

Diafragma Vaginal



Histórico do Diafragma

- As barreiras vaginais são usadas desde a antiguidade (papiros de Ebers, século XXVIII AC)
- Descrito pela primeira vez por Drt. Wilde em 1838, em seguida da vulcanização da borracha
- Uso intenso na Europa no século XIX, vários modelos de diafragmas e capas cervicais
- Muito popular antes dos métodos hormonais (na Europa há locais que tem 15% de adesão entre contraceptivos)
- **Recente retomada pela epidemia de DST/AIDs**

Evidência de proteção do Diafragma

O uso do diafragma vaginal para a prevenção das DSTs cervicais (Ann Duerr, Center for Disease Control and Prevention, 2002)

http://www.rho.org/diaphren_9-02/07-Ann.Duerr.pdf

Clamídia

ODD RATIO (Dversus nenhum método)

Mac Cormick (1985) = 0,2

Magder (1988) = 0,1

Rosemberg (1992) = 0,3

Park (1995) = 0,2

Fonte: (Ann Duerr, Center for Disease Control and Prevention)

http://www.rho.org/diaphren_9-02/07-Ann.Duerr.pdf

Gonorréia

ODD RATIO (versus nenhum método)

Berger (1975) = 0,3

Austin (1984) = 0,4

Quinn (1985) = 0,1

Rosemberg (1992) = 0,2

Fonte: (Ann Duerr, Center for Disease Control and Prevention)

http://www.rho.org/diaphren_9-02/07-Ann.Duerr.pdf

Proteção do Diafragma com relação Doença Inflamatória Pélvica (DIP)

ODD RATIO (versus nenhum método)

Kelegan (1982) = 0,3

Wolner-Kansenn (1990) = 0,4

Quinn (1985) = 0,1

Rosemberg (1992) = 0,2

Fonte: (Ann Duerr, Center for Disease Control and
Prevention)

http://www.rho.org/diaphren_9-02/07-Ann.Duerr.pdf

Neoplasia Cervical

ODD RATIO versus nenhum método

Hildershein (1990) > 5 anos = 0,2
+ 5 anos = 0,3

Becker (1994) sempre = 0,3
no passado = 0,6
uso atual = 0,4

Fonte: (Ann Duerr, Center for Disease Control and Prevention)

http://www.rho.org/diaphren_9-02/07-Ann.Duerr.pdf

O que se sabe:

- O diafragma cobre o epitélio colunar, sede das infecções por gonococos e clamídia
- As mulheres que usam diafragma têm menos riscos de adquirir gonococo, clamídia, DIP (doenç. infl. pélvica) e displasias associadas ao HPV/clamídia - câncer de colo

OBS: A evidência pode ter um confundidor: quem usa diafragma comportamento sexual, auto-cuidado

Acredita-se que o microbicida/espermicida amplie a proteção

Contra-indicações e efeitos colaterais para o Diafragma

- Infecção urinária (associada aos números grandes)
- Síndrome de choque tóxico
- Colo retrovertido (usar diafragma tipo All- flex)

Estudos de Diafragma para redução de DST e HIV/AIDS

(DSTs aumentam até 25X infecção de HIV)

HIV/AIDS, Sexually Transmitted Diseases,
and Tuberculosis Prevention News Update, 2002

Diaphragm Put to Test Against HIV
Sabin Russell

- Fundação Bill e Melinda Gates investiu \$28 milhões no sudeste da África para testar o uso de diafragma para controle de DST e redução de infecção de HIV
- A pesquisa da Universidade de São Francisco - Califórnia prevê 8 anos de acompanhamento.
- Até o momento se constatou redução de 33% de novas infecções em mulheres

Para Incentivar uso de Diafragma

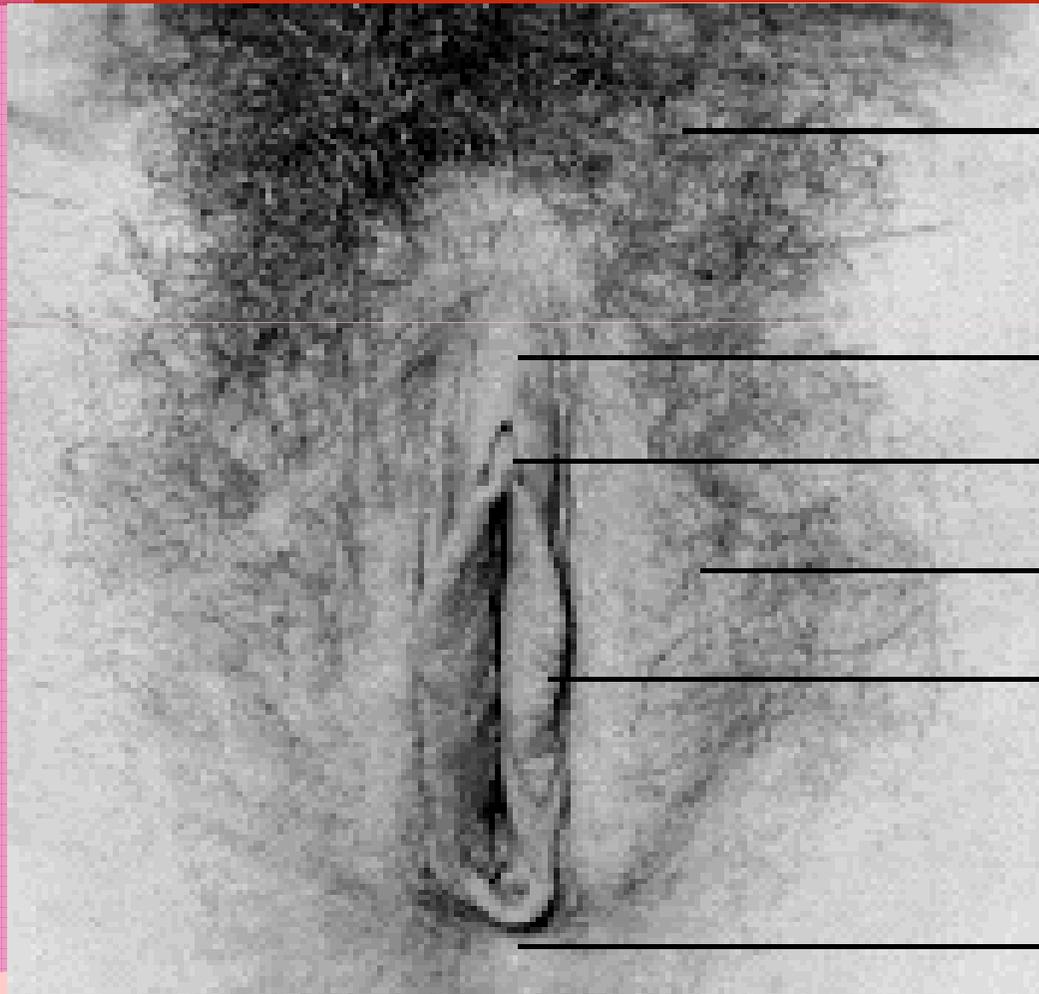
- incentivar consciência corporal e auto-cuidado
- incentivar auto-exame da vulva, vagina e ver o colo uterino
- Abordagem do toque dos genitais como parte do auto-cuidado sexual e reprodutivo (para a contracepção, concepção e promoção da saúde)

(LEMBRAR QUE CULTURA SEXUAL É REPRESSIVA COM RELAÇÃO À MULHER, MAS ESTÁ MUDANDO).

