

Modulul 2: Privire de ansamblu asupra metodelor de contracepție

Irina Sagaidac

Asistent universitar

Catedra Obstetrică și ginecologie FECMF

Planul cursului

1. Contracepția. Eficacitatea, indicele Pearl.
2. Privire de ansamblu asupra metodelor de contracepție.
3. Categoriile de eligibilitate (1,2,3,4).
4. Prezentarea instrumentelor OMS.

Contracepția

- Metoda prevenirii sarcinii nedorite la femeile de vârstă reproductivă. Mijloacele anticoncepționale utilizate în acest scop se numesc contraceptive.
- Într-un sens mai larg, contracepția reprezintă o metodă de control al natalității, ce asigură întreruperea evoluției naturale a sarcinii din momentul concepției și până la nașterea copilului.
- Totodată, importanța mijloacelor anticoncepționale nu se limitează doar la preîntâmpinarea sarcinii, ele au un rol esențial în planificarea familiei.
- Potrivit definiției OMS „planificarea familiei este asigurarea controlului funcției reproductive pentru nașterea doar a copiilor doriți”.

AȘTEPTĂRI:

- Să posedă efect anticoncepțional înalt;
- Să fie simple în utilizare;
- Să nu influențeze negativ asupra sănătății femeii și să nu aibă efect negativ asupra urmașilor;
- Să aibă efect reversibil, pentru ca la dorință, funcția de reproducere să fie restabilită ușor și complet;
- Să nu deregleze fiziologia actului sexual;
- Să fie accesibile din punct de vedere al costurilor.

Eficacitate. Indicele Pearl

- Câte femei reușesc să preîntâmpine o sarcină nedorită (Ex: 99% femei utilizatoare de DIU reușesc să preîntâmpine o sarcină nedorită)
- Nici o metodă nu este 100% efectivă
- Indicele Pearl- numit după biologul american Raymond Pearl (1879-1940), este un indice ce apreciază eficiența metodei de contracepție dată pe o scară de la 0 la 100, unde scorul cel mai mic este cel mai bun.

Ex: 0,5 – 0,9 sarcini nedorite la 100 femei utilizatoare de DIU într-un an)

Eficacitatea

Utilizarea perfectă/utilizarea tipică

Eficacitatea teoretică $\neq$ eficacitatea de facto

- Legată de metodă ca atare
 - Utilizare simplă sau nu
 - Metodă cu acțiune de lungă durată

- Legată de utilizator
 - Vârsta
 - Activitatea sexuală
 - Durata utilizării



Șansele de a deveni însărcinată după un an de utilizare

Metoda	Utilizare tipică	Utilizare perfectă
Nici o metodă de contracepție	85%	85%
COC	9%	0.3%
Pilule bazate pe progesteron	13%	1.1%
Sterilizarea feminină	0.5%	0.5%
Sterilizarea masculină	0.15%	0.10%
Prezervativ feminin	21%	5%
Prezervativ masculin	18%	2%
DIU cu Cupru	0.8%	0.6%
DIU cu LNG	0.2%	0.2%
Plasture	9%	0.3%
Inel vaginal	9%	0.3%
Depo Provera	6%	0.2%
Implant	0.05%	0.05%
Diafragmul si spermicidele	12%	6%
Coitul întrerupt	22%	4%
în Amenoreea de lactație	0-7.5% ^[21]	<2% ^[22]

Compararea eficienței metodelor de planificare familială

Cea mai eficientă

Mai puțin de o sarcină
la 100 femei într-un an



Implante



DIU



Sterilizare
feminină



Vasectomie

Foarte eficientă



Injectabile



MAL



Pilule



Plasture



Inel
vaginal

Eficientă



Prezervativ
masculin



Diafragmă



Prezervativ
feminin



Metode bazate pe
recunoașterea
perioadei fertile

Eficiență moderată



Coit
întrerupt



Spermicide

Mai puțin eficientă

Cea mai puțin eficientă

Aproximativ 30 de sarcini
la 100 femei într-un an

Privire de ansamblu asupra metodelor de contracepție

Metode de contracepție

```
graph TD; A[Metode de contracepție] --> B[Contracepția hormonală]; A --> C[Contracepția non hormonală];
```

Contracepția
hormonală

Contracepția non
hormonală

Contracepția hormonală

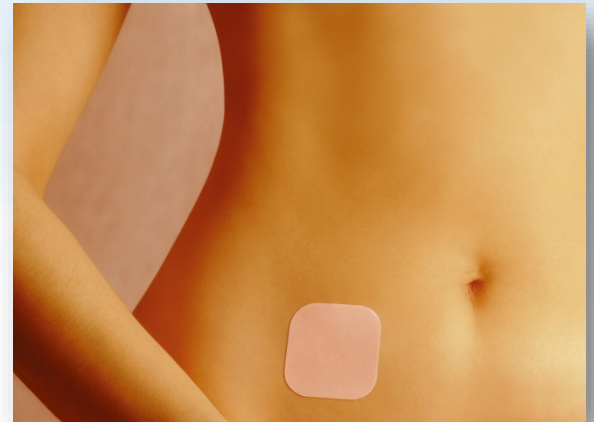
- Asocierea estrogen + progesteron
 - 1. Contraceptive oral combinate (COC)
 - 2. Plasture
 - 3. Inel
- Metoda numai cu progesteron
 - 4. Pilula cu progesteron (POP)
 - 5. Implant
 - 6. Injectabile
 - 7. DIU hormonal

1. Contraceptive orale combinate



2. Plasturele

- Purtat pe corp zi și noapte. În fiecare săptămână se aplică un platur nou, timp de 3 săptămâni, după care urmează o săptămână fără platur.
- Eliberează continuu, direct prin piele în circulația sanguină, 2 hormoni – un progestativ și un estrogen, similari hormonilor naturali progesteron și estrogen din corpul femeii.
- Acționează prin inhibarea ovulației



Plasture - Avantaje

- Femeia poate să utilizeze metoda desinestătător
- Nu trebuie să bei zilnic pastila (problema pilulelor uitate)
- Este comod pentru femeile cărora nu le place să bea pastila.

