



Sentimento de mulheres em relação ao uso do Método de Ovulação Billings

Feeling of women regarding the use of the Billings Ovulation Method

Eliane Vieira dos Santos¹, Rita de Cássia Maria dos Santos Frazão¹, Sheyla Costa de Oliveira¹

Objetivo: conhecer os sentimentos de mulheres em relação ao uso do Método de Ovulação Billings como planejamento familiar. **Métodos:** estudo qualitativo, realizado com oito mulheres, por meio de entrevista semiestruturada e dados analisados por meio da análise temática. **Resultados:** organizados em quatro categorias temáticas principais: Uso do método e autoconhecimento do corpo; Insegurança quanto ao uso do método; Escolha baseada em princípios religiosos; e Cumplicidade do casal na execução do método. **Conclusão:** as mulheres participantes que utilizavam o Método de Ovulação Billings sentiam-se satisfeitas e seguras, sendo a participação do parceiro fundamental para ocorrência do método como planejamento familiar natural. **Descritores:** Métodos Naturais de Planejamento Familiar; Ovulação; Comportamento Sexual.

Objective: to know the feelings of women regarding the use of the Billings Ovulation Method as family planning. **Methods:** a qualitative study was carried out with eight women through a semi-structured interview and data were analyzed through the thematic analysis. **Results:** the results were organized into four main thematic categories: Use of the method and self-knowledge of the body; Insecurity as to the use of the method; Choice based on religious principles; and Complicity of the couple in the execution of the method. **Conclusion:** participants using the Billings Ovulation Method were satisfied and safe, and the participation of the partner was critical to the use of the method as natural family planning. **Descriptors:** Natural Family Planning Methods; Ovulation; Sexual Behavior.

¹Universidade Federal de Pernambuco. Recife, PE, Brasil.

Autor correspondente: Sheyla Costa de Oliveira
Avenida Prof. Moraes Rêgo, 123-Cidade universitária, CEP: 50670-90. Recife, PE, Brasil. E-mail: costa.shy@gmail.com

Introdução

O planejamento familiar é direito de todo cidadão e conceitua-se como o conjunto de ações de regulação da fecundidade que garanta direitos iguais de constituição, limitação ou aumento da prole pela mulher, pelo homem ou casal⁽¹⁾.

O Ministério da Saúde do Brasil, tomando por base o dispositivo da lei do planejamento familiar (Lei nº. 9.263/96), determina como competência dos profissionais de saúde assistir em concepção e contracepção, empenhando-se em informar os indivíduos sobre as opções e finalidades dos métodos disponíveis. Estes profissionais, dentre eles o enfermeiro, devem empenhar-se nas informações precisas aos usuários, para que estes possam participar livre e ativamente de suas escolhas⁽¹⁻²⁾.

Existem variedades de métodos contraceptivos, os quais permitem aos casais escolhas de acordo com suas necessidades, dentre eles: os métodos naturais (método do muco cervical, da ovulação ou de Billings, tabelinha e método da temperatura basal); métodos hormonais (pílulas, adesivos, injeções, implantes cutâneos, anel vaginal, contracepção de emergência, conhecida popularmente como pílula do dia seguinte); métodos de barreira (preservativo feminino, preservativo masculino, diafragma e espermicidas); dispositivo intrauterino de cobre ou com hormônios; e métodos definitivos (vasectomia e ligadura de trompas)⁽³⁾.

Para os métodos naturais, tem-se o Planejamento Familiar Natural, quando a regulação da fertilidade é realizada através da observação de sinais e sintomas que ocorrem naturalmente nas fases férteis e inférteis do ciclo menstrual, com restrição de relações sexuais durante a fase fértil, nos casos em que se deseja evitar a gravidez. Assim, o Método da Ovulação Billings baseia-se na identificação do período fértil do ciclo menstrual, através da auto-observação das características do muco cervical, indicando o período de fertilidade⁽⁴⁾.