Mulher não conhece seu próprio órgão



Mulheres devem se conhecer



**Monte de
Vênus**

Prepúcio

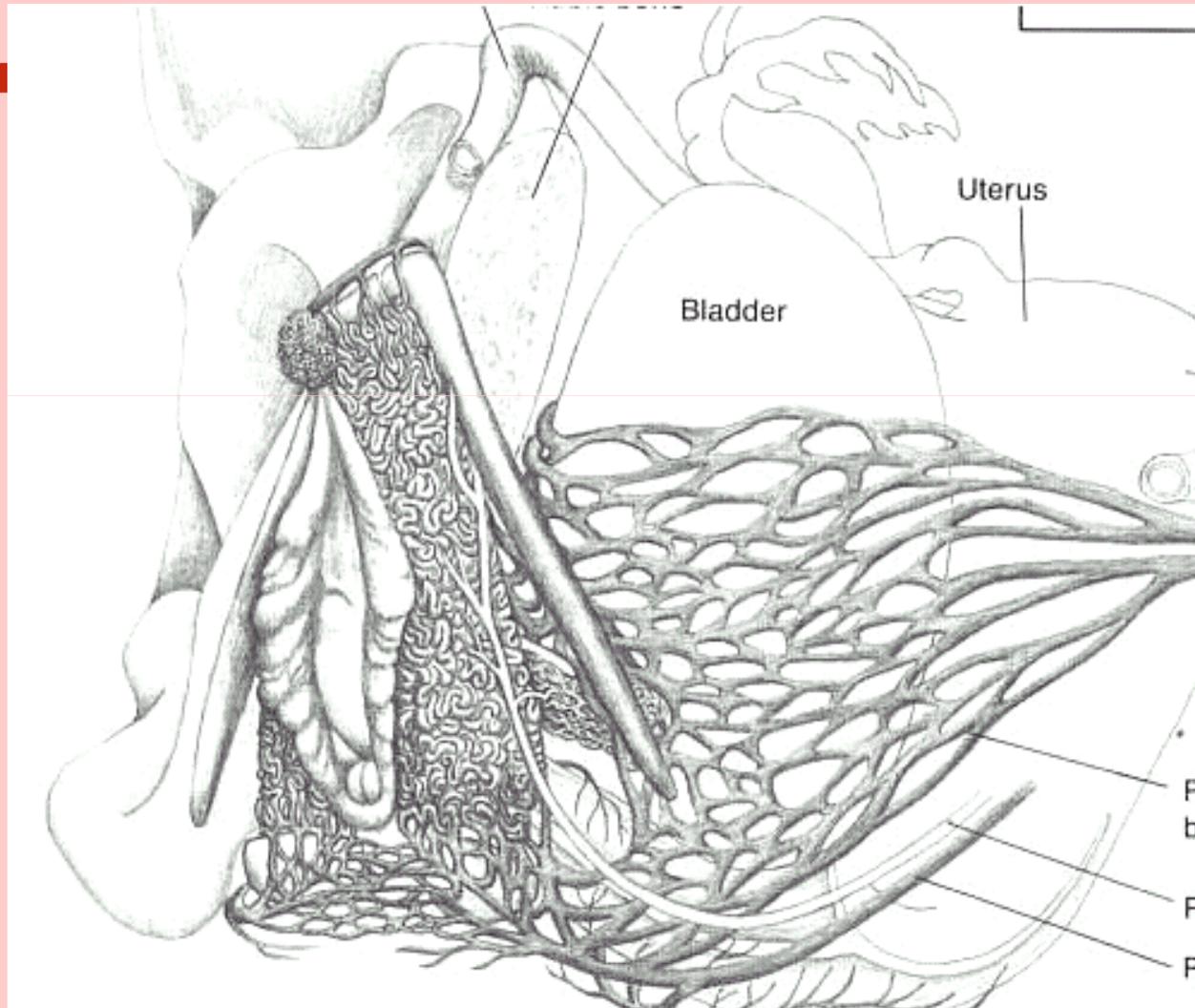
Clitóris

Grandes lábios

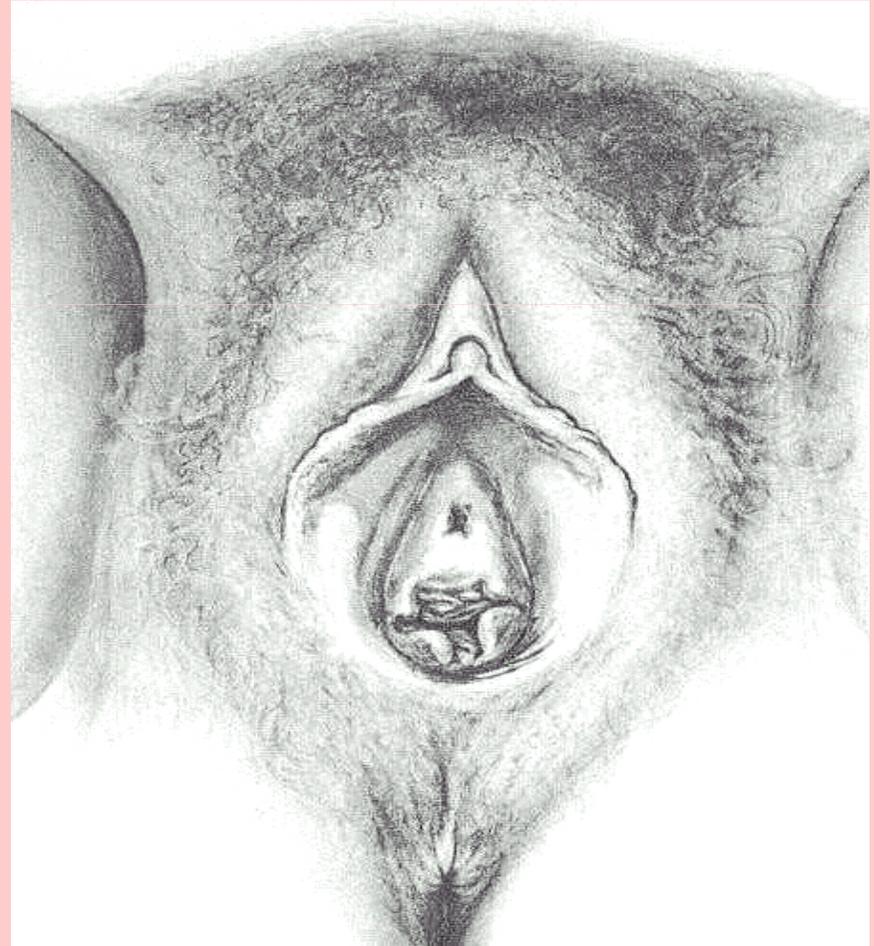
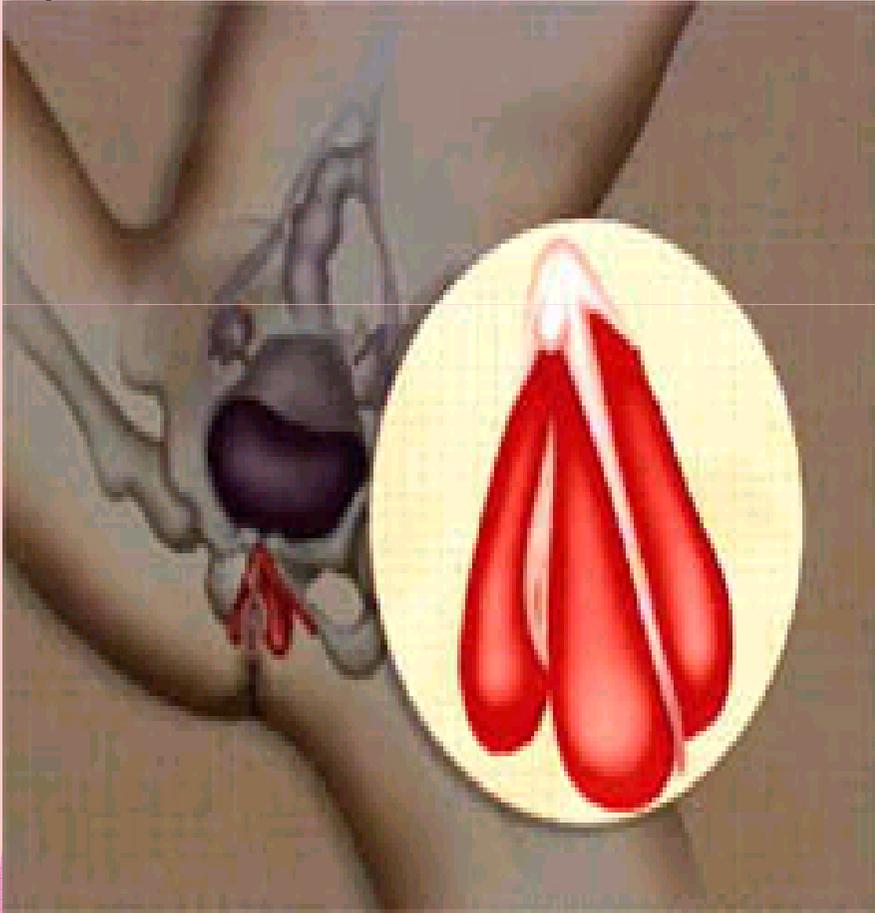
Pequenos lábios

Períneo

Entender a função sexual do clitóris...

