

**MÉTODOS
COMPORTAMENTAIS
E OBSERVAÇÃO DA
FECUNDIDADE**

O QUE SÃO ?

Também conhecidos como métodos de abstinência periódica ou de percepção da fertilidade ou, ainda, métodos naturais, são técnicas para obter ou evitar a gravidez, mediante a identificação do período fértil da mulher, em que essa identificação pode ser realizada por diversos indícios fisiológicos de processos como a ovulação, que marcam o período fértil

QUAIS SÃO ?

- ➔ Tabela ou calendário (Ogino-Knauss)
- ➔ Método do muco cervical
- ➔ Temperatura basal
- ➔ Sintotérmica
- ➔ Método do colar
- ➔ Coito interrompido

TABELA OU CALENDÁRIO (OGINO- KNAUSS)

Baseia-se na duração da segunda fase do ciclo menstrual (pós-ovulatória ou fase lútea) que é relativamente constante, com a ovulação ocorrendo entre 11 e 16 dias antes do início da próxima menstruação

1º dia	2º dia	3º dia	4º dia	5º dia	6º dia	7º dia
NF	NF	NF	NF	NF	NF	NF
8º dia	9º dia	10º dia	11º dia	12º dia	13º dia	14º dia
NF	NF	NF	F	F	F	F
15º dia	16º dia	17º dia	18º dia	19º dia	20º dia	21º dia
OV	F	F	F	F	NF	NF
22º dia	23º dia	24º dia	25º dia	26º dia	27º dia	28º dia
NF	NF	NF	NF	NF	NF	NF
29º dia	F = Fértil NF = Não-fértil OV = Ovulação					
NF						

- Apesar da ovulação ocorrer aproximadamente após 14 dias, em ciclos regulares, devido ao tempo de vida variável dos espermatozoides e do óvulo dentro do corpo feminino o período fértil constitui-se uns dias antes até uns dias depois da ovulação
- Para evitar a gravidez, orientar a mulher e/ou casal para abster-se de relações sexuais vaginais durante o período fértil.