Durante 27 anos, pesquisadores médicos de Melbourne, na Austrália, estudaram os ciclos férteis e

inférteis a partir das características do muco cervical, e concluíram que a sensação produzida pelo muco, assim como sua aparência, serviu para que as mulheres reconhecessem o início da fertilidade e, assim, pudessem proceder ao controle da concepção. Ainda, na década de 1970, a partir dos estudos de John Billings, foi criado oficialmente as regras do Método de Ovulação Billings, com 97,0% de eficácia comprovada, passando a ser cientificamente aceito pela Organização Mundial de Saúde como um método contraceptivo eficaz⁽⁵⁾.

No entanto, as questões que se aplicam ao planejamento reprodutivo e familiar ainda constituem desafios, pois há distância considerável entre aquilo que é preconizado nas ações de promoção e atenção à saúde sexual e reprodutiva e o que é de fato vivenciado pelas mulheres brasileiras em idade fértil⁽⁶⁾.

Assim como o conhecimento inadequado sobre qualquer método anticoncepcional pode ser fator de resistência à aceitabilidade e uso do método, do mesmo modo, o alto nível de conhecimento sobre os métodos anticoncepcionais não determinará mudança de comportamento se estes não estiverem acessíveis à livre escolha da população⁽⁷⁾.

Portanto, diante das dificuldades expostas em relação aos métodos contraceptivos e planejamento familiar, reconhece-se a relevância do estudo mediante a possibilidade de ampliar o conhecimento sobre o que sentem as usuárias dos métodos naturais de planejamento familiar, tendo como questão de pesquisa: qual o sentimento de mulheres em relação ao uso do Método de Ovulação Billings como Planejamento familiar Natural?

Portanto, o estudo objetivou conhecer os sentimentos de mulheres em relação ao uso do Método de Ovulação Billings.

Métodos

Trata-se de estudo qualitativo, o qual se aplica ao estudo detalhado de um determinado fato, objeto, grupo de pessoas ou ator social e fenômenos da realidade. Este procedimento visa buscar informações

fidedignas para se explicar em profundidade o significado e as características de cada contexto em que encontra o objeto de pesquisa⁽⁸⁾.

Os sujeitos do estudo foram mulheres que faziam uso do Método de Ovulação Billings, casadas e em idade reprodutiva (mulheres com faixa etária de 15 a 49 anos)⁽⁹⁾. Adolescentes e mulheres com dificuldade de compreensão cognitiva em relação a questão norteadora foram excluídas da pesquisa, considerando, assim, critério de exclusão.

O critério de saturação dos dados foi utilizado para indicar o tamanho da amostra dos sujeitos envolvidos, tal critério é definido como a suspensão de inclusão de novos participantes quando os dados obtidos passam a apresentar, na avaliação do pesquisador, redundância ou repetição, não sendo considerado relevante persistir na coleta de dados⁽⁸⁾.

O estudo foi realizado na cidade de Recife, Brasil, nas comunidades católicas Maanaim e Shallom, as quais promovem encontros e treinamentos semestrais a casais em suas sedes, com foco na promoção da saúde reprodutiva de seus membros, em que instrutores do Método de Ovulação Billings, credenciados pela Confederação Nacional de Planejamento Natural da Família (órgão vinculado à Organização Mundial do Método de Ovulação Billings) atuam como facilitadores de casais que são convidados a participarem de cursos sobre planejamento familiar natural.

Para coleta de dados, foi utilizado roteiro de entrevistas semiestruturadas, elaborado pelas autoras do estudo, contendo a seguinte pergunta norteadora: qual o sentimento de mulheres em relação ao uso do Método de Ovulação Billings como Planejamento familiar Natural? Além disso, foram aplicadas questões para conhecer o perfil social das entrevistadas.

A coleta de dados foi procedida com o uso de gravador de voz de *smartphones*, em uma sala reservada ou em locais escolhidos pelas participantes, na sede da comunidade, de forma individual. O tempo das entrevistas variou de acordo com cada participante, em média 10 minutos.

Para garantir o anonimato, as entrevistadas foram identificadas de forma aleatória, com nomes fictícios de flores: Rosa(1), Margarida(2), Jasmim(3), Azaléia(4), Dália(5), Violeta(6), Hortênci(7), Tulipa(8).