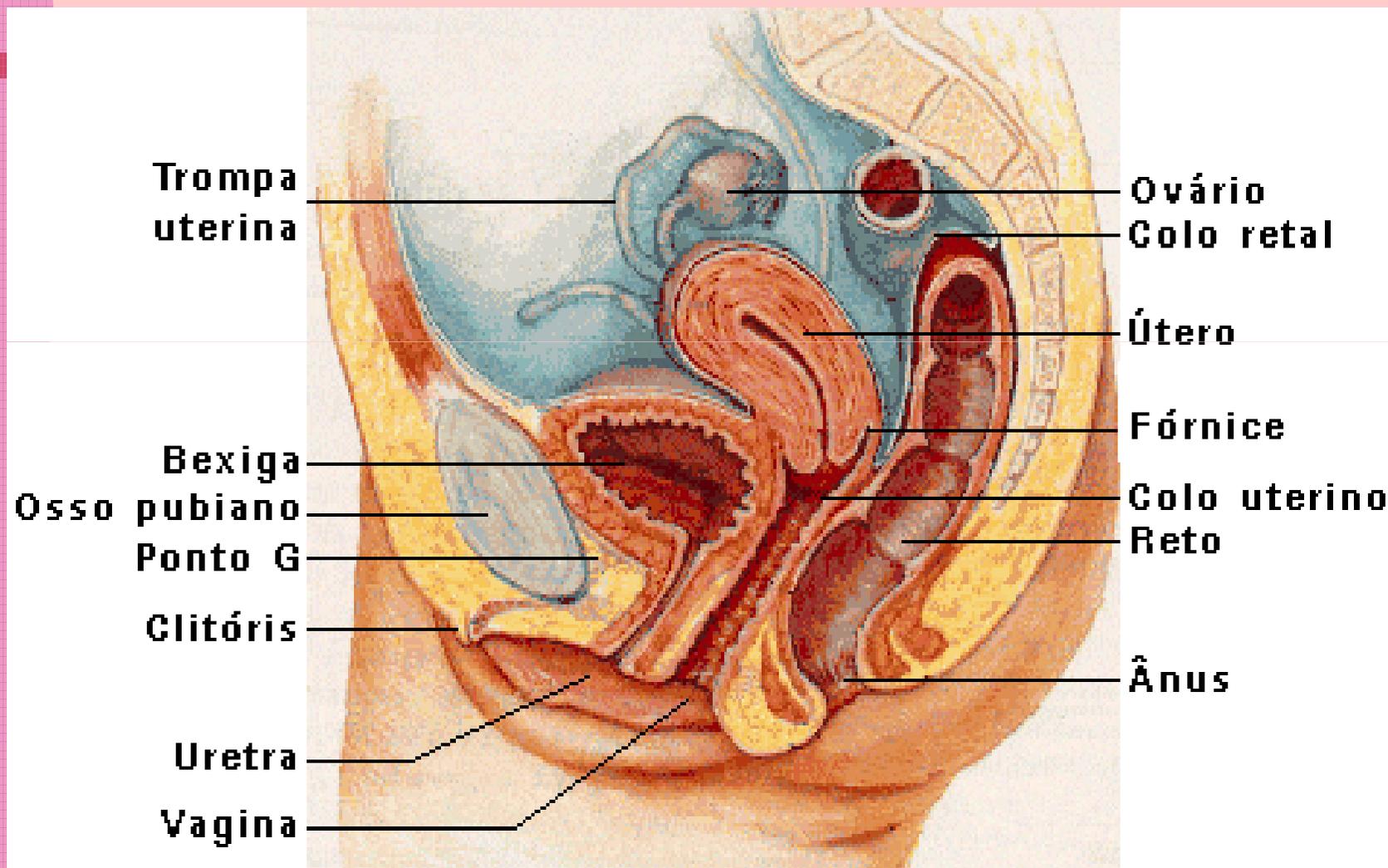


Excitação



Va

Entender-se a vagina internamente...