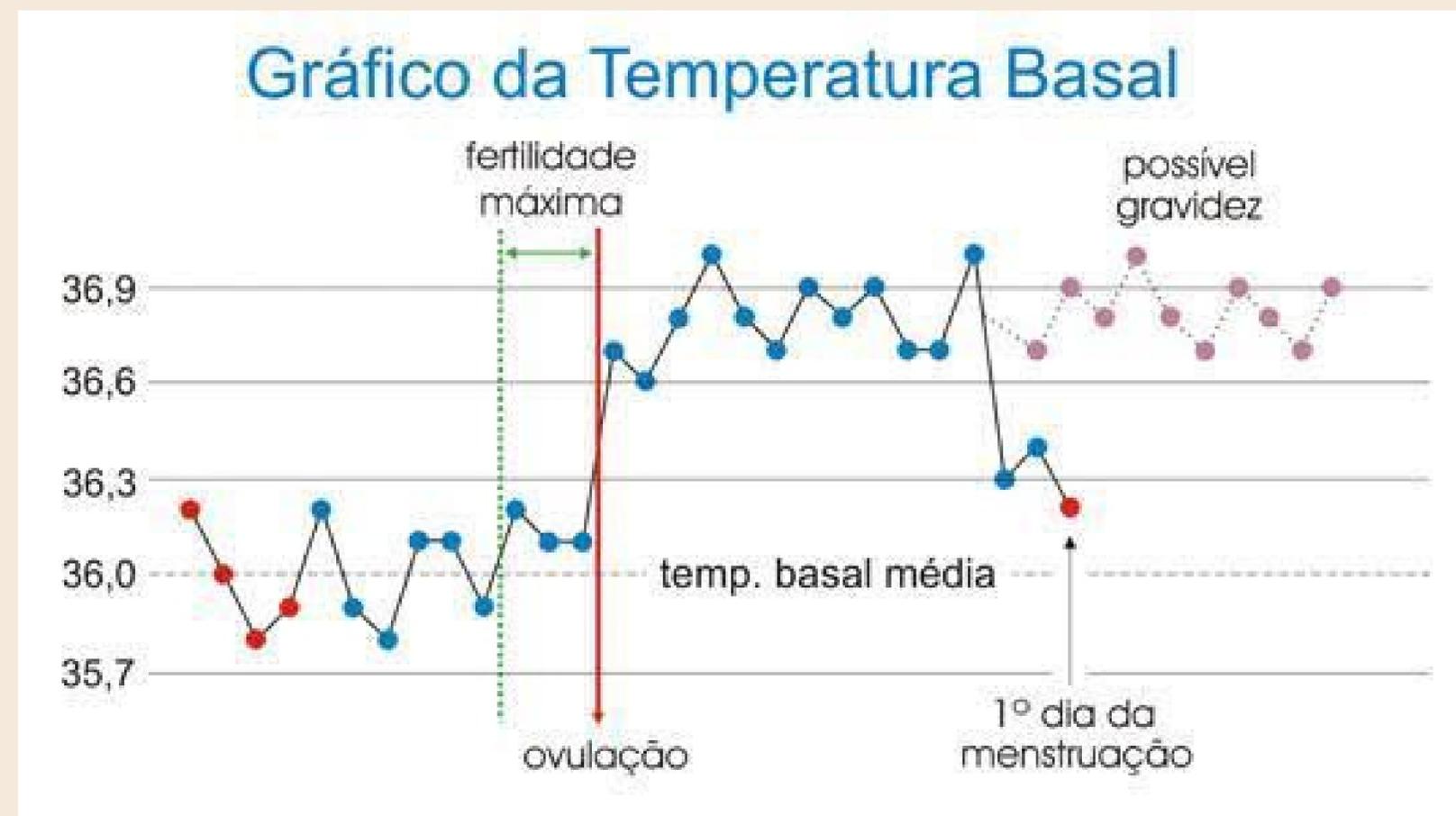
MÉTODO MUCO CERVICAL

Baseia-se na identificação do período fértil por meio da auto-observação, com relação às mudanças do muco cervical e à sensação de umidade na vagina ao longo do ciclo menstrual



