

Adesivo Contracetivo

É um método contracetivo constituído por um fino adesivo quadrado com 4,5x 4,5 cm, que se aplica sobre a pele.

Como actua?

O adesivo transfere diariamente através da pele para a corrente sanguínea as hormonas que inibem a libertação do óvulo.

Como usar?

- Cada adesivo atua durante uma semana, ao fim da qual deve ser substituído por um novo adesivo. Um ciclo completo é formado por 3 adesivos semanais e uma semana em que não se coloca nenhum adesivo e, durante a qual, surge uma hemorragia, mais ou menos igual à menstruação. Ao fim dessa semana recomeça-se uma nova embalagem. Veja em baixo o esquema.

Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
Adesivo 1	Adesivo 2	Adesivo 3	Pausa	Adesivo 4	Adesivo 5	Adesivo 6	Pausa

Esquema de utilização do adesivo contracetivo

- Durante a semana de uso o adesivo nunca deve ser retirado, nem mesmo durante o banho. Se se verificar que está parcialmente descolado, deve ser retirado e colocado um novo.
- Cola-se o adesivo em pele seca, bem limpa e sem cremes. Não deve ser usado sobre a pele irritada ou com lesões. Pode ser aplicado nos braços, costas, abdómen ou nas nádegas, nunca sobre o peito. Para evitar reações alérgicas, deve-se alternar semanalmente o local.

Como iniciar?

Na primeira vez deve ser aplicado no primeiro dia da menstruação. Desta forma, a contraceção é eficaz desde o primeiro dia. Depois a colocação segue o esquema semanal descrito.

No dia de mudança do adesivo a troca pode ser feita a qualquer hora, contudo, é aconselhável manter uma rotina para evitar esquecimentos.

Questões Práticas:

“Esquecimento” – Se o 1º adesivo não foi colocado no dia previsto:

- **Durante a semana 1**
 - Aplicar o adesivo logo que se lembre
 - Usar contraceção adicional durante 7 dias
 - Se o atraso for \geq a 3 dias e, tiver havido relações sexuais vaginais não protegidas, deve ser considerada a utilização de Contraceção de Emergência.
- **Durante a semana 2 ou 3**
 - \leq a 48 horas – aplicar novo adesivo de imediato e manter o dia previsto para a substituição seguinte. Neste caso não é necessária contraceção adicional
 - \geq a 48 horas – Colocar prontamente outro adesivo principiando um novo ciclo. Nesta situação é necessário usar contraceção suplementar durante 7 dias.
- **Na semana 4**
 - Se o último adesivo não foi retirado no fim do ciclo: Tirar esse e iniciar um novo ciclo com um novo adesivo no dia previsto.

Quais as vantagens?

- É um método muito eficaz
- Constitui uma opção para mulheres que se esquecem de tomar comprimidos diariamente; que não têm horários regulares para tomar medicamentos, ou simplesmente que não gostam de repetir todos os dias a rotina de tomar um contraceptivo.

Contra-indicações:

Não pode ser utilizado por mulheres com contra-indicação para fazer métodos hormonais com estrogénios. Ou seja, tem as mesmas contra-indicações que a “pílula” estroprogestativa.

O que pode interferir na eficácia do método?

- A eficácia não é afectada por episódios de vómitos ou diarreia. Não está ainda bem estabelecido se os antibióticos diminuem a segurança contraceptiva. Por isso mesmo, nesta fase, será mais prudente pensar que sim. Quando se tomam antibióticos deve-se usar outro método (por exemplo o preservativo) enquanto dura o tratamento e nos 7 dias seguintes.
- Existem alguns fármacos que podem interferir na sua eficácia. Antes de iniciar qualquer terapêutica, pergunte se ela interfere com o seu contraceptivo.

E não se esqueça ...

O adesivo contraceptivo não protege das infeções transmitidas sexualmente (ITS). Faz, por isso, todo o sentido utilizar também o preservativo como forma de as prevenir mesmo que se utilize um método de contraceção seguro. A prevenção das ITS é um comportamento saudável.

Pode procurar mais informação sobre contraceção no site

www.saudereprodutiva.dgs.pt

Realização: DGS - <http://www.saudereprodutiva.dgs.pt/upload/ficheiros/i009873.pdf>

Adaptado em Fevereiro 2017

Próxima revisão em 2020