How the Patch Is Used

	Month						
1st Patch →	1	2	3	4	5	6	7
2nd Patch →	8	9	10	11	12	13	14
3rd Patch →	15	16	17	18	19	20	21
No Patch →	22	23	24	25	26	27	28

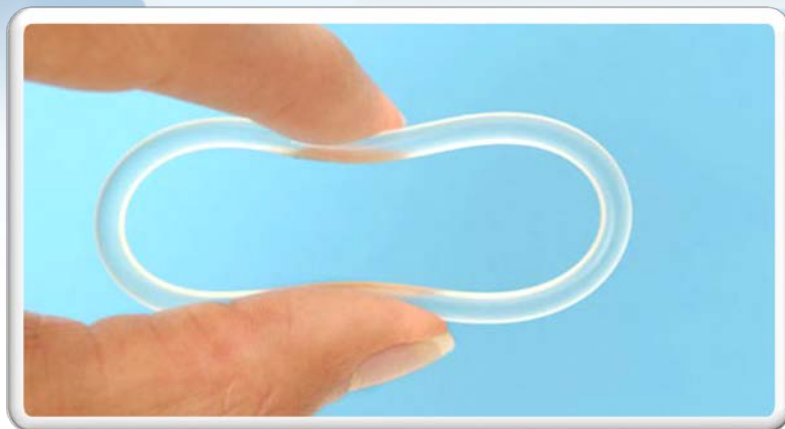
*Each patch is worn for a 7-day period.
After using three patches in a row,
no patch is worn during the fourth week.*

Plasture - Dezavantaje

- Irritație sau erupție pe piele la locul aplicării plasturelui
- Modificări ale sângerării vaginale lunare:
 - Sângerări mai reduse cantitativ și zile mai puține cu sângerare
 - Sângerări neregulate
 - Sângerări prelungite
 - Lipsa sângerării lunare



3. Inelul vaginal contraceptiv



Ce este inelul vaginal?

- Un inel flexibil, plasat în vagin.
- Eliberează continuu din interiorul inelului 2 hormoni – un progestativ și un estrogen, similari hormonilor naturali progesteron și estrogen din corpul femeii. Hormonii sunt absorbiți prin peretele vaginal direct în circulația sanguină.
- Inelul contraceptiv este păstrat în vagin timp de 3 săptămâni, apoi este îndepărtat în cea de-a patra săptămână. În această a patra săptămână femeia va avea sângerare vaginală lunară.
- Acționează, în principal, prin prevenirea eliberării ovulelor din ovare (a ovulației).

4. Pilule numai cu progestativ

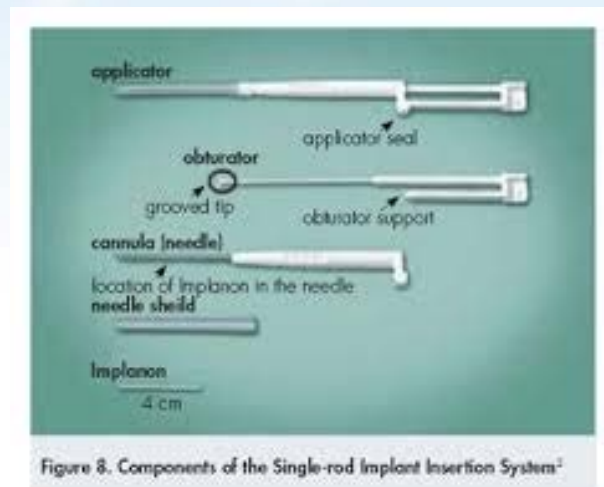
- Pilule care conțin doze foarte mici de progestativ similar hormonului natural progesteron din corpul femeii.
- Nu conțin estrogen, deci pot fi utilizate pe toată durata alăptării (de la 6 săptămâni după naștere);
- Femeile care nu pot să utilizeze metode cu estrogen pot folosi pilulele numai cu progestativ (mult mai puține contraindicații).

Acționează în principal prin:

- Îngroșarea mucusului cervical (astfel împiedică întâlnirea spermatozoizilor cu ovulul)
- Interferarea cu ciclul menstrual, inclusiv prin prevenirea eliberării ovulelor din ovare (a ovulației).

5. Implanturi

- Implantele sunt capsule sau bețe mici și flexibile care sunt amplasate sub pielea părții superioare a brațului femeii.
- Eliberează un progestativ similar hormonului natural progesteron din corpul femeii.
- Furnizează protecție pe termen lung împotriva sarcinii. Foarte eficiente timp de 3 până la 7 ani, în funcție de tipul implantului, imediat reversibile.