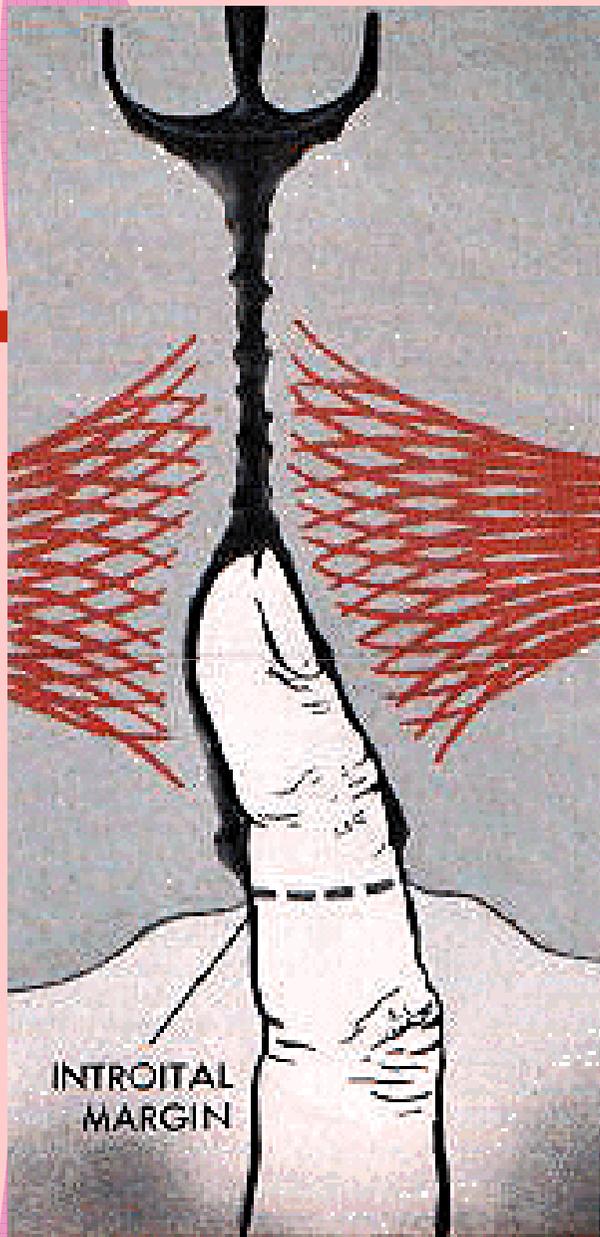


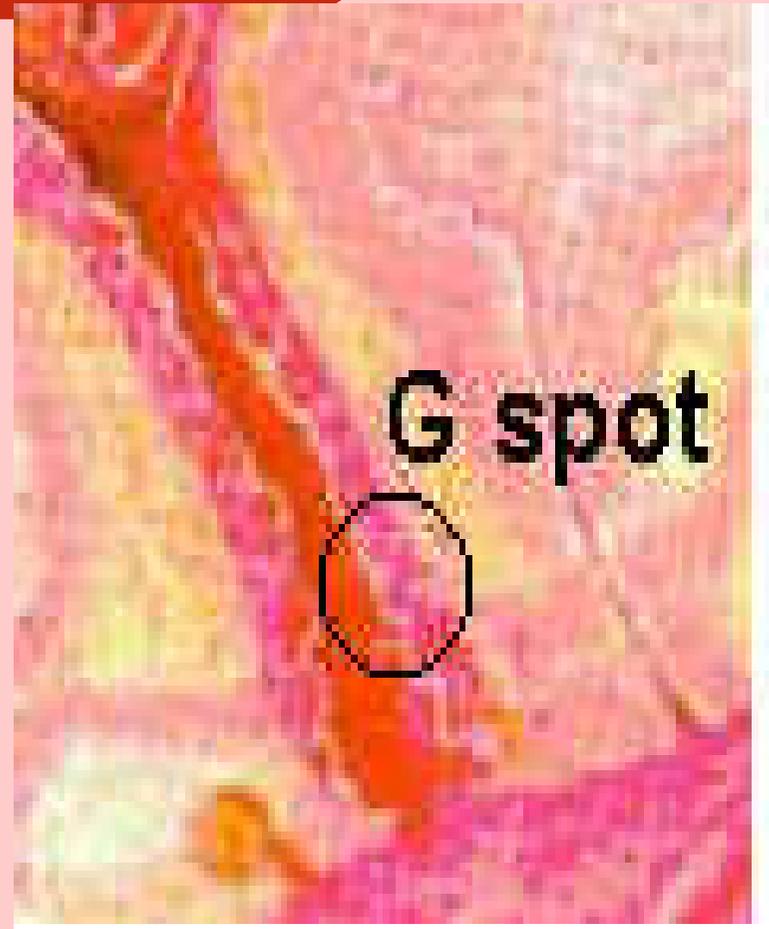
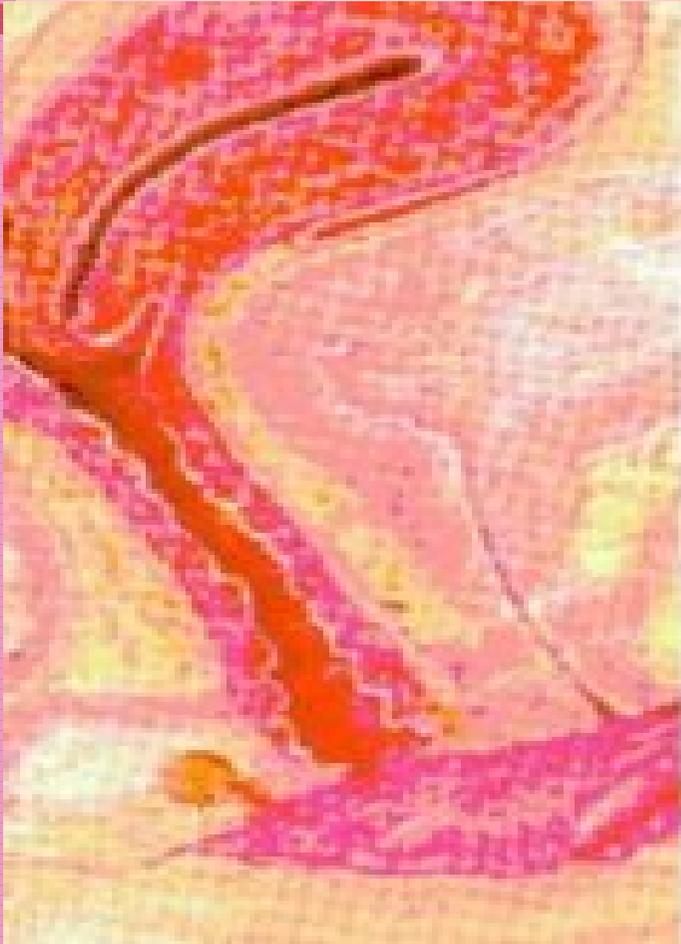
FIGURE 9



