

Lista de Avaliação das Habilidades para os Conselheiros de Saúde Reprodutiva do Adolescente durante o Treino Baseado em Competências

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
ACONSELHAMENTO GERAL				
O(a) provedor(a) garante que a discussão não seja ouvida por outras pessoas?				
O(a) provedor(a) garante confidencialidade?				
O(a) provedor(a) usa meios visuais?				
Comunicação não verbal do(a) provedor(a)				
Dá as boas vindas, é amigável, sorridente e respeitoso(a)?				
Não faz julgamentos (ou seja é Receptivo(a))?				
Ouve atentamente? Usa a linguagem gestual/corporal como por exemplo: o abanar da cabeça, movimento de mãos, um sorriso, que encorajam e levam a(o) utente a responder e a dar informações sobre si, e/ou a expôr as suas preocupações e problemas?				
O(a) provevor(a) mostra-se paciente e confiante e confortável?				
Comunicação Verbal do(a) Provedor(a)				
Faz perguntas com frases claras e apropriadas? Usa termos simples e compreensíveis (não técnicos)?				
Ouve as respostas da(o) utente com atenção?				
Responde às perguntas da(o) utente com respeito e clareza?				
Não interrompe a(o) utente enquanto esta(e) está a falar ou a expôr as suas preocupações?				
Utiliza uma linguagem que a(o) utente pode entender?				
Técnica AFIADA e Recolha de Informação				
<p>Aguarda e cumprimenta a/o utente de forma amiga e respeitosa?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dá as boas vindas à utente e regista os seus dados? • Providencia privacidade (visual e auditiva)? • Investiga atenciosamente o propósito da visita? • Garante à(ao) utente que toda a informação será confidencial? 				

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
<p>Faz perguntas à/ao utente sobre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • As suas necessidades e preocupações? • Os seus objectivos reprodutivos? • Que método de contraceção ela /ele usou no passado? • Os possíveis riscos de HIV/DTS, e que tipo de precauções tomou? • Como é a comunicação com o(a) seu/sua parceiro(a)? 				
<p>Informa a(o) utente sobre os métodos de protecção:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fala sobre todos os métodos disponíveis? • Discute sobre a dupla protecção, e enfatiza que só o uso de preservativo protege contra a gravidez e as DTS/HIV? • Pergunta à/ao utente qual o método que mais lhe interessa (ou que escolheu)? • Pergunta o que a/o utente sabe sobre os métodos contraceptivos? • Corrige os mitos/rumores/informações incorrectas? • Descreve, com linguagem clara, o funcionamento dos métodos contraceptivos e a sua eficácia? • Se a/o utente escolhe um método que não seja o preservativo, explica que o preservativo também deve ser usado em simultâneo em todas as relações sexuais, para a(o) proteger contra as DTS/HIV? • Usa meios visuais durante o aconselhamento? • Descreve os benefícios e os riscos de cada método? • Descreve os potenciais efeitos secundários? • Responde às perguntas da(o) utente com clareza? 				
<p>Ajuda a(o) utente a tomar uma decisão informada?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pergunta se ela/ele não entendeu alguma coisa? • Repete a informação se for necessário? • Pergunta “que tipo de método quer ou escolheu”? • Explica sobre qualquer teste ou procedimento que seja necessário realizar? • Examina com atenção e respeito a(o) utente? • Examina a/o utente para investigar alguma contra-indicação médica para o uso do método que a(o) utente escolheu? 				
<p>Dá explicações claras sobre como usar o método?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explica claramente o que a/o utente deve fazer para usar o método com sucesso? • As instruções que dá à/ao utente são completas e 				

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
claras? <ul style="list-style-type: none"> ● Pede à(ao) utente para repetir as instruções e informações mais importantes? ● Recorda a/o utente sobre os potenciais, e menores efeitos secundários? ● Recorda à/ao utente os sinais de perigo? ● Explica à(ao) utente o que fazer em caso de problemas? ● Faz a demonstração do uso do preservativo (mesmo que a escolha tenha sido outro método de contraceção)? ● Explica à(ao) utente como e quando pode voltar para o reabastecimento do método, incluindo preservativos? 				
A consulta de seguimento (ou de controle): <ul style="list-style-type: none"> ● Pergunta à/ao utente se está a usar a dupla protecção (método contraceptivo e preservativos, ou só o preservativo). ● Se ela/ele tiver suspenso o uso da protecção dupla, discute o problema, e ajuda-a(o) a encontrar outras opções? ● Pergunta se ela/ele tem tido algum efeito secundário? ● Certifica-se que ela /ele está a usar correctamente a dupla protecção? 				

Comentários

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Lista de Avaliação das Habilidades para os Conselheiros de Saúde Reprodutiva do Adolescente em relação ao Aconselhamento sobre Utilização do Preservativo

