

## Posso utilizar absorvente interno com o DIU? E o coletor menstrual?

Sim, absorventes internos podem ser utilizados, bem como os coletores e discos menstruais. Porém é muito importante a retirada com cautela, pois existe a chance dos fios do DIU aderirem ao coletor no momento da retirada.

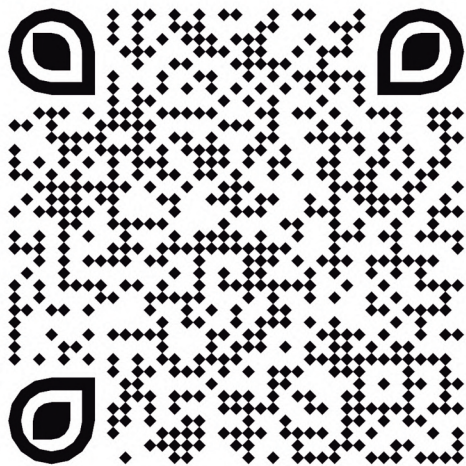
## Vou sentir dor para colocar o DIU?

Durante a inserção a mulher pode sentir cólicas que vão diminuindo de intensidade após o procedimento. A tolerância ao desconforto da inserção é individual, mas em geral, o procedimento é bem tolerado pelas mulheres.

## Após a inserção, como devo fazer meu seguimento ginecológico?

Você fará seu seguimento com seu ginecologista de rotina ou unidade básica de saúde. Sendo a primeira revisão entre **40-60 dias após a inserção** e depois anualmente.

## Acesse mais informações sobre métodos contraceptivos através do QRCode abaixo



### Proposta:

Enfa Elaine Ap. Lopes Garcia  
Enfa Maria Margarete Idalgo  
Enfa Marina Cristina Lorca Villarroel  
Enfa Sara Xavier Lima Castro  
Enfa Ximena Dei Carmen Espejo Arce

### Atualização:

Enfa Paula Pereira  
Enfa Elaine Ap. Lopes Garcia

### Revisão:

Profa. Dra. Cássia Raquel Teatin Juliato  
Profa. Dra. Ilza Maria Urbano Monteiro  
Prof. Dr. Luis Bahamondes

### Design:

Enfa Paula Pereira

## Planejamento Familiar - CAISM

Hospital da Mulher Prof. Dr. José Aristodemo  
Pinotti CAISM- UNICAMP  
Rua: Vital Brasil, 200  
Cidade Universitária "Zeferino Vaz"  
CEP: 13083-888- Campinas- SP

(19) 3521-7176

(19) 3521-7642

# Como assim DIU?





# Afinal, o que é DIU?

DIU é a forma como chamamos os *Dispositivos Intra-uterinos*, eles têm esse nome, pois ficam dentro do útero. Atualmente temos **dois** tipos disponíveis em nosso Ambulatório: DIU Mirena e DIU Cobre.

## Para que servem estes dispositivos?

Bem, tanto o DIU Cobre como o Mirena evitam a gravidez, além disso, o Mirena tem ainda a possibilidade de tratar mulheres que sangram muito durante a menstruação ou sangram fora do período menstrual e também aquelas que têm cólicas aumentadas.

## Como o Mirena evita a gravidez?

O Mirena possui um tipo de hormônio sintético que terá ação local, estimulando que o muco do colo uterino fique espesso, e também atua dificultando que os espermatozoides cheguem até o óvulo.



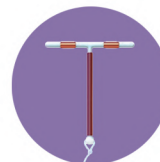
**MIRENA**  
5-8 anos  
Hormonal

*“Então é por isso que algumas mulheres usam Mirena para tratar sangramentos aumentados, porque a camada interna do útero fica fina, certo?”*

Isso mesmo, no entanto, **não temos como prever como cada organismo se adaptará ao Mirena**. Há quem apresente sangramentos ou escapes frequentes mesmo usando ele, principalmente enquanto a mulher está no período de adaptação.

## Como o Cobre evita a gravidez?

O cobre é um metal que, quando liberado dentro do útero, torna este ambiente inapropriado para os espermatozoides que morrerão em algumas horas. Como não possui hormônios, o ciclo menstrual da mulher ocorrerá normalmente, porém em alguns casos pode aumentar o fluxo menstrual.