Para análise de dados, utilizou-se a análise temática. Foram três as etapas para o processo de análise: pré-análise - os dados foram ordenados e as entrevistas transcritas, preservando-se as falas na íntegra; descrição analítica - o material foi transcrito e agrupado em subcategorias; tratamento dos dados e interpretações - submetido a uma análise detalhada e exaustiva e depois organizado segundo categorias temáticas⁽¹⁰⁾.

O estudo respeitou as exigências formais contidas nas normas nacionais e internacionais regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos.

Resultados

As participantes em totalidade eram casadas, com idade média de 34 anos e tempo médio de uso do método de oito anos. Sete mulheres nunca utilizaram outro método contraceptivo e todas as entrevistadas tinham conhecimento ou instrução sobre o método discutido neste estudo.

Após a análise temática, emergiram quatro categorias: Uso do Método e autoconhecimento do corpo; Insegurança quanto ao uso do Método; Escolha baseada em princípios religiosos; e Cumplicidade do casal na execução do Método.

Uso do Método e autoconhecimento do corpo

Evidenciou-se que o método analisado proporciona autopercepção das variações corporais durante o ciclo menstrual e maior conhecimento acerca da fertilidade. As entrevistadas relataram o quanto este conhecimento permite identificar o período fértil e planejar uma gestação com segurança. *É um método que nos dá segurança, porque está inscrito no corpo humano, inscrito na nossa natureza... claro que necessita de uma observação, de um*

aprofundamento, de uma boa percepção, mas ele sinaliza para mim um caminho seguro de fertilidade (Margarida). E quanto mais eu vou conhecendo o método, quanto mais eu vou conhecendo a mim, mais eu vou me sentindo segura e vendo o quanto é importante a vivência desse método natural para a mulher e o casal (Azaleia). Em relação ao período exato que você está fértil, eu acho que não deixa dúvida não... para mim traz felicidade, porque é uma forma de eu realmente me perceber e me conhecer (Hortênciã). Eu me sinto bem comigo mesma, fazendo esse método, eu me sinto mais saudável, não agride meu corpo, cada mulher tem um método diferenciado, porque o ciclo é único, o ciclo é diferente, o ciclo é pessoal, é isso, então preciso ser conhecedora do meu corpo, conhecedora do meu ciclo, do meu temperamento, da minha postura, íntima também, e assim conhecer, então passando a conhecer eu me sinto segura, sabendo exatamente o dia que eu ovulo (Rosa). Ele é um método onde eu posso fazer o meu planejamento familiar de forma natural, onde eu posso prevenir ou planejar uma gravidez... o melhor dele é que eu não preciso está usando nenhum tipo de droga ou de dispositivo que possa vir a prejudicar a minha saúde... eu aprendi a observar o meu corpo, quando eu conheci o método, comecei a conhecer meu corpo, consegui identificar o meu período fértil (Tulipa).

Insegurança quanto ao uso do Método

Observou-se que ao iniciar o uso do Método, há insegurança em relação à utilização adequada, bem como em alguns momentos da vida reprodutiva das mulheres, como no pós-parto, porém com o tempo de uso e disciplina, o casal alcança a segurança e passa a fazê-lo bem. *Logo, depois de ter casado, no princípio, eu ficava um pouco insegura, enfim, uma coisa era está fazendo solteira, outra coisa quando eu me casei, mas à medida que eu fui me conhecendo mesmo, à medida que eu fui percebendo que o método realmente dá certo para você adiar uma gravidez ou conseguir uma gravidez, aí eu fui ficando mais segura (Azaleia). No começo, o método era, assim, eu me sentia um pouquinho insegura, mas depois, com o passar do tempo, eu comecei a me sentir bastante segura ...quando eu tive meu primeiro filho, eu fiquei um pouquinho insegura em relação ao período pós-parto, que você passa um tempo sem ter ovulação, mas hoje em relação, quando eu tive um segundo filho, aí eu já sei, já me conheço mais (Hortênciã).*