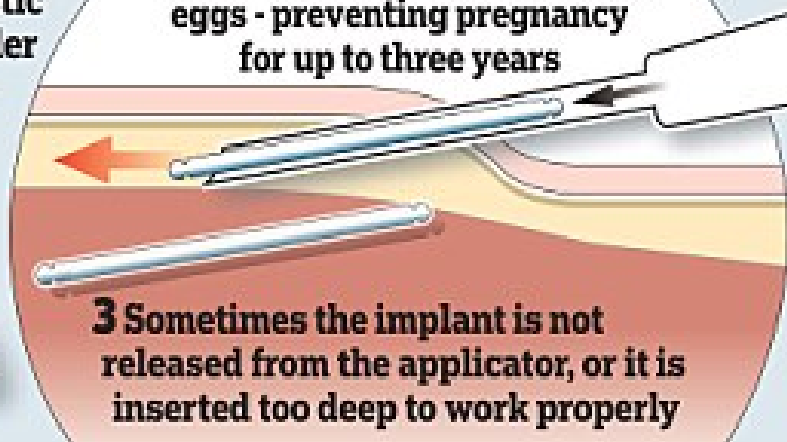


HOW IT CAN GO WRONG

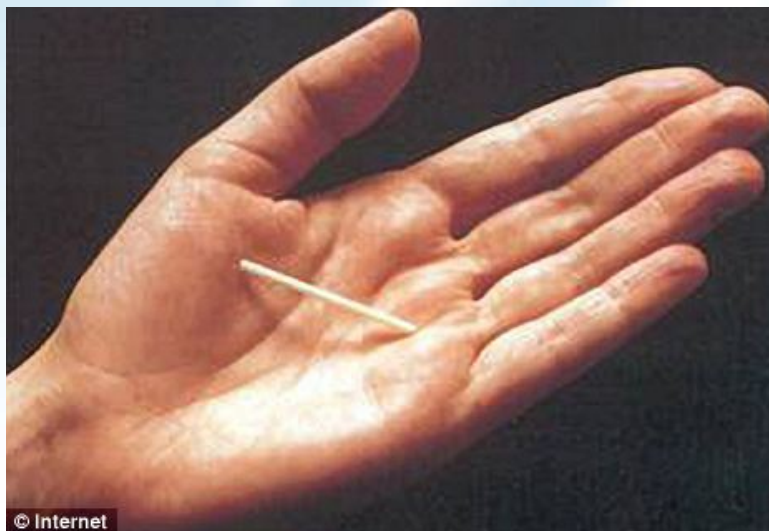
1 Implanon is a 4cm long flexible plastic rod inserted under the skin of the upper arm



2 It releases synthetic progesterone, which stops the ovaries releasing eggs - preventing pregnancy for up to three years



3 Sometimes the implant is not released from the applicator, or it is inserted too deep to work properly



Implanturi - Avantaje:

- Mai puțin de 1 sarcină la 100 de femei în timpul primului an de utilizare
- Nu conțin estrogen, deci pot fi utilizate pe toată durata alăptării și de femeile care nu pot să utilizeze metode cu estrogen.
- Pretul
- Acționează în principal prin:
 - Îngroșarea mucusului cervical (astfel împiedică întâlnirea spermatozoizilor cu ovulul)
 - Interferarea cu ciclul menstrual, inclusiv prin prevenirea eliberării ovulelor din ovare (a ovulației).

Implanturi - Dezavantaje

- Necesită un furnizor special instruit pentru inserție și extragere.
- Femeia nu poate ea însăși începe sau opri utilizarea implantelor.
- Tipic, sângerări neregulate prelungite în primul an de utilizare, apoi sângerări mai reduse cantitativ și mai regulate sau sângerări mai rare.

6. Contraceptivele injectabile numai cu progestativ



7. Dispozitiv intrauterin hormonal

- Dispozitivul intrauterin cu levonorgestrel (DIU-LNG) este un dispozitiv din plastic având forma literei T, care eliberează constant, în fiecare zi, mici cantități de levonorgestrel – 5 ani
- Inserarea se efectuează similar cu DIU de Cu
- Este denumit și sistem intrauterin cu eliberare de levonorgestrel, SIU-LNG sau DIU hormonal.
- Este distribuit sub denumirea comercială Mirena.
- Acționează, în principal, prin prevenirea proliferării mucoasei uterine (endometrului).

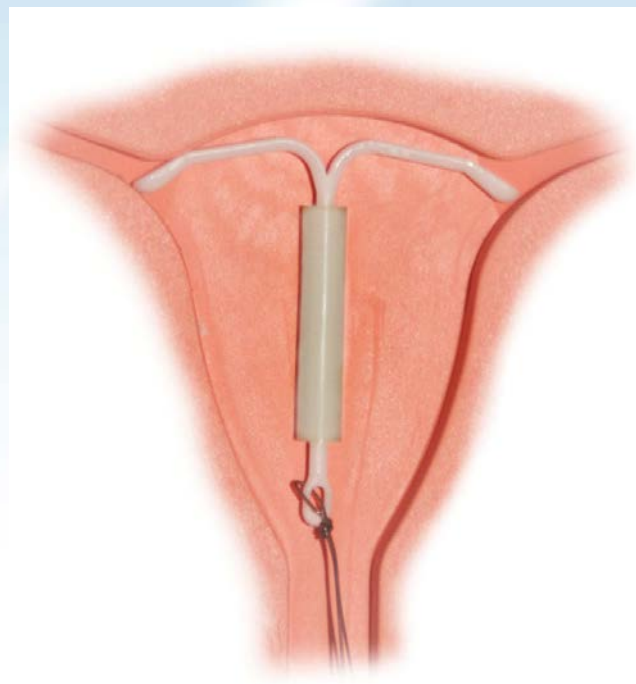
DIU - LNG

- Mai puțin de 1 sarcină la 100 de femei în timpul primului an de utilizare a DIU-LNG
1. Ați născut cu mai puțin de 4 săptămâni în urmă?
 2. Aveți acum un cheag de sânge în venele profunde ale membrelor inferioare sau plămâni?
 3. Aveți ciroză hepatică gravă, o infecție hepatică sau o tumoră hepatică?
 4. Aveți sau ați avut vreodată cancer de sân?



Indicații sau cui poate fi inserat?

