

Access to Contraception in Europe: Portugal among the countries that best combine health system coverage, expert advice and accessible public information

Acesso à Contraceção na Europa: Portugal entre os países que melhor combinam a cobertura no sistema de saúde, aconselhamento especializado e informação pública acessível

Teresa Bombas¹

O *Contraception Policy Atlas Europe*, elaborado pelo *European Parliamentary Forum for Sexual and Reproductive Rights*, oferece uma análise comparativa das políticas públicas de contraceção em 47 países europeus¹.

O estudo de 2026 volta a colocar no centro do debate europeu um tema essencial para a saúde pública e para os direitos humanos: o acesso universal à contraceção. E confirma uma tendência já conhecida – a Europa está a avançar, mas continua profundamente desigual quando se trata de garantir autonomia reprodutiva.

A boa notícia é que Portugal está entre os 3 primeiros países que têm reforçado políticas de acesso, informação e financiamento de métodos contraceptivos. Em primeiro lugar está a França (97,9%) seguindo-se do Reino Unido (95,8%) e depois Portugal (93,8%). Estamos entre os países que demonstram que políticas consistentes – desde a gratuitidade de métodos até à integração da contraceção nos cuidados de saúde primários – têm impacto direto na autonomia das pessoas e na prevenção de gravidezes não planeadas.

Foi também determinante para esta subida de posição o trabalho desenvolvido nos últimos 2 anos entre a Sociedade Portuguesa da Contraceção e o SNS24 na atualização da informação oficial *online*.

O atlas de 2026 incluiu a contraceção no período pós-parto como indicador de qualidade das políticas de saúde reprodutiva. O acesso imediato a aconselha-

mento e métodos contraceptivos após o parto constitui uma estratégia eficaz para prevenir gravidezes não planeadas e garantir intervalos intergestacionais adequados, com benefícios comprovados para a saúde materna e infantil.

Persiste uma divisão entre o Oeste e o Leste europeu. Países como Polónia, Rússia ou Bielorrússia continuam entre os que apresentam menores níveis de acesso, frequentemente devido a políticas restritivas, falta de financiamento público ou insuficiência de educação sexual. Esta disparidade revela que a contraceção não é apenas uma questão de saúde, mas também de escolhas políticas e de contexto social.

Num continente que se afirma como defensor dos direitos humanos, a autonomia reprodutiva não pode ser um privilégio geográfico. O desafio para os próximos anos é claro: transformar o progresso desigual num direito efetivamente universal.

A nível nacional, persistem desafios no acesso efetivo à contraceção e a necessidade de reforçar estratégias que garantam acesso equitativo, informação de qualidade e continuidade dos cuidados em saúde sexual e reprodutiva.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. <https://www.epfweb.org/node/1177>

CONFLITO DE INTERESSES

A autora declara não haver conflitos de interesse.

ENDEREÇO PARA CORRESPONDÊNCIA

Teresa Bombas

E-mail: tabombas@sapo.pt

<https://orcid.org/0000-0003-2582-819X>

1. Presidente da Sociedade Europeia de Contraceção e Saúde Reprodutiva (ESCRH). Secretária da Sociedade Portuguesa da Contraceção (SPDC).