Planeamento Familiar

# Introdução

Planeamento Familiar entende-se como um conjunto diversificado de serviços e métodos que contribuem para a saúde e bem-estar reprodutivos do casal, dando resposta às necessidades específicas de homens e mulheres, nesta área, ao longo do seu ciclo de vida.

A promoção da saúde sexual e reprodutiva pretende que os casais possam planear o nascimento dos seus filhos e tenham uma vivência saudável da sexualidade.

A comunicação desempenha um papel vital no Planeamento Familiar, para que haja uma escolha informada sobre o método contracetivo a utilizar.

Os procedimentos seguidos na consulta obedecem a orientações da DGS para esta área.

# Gestores

Drª Ana Santos, Enfª Ana Silva e SC Irene Jorge

# População Alvo

Mulheres em idade fértil entre os 15 e os 54 anos e homens sem limite de idade, inscritos na USF Tempo de Cuidar.

# OBJECTIVOS

Assegurar cuidados, nesta área, a todos os casais cujas mulheres estejam em idade fértil.

Orientar e estabelecer um programa de contraceção eficaz e adequado em função da idade

Proceder a um acompanhamento das mulheres em Planeamento Familiar independente do método

Prestar cuidados pré-concecionais

Identificar e encaminhar casais com problemas de infertilidade

Orientar, apoiar e reforçar o processo de adaptação à sexualidade ativa

Efetuar prevenção, diagnóstico e tratamento das DTS

Efetuar o rastreio do cancro do colo do útero às adolescentes e mulheres com atividade sexual

Encaminhar para rastreio da mama as mulheres com idade superior ou igual a 50 anos

Promover a educação para a saúde

# ACTIVIDADES

Informar sobre a anatomia e a fisiologia da reprodução;

Facultar informação completa, isenta e com fundamento científico sobre todos os métodos contracetivos;

Informar sobre os benefícios do espaçamento adequado das gravidezes;

Esclarecer sobre as vantagens de regular a fecundidade em função da idade;

Elucidar sobre as consequências da gravidez não desejada;

Proceder ao acompanhamento clínico, qualquer que seja o método contracetivo escolhido;

Fornecer, gratuitamente, os contraceptivos disponíveis na USF;

Prestar cuidados pré-concecionais tendo em vista a redução do risco numa futura gravidez;

Identificar e orientar os casais com problemas de infertilidade;

Efetuar a prevenção, diagnóstico e tratamento das DST;

Reconhecer e orientar os indivíduos/casais com dificuldades sexuais;

Promover a adoção de estilos de vida saudáveis.

# PERIODICIDADE DA CONSULTA

Consulta anual médica, podendo também ser realizada de forma oportunística ou a pedido da utente e/ou profissional de Saúde.

Consulta de enfermagem semestral, podendo também ser realizada de forma oportunística ou a pedido da utente e/ou profissional de Saúde.

Em situações de seguimento a equipa poderá determinar uma outra periodicidade de consultas tendo em conta objectivos específicos da mesma, bem como decidir efectuar as consultas em conjunto ou intercaladas consultas médicas ou de enfermagem individuais no seguimento conjunto.

Possibilidade de marcação urgente para situações de contracepção de emergência ou pedido de IVG.

# ProcedimentoS

## Secretário Clínico

Agendar as consultas no período destinado para planeamento familiar na agenda do respetivo médico de família e na agenda do respetivo enfermeiro de família;

Proceder à ativação da consulta aquando da chegada do utente;

Verificar as faltas para proceder à convocação dos utentes faltosos;

Convocar as utentes sempre que o médico/enfermeiro considere necessário.

## Enfermeiro

Efetuar registos de enfermagem na aplicação informática SClinico (segundo a classificação CIPE) e no Boletim de Saúde Reprodutiva/Planeamento Familiar.

Na primeira consulta :

Ativar o programa de Saúde Reprodutiva e Planeamento familiar;

Colheita de dados para preenchimento da avaliação inicial;

Monitorizar tensão arterial (TA), peso, índice de massa corporal (IMC) e perímetro abdominal;

Supervisionar a adesão à vacinação;

Informar sobre o rastreio oncológico, verificar se está atualizado, segundo as normas da Direcção-Geral da Saúde (DGS);

Identificar os diagnósticos de enfermagem e respetivas intervenções do tipo informar, ensinar, orientar, treinar e instruir segundo a classificação CIPE, consoante a necessidade da/o utente;

Providenciar contracetivos para 6 meses, desde que disponíveis na USF e de acordo com indicação médica;

Planear próxima consulta.

Consultas seguintes:

Verificar e avaliar se houve ganhos em saúde;

Monitorizar TA, peso, IMC e perímetro abdominal;

Providenciar contracetivos;

Orientar para serviços médicos sempre que necessário.

## Médico

Registos no SClinico através do programa de planeamento familiar;

Referir se é ou não vigiado na USF;

Colher dados para elaborar a história clínica;

Realizar exame físico (com especial atenção para medição da TA e do peso/altura; exame mamário e exame ginecológico);

Identificar critérios de elegibilidade para utilização de contracetivos;

Realizar consultas de vigilância (motivar a continuidade, verificar a utilização correta do método contracetivo, detetar possíveis complicações ou efeitos adversos);

Preenchimento do Boletim de Saúde Reprodutiva/Planeamento Familiar;

Se necessário encaminhar para o enfermeiro de família para agendar consultas segundo as orientações da DGS.

# Fluxograma