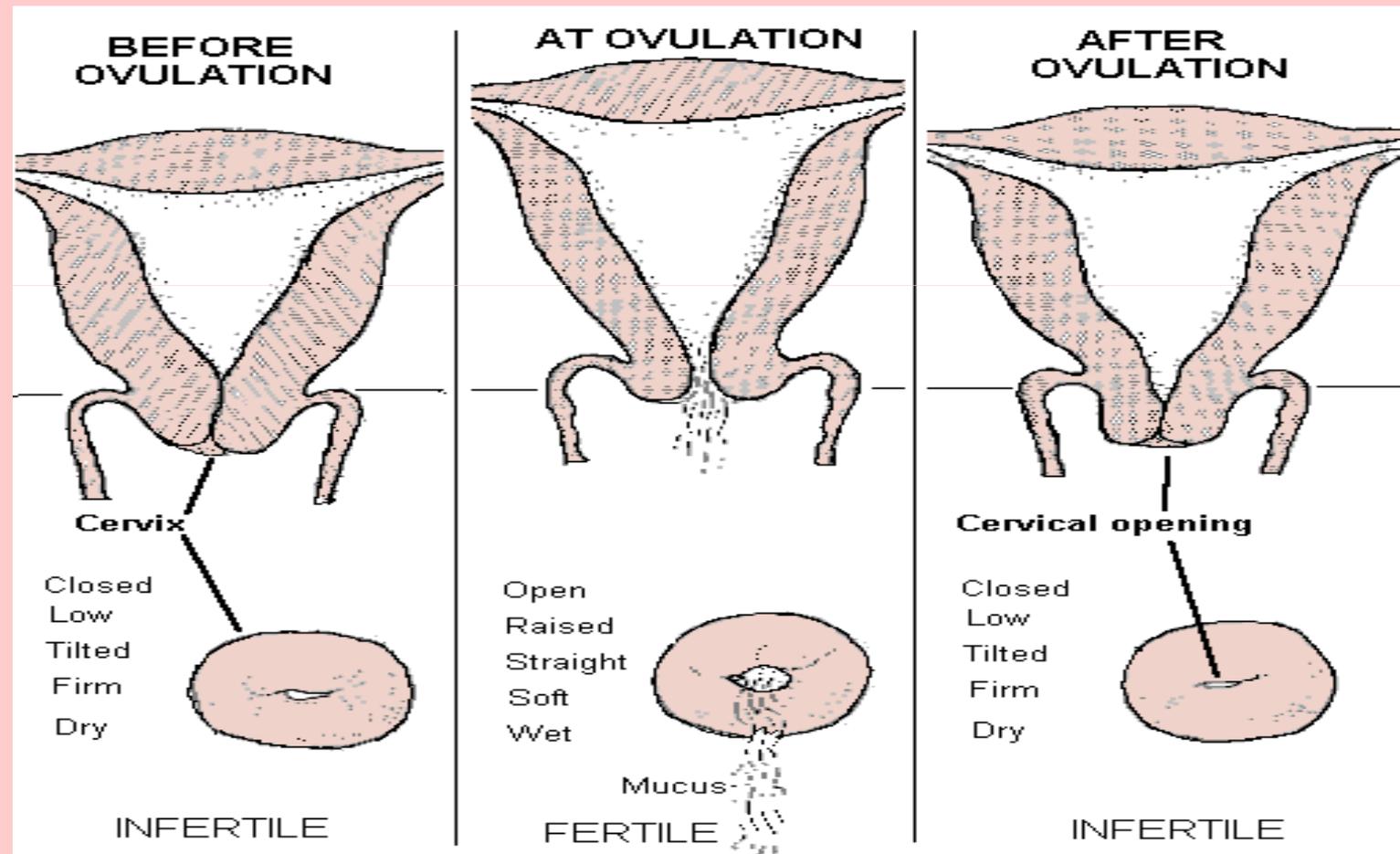
FIGURE 10

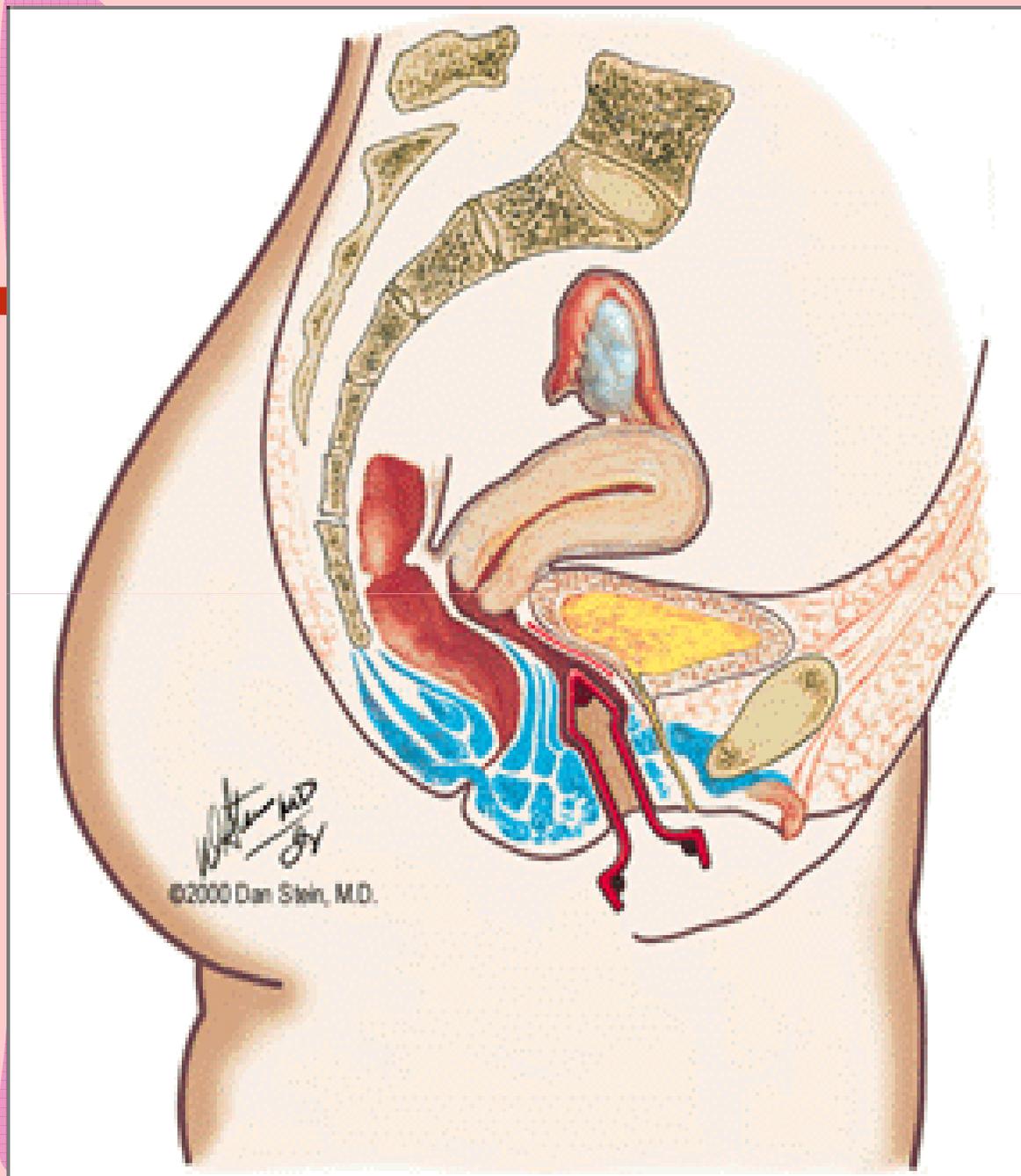
Para
examinar os
músculos
vaginais

Vagina como tubo muscular
onde diafragma é inserido:



Entender o Colo e suas aberturas:





Que parto normal pode
Alterar a musculatura vaginal e tamanho do diafragma.

Recomendar exercícios vaginais no pré-natal.

A medida do diafragma (há 6 tamanhos):

Relativa ao comprimento e tônus vaginal (distância entre o fundo da vagina e a curva da sínfise)

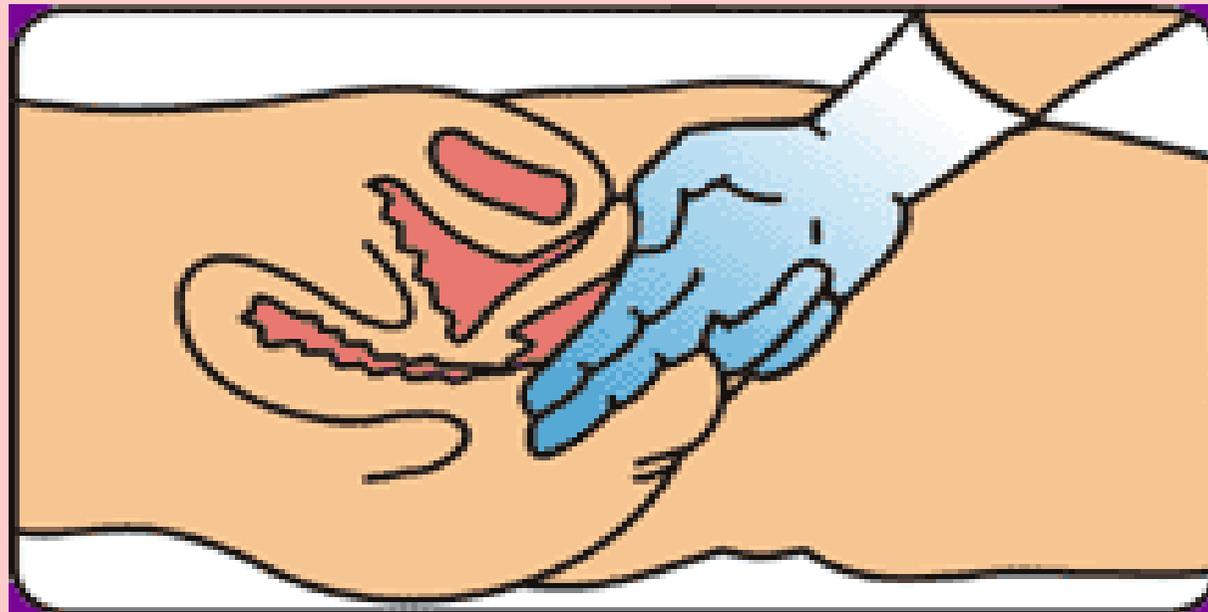
Década de 80: o maior tamanho que fica confortável

Década de 90: maior eficácia com os tamanhos menores

- Medida com diafragmas medidores
- Medida com anéis medidores

Tamanho dependerá da distância entre o fundo do saco posterior e o sub-pubis:

1. Introduza os dedos indicador e médio na vagina até que se toque o fundo do saco posterior, marcando-se a distância entre estes e o sub-pubis com o polegar da mesma mão



A distância (ponta do dedo médio ou indicador até o polegar) deve ser o tamanho do medidor.

- Coloque o medidor na ponta do dedo, sem forçá-lo. Se a medida estiver correta, a outra extremidade do diafragma medidor corresponderá ao ponto do polegar.



Após exame manual, deve-se testar o medidor:

- Testar 2 ou 3 tamanhos para se obter a medida adequada, justa e confortável para a mulher.
- Escolha o de **maior** tamanho entre os que servir, pois no uso comum a mulher estará mais relaxada garantindo que a medida escolhida continuará bem ajustada.



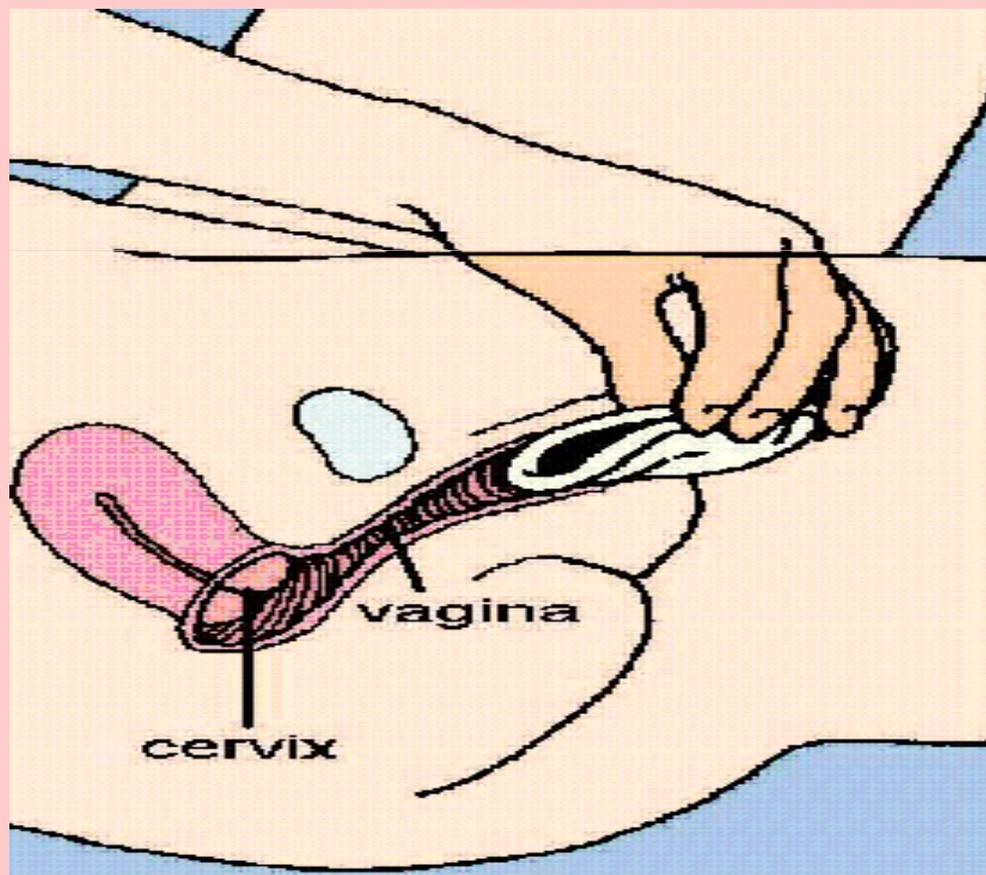
Para Colocar o Diafragma:

-Pressione entre indicador e polegar, até que vire um 8.



