**Guião**

Uma mulher vai a uma consulta 4 semanas pós parto:

Boa tarde enfermeira, gostaria de saber qual o método contracetivo mais indicado para mim.

Boa tarde Catarina, muito bem, vamos fazer sua avaliação e conversar sobre isso.

Entretanto a enfermeira fez a avaliação biométrica, avaliou a tensão, e tanto o IMC como a TA estão dentro dos valores normais.

Está a amamentar, certo?

Sim

E pensa em engravidar nos próximos 5 anos?

Não tenho a certeza, não penso muito nisso agora mas é uma possibilidade, não queria que tivessem muita diferença de idades

Então o melhor é optar por um método que, além de não interferir com a amamentação, possa ser interrompido a qualquer momento. Como se sente com o mecanismo de toma diária da pílula, consegue cumprir?

Sim, não tenho qualquer problema em tomar sempre à hora certa.

Então o mais indicado é tomar a pílula progestativa, uma vez que a sua toma não vai influenciar a produção de leite nem vai passar para o bebé.

Certo, então e quando posso começar a tomar?

Pode começar a tomar a partir da 6ª semana pós parto

E depois de começar a tomar posso ter relações à vontade que estou protegida, é isso?

Durante os primeiros 7 dias deve usar preservativo, a partir daí, está segura. Esta pilula é de toma continua, ou seja, não vai interromper em momento algum.

E se eu me esquecer de tomar, o que faço?

Deve tomar assim que se lembre, e se passarem mais de 36h deve usar preservativo nos 7 dias seguintes. Se por acaso acontecer vomitar nas 2h após a toma deve tomar outro comprimido.