

---

## TUDO COM CONSCIÊNCIA

### **Estudantes:**

Ana Beatriz Fonseca de Miranda

Anna Luiza Rezende

Nathalye Marques Gonzaga

### **Orientadora:**

Talita Martins Faria Marques

### **Escola:**

Escola Estadual Messias Pedreiro

### **Introdução**

Os métodos contraceptivos e ISTs (Infecções Sexualmente Transmissíveis) são assuntos extremamente importantes de serem aplicados. Apesar de muitas pessoas terem acesso à internet, poucas têm interesse de procurar informações para sua própria saúde sexual. De acordo com a Revista Brasileira de Enfermagem, o artigo publicado no dia 4 de julho de 2007 mostra análises da prática dos universitários da área da saúde sobre o tema abordado.

O trabalho é voltado para a prática contraceptiva e prevenção contra ISTs, explica desde o início da história do tema até os resultados de pesquisas com os universitários envolvidos.

### **Objetivos**

A finalidade deste trabalho é conscientizar e informar mais pessoas sobre prevenção de doenças e uma gravidez indesejada, através de pesquisas, análises e muita informação sobre assuntos relacionados a prevenção de doenças e à contracepção.

### **Metodologia**

O presente projeto foi fruto de um trabalho avaliativo, da disciplina de Biologia, ministrada pela Professora Talita Martins, no qual os alunos do segundo ano do Ensino Médio da Escola Estadual Messias Pedreiro deveriam montar um *feed* da rede social Instagram explicando de forma descontraída e interessante sobre as Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs) e

---

métodos contraceptivos.

Nosso trabalho apresentará detalhadamente os métodos contraceptivos e ISTs (Infecções Sexualmente Transmissíveis). As informações aqui apresentadas foram adaptadas e divulgadas em um perfil criado no Instagram (Contracepção), exclusivamente para fazer divulgações relacionadas a esses assuntos, para passar melhores informações sobre os cuidados que se deve ter nas relações sexuais.

## **Resultados**

Ao longo de nossa pesquisa estudamos sobre alguns métodos contraceptivos: camisinha masculina, camisinha feminina, o DIU de cobre e hormonal (dispositivo intrauterino), contracepção hormonal injetável, contracepção hormonal oral (pílula anticoncepcional), implantes, espermicida, contracepção cirúrgica, contracepção de emergência, entre outros. Explicaremos alguns desses métodos a seguir.

Camisinha masculina: é um dos métodos mais usados e com melhores vantagens para ambos os sexos, como a variedade desse preservativo supre todos os gostos e situações de saúde, existem no mercado camisinhas masculinas que são mais finas, variedade de tamanho, sabores e materiais diferentes para quem possui reações alérgicas com o material mais comum (látex). Funciona da seguinte forma: após a ejaculação o esperma se localiza na ponta da camisinha impedindo a passagem dele para a vagina. As camisinhas masculina e feminina são os únicos preservativos que previnem ISTs (DSTs). Com fácil utilização, basta desenrolar o preservativo no pênis ereto deixando a ponta um pouco frouxa para que se deposite o esperma e não entre ar, quando acabar a relação sexual basta retirar e dar um nó e descartar o preservativo, pois não é reutilizável. É importante verificar qual o tipo de lubrificante adequado para uso com cada material do preservativo, pois alguns podem ter efeitos adversos sobre o material. Por exemplo, látex e lubrificante à base de óleo não combinam e usá-los juntos pode ocasionar rasgos no preservativo ou fazê-lo escorregar.

Pílula do dia seguinte: é um método que previne a gravidez depois da relação sexual sem preservativo. O mercado disponibiliza dois tipos de pílula do dia seguinte: Cartela com um comprimido, composto de 1,5mg de levonorgestrel; cartela com 2 comprimidos, compostos cada um de 0,75mg de levonorgestrel. Não existe diferença entre os dois tipos de pílula do dia seguinte, uma vez que a dosagem é a mesma. Ambas representam uma enorme carga de hormônios ingerida de uma só vez, diferentemente das pílulas anticoncepcionais convencionais -

---

ingeridas diariamente, que possuem dosagem menor. Como se trata de um método de emergência e não de prevenção, a dosagem da pílula, independentemente do tipo, é um turbilhão de hormônios. O risco de insucesso da pílula do dia seguinte gira em torno de 5%, quando usada corretamente. Vantagens: o único método contraceptivo que pode ser utilizado após a relação sexual, no caso de falha do método e ocorrência da gravidez, não causa efeitos colaterais (teratogênicos) no feto, previne a gravidez não planejada como mais uma opção contraceptiva. Desvantagens: o uso repetido ou frequente desregula o ciclo menstrual e o período fértil da mulher, se usada frequentemente, a pílula do dia seguinte pode prejudicar o funcionamento do aparelho reprodutor feminino e dificultar futuras gestações desejadas. Também pode aumentar o risco de gravidez ectópica no futuro.