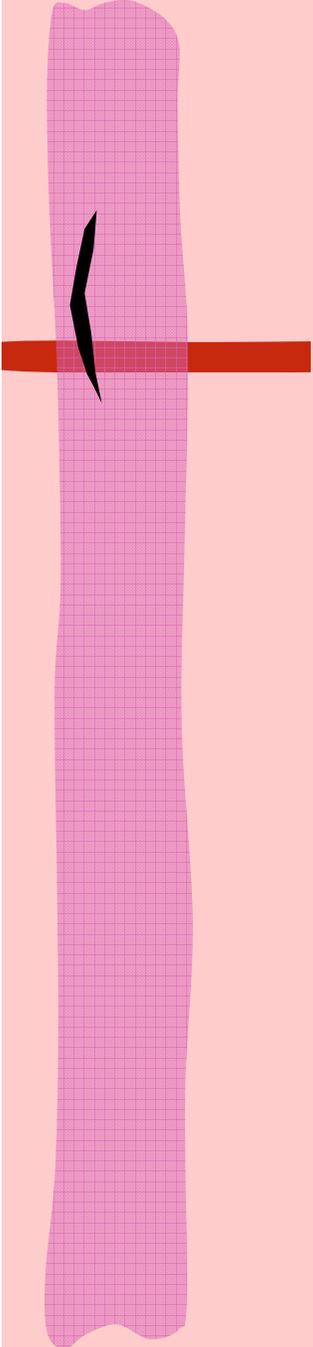
Introduza-o pelo canal vaginal até que sua borda inferior atinja o fundo do saco vaginal posterior

Inserção do diafragma



ATENÇÃO:

- Se o medidor estiver no tamanho correto, a borda superior do mesmo se encaixará perfeitamente atrás do sub-pubis.
- O diafragma medidor de tamanho ideal se corretamente aplicado não deverá causar desconforto.
- Indique o número do diafragma correspondente para aquisição pela usuária.



A USUÁRIA DEVE SEMPRE CONFERIR O COLO:

- Ela deve sentir com o dedo por trás da borracha o arredondado do colo uterino, verificando se ele está coberto.

Mostrar posição de cobertura do colo:

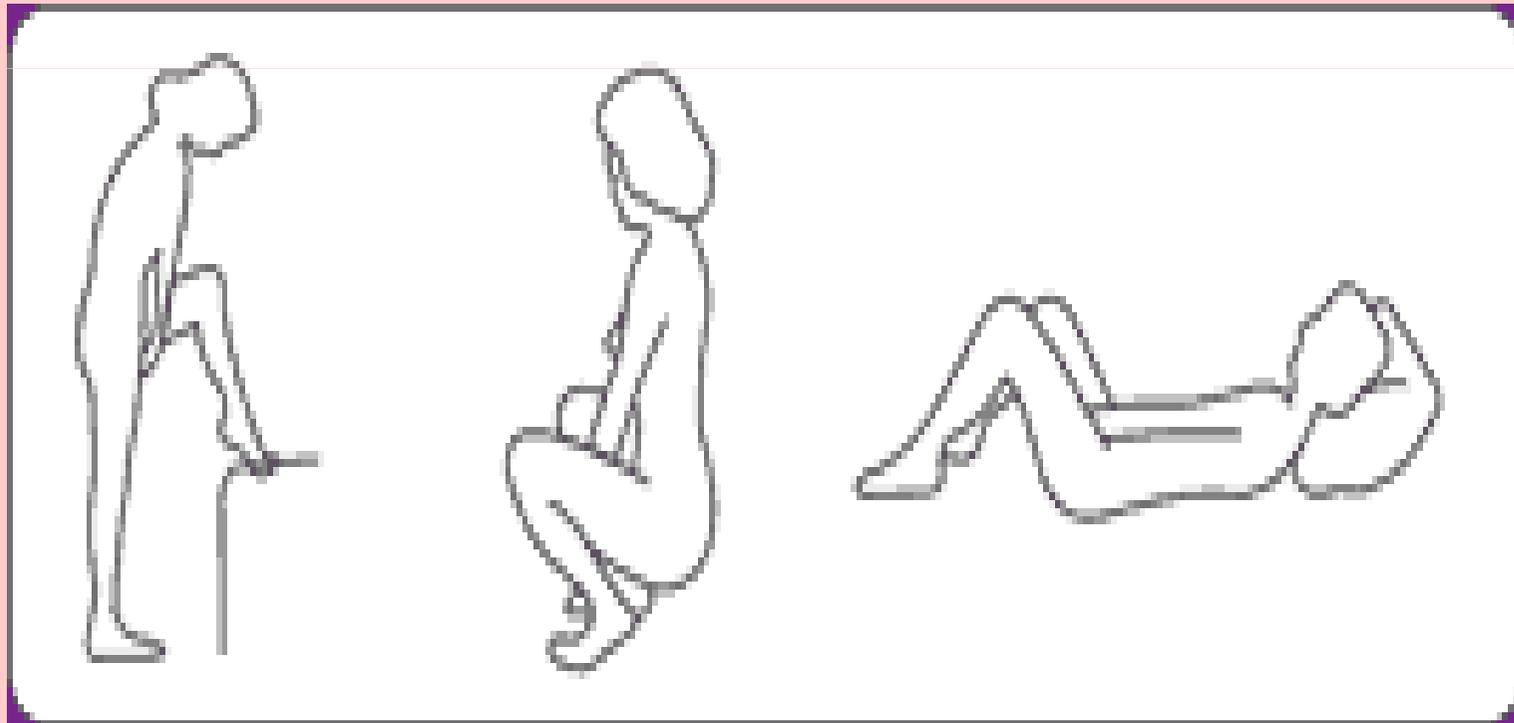


Modelo pélvico de borracha: palpação



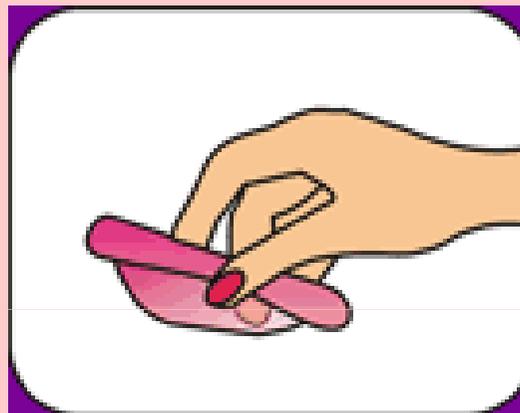
POSIÇÕES PARA COLOCAÇÃO DO DIAFRAGMA

- a posição em que for mais CONFORTÁVEL.

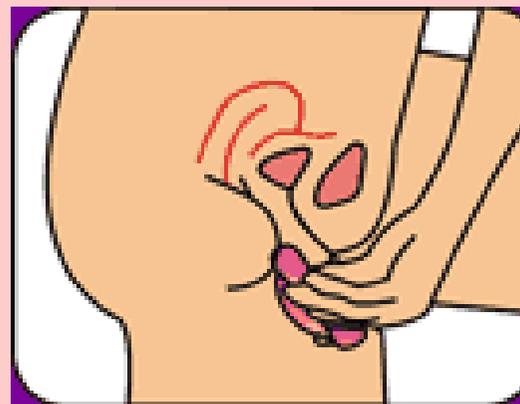


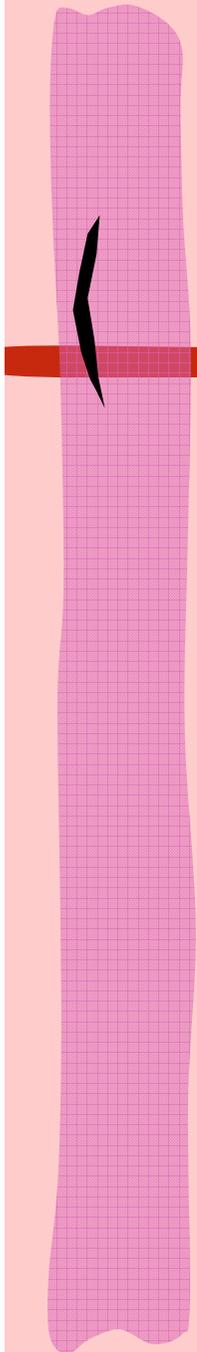
Sempre lavar as mãos antes de colocá-lo.