Escolha baseada em princípios religiosos

Demonstrou-se forte reflexo da religião e dos princípios éticos e morais dos casais na escolha do Método, bem como valorização de Deus como criador da fertilidade feminina. *Uno-me a isso que a igreja recomenda, me aproximo mais de Deus, me aproximo mais do meu marido, me aproximo mais da minha família, me aproximo mais de mim mesma (Rosa). Meu sentimento diante do método de ovulação, primeiro é de muita gratidão a Deus por ter a oportunidade de ter conhecido o método, e também acho que me sinto muito agraciada pelo meu corpo, por poder me perceber, por perceber minha fertilidade, perceber como Deus cria com muita perfeição, a dimensão feminina para a maternidade, para a fertilidade (Margarida). Vale a pena valorizar o corpo, vale a pena você usar aquilo que é natural, aquilo que Deus nos deu como um bem maior (Dália). Então, assim por providência de Deus, o método veio para minha cidade, eu o conheci e automaticamente parei de tomar o remédio, porque eu confiei muito na explicação que me deram, em toda a formação que me deram (Tulipa).*

Cumplicidade do casal na execução do Método

Observou-se que a união do casal na execução do Método é um fator motivador e determinante para utilização. As entrevistadas relataram o apoio do cônjuge, nas anotações diárias das sensações percebidas, promovendo diálogo, tornando o homem corresponsável e protagonista no planejamento da família. *Eu preciso conhecer o meu ciclo, o conhecimento gerou harmonia entre mim e meu esposo, porque não adianta fazer o método só, o método não é só da mulher, é do casal, passando a conhecer isso, aí você trilha esse caminho seguro do método (Rosa). Planejamento da família, planejamento da questão da vida mesmo, então para mim é um caminho seguro de fecundidade também na vida do casal, como casados, experiência da comunhão, diálogo, o meu esposo participa muito comigo desse caminho, me ajuda muito, e isso tem feito com que a gente crescesse muito na unidade e na harmonia conjugal (Margarida). Porque como é meu esposo que anota, que faz as anotações, então para ele também é bom, porque ele vai me conhecendo e a gente vai tendo essa sintonia como casal, então para mim é muito bom por conta disso, e que eu indico para qualquer pessoa também, método natural, eficaz,*

ajuda no relacionamento (Azaleia). E outra coisa também em relação ao parceiro, é que eu acho que é uma sensação de respeito, porque ele tem que ajudar, e para mim, traz muita segurança quanto à relação, eu me sinto mais respeitada, em relação a usar esse método (Hortência).

Sobre a continência periódica (abstinência sexual no período fértil), não se observou neste estudo ser um problema ou uma dificuldade no uso do Método, ao contrário, esta pode acarretar mais liberdade ao casal, no intuito de mostrar que a união do casal não está apenas fundamentada no sexo, assim, juntos, eles podem decidir o momento mais adequado de terem relações sexuais, segundo as entrevistadas. *Ele aumenta o diálogo com meu esposo, porque a gente precisa conversar quando é permitido e quando não é, e aí a gente acaba dividindo a nossa responsabilidade, porque a responsabilidade tem que vir dos dois... uma coisa que eu tinha muito assim o meu pensamento é que era, que esse método, em relação ao ato conjugal, eu tinha um pensamento assim, que era muito restrito, e com esse método, eu aprendi que muito pelo contrário, ele deixa mais a gente livre para ter o ato conjugal, do que 'preso', do que restrito, então a gente fica mais até livre (Tulipa).*

Discussão

O estudo em questão apresenta limitações pela impossibilidade de generalização dos resultados, em função da especificidade do contexto analisado, visto que o uso dos métodos naturais de planejamento familiar, especialmente o Método de Ovulação Billings, pelos casais, não é comum, e mesmo entre casais católicos, restrito a alguns grupos. Além disso, o método de estudo adotado, de abordagem qualitativa, permite referir-se apenas a um universo restrito, pequeno, porém com profundidade.

Estudo realizado nos Estados Unidos, com 58 mulheres latinas e negras, observou-se aumento da busca dessas mulheres pelos métodos naturais, em que 17,0% das que buscavam eram estrangeiros, 13,0% nativas latino-americanas e 15,0% mulheres negras, contudo, assim como no Brasil, as instruções ainda eram poucas, podendo diminuir a eficácia do método, levando a uma taxa de 25,0% de falhas, em-

bora o uso correto chega a ter apenas de 3 a 5,0% de falhas⁽¹¹⁾.