**COBRE**  
10 anos  
Sem Hormônios

## O que esperar do período de adaptação?

O período de adaptação varia de mulher para mulher, podendo durar de 3 a 12 meses. Nele pode ocorrer sangramento menstrual irregular, cólicas esporádicas tanto ao uso de Mirena quanto Cobre.

No Mirena também pode acontecer um aumento da oleosidade da pele e couro cabeludo, com surgimento de espinhas, aumento da sensibilidade nas mamas.

**Na maioria dos casos, estes sintomas são leves e de curta duração. Em caso de sintomas intensos ou persistentes, é necessário consulta médica para avaliação adequada.**

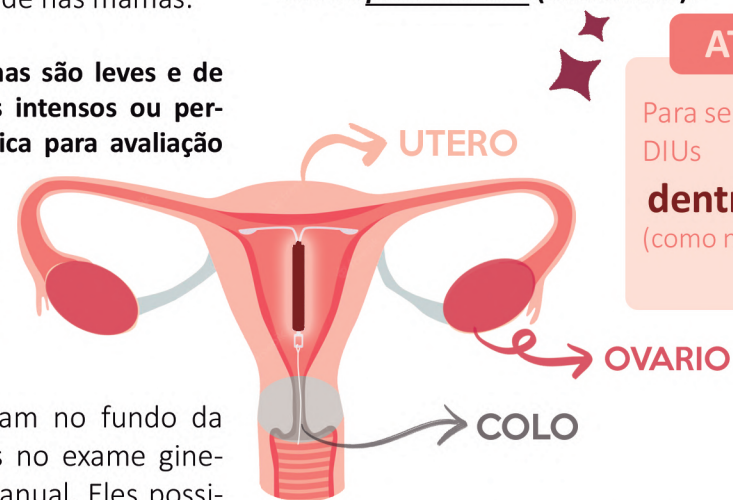
*“É verdade que ficam 2 fios do DIU para fora do colo do útero? Esses fios podem ser sentidos durante a relação sexual?”*

Sim, os DIUs têm 2 fios que ficam no fundo da vagina, mas só conseguimos vê-los no exame ginecológico e senti-los com o toque manual. Eles possibilitam o profissional de saúde a avaliar se o DIU está dentro do útero e também servem para retirar o DIU quando necessário. Estes fios são finos e flexíveis, e normalmente passam despercebidos, mas o parceiro eventualmente pode senti-los durante a relação sexual, o que não causa nenhum dano. Os fios podem ser aparados se necessário.

## Qual a validade de cada DIU?

O DIU Mirena tem proteção contraceptiva por 8 anos (validade reconhecida pela OMS e FDA), e o DIU Cobre tem validade mínima de 10 anos.

O Cobre falamos em validade mínima, pois mulheres com mais de 35 anos de idade podem ficar com ele até a menopausa, não sendo necessário trocar no 10º ano de uso.



## ATENÇÃO

Para serem eficazes, os DIUs devem estar **dentro do útero** (como na figura ao lado).

## DIUs são seguros?

Veja, nenhum método contraceptivo é **100%** seguro, mas os DIUs estão entre os métodos mais seguros. A segurança dos DIUs é comparável com a da Laqueadura. **Também é importante lembrar que os únicos métodos contraceptivos que evitam a transmissão de Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) são os preservativos (camisinhinhas).**

## Como vou saber se está tudo bem com o meu DIU e que ele está dentro do útero?

O DIU deve ser avaliado após 40-60 dias e em consultas de rotina anuais por um profissional da saúde capacitado, seja no Centro de Saúde, convênio ou assistência particular.

## O DIU pode se deslocar ou sair sozinho?

*“Eu vou sentir alguma coisa se isso acontecer?”*

Esta não é uma situação comum, mas eventualmente o DIU pode se deslocar ou sair sozinho. Fique atenta se o fluxo menstrual aumentar além do que você estiver acostumada, e se sentir cólicas não habituais. Nestes casos é melhor utilizar camisinha até uma avaliação por um profissional de saúde. Lembrando que estes sintomas podem aparecer em algumas mulheres, mas isso não significa que ele está sendo expulso.

