

ORIENTAÇÃO ANTES DA CONCEPÇÃO

PARA MULHERES E HOMENS QUE VIVEM EM ÁREAS COM AVISO DE VIAGEM SOBRE O ZIKA DO CDC E QUE DESEJAM TER FILHOS



Este guia apresenta recomendações para aconselhar mulheres e homens que vivem em áreas com aviso de viagem sobre o zika do CDC, além de pessoas que viajam com frequência para essas áreas, que desejam ter filhos e que não tiveram doenças clínicas consistentes com a doença causada pelo zika vírus. Este material contém recomendações da orientação atualizada^{1,2} do CDC, perguntas principais a serem feitas aos pacientes e exemplos de roteiro para falar sobre recomendações e problemas antes da concepção. Como boa parte do conteúdo está destacada para discussão, são incluídas perguntas ao longo de todo o roteiro de exemplo para assegurar que os pacientes entendam o que está sendo recomendado.

Recomendação	Principal problema	Perguntas a serem feitas	Exemplo de roteiro
Avaliar a intenção de engravidar	Introduzir a importância do planejamento da gravidez	<i>Está pensando em ter um bebê?</i> <i>Você deseja engravidar no ano que vem?</i> <i>Você usa algum método de controle de natalidade no momento?</i>	Se você está pensando em ter um bebê, eu gostaria de ajudar a planejar uma gravidez saudável e segura. Com a disseminação local por mosquito contínua do zika vírus, planejar a gravidez é mais importante do que nunca. Planejar e preparar-se para uma gravidez saudável significa estar o mais saudável possível antes de engravidar, além de se dedicar a compreender como cuidar de você mesma durante a gravidez.
Discutir o risco de zika	Possíveis resultados adversos de infecção pelo zika vírus durante a gravidez.	<i>Você já ouviu falar de zika? Conhece os riscos de contrair zika durante a gravidez?</i> <i>Você sabe por que é importante prevenir picadas de mosquitos e proteger-se durante o sexo?</i>	Para mulheres grávidas, a preocupação é que o zika vírus seja transmitido ao feto durante a gravidez ou próximo do nascimento do bebê. A infecção pelo zika vírus durante a gravidez pode causar um defeito congênito chamado microcefalia e outros problemas de desenvolvimento do cérebro. Geralmente as crianças com microcefalia têm sérios problemas de desenvolvimento e podem ter outros problemas neurológicos, como convulsões. Outros problemas observados em gestações com zika vírus são abortos, natimortos e vários outros consequências de saúde precárias em bebês, incluindo problemas de visão, perda de audição e crescimento comprometido. É por isso que é tão importante proteger-se durante a gravidez. Verificação de conhecimento: Por que é importante se proteger durante a gravidez?
Avaliar o risco de exposição ao zika vírus	Ambiente	<i>Você tem ar-condicionado na sua casa? No trabalho?</i> <i>Você tem telas nas portas e janelas da sua casa? No trabalho?</i> <i>Você tem um mosquito? Você usaria um mosquito?</i> <i>Você vive em uma área com muitos mosquitos?</i>	O melhor meio de evitar o zika é prevenir picadas de mosquitos. Para se proteger em casa e no trabalho, use ar-condicionado sempre que possível. Instale telas nas janelas e portas e conserte todos os furos para ajudar a manter os mosquitos fora de sua casa. Durma sob um mosquito se o cômodo não tiver ar-condicionado ou telas de proteção. Como você vive em uma área com transmissão do zika, você corre o risco de contrair zika. É importante analisar o momento da sua gravidez e as formas de prevenir a infecção quando você estiver grávida. Verificação de conhecimento: Quais são as melhores formas de se proteger em casa e no trabalho?
	Medidas pessoais para prevenir picadas de mosquitos	<i>Você está disposto(a) a usar roupas que cubram toda a sua pele, como calças compridas e camisas de mangas compridas?</i> <i>Você pulveriza ou deixa suas roupas de molho em permetrina ou veste roupas tratadas com permetrina (roupas tratadas especialmente para afastar os mosquitos)?</i> <i>Você usa repelentes de insetos durante o dia todo e à noite? Com que frequência você o reaplica? Você segue as instruções do rótulo?</i> <i>Há água parada próxima ou nos arredores da sua casa ou seu local de trabalho?</i> <i>Você elimina a água parada que encontra próximo à sua casa?</i>	Você e seu parceiro devem tomar medidas importantes agora e durante a gravidez para se protegerem contra o zika. Vestir camisas de mangas compridas e calças compridas protege os braços e as pernas. Tratar as roupas com permetrina adiciona uma camada extra de proteção, mas não a coloque diretamente sobre a pele. Use repelentes de insetos registrados na EPA que tenham um dos seguintes ingredientes ativos: DEET, picaridina, IR3535, óleo de eucalipto citriodora ou 2-undecanona. Esses repelentes de insetos são seguros para usar durante a gravidez. Siga sempre as instruções do rótulo do produto e use-o conforme a orientação. Isso inclui reaplicar ao longo do dia, conforme as instruções do rótulo do produto. Ajude a reduzir o número de mosquitos ao redor de sua casa, eliminando regularmente a água parada de itens como vasos de plantas, calhas, baldes, coberturas de piscinas, pratos de água para animais de estimação, pneus descartados e fontes para pássaros. Verificação de conhecimento: Como você descreveria as medidas para se proteger das picadas de mosquito?
	Medidas pessoais para prevenir transmissão sexual	<i>Depois de engravidar, você e seu parceiro estão dispostos a usar preservativos ou não ter relações sexuais até o final da gravidez?</i>	O zika vírus também pode ser transmitido pelo contato sexual. Seu parceiro pode ser picado por um mosquito, ser infectado pelo zika e, posteriormente, infectar você. A maioria das pessoas infectadas pelo zika vírus não fica doente. Portanto, talvez seu parceiro não apresente nenhum sintoma de zika. Enquanto você está tentando engravidar, é importante que vocês se protejam de picadas de mosquito. Depois que você confirmar a gravidez, você e seu parceiro deverão usar preservativo da maneira certa toda vez que tiverem relação sexual vaginal, anal ou oral (boca no pênis) ou não deverão ter relações sexuais durante a gravidez. Verificação de conhecimento: Como você pode se proteger contra a transmissão sexual?