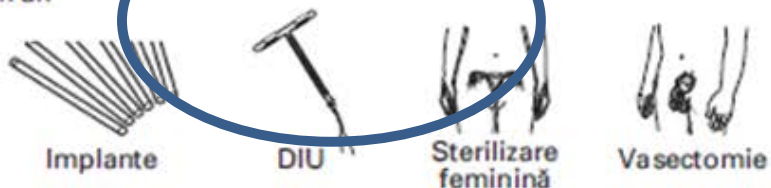
- Femeilor ce au nevoie de contracepție
- Menstruații abundente
- Endometrioză sau femeilor cu dureri cronice pelvine
- Adenomioză și dismenoree



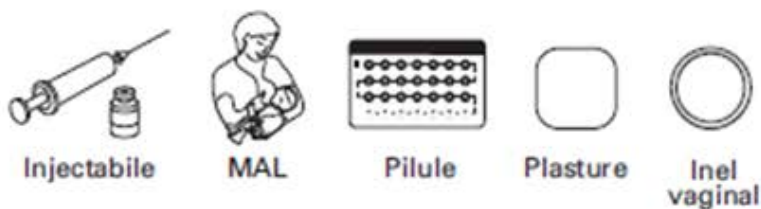
Compararea eficienței metodelor de planificare familială

Cea mai eficientă

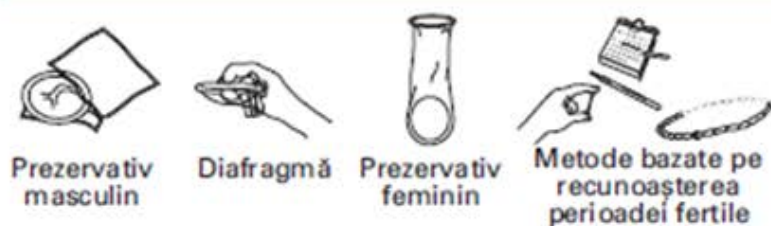
Mai puțin de o sarcină
la 100 femei într-un an



Foarte eficientă



Eficientă



Eficiență moderată

Cea mai puțin eficientă

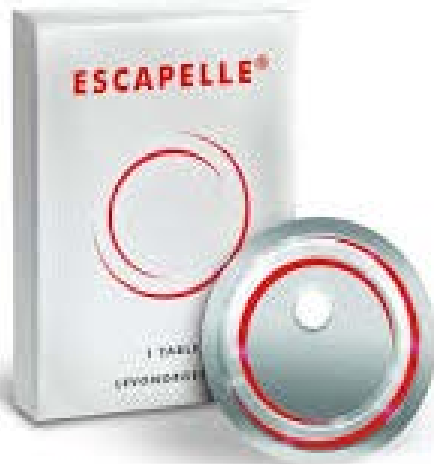
Aproximativ 30 de sarcini
la 100 femei într-un an



Mai puțin eficientă

8. Contracepția de urgență

- Contracepția hormonală
- DIU



METODELE NON HORMONALE

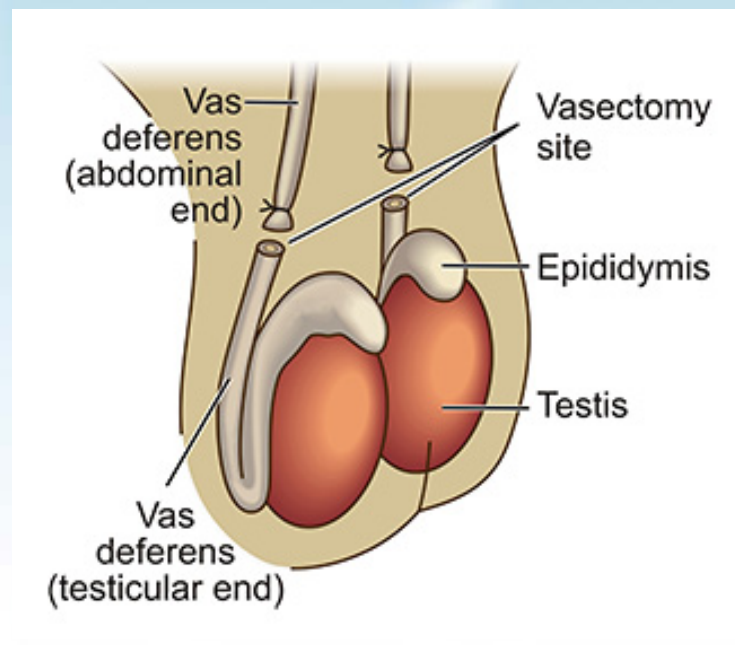
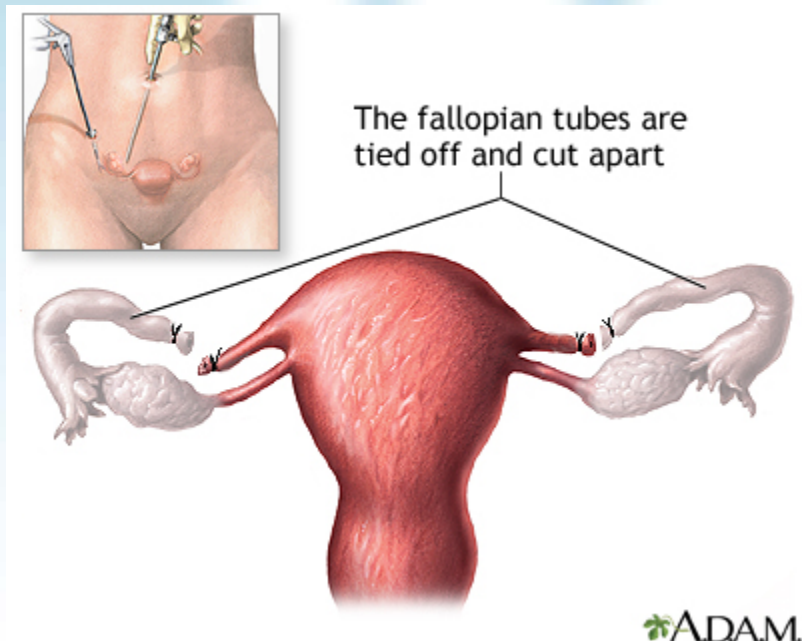
**Cea mai eficientă
metodă**