As mulheres podem ser mais propensas a considerar os métodos naturais como planejamento familiar, quando os serviços de saúde apresentam a informação de forma positiva, porém a baixa utilização também pode ser resultado do desconhecimento dos profissionais sobre eles e sua eficácia, demonstrando pouca preparação para orientar os pacientes⁽¹²⁾. Desta forma, os resultados apontam a necessidade de fortalecimento das ações de educação permanente destes profissionais.

O uso de métodos naturais de planejamento familiar possibilita a centralidade da mulher no planejamento reprodutivo, possibilitando maior conhecimento da anatomia e do funcionamento do organismo, permitindo, muitas vezes, a aceitação do próprio "corpo", facilitando o diálogo e a participação do parceiro⁽⁴⁾.

Nesse sentido, a segurança quanto ao uso desses métodos pode estar relacionada às informações recebidas, como também ao tempo de uso. Portanto, as usuárias entrevistadas relataram que desde o início do uso do método de Ovulação Billings, foram acompanhadas e orientadas em sua comunidade, e obtiveram o apoio de outras mulheres, sentindo-se seguras quanto ao uso como planejamento familiar natural.

É fundamental que os casais sejam acompanhados por profissionais capacitados, pois a utilização de qualquer método contraceptivo exige, além da determinação do indivíduo, informações adequadas e controle periódico⁽¹²⁾.

Atualmente, a assistência ao planejamento familiar no país é oferecida predominantemente pelas equipes da Estratégia Saúde da Família, em especial pelo enfermeiro, que tem como papel, dentre outros, prestar orientações, aliadas à educação em saúde, a fim de capacitar os usuários, seja por meio de atividades de forma individual ou grupal, de modo a sensibilizá-los a assumirem a responsabilidade de cuidar da saúde, proporcionando mudança no comportamento social em relação ao planejamento familiar⁽¹³⁾.

Todavia, estudo realizado com 50 usuárias do serviço de planejamento familiar de uma unidade básica de saúde, com objetivo de verificar conhecimento, atitude e prática de mulheres residentes em uma comunidade rural quanto a métodos contraceptivos, identificou que 20,0% delas controlavam a fecundidade sem a assistência de um profissional de saúde, evidenciando as lacunas que ainda existem entre a teoria e a prática⁽¹⁴⁾.

Sobre o sentimento de insegurança quanto ao uso do Método de Ovulação Billings, além da dificuldade de aprendizado inicial, como relataram algumas entrevistadas, explica-se, em parte, pelo fato da fertilidade feminina ser bastante influenciada por diversos fatores, como estilo de vida de cada mulher, tabagismo, uso de medicamentos, além de fatores ambientais, como doença ou estresse, que muito frequentemente provocam alterações hormonais no ciclo menstrual, podendo torná-las confusas, impedindo as usuárias de conseguir identificar o muco com clareza⁽¹²⁾. No pós-parto, por exemplo, há naturalmente mudança no padrão de fertilidade da mulher, que tornam mais difíceis as observações, mas não contraindicam o uso. Neste período, é importante o uso de métodos adequados, considerando as repercussões fisiológicas e anatômicas presentes nesse momento⁽¹⁵⁾.

As entrevistadas expressaram a escolha do Método de Ovulação Billings baseada em princípios éticos e morais fornecidos pela religião. Tal resultado é interessante, pois sabe-se que a Igreja Católica é contrária ao uso dos métodos anticoncepcionais “artificiais”, segundo a qual a contracepção, até mesmo para pessoas casadas, não deve ser realizada, e se necessário, deve-se espaçar ou limitar os nascimentos, respeitando os ritmos naturais do corpo, utilizando-se os períodos infecundos do ciclo menstrual feminino para relações sexuais. Porém, nos tempos atuais, estatisticamente, não existe diferença quanto ao uso de métodos contraceptivos modernos entre as mulheres sem religião, católicas ou evangélicas, ou seja, tanto os métodos artificiais como os naturais não são escolhi-

dos baseados nestes princípios, e sim, naquilo que lhe é ofertado, no meio em que a mulher está inserida e das instruções que ela recebe⁽¹⁶⁾.