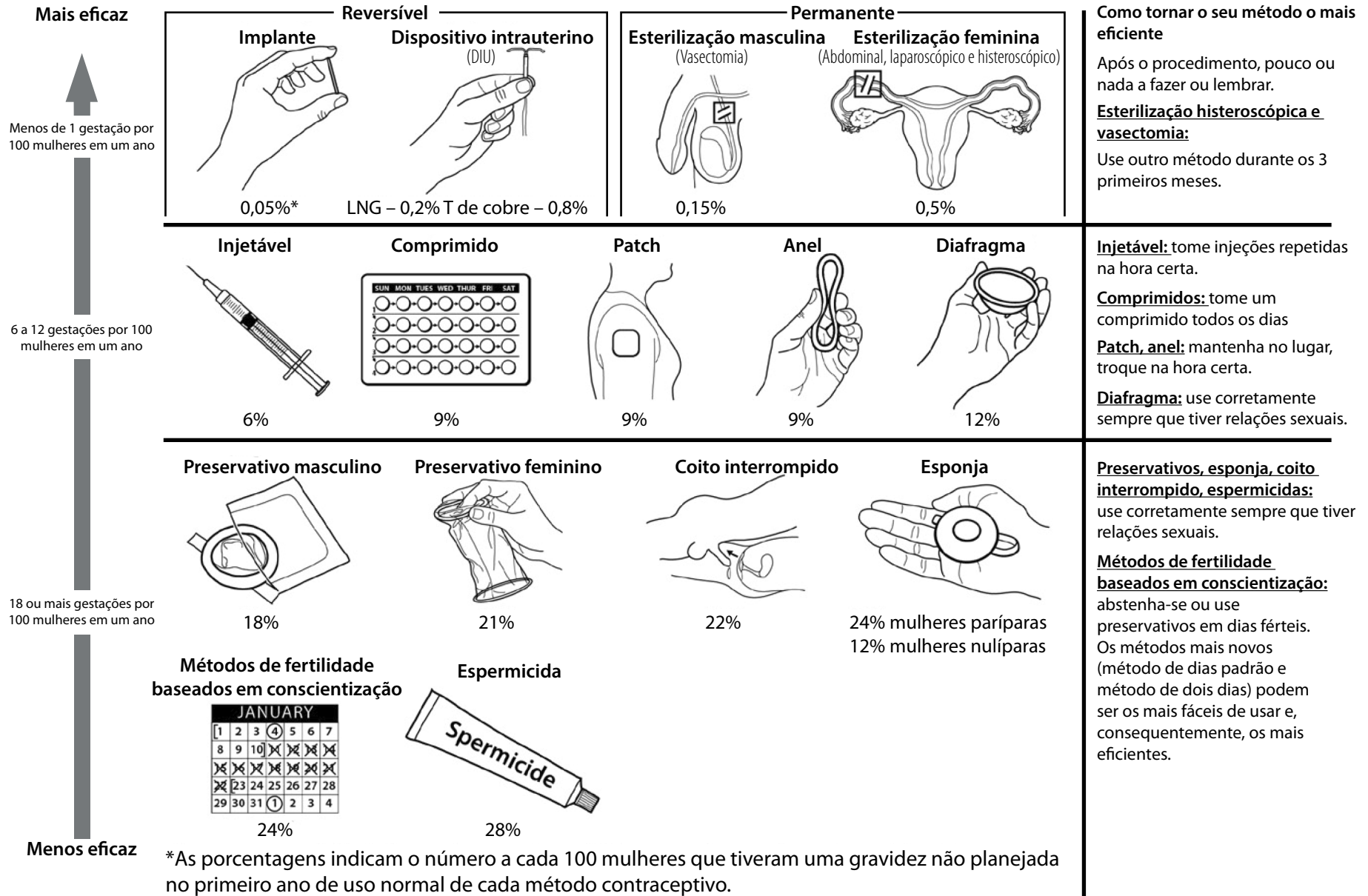
Referências:

- Petersen EE, Polen K, Meaney-Delman D, et al. Atualização: Interim Guidance for Health Care Providers Caring for Women of Reproductive Age with Possible Zika Virus Exposure—United States, 2016. MMWR. 2016.
- Alerta de saúde nº 402: <https://emergency.cdc.gov/han/han00402.asp>
- Em alguns locais, como Porto Rico, há uma resistência generalizada à permetrina, e ela não deve ser usada.

Recomendação	Principal problema	Perguntas a serem feitas	Exemplo de roteiro
<p>Falar sobre a infecção pelo zika vírus na gravidez</p>	<p>Sinais e sintomas de doença causada pelo zika vírus</p>	<p><i>Você conhece os sinais e sintomas do zika?</i></p> <p><i>Você sabe quando deve procurar um médico ou profissional de saúde se acreditar que foi infectada(o)?</i></p>	<p>A maioria das pessoas com zika não tomará conhecimento de que tem a doença. Porém, para os que apresentam sintomas, normalmente ocorre uma leve doença com febre, erupção cutânea, dor articular ou olhos vermelhos. Geralmente, a doença dura cerca de uma semana. Se você estiver grávida e apresentar esses sintomas, procure um profissional de saúde imediatamente para fazer o teste. Como você vive em uma área com zika, pode fazer testes antes e durante a gravidez.</p> <p>Verificação de conhecimento: Quais são os sinais e sintomas de zika? O que você deverá fazer se acreditar que foi infectada(o)?</p>
	<p>Considerações sobre o teste no período antes da concepção</p>	<p><i>Você já fez o teste de zika antes?</i></p>	<p>Se você vive em uma área onde os mosquitos locais continuam a transmitir o zika vírus, talvez você tenha sido infectada anteriormente e já tenha desenvolvido anticorpos contra o zika vírus. Os anticorpos são proteínas que seu organismo fabrica para combater a infecção e eles podem permanecer no seu corpo por períodos diferentes. Os testes de anticorpos para zika podem não especificar se você foi infectada no passado ou recentemente. Agora podemos considerar o teste de anticorpos, porque você está pensando em engravidar. Se ficar grávida no futuro, podemos usar esses resultados para ajudar a interpretar os resultados dos testes futuros. Se o seu resultado atual é negativo e tornar-se positivo durante a gravidez, vamos ter provas de que uma infecção recente é provável. No entanto, existem também alguns inconvenientes para fazer o teste antes da gravidez. Não podemos usar nenhum resultado de testes para decidir se você deve ou não engravidar porque os resultados do teste podem significar muitas coisas. Não é uma maneira de decidir se é "seguro" engravidar. Se o seu resultado de anticorpos para zika vírus for positivo, significa que você teve infecção recente pelo zika, infecção anterior pelo zika, infecção recente por um tipo de vírus similar, como o da dengue, ou um resultado falso-positivo, que significa que o teste mostra que você tem zika quando você não foi realmente infectada. Os resultados dos testes representam um momento no tempo. Como o zika continua a ser um risco neste caso, um resultado de teste negativo significa que você ainda pode estar em risco de contrair zika no futuro. É por isso que é importante tomar medidas para se proteger do zika</p>
	<p>Duração desconhecida do surto</p>		<p>Há ainda muitas coisas que não sabemos sobre o zika. Não sabemos quanto tempo os mosquitos locais continuarão a disseminar o zika, por isso é realmente importante que você continue a se proteger durante toda a gravidez. Os cientistas estão desenvolvendo uma vacina para proteger as pessoas contra o zika.</p>