1. Sterilizarea chirurgicală
2. DIU Cupru
3. Metode de barieră
4. Metoda amenoreei de lactație
5. Coitul întrerupt
6. Metode bazate pe recunoașterea perioadei fertile

**Cea mai puțin
eficientă metodă**

1. Procedurile de sterilizare chirurgicală

- Sterilizarea feminină
- Vasectomia



Compararea eficienței metodelor de planificare familială

Cea mai eficientă

Mai puțin de o sarcină
la 100 femei într-un an



Implante



DIU



Sterilizare
feminină

Vasectomie

Foarte eficientă



Injectabile



MAL



Pilule



Plasture



Inel
vaginal

Eficientă



Prezervativ
masculin



Diafragmă



Prezervativ
feminin



Metode bazate pe
recunoașterea
perioadei fertile

Eficiență moderată

Cea mai puțin eficientă

Aproximativ 30 de sarcini
la 100 femei într-un an



Coit
înterupt



Spermicide

Mai puțin eficientă



2. Dispozitivul Intrauterin – Sterilet DIU cu cupru

- DIU cu cupru este o bucată de plastic mică și flexibilă ce are pe ea manșoane de cupru sau un fir de cupru înfășurat.
- Aproape toate tipurile de DIU au atașate unul sau două fire.
- Firele străbat canalul cervical până în vagin.
- Acționează, în principal, prin producerea unei modificări chimice care dăunează spermatozoizilor și ovulului, înainte de a se putea întâlni.
- Mai puțin de 1 sarcină la 100 de femei în timpul primului an de utilizare a DIU



3. Metode de barieră

- Acțiunea: colectează lichidul spermatic și acționează ca o barieră împotriva intrării spermatozoizilor în vagin/uter.



- Masculine: Prezervativul
- Feminine: Diafragmul și prezervativul feminin
- Spermicidele



Compararea eficienței metodelor de planificare familială

Cea mai eficientă

Mai puțin de o sarcină
la 100 femei într-un an



Implante



DIU



Sterilizare
feminină



Vasectomie

Foarte eficientă



Injectabile



MAL



Pilule



Plasture



Inel
vaginal

Eficientă



Prezervativ
masculin



Diafragmă



Prezervativ
feminin



Metode bazate pe
recunoașterea
perioadei fertile

Eficiență moderată



Coit
întrerupt



Spermicide

Mai puțin eficientă

Cea mai puțin eficientă

Aproximativ 30 de sarcini
la 100 femei într-un an

Spermicide

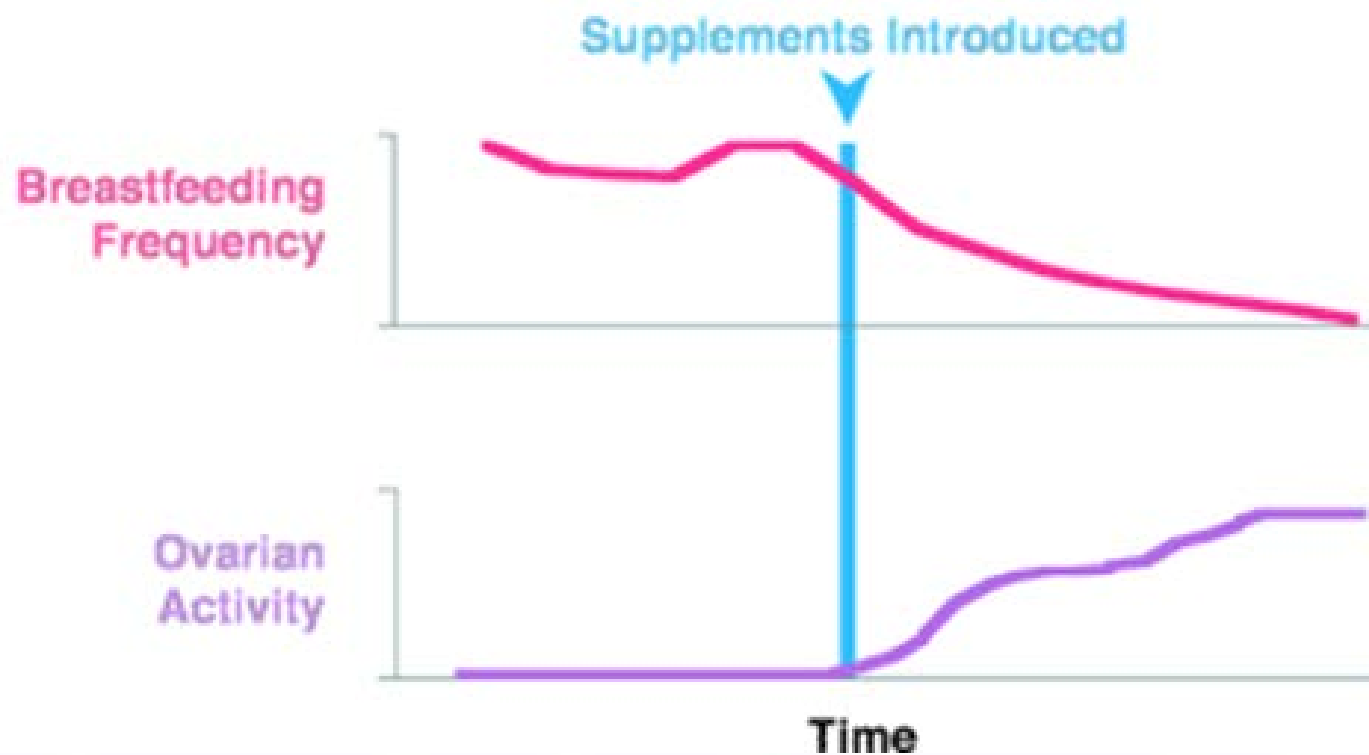
- Proces ce poate fi controlat de femei
- Se folosesc oricând, fiind amplasate în vagin cu 10 min înainte de contact sexual.
- Acțiune: lezează membrana spermatozoidului, având acțiune bactericida, fie încetinind mișcarea spermatozoizilor, astfel împiedicând întâlnirea cu ovulul.
- Sunt de mai multe tipuri: tablete, uvule, filme, geluri, tablete spumante

