

EFICÁCIA COMPARATIVA E ADESÃO AOS MÉTODOS CONTRACEPTIVOS DE LONGA DURAÇÃO VS. MÉTODOS DE CURTA DURAÇÃO: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA COM FOCO NA SAÚDE REPRODUTIVA E QUALIDADE DE VIDA

XV Congresso Sergipano de Ginecologia e Obstetrícia, 1ª edição, de 12/09/2024 a 14/09/2024
ISBN dos Anais: 978-65-5465-122-6

SILVA; Lilliane Silveira da ¹, SILVA; Guilherme Henrique do Nascimento ², ALMEIDA; Gabriel Tavares ³, FERREIRA; Igor Macedo ⁴, SOUZA; Larissa Dantas ⁵

RESUMO

Introdução: A contracepção moderna é essencial para a saúde reprodutiva das mulheres, permitindo decisões informadas sobre a fertilidade. A escolha do método contraceptivo é complexa e envolve considerar eficácia, segurança, acessibilidade, conveniência e impacto na qualidade de vida. Os métodos contraceptivos dividem-se em duas categorias principais: longa duração (LARCs) e curta duração. Os LARCs, como dispositivos intrauterinos (DIUs) e implantes subdérmicos, são notáveis por sua alta eficácia e baixa taxa de falha, graças à menor necessidade de ação contínua por parte da usuária. Por outro lado, métodos de curta duração, como pílulas anticoncepcionais, injeções hormonais e preservativos, requerem maior atenção ao uso correto, resultando em taxas de falha e descontinuação mais elevadas. A escolha entre LARCs e métodos de curta duração é influenciada por efeitos colaterais, conveniência, preferências pessoais e fatores culturais e socioeconômicos, sendo que a adesão a qualquer método está intimamente ligada à satisfação da usuária e à percepção de controle sobre a saúde reprodutiva. **Objetivo:** Avaliar e comparar a eficácia real e teórica, adesão, e impacto na qualidade de vida entre métodos contraceptivos de longa e curta duração em diferentes populações. **Metodologia:** Este trabalho consiste em uma revisão sistemática fundamentada em artigos disponíveis na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). A pesquisa abrangeu estudos publicados nos últimos cinco anos (2019-2024), sendo ensaios clínicos randomizados, estudos observacionais e revisões anteriores, nos idiomas inglês, português e espanhol, utilizando os descritores "Contraceptive Methods" AND "Long Duration" AND "Short Duration", que foram cuidadosamente selecionados para abranger uma vasta gama de publicações que discutem a eficácia e a adesão aos diferentes tipos de contraceptivos. Os critérios de inclusão enfatizaram elementos críticos, como a eficácia comparativa dos métodos contraceptivos de longa e curta duração, a adesão das usuárias a esses métodos, e os fatores que influenciam essa adesão, incluindo variáveis culturais, socioeconômicas e de saúde. **Resultados:** A análise realizada revelou resultados significativos que ressaltam a complexidade e a importância de selecionar o método contraceptivo mais adequado para cada mulher, levando em consideração a eficácia, a adesão e o impacto na qualidade de vida. Em termos de eficácia comparativa, a evidência científica demonstra que os métodos contraceptivos de longa duração (LARCs), como dispositivos intrauterinos (DIUs) e implantes subdérmicos, oferecem uma eficácia superior em comparação aos métodos de curta duração, como pílulas anticoncepcionais, injeções hormonais e preservativos. A elevada eficácia dos LARCs é atribuída à diminuição significativa da necessidade de ação contínua por parte da usuária após a inserção, o que minimiza o risco de erros humanos e falhas associadas ao uso inadequado ou inconsistente, frequentemente observado nos métodos de curta duração. Estatisticamente, os LARCs apresentam taxas de falha extremamente baixas, com uma incidência de menos de 1% de gravidez por ano de uso típico. Esse nível de eficácia reflete a característica dos LARCs de proporcionar proteção contínua, reduzindo a necessidade de vigilância constante. Por outro lado, os métodos de curta duração demonstram taxas de falha mais variáveis. Por exemplo, as pílulas anticoncepcionais têm uma taxa de falha de

¹ Universidade Tiradentes, lilliane.silveira@souunit.com.br
² Universidade Tiradentes, guilhermehenriqueguilhe@hotmail.com
³ Universidade Tiradentes, gabrielalmeida06@gmail.com
⁴ Universidade Tiradentes, igor.macedo@souunit.com.br
⁵ Universidade Tiradentes, laridd17@gmail.com