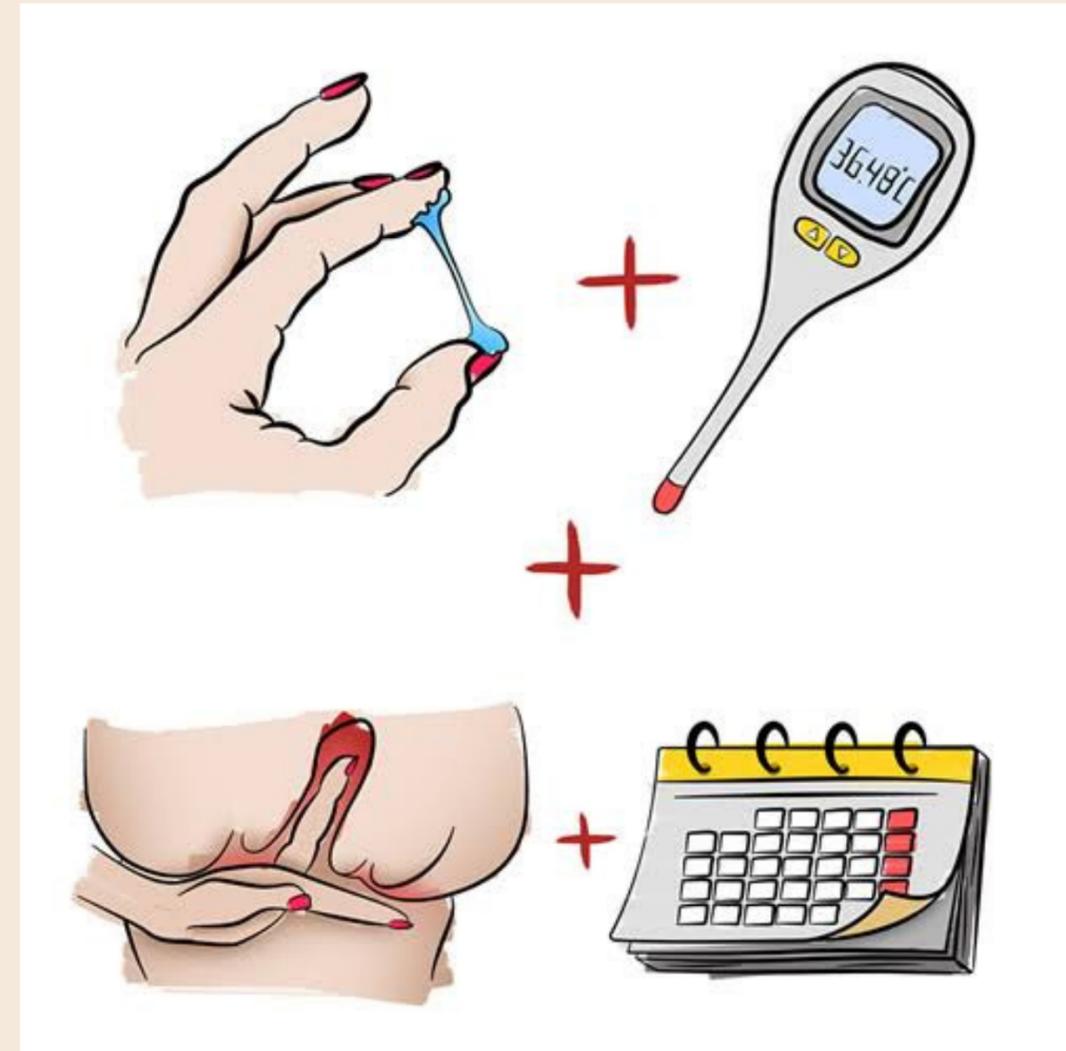
TEMPERATURA BASAL

Esse método fundamenta-se nas alterações da temperatura basal que ocorrem na mulher ao longo do ciclo menstrual.



SINTOTÉRMICO

Esse método baseia-se na combinação de múltiplos indicadores da ovulação, com a finalidade de determinar o período fértil com maior precisão e confiabilidade.



Ele combina os métodos da tabela, do muco cervical, da temperatura basal e a observação de sinais e sintomas que indicam o período fértil da mulher.

MÉTODO DO COLAR

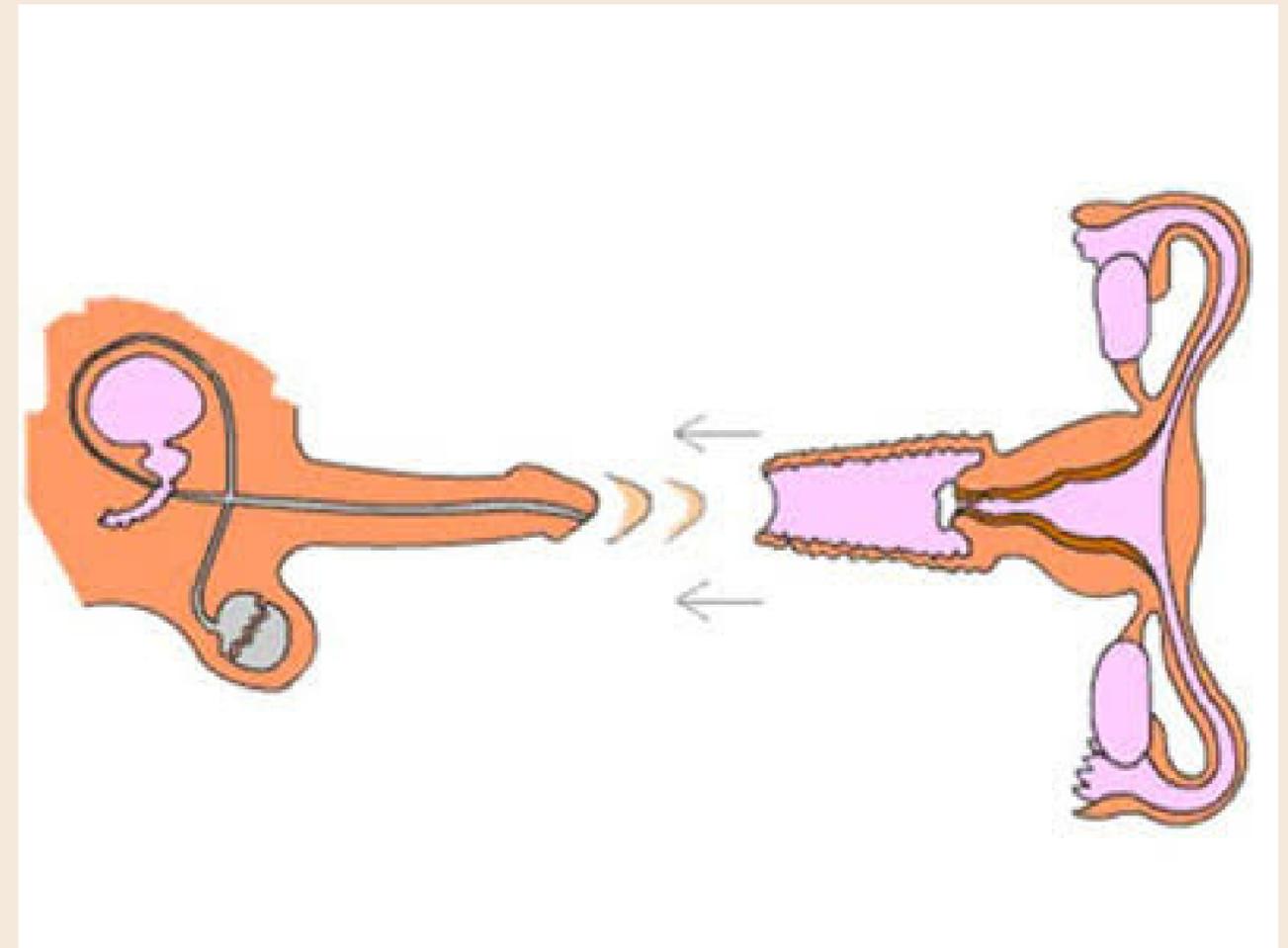
Esse método é uma simplificação do método da tabela, que facilita e encurta o tempo requerido para ensinar/aprender a utilizar a abstinência periódica e proporciona um mecanismo para que o casal identifique com facilidade o período fértil do ciclo menstrual