4. Amenoreea de lactație

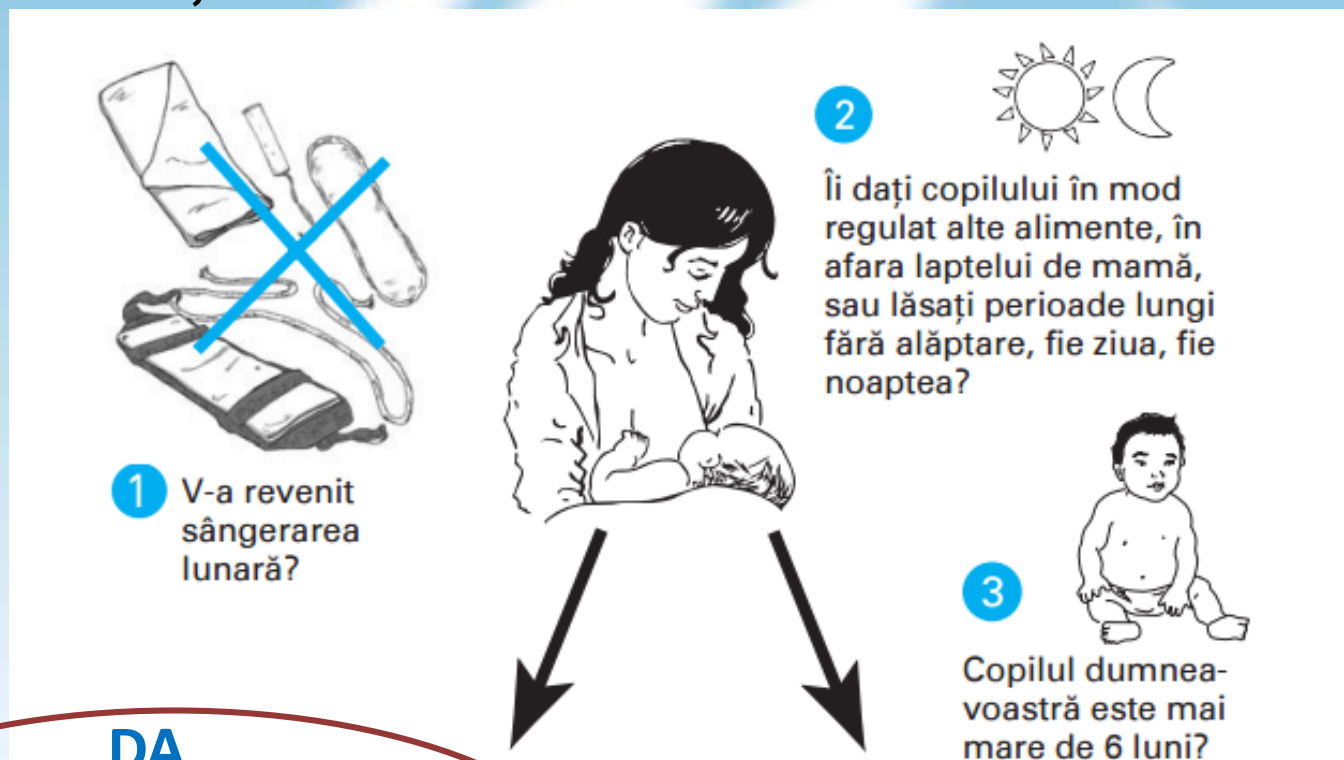
- O metodă temporară de planificare familială bazată pe efectul natural al alăptării asupra fertilității.
- Metoda amenoreei de lactație (MAL) necesită 3 condiții. Toate 3 trebuie îndeplinite simultan:
 1. Sângerarea lunară a mamei nu a revenit
 2. Copilul este alăptat integral sau aproape integral și este hrănit frecvent, ziua și noaptea
 3. Copilul are vârsta mai mică de 6 luni



What if breastfeeding is reduced?



Puneți mamei aceste 3 întrebări



DA

Riscul de sarcină crește
Sfătuim o alta metodă de
PF

NU

poate utiliza MAL, risc
de sarcină 2%



Care femei ar trebui să opteze pentru o altă metodă decât MAL

- Are infecție HIV, inclusiv SIDA
- Folosește anumite medicamente pe parcursul alăptării (inclusiv medicamente care modifică dispoziția, rezerpină, ergotamină, anti-metaboliți, cyclosporină, doze mari de corticosteroizi, bromocriptină, medicamente radioactive, litiu și anumite anticoagulante)
- Nou-născutul are o afecțiune care îngreunează alăptarea

Eficiența: În cadrul utilizării obișnuite, aproximativ 2 sarcini la 100 femei care utilizează MAL în primele 6 luni după naștere.

Amenoreea de lactație - recomandări

- Pentru a continua prevenirea sarcinii, o femeie trebuie să treacă la altă metodă, de îndată ce nu mai îndeplinește oricare dintre cele 3 criterii MAL.
- Ajutați femeia să aleagă o nouă metodă înainte de a avea nevoie de ea.
- Dacă va continua să alăpteze, poate alege din mai multe metode hormonale sau nehormonale, în funcție de timpul după naștere

5. Coitul intrerupt

- Bărbatul își retrage penisul din vaginul partenerei lui și ejaculează în afara vaginului, având grijă ca sperma să nu ajungă la organele ei genitale externe.
- Eficiența depinde de utilizator:

În cadrul utilizării obișnuite, aproximativ 27 de sarcini la 100 femei ai căror parteneri utilizează coitul întrerupt, pe parcursul primului an.

