

## PLANEAMENTO FAMILIAR

## Serviços mais próximos da mulher



Brigadas aproximam serviços de saúde à mulher

## ANA RITA TENE

A ROTINA de trabalho e outros afazeres por vezes tornam difícil aos homens e mulheres que vivem nas grandes cidades chegar a um posto de saúde para fazer planeamento familiar.

No entanto, é possível que numa caminhada pelas ruas se consiga algum tempinho. É neste período que, encon-

trando um posto móvel de planeamento, a mulher pode colocar ou substituir o implante de mais de dois anos, tomar a vacina de seis meses ou levar píslulas anticoncepcionais para casa.

Nos terminais de transporte público, escolas, mercados e sedes dos bairros da região metropolitana do Grande Maputo, esta realidade voltou a ganhar forma.

Aida João tem 39 anos de

idade, vive no bairro da Maxaquene C e não tem tido tempo para chegar à unidade sanitária para levar píslulas anticoncepcionais.

Na sua ida ao mercado de Xiquelene, identificou um posto móvel no terminal da Praça dos Combatentes, onde reforçou o stock de anticonceptivos orais. Com três filhos de 22, 15 e sete anos de idade, Aida João considera o planeamento a melhor maneira de

organizar a vida financeira antes da chegada de um novo membro na família.

“Estava a andar e como soube da brigada móvel de saúde decidi vir levantar píslulas para três meses. É desta forma que posso continuar a fazer bom espaçamento entre os meus filhos”, disse a jovem.

Uma das vantagens de haver diferentes métodos é a possibilidade de cada mulher encontrar um adequado

para si. É por isso que Cacilda Manguele, 36 anos de idade, recorreu ao implante, método de longa duração, por indicação das profissionais de saúde.

“Já fechei a ‘fábrica’ e agora estou à procura de uma solução definitiva para não engravidar. O meu marido sempre esteve próximo para me recordar de tomar os comprimidos, mas agora tenho um método que dá menos trabalho”, afirmou.



Mais mulheres procuram postos móveis

# Ter filhos só quando as condições o permitem

A ACTUAL conjuntura económica, caracterizada por preços altos, é apontada como principal causa para que muitas mulheres que antes podiam ter vários filhos optem agora por poucos.

Se nos anos passados os filhos eram considerados fonte de riqueza, muitos são os casais que actualmente preferem planificar o número a ter para que possam dar boa educação, cuidados de saúde aceitáveis e uma vida de qualidade.

Isabel Alberto tem 35 anos, vende mandioca e laranja na

baixa de Maputo para garantir o sustento da sua família. Os rendimentos do seu esposo, com quem tem três filhos, não têm sido suficientes para as despesas de casa. É por essa razão que não quer arriscar a trazer uma criança e aumentar os gastos da família, que já são apertados.

“Eu vivo do dinheiro de venda de mandioca e não posso ter filhos a toda hora. Usava injeção para evitar a gravidez, mas gostaria de trocar para o implante, que mostrou ter menos efeitos adversos”, defende.

Na Praça dos Combatentes, o “Notícias” constatou que há cada vez mais mulheres com consciência da importância de planejar a chegada de um filho, a justificar pelo número de pessoas que procuram as brigadas móveis de saúde sexual e reprodutiva.

Para além de oferecer serviços de planeamento, a brigada conta com activistas que mobilizam para que mais homens e mulheres adiram aos serviços, para além de enfermeiras de saúde materno-infantil e uma supervisora.



“Planeamento é recomendável em tempos de crise” - Isabel Alberto

## Um recurso para proteger a mulher

OS métodos de planeamento familiar de longa duração são um dos recursos mais seguros para assegurar a retenção dos adolescentes e jovens na escola, permitindo a conclusão dos estudos.

Para tal, é preciso que haja participação masculina como forma de evitar que elas escondam dos parceiros que estão a usar algum método anticonceptivo por medo da reacção do companheiro.

Isabel Jorge, 27 anos, residente no bairro de Mavalane, mãe de dois filhos de seis anos e um mês de idade, explica que o apoio do marido foi crucial para o distanciamento entre as gravidezes e permitiu que esti-

vessem preparados para a chegada do recém-nascido.

Isabel defende a necessidade de mais homens apoiarem as mulheres no planeamento familiar, numa altura em que está cada vez mais difícil conseguir sustento para as famílias.

“A Covid-19 e a situação económica do país aumentaram a vulnerabilidade das famílias e o planeamento pode evitar o agravamento da situação. Aconselho os jovens a esperarem para ter filhos porque a situação não é favorável”, acrescentou.

Eugénia Tsowo, ponto-focal do Programa de Saúde Reprodutiva e Planeamen-



Isabel Jorge defende planeamento para protecção da mulher

to Familiar nos Serviços de Saúde da Cidade de Maputo, aconselha as adolescentes e jovens a optarem por métodos de longa duração, que permitem a conclusão do ciclo formativo.

“O nosso desejo era que as adolescentes e jovens usassem métodos duradouros, mas porque os activistas de saúde que estão nas escolas só podem fornecer preservativo e pílulas, os jovens acabam usando estes dois”, reforçou.

Referiu que a pílula se posiciona entre os métodos mais procurados, enquanto o Dispositivo Intra-uterino (DIU) está entre os menos solicitados, devido aos mitos e tabus envolvendo o seu uso.

## Sensibilização quebra barreiras socioculturais

APESAR do aumento do número de mulheres que procuram os serviços de saúde para obter anticoncepcionais, ainda existe resistência justificada pelos mitos, tabus e outras e questões socioculturais.

As barreiras estão ligadas ao facto de alguns métodos, com maior enfoque para os de longa duração, terem efeitos colaterais como hemorragias ou metrorragias e fazerem com que algumas mulheres acreditem que se tornam estéreis.

Eugénia Tsowo, ponto-focal do Programa de Saúde Reprodutiva e Planeamento



“Covid-19 reduziu procura pelos serviços” - Eugénia Tsowo

Familiar nos Serviços de Saúde da Cidade de Maputo, refere que o sector tem vindo a sensibilizar as mulheres a aderirem a métodos seguros de prevenção de gravidez e infecções sexualmente transmissíveis.

“O que notamos é que as mulheres têm consciência da importância do planeamento, mas muitas não têm tido tempo, daí que levamos estes serviços ao encontro delas. O implante já vem ganhando terreno nos últimos dias, tornando-se o segundo método mais procurado”, disse.

Tsowo revela que as medidas restritivas de prevenção da Covid-19 levaram à redução de mulheres que procuram os serviços de saúde reprodutiva, obrigando à adopção de estratégias de aproximação de serviços.

“No primeiro trimestre deste ano recebemos 12.161 mulheres nas consultas de planeamento, o que corresponde a 24 por cento da meta esperada de 79.318 pessoas. Com as brigadas móveis, nossa expectativa é melhorar estes indicadores”, acrescentou Tsowo.