

Devemos estar sempre muito atentos e vigilantes e aproveitar todas as oportunidades para prevenir a gravidez não planejada em adolescentes.

Querid@s companheir@s:

Há muito pouco tempo enviei uma comunicação parabenizando vocês tod@s pelo sucesso obtido. As gravidezes em adolescentes diminuíram significativamente em 2012 em comparação com anos anteriores.

Eu lembro também que terminei essa comunicação alertando tod@s vocês sobre a necessidade de se manter sempre atentos e muito ativos nessa luta porque a gravidez na adolescência é um problema muito difícil de controlar.

Copio aqui os parágrafos finais do boletim comemorando o sucesso:

Junto com os meus parabéns pelo sucesso, que pertence a todos, quero lembrar que manter os bons projetos ou programas funcionando é talvez mais difícil que implementar novidades que têm muitas probabilidades de dar certo.

Esse é agora o nosso desafio, manter a qualidade do atendimento, continuar com as atividades educativas, trazer mais adolescentes para ser agentes voluntários/as de saúde (AAVS), continuar estimulando a participação comunitária, fazer com que se respeitem os direitos sexuais e reprodutivos devem ser nossas metas e não podemos dormir no sucesso.

Assim como o mundo está cheio de gordos que emagreceram muitas vezes, também há muitos programas de saúde funcionando muito mal depois de ter tido períodos em que funcionavam muito bem.

Não podemos esquecer que o sucesso se sustenta só com o esforço contínuo de todos e todas. Nunca esperem que outra pessoa resolva, não culpem ninguém pelos fracassos, sempre façam a sua parte para que ao fim de 2013 possamos nos parabenizar por um sucesso ainda maior.

Temos recebido notícias de um dos municípios de que estariam ocorrendo mais gravidezes em mulheres com menos de 20 anos que em 2012. Poderia ser só um aumento passageiro devido a que acabamos de passar o período de férias e também podem estar sendo diagnosticadas as gravidezes ocorridas no Carnaval, mas também pode ser que estejamos sendo menos ativos em nossos esforços de prevenir ativamente que as adolescentes engravidem.

É por isso que estamos enviando agora, como lembrete, quais são as ações que devemos realizar cada vez que uma ou um adolescente consultar, por qualquer razão, pode ser uma dor de garganta, uma gripe ou pode estar fazendo uma consulta com o dentista. Isto é, devemos aproveitar todas as oportunidades!

A CONSULTA DA/O ADOLESCENTE SEMPRE DEVE TER AS SEGUINTE ETAPAS:

ANAMNESE: ou seja, uma conversação para saber os motivos da consulta e perguntar todos os antecedentes que possam ajudar a realizar o diagnóstico, incluindo história familiar, condições sociais e doenças prévias. Lembre que além da queixa, ele ou ela pode ter outras necessidades em saúde sexual e reprodutiva. A dica é fazer perguntas abertas e escutar com atenção!

EXAME FÍSICO: exame geral, revisão por aparelhos e exame mais detalhado no aparelho ou no sistema aparentemente afetado.

DIAGNÓSTICO: pode ser diagnóstico clínico, mas em outras oportunidades será necessário solicitar exames complementares.

CONDUTA: tratamento definitivo quando o diagnóstico está claro e não precisa de confirmação de laboratório ou tratamento paliativo e referência para exames de laboratório ou referência a um especialista quando necessário.

PREVENÇÃO DE RISCOS: com a única exceção dos casos de emergência em que deve ser tomada uma conduta rapidamente; na primeira consulta e em visitas de controle, sempre se deve aproveitar a parte final da consulta para conversar e discutir a prevenção de riscos, que deve incluir:

- Pergunte como estão as suas relações com a família, na escola, com seus companheiros/as. Lembre que ele ou ela podem estar sendo vítimas de violência em casa ou de Bullying na escola.
- Pergunte como esta se sentindo em relação ao seu corpo, seu peso, altura, etc. É fundamental investigar a autoestima e mesmo em uma consulta é possível fazer elogios e trabalhar a autoestima e a autoconfiança.
- Importante também revisar se as vacinas estão em dia.
- Interrogatório sobre os vários aparelhos (ISDA). (digestão, urina normal, tem alergias, visão, audição).
- Habitação. Se tem alguns riscos em casa tais como falta de água encanada ou falta de esgoto.
- Escola: adaptação, interesse, dificuldades. É o momento para investigar o projeto de vida e de estimular a pensar no projeto de vida
- Alimentação: horários, hábitos, preocupação com peso. De orientações sobre a alimentação e exercícios físicos.

- Drogas, lazer, atividades, esporte, noite. Sempre perguntar sobre drogas ilícitas e de álcool e explicar os riscos associados às drogas.
- Sexualidade: Sempre, independentemente do motivo principal da consulta, pergunte sobre a sexualidade (desenvolvimento dos caracteres sexuais secundários, tamanho dos seios, testículos e pênis em homens). Perguntar sempre sobre a vida sexual. Lembrar que os e das adolescentes às vezes vão ao posto para perguntar algo sobre sexualidade e não tem coragem de fazer a pergunta e disfarçam falando de qualquer outro sintoma banal. É muito importante ganhar a confiança do ou da adolescente para que ele ou ela tenham coragem de perguntar as dúvidas mais importantes que possam ter. Também pode deixar agendada uma consulta para fazer o exame de saída da/o adolescente.

Com aqueles/as que ainda não tiveram relações sexuais, é fundamental discutir a importância de usar anticoncepção desde a primeira relação. Por isso informe e motive a elas e eles para procurar a unidade de saúde antes de iniciar a vida sexual para começar o uso de um método anticoncepcional e explicar também como se deve agir para praticar a dupla proteção, ou seja, a proteção contra a gravidez e as doenças sexualmente transmissíveis (DST).

Algumas pessoas podem consultar porque estão prestes a iniciar a vida sexual. Por isso, sempre que a pessoa assim o deseje, ajude à pessoa a escolher o método e a começar o seu uso imediatamente.

“Não esqueçam que os métodos anticoncepcionais podem ser iniciados em qualquer dia do ciclo desde que tenhamos certeza razoável de que a mulher não está grávida. Pedir à mulher que espere a menstruação e volte para iniciar o método pode ser a causa de uma gravidez não planejada. Não podemos desperdiçar nenhuma oportunidade de prevenir uma gravidez não planejada ou uma infecção de transmissão sexual. Toda consulta pode ser o momento de começar o uso de métodos anticoncepcionais e da camisinha para evitar infecções”.

Dr. Juan Díaz
Médico Ginecologista – Universidad de Chile
Doutor em Medicina Reprodutiva – Unicamp
Membro do Comitê de Guias Técnicas da OMS em anticoncepção
Assessor Médico da Reprolatina