NB !! Bărbații care nu pot simți întotdeauna momentul când sunt pe cale de a ejacula.

Bărbații care ejaculează prematur



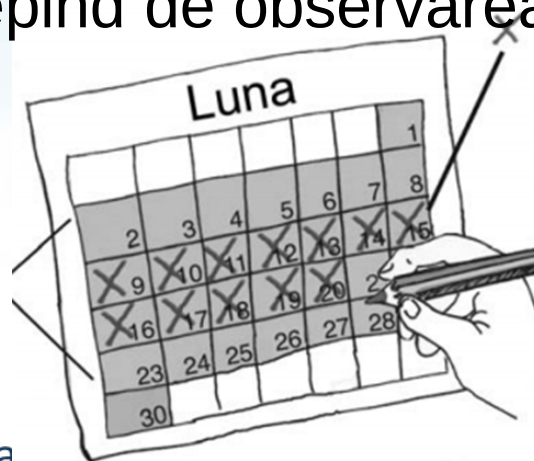


Coitul întrerupt - Concluzie

- Una dintre metodele contraceptive cu eficiența cea mai redusă.
- Oferă protecție împotriva sarcinii mai bună decât lipsa oricărei metode.
- Cuplurile care au utilizat coitul întrerupt trebuie descurajate să continue

6. Metodele bazate pe recunoașterea perioade fertile (rata eșecului – 22%)

- „Recunoașterea fertilității” înseamnă că o femeie știe să-și dea seama când începe și se termină perioada fertilă a ciclului ei menstrual
 - Metodele bazate pe calendar implică ținerea evidenței zilelor ciclului menstrual pentru a identifica începutul și sfârșitul perioadei fertile.
 - Metoda zilelor standard și metoda calendarului.
- Metodele bazate pe simptome depind de observarea semnelor fertilității.



Metoda bazată pe recunoașterea perioadei fertile: Concluzii

- Metodele bazate pe recunoașterea perioadei fertile necesită cooperarea partenerilor.
- Cuplul trebuie să-și ia angajamentul să se abțină de la contactele sexuale sau să utilizeze o altă metodă în zilele fertile.
- Necesită conștientizarea permanentă a modificărilor organismului sau ținerea evidenței zilelor, conform regulilor metodei specifice.
- Fără efecte secundare sau riscuri pentru sănătate.

Ghiduri și protocoale clinice OMS

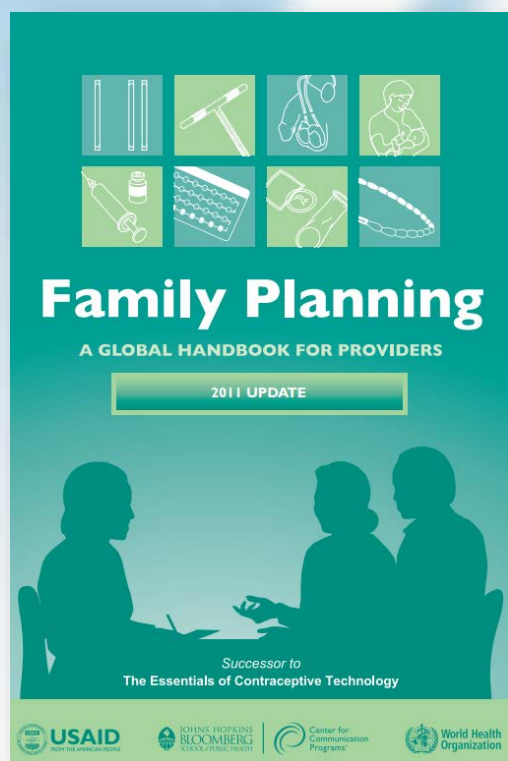
Clasificarea stărilor care afectează eligibilitatea

1. O stare pentru care nu există nici o restricție pentru utilizarea metodei contraceptive.
2. O stare în care avantajele utilizării metodei depășesc în general riscurile teoretice sau dovedite.
3. O stare în care riscurile teoretice sau dovedite depășesc de obicei avantajele utilizării metodei.
4. O stare care reprezintă un risc inacceptabil pentru sănătate în cazul utilizării metodei contraceptive.

Categoriile conform raționamentului clinic

CATEGORIE	RAȚIONAMENT CLINIC DISPONIBIL	RAȚIONAMENT CLINIC LIMITAT
1	Metoda se poate utiliza în orice situație	Da (Metoda se poate utiliza)
2	Metoda se poate utiliza în general	
3	În mod obișnuit, utilizarea metodei nu este recomandată decât dacă nu sunt disponibile sau acceptabile alte metode mai adecvate	Nu (Metoda nu trebuie utilizată)
4	Metoda nu trebuie utilizată	

“Planificare familială. Ghidul practic pentru furnizorii de servicii de planificare familială”, disponibilă în engleză, română și rusă pe <http://www.sanatateafemeii.md>





Structura Ghidului practic

- Ce este? Și cât de eficientă este metoda?
- Efecte secundare, beneficii și riscuri pentru sănătate
- Corectarea miturilor
- Criteriile medicale de eligibilitate pentru metodă
- Utilizarea raționamentului clinic în cazuri speciale
- Furnizarea contraceptivelor orale combinate
- Consilierea privind efectele secundare
- Explicarea modului de utilizare
- Managementul problemelor

Cât de eficient este DIU?