Pílula anticoncepcional: a pílula é um comprimido que você toma uma vez ao dia. Há vários tipos de pílula. A pílula combinada contém estrógeno e progesterona, que impedem a liberação de óvulos pelos ovários. Ela também torna o muco cervical espesso, impedindo que o esperma atinja o óvulo. A chamada minipílula contém apenas um hormônio, a progesterona, sendo uma alternativa para mulheres em que o uso do estrógeno é contraindicado. Você deve tomar a pílula no mesmo horário todos os dias, tendo ou não feito sexo. Pergunte a um profissional da área da saúde se a pílula combinada é um método contraceptivo adequado para você com base no seu histórico médico e, se sim, qual o melhor tipo no seu caso. Vantagens: altamente eficaz quando utilizada conforme indicação, fácil de usar, possibilita a não interrupção da vida sexual, permitindo desfrutá-la com espontaneidade, algumas pílulas podem reduzir o fluxo e a dor nas menstruações, algumas pílulas podem ter efeito positivo na acne, pode ser tomada durante muito tempo. Desvantagens: pode causar cefaleia e alterações de humor em algumas mulheres, exige que você controle o número de dias em que é tomada; pode causar náuseas e alterações no peso, pode causar alterações no ciclo menstrual, mas algumas mulheres que tomam pílula desenvolvem aumento da pressão arterial; é raro, mas algumas mulheres podem ter coágulos de sangue (trombose), ataques cardíacos e acidentes vasculares cerebrais; não protege contra infecção por HIV (AIDS) e outras infecções sexualmente transmissíveis (ISTs).

As infecções sexualmente transmissíveis (ISTs) são agentes patogênicos que podem ser transmitidos durante a relação sexual. Esses vírus podem ser também um meio de adquirir outras infecções, às vezes, ainda mais graves, pois nas pequenas feridas formadas, temos células que são mais sensíveis aos agentes patogênicos do que a parte sã do corpo. Os sintomas podem ser

---

diferentes tanto nos homens quanto nas mulheres, podem significar a infecção, e por isso é necessário consultar um médico. Caso for diagnosticada uma IST, é necessário informar seu parceiro, para que ele também vá ao médico, e através de exames, ver como está sua saúde. Nenhum dos agentes patogênicos de que falaremos a seguir, tem poder de atravessar o preservativo, mas este também não acaba com todas as chances das quais uma IST se pode transmitir. Algumas das principais infecções sexualmente transmissíveis são:

Herpes: infecção viral que pode levar a crises repetidas de aftas que causam ardor principalmente nos órgãos sexuais e nos lábios. Consequências mais graves: transmissão do vírus ao recém-nascido no momento do nascimento. Não existe cura, mas os sintomas diminuem, assim como o grau de gravidade e a duração das piores fases.

Sífilis: infecção bacteriana que leva à formação de um abscesso, que depois desaparece, e a erupções no tronco e pés. Consequências mais graves: deformação da aorta e do sistema nervoso, podendo assim, levar à morte. Se for diagnosticada em sua fase inicial, a sífilis tem cura.

Tricomonas: infecção que tem como sintomas pruridos, ardor ao urinar e corrimentos de odor desagradável. Muitas vezes difícil de ser detectada. É curável.

Clamídia: infecção bacteriana que pode levar aos mesmos sintomas que a gonorreia. Consequências mais graves: possui sintomas que podem desaparecer espontaneamente, mesmo que a infecção ainda não tenha sido curada. É curável.

Hepatite B: infecção viral que conduz frequentemente a uma inflamação no fígado. Consequências mais graves: cirrose do fígado, e até mesmo a morte. Esta infecção raramente é detectada na sua fase inicial, pois não demonstra qualquer tipo de sintoma. Existe uma vacina contra a Hepatite B (VHB) e também uma terapia contra a infecção, porém com menos chance de ser combatida.

AIDS (Síndrome da Imunodeficiência Adquirida): é uma doença crônica e que pode ser parcialmente fatal, que evolui a partir de uma infecção por HIV (Vírus da Imunodeficiência Humana), que faz com que o sistema imunológico da pessoa seja comprometido.

Alcançaremos nossos objetivos ao passar para a próxima fase deste projeto mostrando com profundidade todos os métodos e doenças (ISTs) para as pessoas.

---

## Conclusão

O desenvolvimento do presente estudo permitiu que os estudantes pudessem ter acesso a informações importantes associadas à prevenção de doenças e a contracepção, permitindo ainda a disseminação dessas informações tão importantes para a sociedade. Esperamos poder passar todo nosso estudo para outras pessoas também interessadas na sua própria saúde e na do próximo.

## Referências

FERREIRA LEITE, Maria da Trindade *et al.* *Saber e Práticas contraceptivas e prevenção de DST / HIV / Aids em universitários da área da saúde*. 2007. 6 f. Revista Brasileira de Enfermagem (Associação Brasileira de Enfermagem Brasil) - Universidad Autónoma del Estado de México, Revista Brasileira de Enfermagem, Mexico, 2007. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=267020026012>>. Acesso em: 17 set. 2018.

MINHA VIDA. *Pílula do dia seguinte: como usar, vantagens e efeitos colaterais*. 1. ed. [S.l.: s.n.], [20]. 1 p. v. 1. Disponível em: <<https://www.minhavidacom.br/saude/tudo-sobre/31795-pilula-do-dia-seguinte>>. Acesso em: 17 set. 2018.

POSITIVO. *Infecções sexualmente transmissíveis (IST)*. 1. ed. [S.l.: s.n.], 2016. 1 p. v. 1. Disponível em: <<https://www.positivo.org.pt/infeccoes-sexualmente-transmissiveis-ist>>. Acesso em: 17 set. 2018.

SUA VIDA. *Pílula Anticoncepcional*. 1. ed. [S.l.: s.n.], [20]. 1 p. v. 1. Disponível em: <<https://www.vivasuavida.com.br/pt/metodos-contraceptivos/contraceptivos-curta-duracao/pilula/>>. Acesso em: 11 set. 2018.

SUA VIDA. *Camisinha masculina*. 1. ed. [S.l.: s.n.], [20]. 1 p. v. 1. Disponível em: <<https://www.vivasuavida.com.br/pt/metodos-contraceptivos/contraceptivos-curta-duracao/camisinha-masculina/>>. Acesso em: 11 set. 2018.