

ORIENTAÇÃO ANTES DA CONCEPÇÃO

Para mulheres e homens que vivem em áreas com transmissão contínua do zika vírus e que desejam ter filhos



Este guia apresenta recomendações para aconselhar mulheres e homens que vivem em áreas com zika, 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: 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	Problema principal	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? Você deseja engravidar no ano que vem? 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 o surto 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.
Avaliar o risco de exposição ao zika vírus	Ambiente	<i>Você tem ar-condicionado na sua casa? No trabalho? Você tem telas nas portas e janelas da sua casa? No trabalho? Você tem um mosquito? Você usaria um mosquito? 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? Você pulveriza ou deixa suas roupas de molho em permetrina ou veste roupas tratadas com permetrina (roupas tratadas especialmente para afastar os mosquitos)? Você usa repelentes de insetos durante o dia todo e à noite? Com que frequência você o reaplica? Você segue as instruções do rótulo? Há água parada próxima ou nos arredores da sua casa ou seu local de trabalho? 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 ou óleo de eucalipto citriodora. 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 aplicá-lo novamente 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 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 a 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?

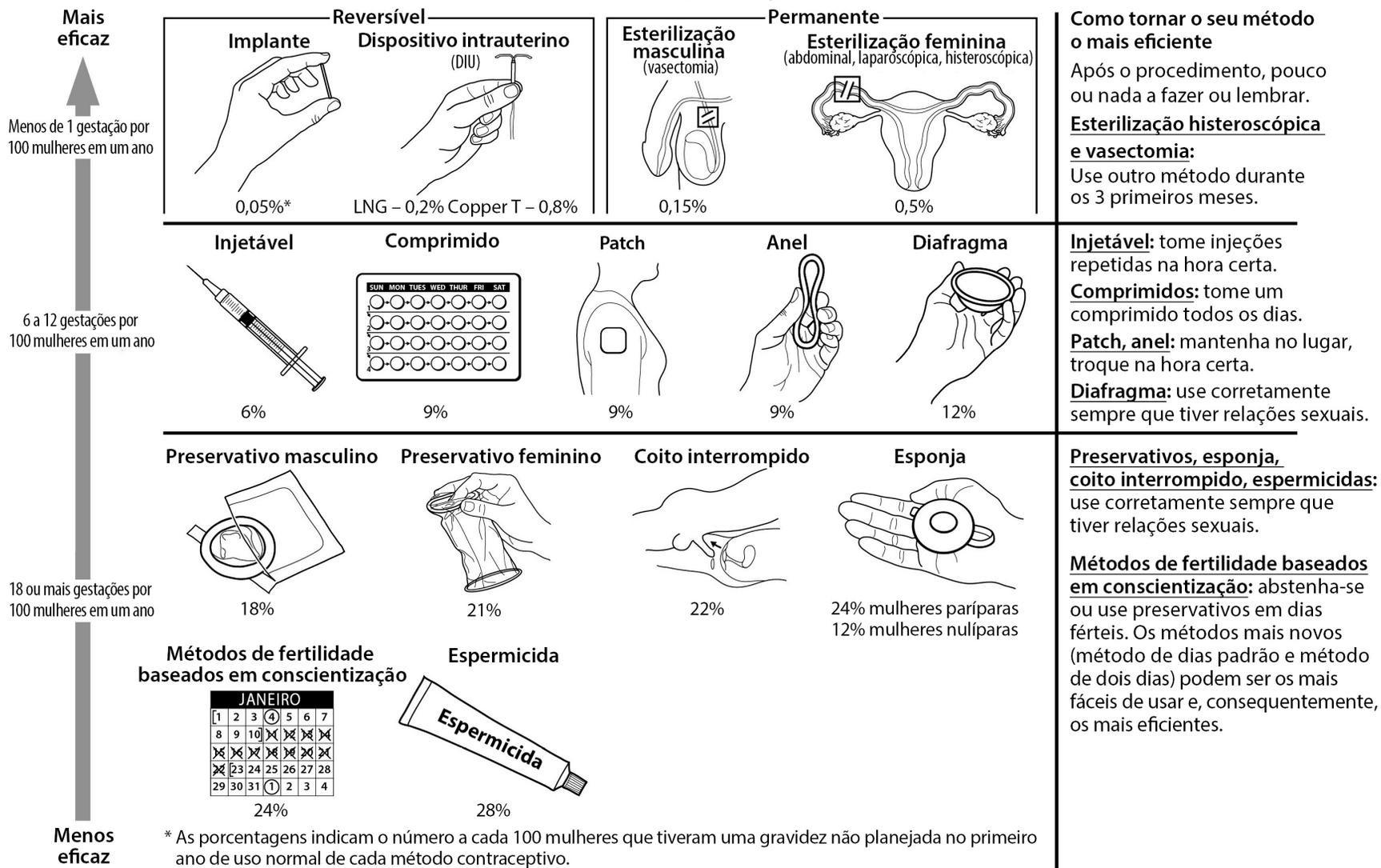
Referências:

1. 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.
2. Em alguns locais, como Porto Rico, há uma resistência generalizada à permetrina, e ela não deve ser usada.

Recomendação	Problema principal 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> <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, faremos o teste na sua primeira consulta pré-natal. Além disso, podemos oferecer também testes durante o segundo trimestre para verificar qualquer sinal de infecção.</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>Possíveis resultados adversos de infecção pelo zika durante a gravidez</p> <p><i>Você já ouviu falar de zika? Você conhece os 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></p>	<p>Para mulheres grávidas, a preocupação é que o zika vírus seja transmitido ao feto durante a próximo ao nascimento do bebê. A infecção pelo zika vírus durante a gravidez pode causar um 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 problemas em bebês, inclusive problemas de visão, perda de audição e crescimento comprometido. é muito importante se proteger durante a gravidez.</p> <p>Verificação de conhecimento: Por que é importante se proteger durante a gravidez?</p>
	<p>Duração desconhecida do surto</p>	<p>Há ainda muitas coisas que não sabemos sobre o zika. Não sabemos quanto tempo durará este surto. Portanto, 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>Estudar o plano de vida reprodutiva</p>	<p>Conversa a importância de considerar e um plano</p> <p><i>Quantos anos você tem?</i> <i>Você já engravidou ou teve filhos?</i> <i>Com que idade você deseja ter o seu primeiro filho? E o último? Quantos filhos você quer ter?</i> <i>Como a gravidez se ajusta à sua vida atual (por exemplo, escola, trabalho)?</i> <i>Para outras perguntas a serem consideradas, consulte</i> http://www.cdc.gov/preconception/documents/reproductivelifeplan-worksheet.pdf</p>	<p>Há muitos fatores a serem considerados para a decisão de engravidar. Gostaria de ajudá-la a alcançar objetivos de construir 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>Analisar 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> <i>Você tem alguma dúvida?</i> <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 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 agora, fale sobre as opções contraceptivas</p>	<p>Contracepção</p> <p><i>Você faz controle de natalidade no momento?</i> <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. <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: www.cdc.gov/zika

Eficiência dos métodos de planejamento familiar



CS 264514 25 de março de 2016



Departamento de Saúde e Serviços Humanos dos EUA
Centros de Controle e Prevenção de Doenças

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

Outros métodos contraceptivos

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

Contracepção 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 of 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; e Trussell J. Contraceptive failure in the United States. Contraception 2011; 83:397-404.