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
ENTREVISTA INICIAL				
Veja a lista geral de aconselhamento.				
MÉTODO PARA O ACONSELHAMENTO ESPECÍFICO				
Garante a necessária privacidade?				
Obtém os dados biográficos necessários (nome, endereço, idade etc.)?				
Se a(o) utente escolhe o preservativo: <ul style="list-style-type: none"> ● Pergunta o que a/o utente sabe sobre o preservativo? Se ela/ele alguma vez o usou no passado, e qual foi a sua experiência de uso? ● Corrige qualquer mito, rumor ou informação incorrecta/errada? 				
Fornece informações básicas sobre o preservativo: <ul style="list-style-type: none"> ● Como funciona e qual é a sua eficácia? ● Repete as vantagens do uso do preservativo sózinho e/ou com outro método? ● Pergunta se a/o utente ou o/a parceiro(a) têm alguma alergia à borracha? ● Aconselha-a(o) a falar com o(a) parceiro(a) sobre o uso do preservativo? ● Dá-lhe informações sobre onde e como obter preservativos (se estes não são gratuitos, informa-a(o) sobre o seu custo? ● Procura saber se a(o) utente tem alguma pergunta, dúvida ou preocupação, e responde claramente a essas questões? 				
Fornece instruções específicas sobre como usar correctamente o preservativo: <ul style="list-style-type: none"> ● Um preservativo para cada relação sexual? ● Usar o preservativo com espermicida, se possível? ● Não testar o preservativo enchendo-o ou desenrolando-o? ● Colocar o preservativo quando o pénis estiver erecto? ● Colocar o preservativo no pénis antes de este estar perto, ou ser introduzido na vagina. 				

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
<p>Faz a demonstração do uso correcto do preservativo, usando um modelo, uma banana ou dois dedos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diz à/ao utente para ter cuidado e não desenrolar o preservativo antes de o colocar no pénis? • Mostra à/ao utente como colocar o preservativo no pénis e como o desenrolar até à base do pénis? • Ensina como deixar um espaço na ponta do preservativo para garantir o armazenamento do sémen e assegurar que esse espaço não tenha ar, o que pode levar o preservativo a rebentar? • Mostra como retirar o ar, segurando a ponta do preservativo como se o estivesse a colocar? • Previne-a(o) sobre o cuidado que deve ter com as unhas e com os anéis para que não rebentem acidentalmente o preservativo? 				
<p>Aconselha a/o utente sobre o que fazer no caso do preservativo rebentar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Que deve consultar o médico(a)/provedor(a), ou que vá a um Serviço Amigo do Adolescente onde possa obter as pílulas para Contraceção de Emergência? 				
<p>Ajuda o(a) utente a praticar no modelo, banana ou nos seus dedos, como usar o preservativo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Corrige atenciosamente e com respeito qualquer erro na técnica? 				
<p>Explica à/ao utente como retirar o pénis da vagina com o preservativo intacto e sem derramar o sémen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Como segurar o anel do preservativo enquanto o retira? • A ter cuidado para não entornar o sémen na vagina quando o pénis estiver flácido? 				
<p>Discute o uso de lubrificantes, e o que não deve usar:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aconselha-a(o) a não usar produtos à base de petróleo (como óleo mineral/vegetal/de cozinha, vaselinas, óleos de bebé, margarina/ manteiga, etc.)? • Aconselha a usar espermicidas ou glicerina se for necessário lubrificar? • Aconselha a/o utente a queimar, enterrar e como deitar no lixo e/ou enterrar o preservativo depois de usado? 				

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
<p>Repete as mensagens mais importantes sobre o uso do preservativo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ter a certeza de que o(a) utente tem preservativos suficientes, quando precisar deles? • Usar um preservativo em cada acto sexual? • Não usar um preservativo mais do que uma vez. • Não confiar no preservativo se a embalagem estiver estragada, fora do prazo, colada ou com mudança de cor. 				
<p>Discute como a(o) utente como deve negociar o uso do preservativo com o(a) parceiro(a).</p>				
<p>Encoraja a/o utente a voltar a qualquer momento para aconselhamento, reabastecimento ou quando ela/ele necessite de usar outro método, ou quando tiver alguma dúvida ou problema.</p>				

Comentários

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Lista de Avaliação das Habilidades para o Aconselhamento sobre as Pílulas de Contraceção Oral Combinada

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
ENTREVISTA INICIAL				
Veja a lista de Aconselhamento Geral.				
MÉTODOS PARA O ACONSELHAMENTO ESPECÍFICO				
Garante uma adequada privacidade?				
Obtém os dados biográficos necessários (nome, endereço, idade, etc.).				
<p>Se a utente escolhe a POC:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Pergunta o que ela sabe das POC? Corrige os mitos, rumores ou informações erradas que ela/ele expressar? ● Pergunta se alguma vez usou POC no passado? ● Quais são as experiências que tem tido com as POC? ● Entrega um pacote de POC para ela segurar e observar? ● Explica as vantagens e as desvantagens das POC, incluindo os benefícios não só contraceptivos? ● Explica como funcionam as POC e a importância de serem tomadas todos os dias à mesma hora? ● Explica os potenciais efeitos secundários da POC? ● Enfatiza que ela poderá ter alguns destes efeitos secundários (ou não) e que todos eles podem ser tratados: <ul style="list-style-type: none"> - Amenorreia/periodos muito pequenos; - Gotejamento ou suspensão do sangramento; - Náuseas; - Cefaleias (dores de cabeça); - Aumento da sensibilidade das mamas? - Mudanças de humor/depressão? - Aumento ou diminuição de peso? ● Garante à utente que muitos dos efeitos secundários não são sérios e podem diminuir ou parar depois de 3 meses de uso? ● Responde atenciosamente a qualquer pergunta ou preocupação que a utente tiver? ● Explica que o(a) provedor(a) lhe fará algumas perguntas e um exame físico mínimo, para ter a certeza de que as POC são clinicamente apropriadas para si? 				
<p>Examina a utente como precaução? Faz todas as perguntas listadas e regista as respostas?</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Pensa que está grávida? ● Teve algum sangramento entre os períodos? ● Sangrou depois da relação sexual? ● Teve algum sangramento intenso nos últimos 3 meses? 				

