



A equipa espera que este folheto constitua um apoio útil para si e esperamos a sua participação de forma a obter uma vivência Plena e Saudável da sua Saúde Reprodutiva.

Consulte o nosso site para mais informações sobre a saúde reprodutiva
www.arsmedica.pt



Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo
Agrupamento de Centros de Saúde
de Loures/Odivelas

Consulta de Planeamento Familiar



Av^ª Carlos Andrade, S/N
Santo António dos Cavaleiros
Telefone nº 219897841/2
E-mail: arsmedica@csloures.min-saude.pt
Fax nº 219897821

Segundo a DGS (2008, p. 5) “(...), os cuidados a prestar em Saúde Reprodutiva constituem um conjunto diversificado de serviços, técnicas e métodos que contribuem para a saúde e o bem-estar reprodutivos (...) com consequências positivas na sexualidade, gravidez, infertilidade, vigilância pré-concepcional e pré-natal, segurança no parto, qualidade e sobrevivência das crianças.”



A USF Arsmédica actuando de uma forma conjugada e integrada em equipa presta cuidados a mulheres em idade fértil entre os 15 e os 49 anos inscritas na Unidade de Saúde Familiar, disposta para tal de consultas específicas com enfermeira e médico:

- * A consulta Planeamento Familiar pode ser agendada por iniciativa da equipa de saúde, ou por iniciativa do utente;
- * A consulta de vigilância deverá ser anual;
- * Deve trazer os seus cartões (cidadão/BI, cartão utente, subsistema se tiver) e manter os seus dados actualizados (morada, telefone, subsistema)

No dia da consulta deve comparecer 30 minutos antes da hora da consulta e dirigir-se ao quiosque, retira uma senha e aguarda a chamada do balcão administrativo na sala de espera.

A secretária clínica confirma a sua consulta.

Depois de confirmada a consulta aguarda na sala de espera pela chamada para a consulta de enfermagem.



CONSULTA DE ENFERMAGEM

Deve trazer o **Boletim de Saúde Reprodutiva** e o **boletim de vacinas**.

Na consulta de enfermagem é feita:

- * Avaliação de alguns parâmetros, (peso, estatura, tensão arterial)
- * Avaliação dos hábitos alimentares, tabágicos, alcoólicos, exercício físico, higiene ...
- * Actualização da vacinação
- * Avaliação do método contraceptivo
- * Disponibilização do Anticoncepcional usado pela utente / casal se existente na Unidade de Saúde Familiar (USF)
- * Ensinos e aconselhamentos
- * Programação da próxima consulta

Terminada a consulta de enfermagem, aguarda na sala de espera pela chamada para a consulta médica.



CONSULTA MEDICA

O médico realiza :

- * Análise dos parâmetros avaliados.;
- * Exame ginecológico e Rastreio do Cancro do Colo do Útero (se necessário).;
- * Referenciação para consulta hospitalar, se necessário.
- * Ensinos e aconselhamentos.
- * Programação da próxima consulta

No final da consulta volta ao balcão administrativo se tiver algum documento para autenticar.