<p>Conhecer o plano da vida reprodutiva</p>	<p>Falar sobre a importância de pensar e desenvolver um plano</p>	<p><i>Quantos anos você tem?</i></p> <p><i>Você já engravidou ou teve filhos?</i></p> <p><i>Com que idade você deseja ter o seu primeiro filho? E o último?</i></p> <p><i>Quantos filhos você quer ter?</i></p> <p><i>Como a gravidez se ajusta à sua vida atual (ou seja, estudo ou trabalho)?</i></p> <p><i>Para outras perguntas a serem consideradas, consulte http://www.cdc.gov/preconception/documents/reproductivelifeplan-worksheet.pdf</i></p>	<p>Há muitos fatores a serem considerados para a decisão de engravidar. Gostaria de ajudá-la a alcançar seus objetivos para a formação de uma família. Isso abrange ajudá-la a evitar a gravidez quando você não quiser engravidar e ajudá-la a ter uma gravidez segura e tranquila quando você estiver pronta para ter filhos.</p>
<p>Discutir os riscos e benefícios da gravidez neste momento com a mulher e seu parceiro</p>		<p><i>Qual é sua opinião sobre tudo o que conversamos?</i></p> <p><i>Você tem alguma dúvida?</i></p> <p><i>Há outras informações de que você precisa agora para tomar suas decisões sobre o planejamento familiar?</i></p>	<p>Dados os riscos do zika para gestantes e bebês, precisamos considerar se agora é o momento ideal para você engravidar. Esta é uma decisão muito pessoal. Quero que saiba que estou à disposição para ajudá-la e para responder a todas as suas perguntas. Poderemos falar mais sobre isso se você tiver outras dúvidas ou se novas informações sobre o zika forem disponibilizadas.</p>
<p>Se a gravidez não for desejada no momento, examine opções contraceptivas</p>	<p>Contracepção</p>	<p><i>Você faz controle de natalidade no momento?</i></p> <p><i>Que tipo de controle de natalidade você prefere usar?</i></p>	<p>Se você decidir que este não é o momento ideal para ter um bebê, poderei ajudá-la a encontrar um método de controle de natalidade que seja seguro, eficaz e que funcione para você e sua vida. Vamos encontrar juntos a opção mais eficiente para você e seu parceiro.</p> <p><i>(Consulte o gráfico na próxima página para obter mais informações)</i></p>

Para obter mais informações, consulte o site do CDC sobre o zika vírus: portugues.cdc.gov/zika

Eficiência dos métodos de planejamento familiar



CS 264514 28 de abril de 2017

É PRECISO USAR SEMPRE PRESERVATIVOS PARA REDUZIR O RISCO DE INFECÇÕES TRANSMITIDAS SEXUALMENTE.

Outros métodos contraceptivos

Método de amenorria lactacional: O LAM é um método contraceptivo temporário altamente eficaz.

Contraceção de emergência: Pílulas anticoncepcionais de emergência ou um DIU de cobre após uma relação sexual sem proteção reduzem substancialmente o risco de gravidez.

Adaptado do Departamento de Saúde Reprodutiva e Pesquisa da Organização Mundial da Saúde (OMS); Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health/Center for Communication Programs (CCP). Knowledge for health project. Family planning: a global handbook for providers (atualização de 2011). Baltimore, MD; Genebra, Suíça: CCP e OMS; 2011: and Trussell J. Contraceptive failure in the United States. Contraception 2011;83:397-404.



U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention

Versão acessível e disponível em inglês: <https://www.cdc.gov/zika/pdfs/preconception-counseling.pdf>