TAREFAS/ATIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
<ul style="list-style-type: none"> ● Que idade tem? ● Fuma? Ou usa outros produtos do tabaco? ● Tem Hipertensão? ● Tem diabetes? ● Alguma vez sujou a roupa ou as suas pernas com sangue? ● Teve alguma vez um acidente vascular cerebral? ● Alguma vez lhe disseram que tem uma doença no coração? ● Tem dores severas do peito ou dificuldades respiratórias que não são normais (comuns)? ● Pensa que tem alguma doença no coração? ● Tem cancro da mama, ou este já lhe foi diagnosticado no passado? ● Tem algum doença no fígado? ● Foi-lhe alguma vez dito que tem um tumor no fígado? ● Tem dores de cabeça frequentes e severas com visão nublada ou perda temporária de visão? ● Está no momento a amamentar uma criança de menos de 6 meses de idade? ● Está amamentar exclusiva ou quase (sem alimentos suplementares sólidos ou líquidos)? ● Já teve o período menstrual depois do seu parto? (sangramento nos primeiros 56 dias depois do parto não é considerado período menstrual) ● Já teve alguma infecção pélvica, dores no baixo ventre, com arrepios de frio, febre e corrimento vaginal? ● Tem algum destes sintomas agora? <p>Garante confidencialidade à utente, e tem cuidado e delicadeza ao fazer perguntas sobre as seguintes questões:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● O seu marido/ parceiro tem outra(o) parceira(o) sexual? ● Que medicamentos toma regularmente? ● Está a tomar algum medicamento para tonturas, convulsões, tuberculose (Rifampicina), ou outros medicamentos? 				
<p>Se as POC forem apropriadas, dá as seguintes instruções à utente:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Começar a tomar a pílula no primeiro dia da seu próximo período menstrual (ou dentro dos 5 primeiros dias após o período menstrual – utiliza as normas locais para instruir a utente)? Se a utente inicia a POC depois do quinto dia, informa-a que deve usar um método complementar nos primeiros sete dias? <p>Explica à utente que se ela se esquecer de tomar a POC, ela pode engravidar? E que se ela se esquecer de tomar a pílula, deve fazer o seguinte:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Se ela se esqueceu de tomar apenas uma pílula, a utente 				

TAREFAS/ATIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
<p>deve tomá-la logo que se lembre, e tomar a pílula seguinte no tempo regular?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se ela se esqueceu de tomar duas pílulas, ela deve tomá-las o mais cedo que ela se lembre; no dia seguinte deve tomar duas pílulas, e depois continuar a tomar a mesma carteira de pilulas regularmente, e que ela deve também usar um método complementar durante pelo menos a semana a seguir? • Se ela se esqueceu de tomar mais do que duas pílulas: <ul style="list-style-type: none"> - primeiro – o(a) provedor(a) investiga se este será realmente o melhor método para essa jovem mulher? - segundo – informa a utente que provavelmente o seu período iniciará; mas que contudo, existe um grande risco de poder ficar grávida? - terceiro – informa a utente que deve deitar fora a carteira que estava a utilizar, iniciar uma nova e durante pelo menos os 7 dias seguintes deve utilizar o preservativo? <p>Alerta a utente de que ela poderá sentir náuseas ao tomar duas pílulas de uma só vez, mas que ao tomar as duas pílulas, ela está a reduzir as suas chances de engravidar?</p>				
<p>Explica outras situações em que é necessário o uso de um método alternativo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • No Caso de <i>Diarreia/vómitos</i>: que deve iniciar o uso de um método alternativo no primeiro dia em que tiver diarreia ou vômitos e até pelo menos 7 dias depois da diarreia ou dos vômitos terem parado. Ao mesmo tempo, ela deve continuar a tomar a pílula normalmente? • No caso de estar a tomar algum medicamento para o tratamento de tuberculose, tonturas ou outro (Rifampicina, fenitoína, carbamezapina), que deve informar o(a) provedor(a) dos Serviços de PF? 				
<p>Explica à utente que as POC não a protegem contra as DTS/SIDA, e que os preservativos devem ser usados correctamente cada vez que ela tenha uma relação sexual para prevenir-se das DTS/SIDA?</p>				
<p>Mostra à utente como se usa o preservativo, se ela nunca tiver tido experiência com o método?</p>				
<p>Reforça a importância de ela informar outros médicos ou provedores de saúde quando necessita de alguma consulta ou tratamento, de que está a usar as POC?</p>				
<p>Pede à utente para repetir toda a informação recebida com as suas próprias palavras, por exemplo: sobre quando iniciar com a POC; com que pílula deve iniciar; como irá tomar a segunda pílula e as seguintes, e o que ela deve fazer se se esquecer de tomar uma ou mais pílulas?</p>				