cerca de 7% no uso típico, uma taxa significativamente mais alta quando comparada aos LARCs. Esse índice elevado de falha é frequentemente atribuído à dificuldade em manter uma adesão rigorosa ao regime diário de ingestão, o que pode resultar em lapsos e, conseqüentemente, em menor eficácia contraceptiva. A discrepância entre a eficácia teórica (uso perfeito) e a eficácia real (uso típico) dos métodos de curta duração é notável, sendo muito menos pronunciada nos LARCs. Os métodos de curta duração enfrentam desafios maiores na prática clínica devido à necessidade constante de intervenção, o que leva a uma menor eficácia real. Em contraste, os LARCs proporcionam uma proteção contraceptiva mais confiável e consistente para a maioria das usuárias, dada sua menor necessidade de intervenção contínua e a menor variação entre eficácia teórica e real. Esta diferença sublinha a importância de considerar não apenas a eficácia teórica, mas também as condições práticas de uso ao selecionar um método contraceptivo, evidenciando que os LARCs podem ser a escolha mais eficaz e confiável para muitas mulheres. No que diz respeito à adesão e continuidade do uso, é crucial notar que a adesão aos métodos contraceptivos influencia diretamente sua eficácia. Os estudos indicam que os LARCs têm uma taxa de continuidade significativamente maior em comparação aos métodos de curta duração. A principal razão para essa maior adesão é a conveniência dos LARCs, que requerem pouca ou nenhuma intervenção após a inserção, sendo a ausência da necessidade de lembrar-se de tomar uma pílula diariamente ou de renovar uma receita médica periodicamente um fator que reduz consideravelmente a taxa de descontinuação. Em contrapartida, os métodos de curta duração enfrentam altos índices de descontinuação, frequentemente associados a efeitos colaterais, esquecimentos frequentes e dificuldades no acesso regular ao método, como a necessidade de renovação de prescrições. Esses fatores contribuem para uma maior taxa de falha contraceptiva e uma menor satisfação entre as usuárias desses métodos. Por fim, a escolha do método contraceptivo tem um impacto significativo na qualidade de vida. Evidências sugerem que mulheres que optam por LARCs geralmente experimentam maior satisfação e uma qualidade de vida superior em comparação àquelas que utilizam métodos de curta duração. Usuárias de LARCs frequentemente relatam um maior grau de satisfação devido à menor necessidade de atenção diária ao método contraceptivo, permitindo-lhes concentrar-se em outros aspectos de suas vidas. Além disso, a confiança na eficácia comprovada dos LARCs contribui para uma sensação de segurança e controle sobre a saúde reprodutiva, reduzindo a ansiedade associada a falhas contraceptivas e proporcionando um bem-estar geral. A facilidade de não precisar se lembrar de tomar uma pílula diariamente ou realizar visitas frequentes para renovação de receitas reforça a percepção de conveniência e conforto, fundamentais para uma vida equilibrada e menos estressante. No entanto, alguns estudos identificaram preocupações relacionadas aos efeitos colaterais dos LARCs, como irregularidades menstruais e desconforto durante a inserção, que podem impactar negativamente a qualidade de vida. Apesar dessas preocupações, muitos consideram que os benefícios da eficácia e da conveniência dos LARCs superam esses desconfortos temporários. A proteção contraceptiva de longo prazo e a redução na necessidade de intervenções frequentes frequentemente compensam as preocupações iniciais com os efeitos colaterais, levando a uma escolha que promove uma maior qualidade de vida e controle sobre a saúde reprodutiva. Apesar dos benefícios associados aos LARCs, existem barreiras significativas ao seu acesso, especialmente em populações de baixa renda e em regiões com recursos limitados. Estas barreiras incluem custos iniciais mais elevados, falta de profissionais capacitados para inserção e ausência de informação adequada sobre as opções disponíveis. Mulheres em situações socioeconômicas desfavoráveis frequentemente têm menos acesso a LARCs, mesmo que esses métodos sejam mais econômicos a longo prazo. Essas desigualdades resultam em uma maior dependência de métodos de curta duração, que são mais acessíveis, mas menos eficazes na prática. Outrossim, a falta de educação adequada sobre os benefícios e

¹ Universidade Tiradentes, liliane.silveira@souunit.com.br

² Universidade Tiradentes, guilhermehenriqueguilhe@hotmail.com

³ Universidade Tiradentes, gabrielalmeida06@gmail.com

⁴ Universidade Tiradentes, igor.macedo@souunit.com.br

⁵ Universidade Tiradentes, laridd17@gmail.com

risco dos diferentes métodos contraceptivos também foi identificada como uma barreira significativa para a adoção de LARCs, sendo as campanhas educativas e aconselhamento personalizado estratégias recomendadas para superar essas barreiras e promover um acesso mais equitativo aos métodos contraceptivos.

Conclusão: A análise comparativa entre métodos contraceptivos de longa duração (LARCs) e de curta duração evidencia a eficácia superior dos LARCs, como dispositivos intrauterinos (DIUs) e implantes subdérmicos. Estes métodos apresentam taxas de falha extremamente baixas e proporcionam uma proteção mais consistente, minimizando a necessidade de ações contínuas da usuária e reduzindo a probabilidade de erro humano. Além disso, as mulheres que optam pelos LARCs geralmente experimentam maior satisfação e qualidade de vida, beneficiando-se da conveniência e da segurança inerentes a esses métodos. No entanto, a adoção dos LARCs é frequentemente limitada por barreiras significativas, como custos iniciais elevados e falta de acesso em regiões com poucos recursos. Essas dificuldades evidenciam a necessidade urgente de políticas que melhorem a acessibilidade e a educação sobre métodos contraceptivos. A promoção de campanhas educativas e a implementação de estratégias para reduzir as desigualdades no acesso aos LARCs são fundamentais para garantir que todas as mulheres possam tomar decisões informadas e eficazes sobre sua saúde reprodutiva, assegurando uma abordagem mais equitativa e abrangente na contracepção. **Eixo temático:** Métodos contraceptivos

PALAVRAS-CHAVE: Curta duração, Longa duração, Métodos contraceptivos

¹ Universidade Tiradentes, liliane.silveira@souunit.com.br

² Universidade Tiradentes, guilhermehenriqueguilhe@hotmail.com

³ Universidade Tiradentes, gabrieltalmeida06@gmail.com

⁴ Universidade Tiradentes, igor.macedo@souunit.com.br

⁵ Universidade Tiradentes, laridd17@gmail.com