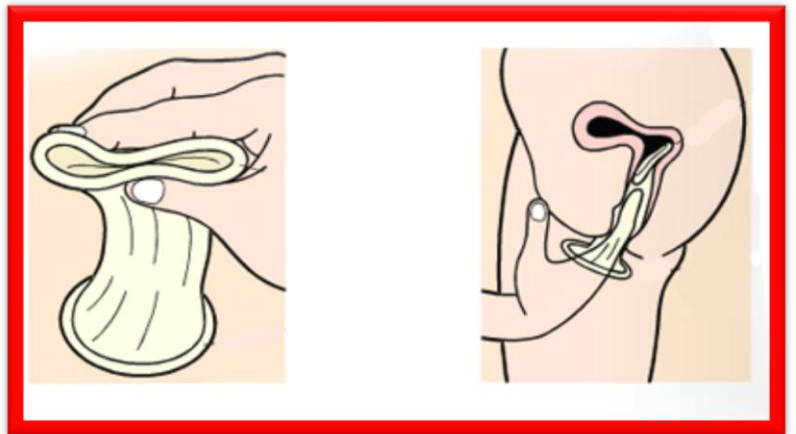


# Camisinha Feminina

Feita de látex, flexível, fino e resistente, a camisinha é como uma capa protetora da vagina.

A camisinha impede o contato entre a pele do pênis e da vagina, evitando assim o contágio de DSTs (Doenças Sexualmente Transmissíveis) durante o ato sexual, além de aprisionar os espermatozoides impedindo que o óvulo seja fecundado.



## Como usar:

Em uma posição confortável, segure a camisinha com o anel externo para baixo, comprima o anel interno com o dedo polegar e o indicador e a introduza na vagina. Com o indicador, empurre a camisinha o mais fundo possível (com o mesmo movimento feito na colocação de absorventes internos). O anel externo deve ficar cerca de 3 cm para fora da vagina.

Após a relação sexual, retire-a cuidadosamente, puxando pelo anel externo e pela “bolsa plástica”, enrole-a em um papel higiênico e jogue no lixo.

Fonte:

<http://direitodeescolha.com.br/metodos-contraceptivos/camisinha-feminina>

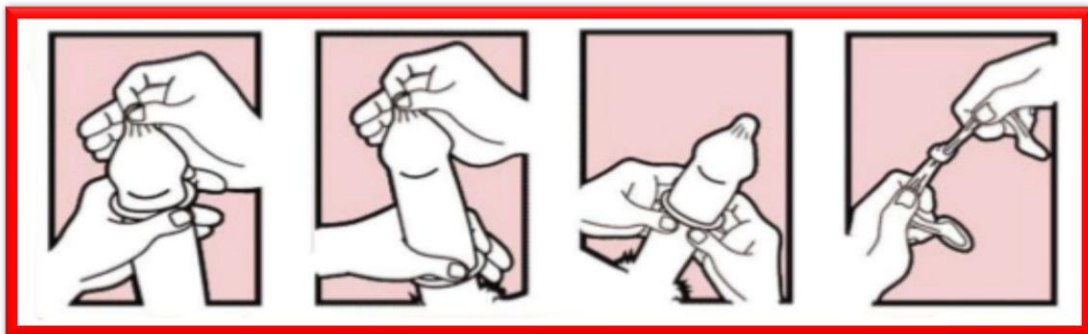
<https://i0.wp.com/catarinas.info/wp-content/uploads/2016/09/demons.jpg?fit=3868%2C2943>

[https://3.bp.blogspot.com/-0f6UAmYJITM/Vh73ZyYIWsl/AAAAAAAAADs/MdFZA6LRn8c/s1600/camisinha\\_feminina\\_uso.jpg](https://3.bp.blogspot.com/-0f6UAmYJITM/Vh73ZyYIWsl/AAAAAAAAADs/MdFZA6LRn8c/s1600/camisinha_feminina_uso.jpg)

# Camisinha Masculina

Feita de látex, flexível, fino e resistente, a camisinha é como uma capa protetora do pênis.