TAREFAS/ATIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
<p>Explica de forma “não alarmante” os sinais de perigo, enfatizando que estes são raros?</p> <p>Por exemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dores severas e constantes no peito, nas pernas e cefaleias intensas que iniciam e podem aumentar depois de iniciar a pílula; • Perda de visão, com visão de sinais luminosos ou linhas em zigzag (com ou sem cefaleias intensas); • Icterícia (pele e olhos amarelados); 				
<p>Faz algumas perguntas à utente, para se certificar que ela percebeu as instruções, e que se recorda das informações chave?</p>				
<p>Prescreve ou fornece carteiras de pílulas, de acordo com as normas nacionais?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dá à utente preservativos para pelo menos três meses e explica-lhe onde ela pode receber mais preservativos? • Explica à utente que ela pode mudar de pílula ou tentar outro método se ela não gostar destas POC? 				
<p>Garante à utente que estará sempre disponível (ou outra provedora) a atendê-la se ela tiver algum problema ou alguma pergunta, dúvida e preocupação?</p>				
<p>Planifica com a utente a visita de controle, e marca uma data no cartão de PF (ou cartão de Saúde Reprodutiva)?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pede à utente para trazer sempre consigo para as consultas seguintes, a carteira da pílula. 				
<p>Faz o registo das consultas de acordo com as normas locais?</p>				
Aconselhamento nas Consultas Seguintes:				
<p>Pergunta à utente se ela está satisfeita com as POC?</p>				
<p>Pergunta se ela tem algum problema ou algum efeito secundário?</p>				
<p>Pergunta como é que ela está a tomar a POC e pede-lhe para ela demonstrar com a carteira que está a utilizar?</p>				
<p>Repete os principais pontos da lista de aconselhamento?</p>				
<p>Faz uma revisão breve das mensagens ou instruções relativas ao esquecimento na tomada da pílula, e ao uso de um método alternativo, assim como os sinais de perigo?</p>				
<p>Pede à utente para repetir com as suas próprias palavras a informação mais importante?</p>				
<p>Pergunta à utente se está satisfeita com as POC? Se está a tolerar bem a Pílula? Se não tem nenhum efeito secundário sério e se não tem dúvidas ou preocupações:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prescreve ou fornece o número de carteiras de pílula, de acordo com as normas nacionais? 				

TAREFAS/ATIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
• Da à utente preservativos para pelo menos três meses e explica onde ela se pode reabastecer?				
Se ela quer suspender a POC , ajuda-a a fazer uma escolha informada de outro método?				
Encoraja a utente a procurar o(a) seu/sua provedor(a) a qualquer momento que ela tenha algum problema ou dúvida?				

Comentários

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Lista de Avaliação de Habilidades para o Aconselhamento sobre as Pílulas de Contraceção Oral Progestínica

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
ENTREVISTA INICIAL				
Veja a lista de Aconselhamento Geral.				
MÉTODOS PARA O ACONSELHAMENTO ESPECÍFICO				
Garante privacidade à utente?				
Obtém os dados biográficos necessários (Nome, idade, endereço etc.).				
<p>Se a utente escolher a Pílula Oral Progestínica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pergunta o que ela sabe sobre as POP? Corrige qualquer mito, rumor ou informação errada que ela tenha? • Pergunta se ela já usou a POP antes, e qual foi a sua experiência? • Entrega uma carteira de POP à utente para ela ver? • Explica as vantagens da POP, incluindo os benefícios não contraceptivos? • Explica como funcionam as POP, a importância de a tomar diariamente e à mesma hora? • Explica à utente que ela deverá continuar a tomar a carteira seguinte de pílulas sem qualquer descanso (período de interrupção)? • Explica-lhe que ela deverá continuar a tomar a carteira seguinte mesmo que não tenha contactos sexuais? • Explica-lhe que poderá ter o seu período a qualquer momento, mesmo antes de terminar a carteira? Faz-lhe lembrar que a ausência do período também é normal com a PO? 				
<p>Explica o que fazer se ela se esquece de tomar uma POP?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se ela estiver a amamentar e a tomar a POP para protecção extra, que ela estará ainda protegida, se se esquecer de tomar a pílula? • Que deve tomar a pílula logo que se lembre? • Que deve continuar a tomar a pílula à hora habitual? • Se não estiver a amamentar, ou está a amamentar mas o período já apareceu, que deve usar um método alternativo nos próximos dois dias? <p>Explica o que a utente deve fazer se ela se esquece de tomar duas pílulas ou mais de POPs?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Que deve tomar as duas pílulas logo que se lembre? • Que deve tomar duas pílulas no dia a seguir, deitar fora essa carteira, e iniciar uma nova no dia seguinte? • Que deve usar imediatamente um método 				

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
<p>complementar, como o preservativo, uma vez que o esquecimento na tomada da pílula, aumenta as chances de ela engravidar?</p> <ul style="list-style-type: none"> Se o período não aparecer dentro de 4-6 semanas, ela deve voltar à Unidade Sanitária assim que puder? 				
<p>Pede à utente para repetir toda a informação com palavras suas sobre quando começar com a POP, quando tomar e quando usar um método alternativo.</p>				
<p>Explica os potenciais efeitos secundários da POP que ela poderá ter, e que estes podem ser tratados?</p> <ul style="list-style-type: none"> Amenorreia/ ou períodos muito pequenos; Gotejamento ou ausência de menstruação; 				
<p>Explica sobre outras situações que necessitam da utilização de um método complementar/alternativo?</p> <ul style="list-style-type: none"> Diarreia e Vómitos; Se está a tomar alguma medicação para o tratamento da Tuberculose e ataques epilépticos (Rifampicina, fenitoína, carbamazepina); 				
<p>Explica que as POP não protegem contra as DTS/HIV e, que os preservativos devem ser usados correctamente em cada relação sexual para prevenção da transmissão das DTS/HIV?</p>				
<p>Mostra à utente como usar o preservativo se ela não tiver experiência na utilização deste método?</p>				
<p>Explica de forma não alarmante, os sinais de perigo para os quais a mulher precisa de prestar atenção?</p> <ul style="list-style-type: none"> Hemorragia intensa (período duas vezes mais longo ou duas vezes mais intenso do que o normal); Qualquer dor de cabeça intensa que inicia ou que aumenta depois de tomar a POP; Se os olhos ou a pele se tornam amarelados; Se ela pensa que pode estar grávida; 				
<p>Exame à Utente: Examina a utente por precaução? Faz todas as perguntas listadas e regista as respostas?</p> <ul style="list-style-type: none"> Tem ou já teve cancro da mama? Tem icterícia ou cirrose Hepática, infecção do fígado ou um tumor? (tem os olhos ou a pele amarelada) Está a amamentar um bebé com menos de 6 meses de idade? Está a tomar alguma medicação para tratamento de ataques epilépticos? Está a tomar medicamentos para tratar uma tuberculose ou outro tipo de medicação que está a fazer (rifampicina, griseofulvina, outro)? Pensa que pode estar grávida? 				
<p>Sossega a utente assegurando-lhe confidencialidade? Usa uma boa abordagem para a necessidade de fazer perguntas pessoais íntimas, como: “O seu marido/parceiro sexual tem outras parceiras?”</p>				

