

## A IMPORTÂNCIA DO PLANEJAMENTO FAMILIAR E DA ANTICONCEPÇÃO PUERPERAL: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Alice Rivero Silva<sup>1</sup>, Estela Almeida dos Santos<sup>2</sup>, Thaís Camila Alves Lessa Duran<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Bacharelado do Curso de Medicina, Centro Universitário Aparício Carvalho (FIMCA), [alice.rivero2017@hotmail.com](mailto:alice.rivero2017@hotmail.com), <http://lattes.cnpq.br/1796304820927057>; <sup>2</sup>Bacharelado do Curso de Medicina, Centro Universitário Aparício Carvalho (FIMCA), [tetelaonce@gmail.com](mailto:tetelaonce@gmail.com), <http://lattes.cnpq.br/3697870549404284>; <sup>3</sup>Docente do Centro Universitário Aparício Carvalho (FIMCA), [camilalessa.adv@gmail.com](mailto:camilalessa.adv@gmail.com), <http://lattes.cnpq.br/0210884565824227>.

**INTRODUÇÃO:** O puerpério é o momento que se inicia com a expulsão da placenta e continuando até 6 semanas após o parto sendo este um dos momentos indicados para a realização do planejamento familiar; informação e ao acesso aos recursos que permitam optar livre e conscientemente por ter ou não ter filhos. **OBJETIVO:** Esta pesquisa tem como objetivo ressaltar a importância do planejamento familiar no contexto do puerpério. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão bibliográfica, por meio de levantamento bibliográfico, acerca do impacto que o planejamento familiar e a anticoncepção no pós-parto desempenham na qualidade de vida de puérperas e dos casais. O presente estudo possui caráter descritivo e qualitativo, consistindo nos princípios metodológicos para busca de artigos nas bases de dados eletrônicas: MEDLINE e PubMed, com corte temporal de cinco anos (2015-2020). **RESULTADOS:** Os artigos explanaram a importância do planejamento familiar e quais os fatores determinantes para diminuir as necessidades não atendidas de aconselhamento pós-parto. O planejamento familiar constitui um importante instrumento nas práticas de saúde reprodutiva das mulheres. Apesar da exiguidade que existe quanto ao aconselhamento, o planejamento familiar, quando bem orientado, proporciona assistência de qualidade permitindo que, a mulher ou o casal, tenham autonomia para decidir sobre a próxima gestação. Algumas mulheres não sabem que ainda podem recuperar sua fertilidade após o parto. Eles acreditam que usar contraceptivos enquanto se recuperam do ciclo menstrual é a única opção. No entanto, eles abstraem o fato de que podem restaurar sua fertilidade mesmo quando sofrem de amenorreia. Existem vários métodos de contracepção e entre eles estão: a anticoncepção hormonal combinada, dispositivo intrauterino, métodos comportamentais ou naturais, métodos de barreira, métodos hormonais e o método de contracepção de emergência. Acredita-se que os profissionais de cuidados familiares, como ginecologistas, devem ser capacitados na inserção de um dispositivo intrauterino. **CONCLUSÃO:** o uso de anticoncepcionais e o aconselhamento puerperal, vem sendo uma ótima forma de promover melhoria na qualidade de vida da puérpera, que diminuirá a possibilidade de uma nova gestação em tempo indesejado, trazendo benefícios ao seu próprio corpo e aumentando a sobrevivência de um novo bebê planejado, adquirindo autonomia para escolher se haverá uma gestação neste momento, sendo assim, elas se sentem mais seguras e dúvidas são sanadas.

**Palavras-chave:** Planejamento Familiar, Anticoncepção, Puerpério.