1 . Apertar as bordas do diafragma entre os dedo polegar e o dedo indicador, formando 8.

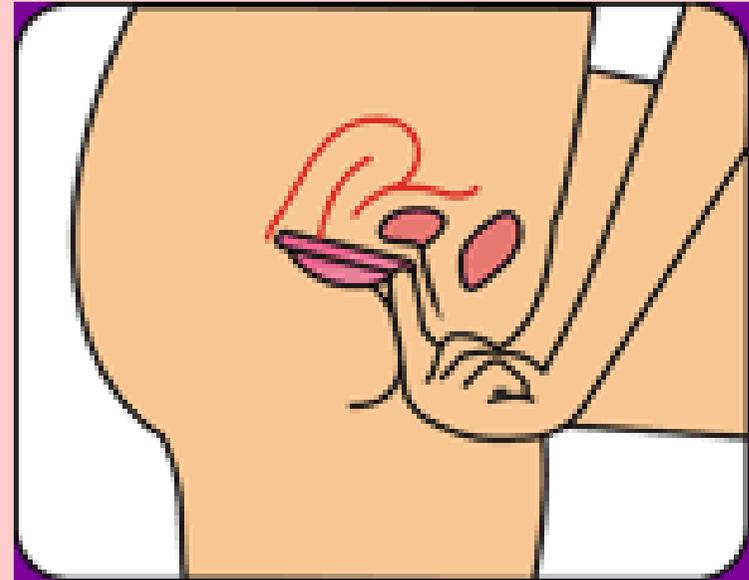


2. Introduzir o diafragma em direção ao fundo da vagina.

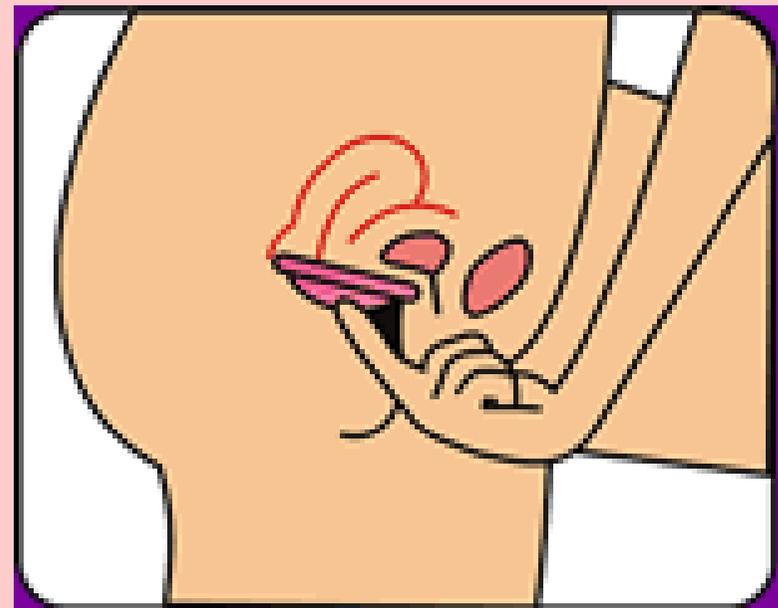




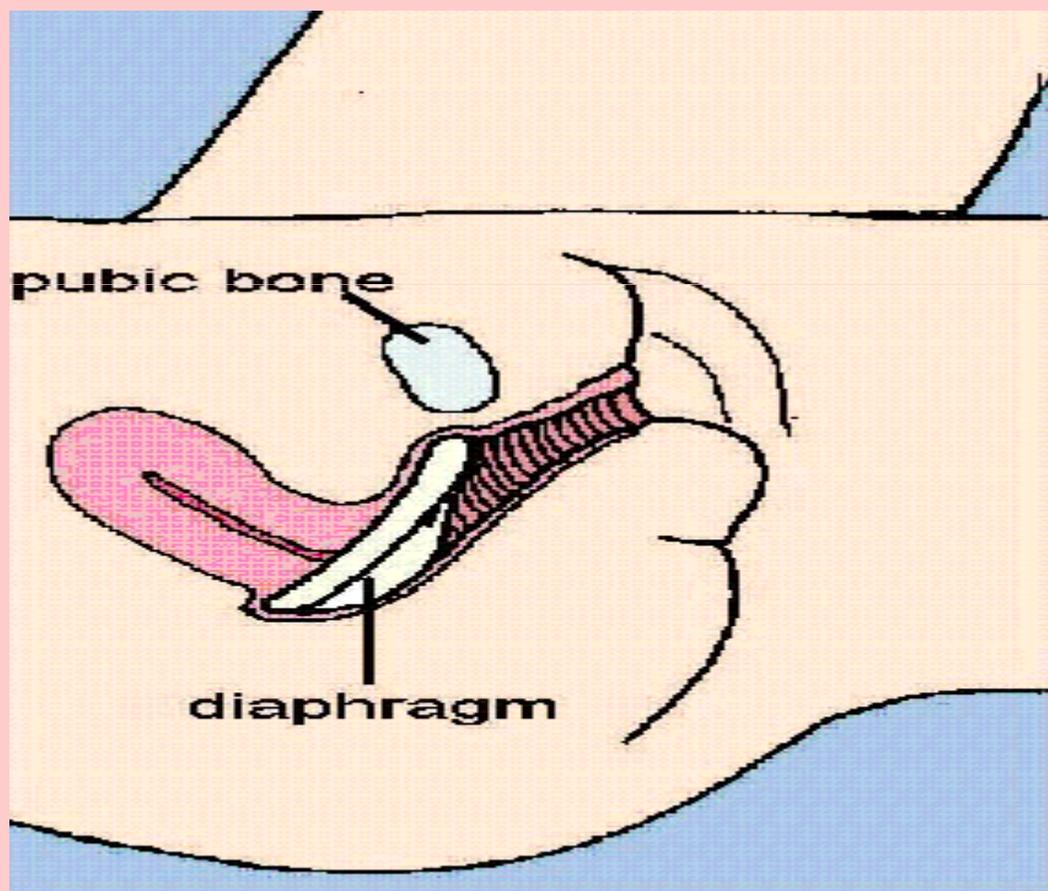
3. Conferir encaixe no osso:



4. Conferir cobertura do colo::



Demonstrar Apalpação do Colo coberto e descoberto:



FORMAS DE USO DO DIAFRAGMA:

1 - CONTÍNUO

(diário sem espermicida) - mulher retira no
banho, lava e já recoloca

indicado para quem tem residência com
parceiro e não precisa prever relações

2 - PONTUAL:

, só para a relação (com espermicida)

colocado no máximo até 2 horas antes ou no
momento da relação

USO DE ESPERMICIDA:

Coloque um pouco de geléia espermicida dentro do diafragma e Lubrifique a borda do diafragma com a geléia e ele estará pronto para ser usado.



Uso de espermicida: sim ou não?