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
Trata ou refere para controle os problemas que encontrou durante a história clínica e o exame objectivo?				
Prescreve ou fornece à utente embalagens suficientes de POP, de acordo com as normas nacionais do programa? <ul style="list-style-type: none"> • Disponibiliza preservativos para pelo menos três meses e explica os locais onde ela se pode reabastecer; • Garante à utente que ela poderá mudar de pílulas ou tentar outro método se não gostar das POPs; 				
Garante à utente que estará sempre disponível para atendê-la (ou outra provedora) a qualquer momento quando ela tiver problemas, perguntas ou precisar de aconselhamento?				
Planifica a consulta seguinte com a utente e marca uma data no cartão de PF (ou no cartão de Saúde Reprodutiva), informando correctamente a utente sobre a data em que deve voltar? <ul style="list-style-type: none"> • Pede à utente para trazer consigo a carteira da pílula na consulta seguinte ? 				
Faz os registos da consulta segundo as normas nacionais?				
CONSULTA SEGUINTE				
Pergunta à utente se ela está satisfeita com a POP?				
Pergunta se ela tem algum problema ou algum efeito secundário?				
Pergunta como é que ela está a tomar a POP , e pede-lhe para demonstrar, usando a carteira da POP?				
Revê a história da Utente? Se a história sugerir alguma precaução, examina a utente?				
Faz uma revisão breve das instruções relativas ao esquecimento na tomada da pílula, e ao uso de um método complementar/alternativo, assim como quais são os sinais de perigo?				
Pergunta à utente se está satisfeita com a POP? Se está a tolerar bem a pílula? Se não tem nenhum efeito secundário? Se não tem dúvidas e/ou preocupações? Prescreve ou fornece a cliente com POP, segundo as normas nacionais? Fornece uma quantidade suficiente de preservativos, e informa-a onde se pode reabastecer?				
Se a utente quer suspender a POP , ou se ela não está amamentando, ajuda-a a escolher um outro método?				
Encoraja a utente a voltar à Unidade Sanitária se tiver algum problema ou dúvida?				

Comentários

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Fonte: Indian medical Association/Development Associates. *Family Planning Course Module5: The Lactacional Amenorrhea and Condoms*. May 1994

Lista de Avaliação de Habilidades para o Aconselhamento sobre a Medroxiprogesterona (MP)

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
ENTREVISTA INICIAL				
Veja a lista de Aconselhamento Geral				
MÉTODOS PARA O ACONSELHAMENTO ESPECÍFICO				
Garante a necessária privacidade à utente?				
Obtém os dados biográficos necessários (nome, idade, endereço etc.).				
<p>Se a utente escolheu a DepoProvera:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pergunta à utente o que ela sabe sobre a Depo provera? Corrige algum mito, rumor ou informação errada? • Explica como funciona a Depo Provera e a sua eficácia na prevenção da gravidez? • Explica os potenciais efeitos secundários da MP: <ul style="list-style-type: none"> - Mudanças no período menstrual (irregularidade, pequeno sangramento (gotejamento) ou ausência do período); - Que pode existir um possível atraso no retorno à fertilidade por quatro meses; - Que pode aumentar de peso; - Que pode ter alguns sintomas de depressão; • Explora como a irregularidade ou o aumento da hemorragia da menstruação, afectou a utente na sua vida diária? Se o atraso no retorno à fertilidade é importante para ela? • Explica à utente qual é a frequência das injeções, e a frequência das visitas de controle? • Explica que a MP não protege contra as DTS/HIV, e que é necessário usar o preservativo em cada relação sexual, para se prevenir da transmissão das DTS/HIV/SID? • Mostra à utente como se usa o preservativo se ela não tiver experiência na utilização deste método? • Faz uma demonstração do uso do preservativo se ela não tiver experiência na utilização deste método? • Pergunta se ela tem questões, dúvidas e/ou problemas a apresentar, e responde atenciosamente a todas estas questões? 				
<p>Examina a utente como precaução, para investigar possíveis contra-indicações médicas para o uso da MP?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Faz todas as perguntas da lista? • Avalia a Tensão Arterial e o peso? • Regista todos os dados de acordo com as normas nacionais? 				