No Brasil e em alguns outros países, apesar das concepções pessoais, dos princípios e valores, a pouca oferta de informações seguras e confiáveis sobre os métodos naturais motiva as mulheres a utilizarem outros métodos, sendo oposto a isto, um estudo exploratório-qualitativo realizado nos estados de Enugu e Katsina, na Nigéria, evidenciou que os indivíduos quando são influenciados pela cultura e religião tendem a escolher o método de planejamento familiar que esteja de acordo com a religião, desta forma, havendo investimento na introdução de métodos naturais eficazes, provocando aumento da prevalência contraceptiva em países com fortes barreiras religiosas aos métodos modernos de planejamento familiar⁽¹⁷⁾.

Os resultados deste estudo mostraram que a participação masculina é determinante no uso do método. Partindo da premissa de que a concepção é um resultado natural do ato sexual entre homem e mulher, é de se esperar que a anticoncepção também seja um fenômeno resultante da conjugação de esforços entre parceiros igualmente envolvidos nessa relação⁽¹³⁾.

Motivar a vinda do homem para a participação em planejamento familiar é um desafio para o serviço de saúde, em virtude de fatos como as relações de gênero, os serviços, ainda, indisponíveis para a categoria masculina e a falta de reconhecimento dos profissionais de saúde acerca da necessidade de atenção e de uma assistência eficaz voltada para o homem⁽¹⁸⁾.

Sobre a continência periódica (abstinência sexual no período fértil), apesar de ser para o senso comum uma desvantagem do uso de métodos naturais, não se teve referência como tal no estudo. Tal resultado foi semelhante a estudo observacional, quantitativo e analítico que objetivou verificar o conhecimento, a aceitabilidade e o uso do planejamento familiar natural por usuárias de métodos anticoncepcionais atendidas em um hospital universitário, em que foram entrevistadas 117 e não houve relato do período de

abstinência como motivo para não aceitar o método⁽⁴⁾.

A literatura científica internacional aponta que a frequência sexual de casais que usam métodos naturais em geral é igual aos que utilizam outros métodos, havendo apenas um “desloque” do período em que estas ocorrem, para os dias inférteis do ciclo feminino, se tornando mais frequentes quando o casal sente-se confortável com o método⁽⁵⁾.

Diante disso, é fundamental que profissionais de saúde ofereçam assistência eficaz, proporcionando educação em saúde, com ofertas de informações sobre métodos que incluam o planejamento familiar natural, proporcionando não apenas a mulher, como também ao homem, a possibilidade de tornarem-se autores da própria história sexual e reprodutiva, com autonomia para planejar ou espaçar as gestações, conforme o momento da vida do casal, pois planejar uma gestação envolve questões biopsicossociais dos indivíduos, logo, o casal precisa sentir-se seguro⁽⁴⁻⁵⁾.

Conclusão

Para as mulheres participantes deste estudo, o uso do Método de Ovulação Billings constituía um meio para o autoconhecimento do corpo, respeitando a natureza e estando consoante com os princípios religiosos, aduzindo satisfação e segurança quanto ao controle da fertilidade, de modo a motivar outras mulheres e/ou casais quanto ao uso do método analisado.

Logo, conclui-se que as mulheres participantes que utilizavam o Método de Ovulação Billings sentiam-se satisfeitas e seguras, sendo a participação do parceiro fundamental para ocorrência do método como planejamento familiar natural.

Colaborações

Santos EV e Frazão RCMS contribuíram na concepção, redação, análise e interpretação dos dados. Oliveira SC contribuiu na revisão crítica relevante do conteúdo intelectual, redação e aprovação final da versão a ser publicada.