COITO INTERROMPIDO

Resume-se na retirada do pênis da vagina, antes da ejaculação, em o semen é depositado longe dos genitais femininos.

Entretanto, não deve ser estimulado como metodo anticoncepcional, pelo seu alto índice de falha.



EFICÁCIA



Sintotérmico



Método do colar

OBSERVAÇÃO

as porcentagens citadas, são para o uso não rotineiro e habitual dessas técnicas, baseando-se no seu uso 100% correto, com acompanhamento e sem atividade sexual durante o período fértil. No uso rotineiro, a eficácia desses métodos são bem inferiores

EFICÁCIA



Tabela



Método do muco



Temperatura Basal

EFICÁCIA

O uso desses métodos é desaconselhado em situações em que as mulheres tenham dificuldade de interpretação de seus sinais de fertilidade, assim como:

- ➔ Mulheres que apresentam longos períodos de anovulação, ciclos irregulares ou amenorreia.
- ➔ Em períodos pós-parto, pós-aborto, durante a amamentação e na perimenopausa.
- ➔ Adolescentes e mulheres que têm dificuldade de seguir as orientações de uso do método e cuja gravidez constitui risco de vida.

OBRIGADO!!

GRUPO 2

Giulia Serra Allodi - 11791230

Mayara Amaral Rocha - 11830831

Murilo Perez Garcia - 11791219

Pedro Henrique de Oliveira - 11791136

BIBLIOGRAFIA

[HTTPS://EDISCIPLINAS.USP.BR/PLUGINFILE.PHP/6413554/MOD_RESOURCE/CONTENT/1/SAUDE_SEXUAL_SAUDE_REPRODUTIVA.PDF](https://edisdisciplinas.usp.br/pluginfile.php/6413554/mod_resource/content/1/saude_sexual_saude_reprodutiva.pdf)

[HTTPS://EDISCIPLINAS.USP.BR/PLUGINFILE.PHP/6413894/MOD_RESOURCE/CONTENT/1/MANUAL%20DE%20CONTRACEP%C3%A7%C3%A3O%20OMS.PDF](https://edisdisciplinas.usp.br/pluginfile.php/6413894/mod_resource/content/1/manual%20de%20contracep%C3%A7%C3%A3o%20ms.pdf)

[HTTPS://EDISCIPLINAS.USP.BR/PLUGINFILE.PHP/6413559/MOD_RESOURCE/CONTENT/1/ANTICONCEP%C3%A7%C3%A3O%20DE%20EMERG%C3%AANCIA.PDF](https://edisdisciplinas.usp.br/pluginfile.php/6413559/mod_resource/content/1/anticoncep%C3%A7%C3%A3o%20de%20emerg%C3%Aancia.pdf)