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
<p>Repete as informações mais importantes para a utente?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Que a injeção tem efeito imediato se administrada nos dias 1-7 do ciclo menstrual. Caso contrário, a utente deverá usar um método alternativo/complementar, ou utilizar a abstinência sexual durante 24 horas depois da injeção? • Que deve voltar para levar a outra dose três meses depois? Que apenas se pode atrasar até 2 semanas e continuar protegida contra gravidez, contudo, que é melhor para ela voltar na data marcada? • Recorda a utente sobre as mudanças na menstruação e a possibilidade de aumento do peso? • Faz-lhe recordar que deve informar aos outros provedores de cuidados de saúde, que ela está a fazer Depo Provera? • Garante à utente que ela será sempre atendida e que deve voltar a qualquer momento se tiver perguntas a fazer ou estiver preocupada? 				
<p>Explica à utente de que ela deve voltar imediatamente, se tiver os seguintes problemas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sangramento vaginal intenso; - Aumento excessivo de peso; - Cefaleias (dores de cabeça); - Dor abdominal severa; 				
Pede à utente para repetir as informações mais importantes?				
Entrega o cartão de PF com a marcação da data da próxima consulta (período e data)?				
Entrega preservativos e explica-lhe como usar e onde ela poderá adquirir mais?				
Regista a consulta segundo as normas nacionais?				
CONSULTA SEGUINTE				
Pergunta se ela tem tido algum problema, ou alguma dúvida e/ou preocupação?				
Revê a história da Utente? Se a história sugerir alguma precaução, examina a utente?				
Se a utente tem uma preocupação ou problema e quer suspender o uso da Depo Provera, a provedora ajudá-a a escolher um outro método?				
Se a utente estiver com atraso de mais de um mês, examina-a para ver se está grávida?				
Se a utente estiver satisfeita com o método injectável, não existem preocupações e pretende continuar, aplica a injeção de MP?				

Comentários

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Fonte: Indian medical Association/Development Associates. *Family Planning Course Module5: The Lactacional Amenorrhea and Condoms.* May 1994

Lista de Avaliação de Habilidades para o Aconselhamento sobre a Pílula de Contraceção de Emergência

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
Aguarda e cumprimenta a utente de forma amigável e respeitosa?				
Faz perguntas à utente sobre o motivo da consulta ou porque é que pensa que precisa de fazer a Contraceção de Emergência? Garante confidencialidade?				
Faz uma breve história clínica , que inclui informação com as datas em que teve relações sexuais desprotegidas e o último período menstrual.				
Explica à utente o que é a Pílula de Contraceção de Emergência, incluindo o seu funcionamento, eficácia, e os possíveis efeitos secundários?				
Permite que a utente faça perguntas , e responde com palavras claras e delicadamente?				
Explica-lhe como deve usar correctamente a Pílula de Contraceção de Emergência?				
Mostra à utente as pílulas de Contraceção de Emergência?				
Pede à utente para explicar por palavras suas, as informações mais importantes?				
Entrega à utente a quantidade correcta de pílulas para a Contraceção de Emergência?				
<p>Explica como lidar com alguns dos efeitos secundários:</p> <p>Em relação:</p> <ul style="list-style-type: none"> - às <i>Náuseas</i>: explica à utente que este é um efeito secundário comum; e sugere que tome as pílulas com comida ou aplique a segunda dose por via vaginal? - aos <i>Vómitos</i>: Informa à utente que este é um efeito secundário que pode ocorrer; e sugere que tome a pílula com comida ou com leite ao dormir, ou que faça a aplicação da segunda dose por via vaginal? - ao <i>Aumento da sensibilidade das mamas, tonturas ou cefaleias</i>: Informa a utente de que este é um efeito secundário comum mas que não durará muito tempo; e prescreve Aspirina ou Iboprufero para diminuir o desconforto? - ao <i>Sangramento irregular ou em gotejamento</i>: Informa a utente de que este é um efeito secundário comum e que não durará muito tempo? 				

TAREFAS/ATIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
Informa a utente para voltar ou dirigir-se ao SAAJ mais próximo se tiver algum problema ou perguntas a fazer?				
Informa a utente que o seu período menstrual poderá aparecer mais cedo ou mais tarde, mas o mais provável é que apareça a tempo? Recorda-a para voltar para o teste de gravidez se a menstruação se atrasar mais de duas semanas?				
Recorda a utente que as pílulas de contraceção de emergência não são um método de contraceção regular? Pergunta se a utente gostaria de discutir outro método que ela poderá usar no futuro?				
Dá informação sobre os contraceptivos , os serviços, ou marca outra data de consulta para discutir sobre o uso da contraceção? Providencia serviços de referência e ou informação sobre a prevenção do HIV/SIDA como necessário?				
Entrega preservativos e informa-a onde se pode reabastecer de mais?				
Demonstra atitudes de respeito e de <u>não julgamento</u> durante a prestação de Serviços de CE.				