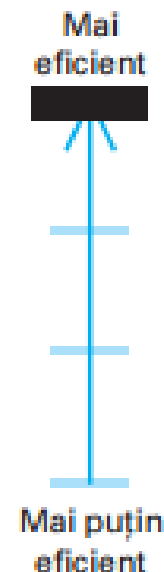
Planificarea familială	
GHID PRACTIC PENTRU FURNIZORII DE SERVICII DE PLANIFICARE FAMILIALĂ	
Cuprins	
Cuvânt înainte	v
Mulțumiri	vii
Ce noutăți cuprinde acest ghid?	ix
Cum puteți obține copii ale acestui ghid	xi
Cele patru documente de referință pentru îndrumarea în planificarea familială ale Organizației Mondiale a Sănătății	xii
1 Contraceptivele orale combinate	1
2 Pilulele numai cu progestativ	25
3 Pilulele pentru contracepția de urgență	45
4 Contraceptivele injectabile numai cu progestativ	59
5 Contraceptivele injectabile lunare	81
6 Plasturele contraceptiv combinat <i>Doar</i> Esențialul	101
7 Inelul vaginal contraceptiv combinat <i>Doar</i> Esențialul	105
8 Implanțate	109
9 Dispozitivul intrauterin cu cupru	131
10 Dispozitivul intrauterin cu levonorgestrel <i>Doar</i> Esențialul	157
11 Sterilizarea feminină	165
12 Vasectomia	183
13 Prezervativele masculine	199
14 Prezervativele feminine	211
15 Spermicidele și diafragmele	221
16 Cupolele cervicale <i>Doar</i> Esențialul	237
17 Metodele bazate pe recunoașterea perioadei fertile	239
18 Coitul întrerupt <i>Doar</i> Esențialul	255
19 Metoda amenoreei de lactație	257
20 Deservirea diverselor grupuri	
Adolescenții	267
Bărbații	270
Femei în peri-menopauză	272
21 Infecțiile cu transmitere sexuală, inclusiv HIV	275
22 Sănătatea mamei și a nou-născutului	289

Cât de eficient este DIU?

Cât de eficient este?

Una din cele mai eficiente metode cu durată lungă de utilizare:

- Mai puțin de 1 sarcină la 100 de femei în timpul primului an de utilizare a DIU (6 până la 8 sarcini la 1.000 de femei). Aceasta înseamnă că 992 până la 994 din 1.000 de femei care utilizează DIU nu vor rămâne însărcinate.
- După primul an de utilizare persistă un risc mic de sarcină, care se menține pe toată durata utilizării de către femeie a DIU.
 - Mai mult de 10 ani de utilizare a DIU: Aproximativ 2 sarcini la 100 de femei



Dispozitivul intrauterin cu cupru 131

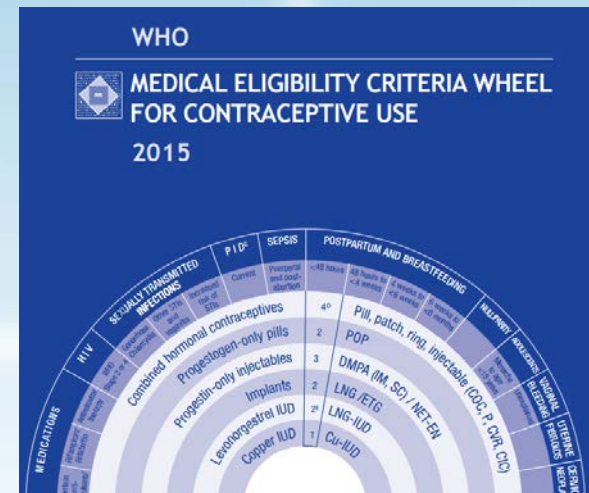
Întrebări și răspunsuri despre DIU

(pag. 154)

Întrebare: Poate să utilizeze DIU o femeie care nu a născut niciodată? (pag. 155)

Răspuns: Da. În general, o femeie care nu a născut poate utiliza DIU, dar ea trebuie să înțeleagă că probabilitatea de expulzie a DIU este mai mare, deoarece uterul ei ar putea fi mai mic decât uterul unei femei care a născut.

Criterii medicale de eligibilitate pentru utilizarea contraceptivelor





Sunt eligibile pentru COC femeile
cu hepatită virală, purtator?

Sunt eligibile pentru COC femeile cu hepatită virală, purtător?

Antecedente de colestază													
Asociată sarcinii	2	2	2	1	1	1	—	1	1	A			
Asociată cu utilizarea contraceptivelor orale combinate în trecut	3	2	3	2	2	2	—	1	2	A			
Hepatită virală	I	C	I	C	I	C							
Acută sau acutizată	3/ 4 ^r	2	2	2	3/ 4 ^{r,s}	2	1	1	1	2	1	1	D
Purtător	1	1	1	1	1	1	1	—	1	1	A		
Cronică	1	1	1	1	1	1	1	—	1	1	A		
Ciroză													
Formă ușoară (compensată)	1	1	1	1	1	1	1	—	1	1	A		
Formă gravă (decompensată) ^a	4	3	4	3	3	3	—	1	3	S			

(Continuare pe pagina următoare)

*Evaluati conform severității afecțiunii.

* La femeile cu hepatită virală simptomatică, amanați aceste metode până când funcția hepatică revine la normal sau 3 luni după ce devine asimptomatică, oricare este prima.

Criteriile medicale de eligibilitate pentru utilizarea contraceptivelor 331

D
Criteriile medicale de eligibilitate
pentru utilizarea contraceptivelor

1 - Metoda se poate utiliza în orice situație

Categoriile conform raționamentului clinic

CATEGORIE	RAȚIONAMENT CLINIC DISPONIBIL	RAȚIONAMENT CLINIC LIMITAT
1	Metoda se poate utiliza în orice situație	Da (Metoda se poate utiliza)
2	Metoda se poate utiliza în general	
3	În mod obișnuit, utilizarea metodei nu este recomandată decât dacă nu sunt disponibile sau acceptabile alte metode mai adecvate	Nu (Metoda nu trebuie utilizată)
4	Metoda nu trebuie utilizată	