Referências

1. Ministério da Saúde (BR). Decreto - Lei nº 9.263, de 12 de Janeiro de 1996, ementa: regula o § 7º do art. 226 da Constituição Federal, que trata do planejamento familiar; estabelece penalidades e dá outras providências. Brasília: Ministério da Saúde; 1996.
2. Dombrowski JG, Pontes JA, Assis WALM. Atuação do enfermeiro na prescrição de contraceptivos hormonais na rede de atenção primária em saúde. *Rev Bras Enferm.* 2013; 66(6):827-32.
3. Costa A, Rosado L, Florêncio A, Xavier E. História do planejamento familiar e sua relação com os métodos contraceptivos. *Rev Baiana Saúde Pública.* 2013; 37(1):74-86.
4. Uchimura NS, Uchimura TT, Almeida LMM, Perego DM, Uchimura LYT. Conhecimento, aceitabilidade e uso do método Billings de planejamento familiar natural. *Rev Gaúcha Enferm.* 2011; 32(3):516-23.
5. Magalhães AC, Pereira DAS, Jardim DMB, Caillaux M, Sales VBL. Vivência da mulher na escolha do Método de Ovulação Billings. *Rev Bras Enferm.* 2013; 66(4):485-92.
6. Borges ALV, Cavaliere FB, Hoga LAK, Fujimori E, Barbosa LR. Pregnancy planning: prevalence and associated aspects. *Rev Esc Enferm USP.* 2011; 45(2):1679-84.
7. Singh S, Darroch JE. Adding it up: costs and benefits of contraceptive services - Estimates for 2012 [Internet]. 2012 [cited 2016 Sept 13]. Available from: https://www.guttmacher.org/sites/default/files/report_pdf/aiu-2012-estimates_0.pdf
8. Oliveira MM. Como fazer pesquisa qualitativa. Recife: Editora Bagaço; 2005.
9. Ministério da Saúde (BR). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde sexual e saúde reprodutiva. Brasília: Ministério da Saúde; 2010.
10. Bardin L. Análise de conteúdo. São Paulo: Edições 70; 2011.
11. Guzman L, Caal S, Peterson K, Ramos M, Hickman S. The use of fertility awareness methods (FAM) among young adult Latina and black women: what do they know and how well do they use it? Use of FAM among Latina and black women in the United States?. *J Contraception.* 2013; 88(2):232-8.

12. Kelly PJ, Witt J, McEvers K, Enriquez M, Abshier P, Vasquez M, et al. Clinician perceptions of providing natural family planning methods in title x funded clinics. *J Midwifery Womens Health* [Internet]. 2012 [cited Sept. 13];57(1):35-42. Available from: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1542-2011.2011.00107.x/nid=EF18BF94BD25B6A971DF662F31DF2F70.f02t01>
13. Araújo KNC, Bastos LAC, Moura RFE, Silva RM. Planejamento familiar: significado para mulheres em idade reprodutiva. *Ciênc Saúde Coletiva*. 2011; 16(5):2415-24.
14. Nicolau AIO, Dantas RC, Gadelha APP, Pinheiro AKB. Conhecimento, atitude e prática de mulheres residentes no meio rural acerca dos métodos contraceptivos. *Rev Eletr Enf* [Internet]. 2012 [citado 2016 jul. 12]; 14(1):164-70. Disponível em: https://www.fen.ufg.br/fen_revista/v14/n1/pdf/v14n1a19.pdf
15. Mazzo MHSN, Brito RS, Santos FAPS. Atividades desenvolvidas pelo enfermeiro no pós-parto. *Rev Enferm UERJ*. 2014; 22(5):663-7.
16. Costa IGD, Carvalho AA. Uso de contracepção por mulheres de diferentes grupos religiosos: diferenças ou semelhanças? *Rev Horizonte*. 2014; 12(36):1114-39.
17. Ujuju C, Anyanti J, Adebayo SB, Muhammad F, Oluigbo O, Gofwan A. Religion, culture and male involvement in the use of the Standard Days Method: evidence from Enugu and Katsina states of Nigeria. *Rev Int Nurs*. 2011; 58(4):484-90.
18. Bezerra MS, Rodrigues DP. Representações sociais de homens sobre o planejamento familiar. *Rev Rene*. 2010; 11(4):127-34.