Comentários

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Lista de Avaliação de Habilidades para o Aconselhamento sobre o uso do DIU

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
ENTREVISTA INICIAL (Área de recepção da utente)				
Veja a lista de aconselhamento geral.				
MÉTODOS PARA O ACONSELHAMENTO ESPECÍFICO (Área de Aconselhamento)				
Garante a privacidade necessária?				
Obtém a informação biográfica necessária (nome, endereço etc.)?				
Se a utente escolhe o DIU: <ul style="list-style-type: none"> • Pergunta o que ela sabe sobre o DIU. Corrige qualquer rumor ou informação errada que ela expresse? • Mostra um DIU, e onde e como se coloca (fazendo uso do album seriado)? • Informa-a sobre as vantagens e desvantagens do DIU? • Explica-lhe o funcionamento do DIU e sua eficácia? • Explica-lhe os possíveis efeitos secundários? • Explica-lhe que os efeitos secundários mais comuns, não são prejudiciais à sua saúde? • Debate as necessidades da utente, preocupações e medos de uma forma simpática, respeitosa e clara? 				
Examina cuidadosamente a utente para ter a certeza de que não existe nenhum problema médico que seja uma contraindicação para não inserir o DIU? (Completa a lista de exames que deve fazer à utente)?				
Revê os potenciais efeitos secundários e procura ter a certeza de que estes foram todos compreendidos?				
ACONSELHAMENTO PRÉ INSERÇÃO DO DIU (exame, área de procedimento)				
Revê os achados do exame e da história clínica da utente para determinar se ela é uma candidata apropriada para o DIU, e se tem algum problema que deverá ser controlado se a utente tem o DIU inserido?				
Informa a utente sobre a necessidade de se fazer um exame físico e pélvico?				
Controla se a utente está dentro dos primeiros sete (7) dias após o período menstrual?				
Despista a possibilidade de uma gravidez se já tiverem passados os 7 dias. (refere a utente para outra US, se não tiver apoio médico na sua US)?				
Descreve o processo de inserção do DIU , e o que a utente pode esperar antes e depois da inserção?				

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
Explica que o DIU não protege contra as DTS/HIV/SIDA , e que o preservativo deve ser usado correctamente cada vez que tiver relações sexuais?				
ACONSELHAMENTO APÓS INSERÇÃO				
Completa os registos de acordo com as normas nacionais?				
Ensina a utente a como deve controlar os fios, para saber se o DIU está inserido?				
Ensina-a como agir em caso de problemas ou se tiver efeitos secundários?				
Explica os sinais de perigo dos efeitos secundários: <ul style="list-style-type: none"> - Sangramento anormal (menstruações muito abundantes; - Corrimento anormal; - Dor no baixo ventre (que é anormal, ou dor durante a relação sexual); - Febre; - Não sente os fios (podem ser compridos ou curtos demais); 				
Recorda à utente o prazo de validade do DIU (mostrando-lhe a data que se encontra no pacote)?				
Entrega preservativos e informa-a aonde se pode reabastecer?				
Informa a utente que ela pode/deve voltar a qualquer momento para obter informação, aconselhamento, cuidados médicos e se pretender retirar o DIU?				
Pede à utente para repetir , por palavras suas, as informações mais importantes que recebeu?				
Responde, com respeito e clareza , a todas as perguntas da utente?				
ACONSELHAMENTO DURANTE A REMOÇÃO DO DIU				
Aconselhamento pré remoção (Área de recepção da utente)				
Cumprimenta a utente de forma respeitosa e amigável?				
Investiga qual é o objectivo da visita da utente?				
Pergunta respeitosamente à utente quais os motivos da remoção do DIU, e responde com clareza a qualquer pergunta ou dúvida?				
Pergunta à utente quais são os seus objectivos em Saúde Reprodutiva (p.ex: se pretende ter um filho naquela altura, se um filho não irá atrapalhar as suas expectativas futuras de vida, se pretende continuar com o espaçamento ou limitar os nascimentos; quantos filhos quer ainda ter...)?				
Descreve o processo de remoção e o que ela deve esperar durante e depois da remoção do DIU?				

TAREFAS/ATIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
Discute com a utente o que ela deve fazer se tiver problemas (p.ex. hemorragia prolongada, dor no baixo ventre ...)?				
Pede à utente para repetir , por suas próprias palavras, a informação mais importante?				
Responde às perguntas e dúvidas da utente, com respeito e clareza?				
Faz uma revisão da informação sobre os métodos de contracepção, para apoiar a utente na decisão de continuar ou não com o método, ou a escolher qualquer outro método para não engravidar, e para continuar com o espaçamento entre os nascimentos?				
Ajuda a utente a obter um método (barreira) até que ela possa escolher um método definitivo?				

Comentários

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Fonte: Indian medical Association/Development Associates. Family Planning Course Module5: The Lactacional Amenorrhrea and Condoms. May 1994

Lista de Avaliação de Habilidades para o Aconselhamento sobre o uso do Método da Amenoireia da Lactação

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
ENTREVISTA INICIAL				
Veja a lista de aconselhamento geral				
MÉTODOS PARA O ACONSELHAMENTO ESPECÍFICO				
Garante a privacidade necessária?				
Obtém a informação biográfica necessária (nome, endereço etc.)?				
Se a utente tiver escolhido o MAL: <ul style="list-style-type: none"> • Pergunta o que ela sabe sobre o aleitamento materno, e como este método funciona? • Corrige algum rumor/ informação errada, que ela tenha? • Pergunta se ela alguma vez usou a amamentação com o propósito de espaçar a gravidez? • Pergunta qual foi a sua experiência? • Repete as vantagens e desvantagens do aleitamento materno para a mãe e o bebé? • Pergunta-lhe se tem algumas questões, dúvidas e/ou preocupações, e responde com respeito e clareza? 				
PÓS PARTO IMEDIATO				
Aconselha a utente sobre a prática de um aleitamento materno correcto, incluindo: <ul style="list-style-type: none"> • A amamentação imediatamente depois do parto para dar o colostro ao bebé (e qual é a importância do colostro)? • Que deve amamentar dia e noite, sempre que o bebé quiser? • Que deve amamentar com as duas mamas? • Que deve evitar intervalos de mais de quatro horas entre duas mamadas durante o dia, e mais de seis horas entre qualquer mamada nocturna? • Que deve fazer um aleitamento exclusivo nos primeiros seis meses? • Quando deve introduzir a suplementação alimentar, e que deve amamentar primeiro, e só depois dar os outros alimentos? • Que deve evitar o uso de biberons? • Que deve continuar a amamentar mesmo quando o bebé ou ela estiverem doentes? • Informa e encoraja a mãe, em como manter uma dieta equilibrada? • Informa-a que se ela estiver separada do bebé, deve 				

