran VH, Cooney KA, Coly S, Sanders C, Queenan JR. The Lactational Amenorrhea Method (LAM): A postpartum introductory family planning method with policy and program implications. *Advances in Contraception* 1994;10:93-109.
- 3) Labbok M, Krasovec K. Toward consistency in breastfeeding definitions. *Studies in Family Planning* 1990;21:226-230.
- 4) Conferência de Bellagio de Consenso sobre Infertilidade Lactacional. Bellagio consensus statement in the use of breastfeeding as a family planning method. *Contraception* 1989;39(8):477-496.

* Amamentação "exclusiva" inclui uma amamentação exclusiva ou quase exclusiva (sómente provando ocasionalmente alimentos ou água) durante o dia ou a noite. Amamentação "quase exclusiva" significa que as alimentações suplementares são oferecidas, mas representam uma parte mínima das dietas infantis¹⁻³.

** É mais importante afastar uma gravidez antes de inserir um DIU do que iniciar métodos hormonais, devido ao risco de abortamento séptico.

*** Uma mulher que amamenta 10 vezes ao dia ou mais, ou que oferece mais de 80% da alimentação infantil pela amamentação, está com menor risco de ficar grávida². O ideal é amamentar antes de oferecer qualquer suplemento.