Vantagens:

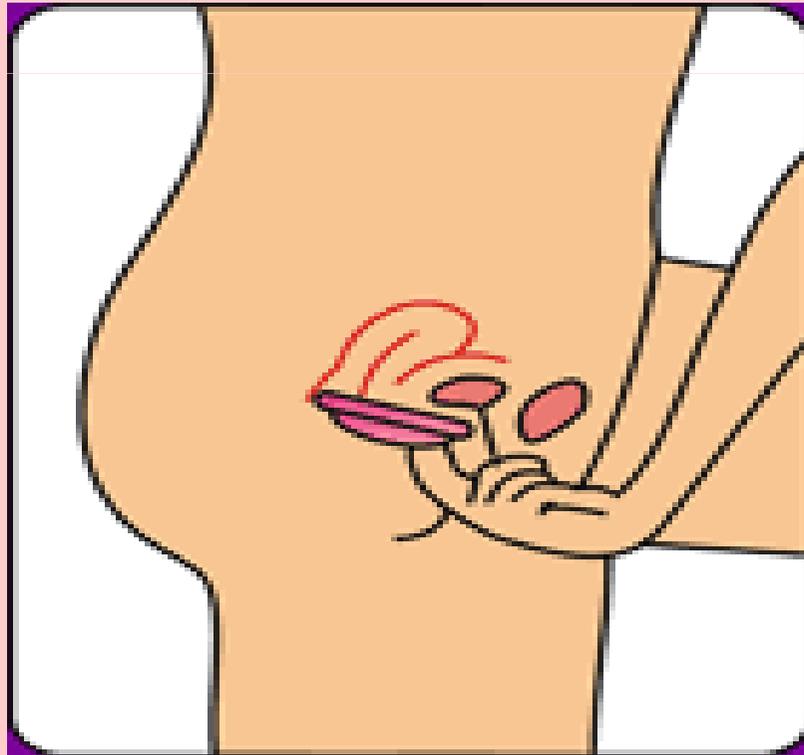
- ✓ Aumento teórico da eficácia contraceptiva
- ✓ Aumento da proteção contra DSTs

Desvantagens:

- ✓ Diminui eficácia prática (tem que por proximo à relação)
- ✓ Concentração de nonoxynol-9 pode provocar micro-escoriações na mucosa vaginal
- ✓ Aceitabilidade melhor sem espermicida

COMO RETIRAR O DIAFRAGMA:

➤ Para retirar o diafragma coloque o dedo indicador na vagina, ou o dedo indicador e o médio, formando uma "pinça". Sinta o diafragma e puxe para baixo e para fora da vagina.



Quando Retirar o Diafragma

- Retirar somente 08 horas após a última relação sexual, pois é o tempo máximo de vida dos espermatozóides na vagina.
- Pode ser deixado sem retirada para lavar até 24 horas.
- Não usar durante a menstruação.

Conservação dos diafragmas e medidores

Usuária: lavar apenas com água.

Medidores e Uso Profissional:

- ser mergulhados em uma solução de uma colher de sopa de água sanitária em um copo d'água (mínimo de 20 minutos).
- Lavá-los em seguida em água corrente e sabão neutro e enxaguá-lo bem. P
- Podem, também, ser esterilizados em estufa ou autoclave a uma temperatura de no máximo 170° ou esterilizados com produtos químicos adequados para este fim.
- Secar bem e guardá-lo no estojo.

Recomendação de rotina para a usuária

- Usar o diafragma em todas as relações sexuais mesmo fora dos dias férteis para garantir a segurança máxima.
- Se ocorrer mais de uma relação sexual, manter o diafragma entre uma e outra.
- Não usar ducha vaginal enquanto o diafragma permanecer na vagina.
- Pode ser usado com camisinha masculina.

Acompanhamento da usuária:

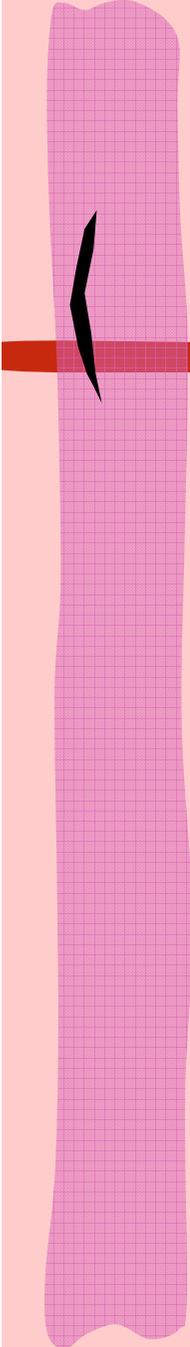
- Para o retorno de uma semana: usar outro contraceptivo por uma semana (retorno)
- Não precisa avisar o parceiro: nunca notam
- Retorno em uma semana: verificar se a mulher se sentiu o diafragma, se conseguiu por e tirar, se gostou do método.
- 1 Retorno em um mês para ver adaptação e em seis meses para exame local e de uso.

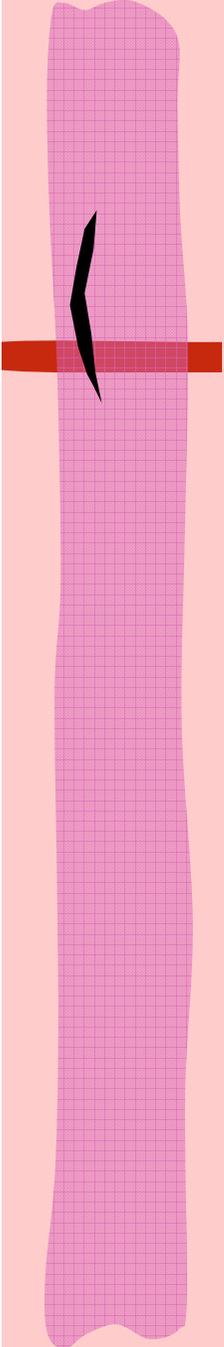
ATENÇÃO À USUÁRIA:

1. Se está sendo colocado corretamente;
2. Dificuldades de colocação e retirada;
3. Se ela ou parceiro se sentirem incomodados;
4. Se o diafragma sai do lugar quando anda, corre, tosse ou fica de cócoras;
5. Quando após retirá-lo observar sangue no diafragma e não estiver no período menstrual;
6. Se perder ou ganhar 10 kg, ou após um parto, aborto ou cirurgia ginecológica o diafragma deverá ser medido novamente;
7. Avisá-la que tem duração aproximada de 3 anos, e que deve ser trocado se a borracha se mostra ressecada ou porosa.

Referências

1. Araújo, M.J.; Ferreira, A E.; Regina, C.H.; Diaz, M.; Diniz, C.S. & Faúndes, A Avaliação Clínica do Diafragma Vaginal em Três Contextos Brasileiros, FEMINA, 21:463-472, 1993.
2. Araújo, M.J. & Diniz, C.S.G O Lugar do Diafragma com Método Anticoncepcional no Brasil. Coletivo Feminista Sexualidade Saúde, São Paulo, 1994.
3. BENFAM. Pesquisa Nacional sobre Demografia e Saúde, BEMFAM. Rio de Janeiro. 1997.
4. Cavalcanti, A L. & Bottona, M.H.O O Uso de Diafragma em Mulheres de Baixa Renda: Fácil Manejo e Eficácia do Método. Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia, supl.:36, 1995.
5. Cavalcante, R.C.; Saúde Sexual & Reprodutiva - ensinando a ensinar; Artgraf Editora; s.d.
6. CHEQUER, P. Preservativo Masculino: Hoje mais necessário do que nunca! Programa Nacional de DST/aids. Brasília. 1997.

- 
1. CONSELHO NACIONAL DOS DIREITOS DA MULHER. Para viver o Amor. Ministério da Saúde, Brasília, 1993.
 2. Coletivo Feminista Sexualidade e Saúde - Saúde das Mulheres- Experiência e práticas . Ano 2000. Páginas 48 à 51. " O Trabalho com métodos contraceptivos" .Anos 80: " O Diafragma "
 3. GALVÃO, L. & DÍAZ, J. Saúde Sexual e Reprodutiva no Brasil. Hucitec. São Paulo. 1999.
 4. GRUPO DE SAÚDE DA MULHER (Recife). Viagem ao Mundo da Contracepção. Um Guia sobre os Métodos Anticoncepcionais, Rosa dos Tempos. Rio de Janeiro. 1991.
 5. Giffin, K. Costa; Costa S. H. Questões da Saúde Reprodutiva ; Editora Fiocruz Rio de Janeiro; 1999.
 6. HIRSCH, S. Só para Mulheres. Prensa. Rio de Janeiro. 1994.

- 
1. HOGA, L. A. K. *Á Mercê do Cotidiano da Anticoncepção - A mulher seguindo o seu caminho*. Universidade de São Paulo. São Paulo. São Paulo. 1995.
 2. Kalckmann, S.; Lago, T.G.; Barbosa, R.M.; Villela, W. & Goihman, S. O Diafragma como Método Contraceptivo - A Experiência de Usuárias de Serviços Públicos. *Cadernos de Saúde*, Publ. 13 (4): 647-657, 1997.

www.guiasexual.com.br/saude/feminina.htm

<http://www.incontinet.com/kegelpix.htm>

<http://www.abc.net.au/quantum/scripts98/9825/rundown.htm>

<http://www.stacken.kth.se/~virgin/sex/artiklar/fanatomy.html>

<http://www.shastd.org.uk/sti/tvimage2.htm>