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
<p>espremer o leite, e como deve guardar correctamente o leite?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Que deve amamentar o tempo que puder? 				
<p>Discute com a utente, quando ela deve introduzir um método de contracepção efectivo? Enfatiza que quando uma destas situações ocorrerem, ela está em risco de engravidar, ou seja quando:</p> <ul style="list-style-type: none"> • a menstruação recomeçar; • o bebé atingir os seis meses de idade; • ela (mãe) iniciar a introdução de novos alimentos ao seu bebé; 				
<p>Explica que o MAL não protege contra as DTS/HIV/SIDA, e dá informações sobre o uso do preservativo quando ela tiver relações sexuais?</p>				
<p>Faz a demonstração do uso do preservativo, se ela nunca teve experiência com este tipo de método?</p>				
<p>Pergunta à utente se tem dúvidas, preocupações e/ou perguntas, e responde com respeito e clareza?</p>				
<p>Pede-lhe para repetir, por palavras suas, as três condições do MAL, e as práticas mais adequadas de amamentação?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Corrige alguma informação que tenha sido mal entendida? 				
<p>Fornece preservativos suficientes e diz-lhe onde pode reabastecer-se?</p>				
<p>Informa a utente que o(a) provedor(a) estará sempre disponível para vê-la se ela tiver algum problema, perguntas ou necessite de aconselhamento?</p>				
CONSULTA PÓS-PARTO				
<p>Se a utente está no pós parto:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pergunta-lhe se tem alguma dificuldade ou problema e aconselha-a, ou trata-a adequadamente? 				
<p>Faz a história, ou seja, pergunta à utente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se o seu período já recomeçou depois de ter o seu bebé? Nota: A saída de pequenas quantidades de sangue nos primeiros 56 dias não é considerada menstruação. • Se o seu bebé tem mais de seis meses de idade? • Se já iniciou a introdução de alimentos sólidos ou líquidos na dieta do seu bebé, (mais do que água, p.ex: sopas, papas ou outros)? 				
<p>Se a resposta a todas as perguntas é Não, o(a) provedor(a) conversa com a utente, e ensina-lhe as três condições do MAL que dão uma protecção contraceptiva?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Não ter iniciado ainda a menstruação; 				

TAREFAS/ACTIVIDADES	CASOS			Comentários
	1	2	3	
<ul style="list-style-type: none"> O bebé tem idade inferior a seis meses; Está a praticar a amamentação exclusiva ao seio; 				
CONSULTA SEGUINTE (de aconselhamento)				
Pergunta à utente se ela tem alguma preocupação, dúvida ou problema, e responde com clareza e correctamente às perguntas da utente?				
Repete os pontos essenciais (práticas) para uma correcta amamentação.				
Conversa com a utente sobre outros métodos de contracepção/planeamento familiar complementares à amamentação?				
Informa a utente sobre a data da próxima consulta de controle, e quando é que deve iniciar outro método mais efectivo de PF?				

Comentários

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Fonte: Indian medical Association/Development Associates. *Family Planning Course Module5: The Lactacional Amenorrhoea and Condoms.* May 1994

Folha de Apontamentos para o/a Participante 7.3A: “Lista Para o Observador da Simulação?”

TAREFA	Realizado	
	Sim	Não
Garante a privacidade?		
Comunicação Não Verbal:		
Mostra-se amigo(a)? Cumprimenta e dá as boas vindas? Sorri?		
Não tem atitudes de juiz? Mostra-se interessado?		
Ouve atentamente? Abana a cabeça para encorajar as respostas da(o) utente?		
Dá tempo suficiente para a/o utente falar?		
Comunicação Verbal		
Pergunta amigavelmente (sem assustar) à(ao) utente se já foi tocada(o) sexualmente sem a sua permissão?		
Faz perguntas claras e apropriadas? Não usa termos técnicos?		
Ouve com atenção e respeito, as respostas da/o utente?		
Responde claramente e amavelmente às perguntas da/o utente?		
Usa uma linguagem que a/o utente pode entender?		
Garante à/ao utente que só será feita alguma coisa com a sua permissão (dentro dos limites da lei)?		
Se a/o utente revelar Abuso Sexual		
Pergunta com diplomacia, se o abuso continua?		
Pergunta se a/o utente ainda tem contacto com o violador?		
Pergunta qual é a idade do violador, e qual a relação com a/o utente?		
Pergunta que tipo de abuso ela(e) sofreu/sofre?		
Pergunta se a/o utente quer comunicar o abuso às autoridades?		

O que você aprendeu durante a observação deste jogo?

.....

.....

.....

.....

.....

Por favor escreva os seus comentários/observações para dar retroinformação aos outros participantes (quer comentários positivos, quer negativos):

.....

.....

.....

.....