A camisinha impede o contato entre a pele do pênis e da vagina, evitando assim o contágio de DST's (Doenças Sexualmente Transmissíveis) durante o ato sexual, além de aprisionar os espermatozóides impedindo que o óvulo seja fecundado.



## Como usar:

A camisinha deve ser colocada no pênis ereto, antes da penetração. Você ou seu parceiro deve pressionar a ponta da camisinha, para evitar a entrada de ar, e colocá-la sobre o pênis, desenrolando-a devagar até a base.

Após a ejaculação, retire-a com cuidado, enrole em um papel higiênico e jogue no lixo

Fontes:

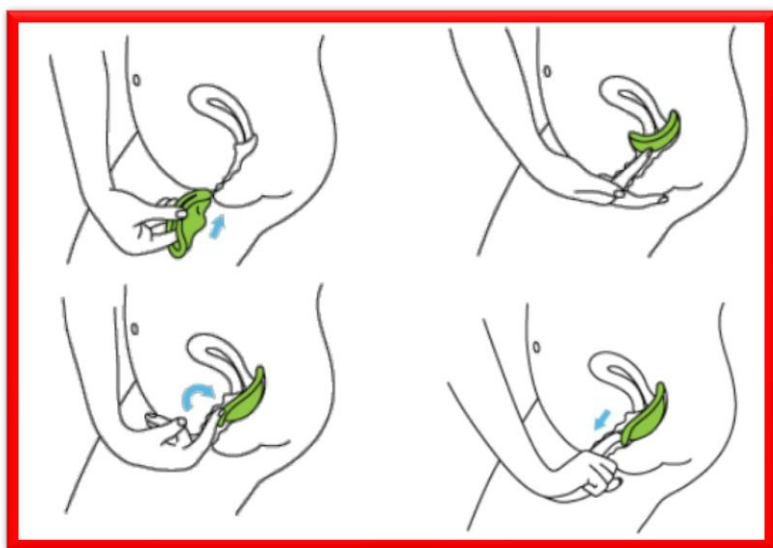
<http://direitodeescolha.com.br/metodos-contraceptivos/camisinha-masculina>

<http://minutoligado.com.br/wp-content/uploads/2014/03/camisinha-masculina.jpg>

<http://comtodaclasse.com.br/wp-content/uploads/2015/02/comocolocar.jpg>

# Diafragma

É uma cúpula feita de silicone ou látex com bordas firmes e flexíveis de tamanho entre 6 e 8 cm para ser introduzido na vagina antes da relação sexual pois ele funciona como uma barreira no colo do útero, impedindo que os espermatozoides fecundem o óvulo. É importante saber que o diafragma não protege contra Doenças Sexualmente Transmissíveis (DSTs).



## Como usar:

Com as mãos limpas, comprima o diafragma com o dedo indicador e o polegar e introduza-o no início da vagina. Depois, é necessário empurrá-lo com o dedo indicador para dentro, com o mesmo movimento que é feito na colocação de absorventes internos.

Para retirar, basta introduzir o dedo indicador na vagina e puxar o diafragma com a ponta do dedo. Você pode aplicá-lo até 6 horas antes do ato sexual e retirá-lo até 6 horas depois.

Fontes:

<http://direitodeescolha.com.br/metodos-contraceptivos/diafragma>

<http://i-exc.ccm2.net/iex/1280/2079570273/1325394.jpg>

<https://image.slidesharecdn.com/apresentao1-111103054737-phpapp02/95/metodos-contraceptivos-diafragma-e-espermicida-12-728.jpg?cb=1320300131>





# Pílula Anticoncepcional

O anticoncepcional hormonal combinado oral é um comprimido que tem em sua base a utilização de uma combinação de hormônios, geralmente estrogênio e progesterona sintéticos, que inibe a ovulação e modifica o muco cervical, tornando-o hostil ao espermatozoide.

O uso desse método contraceptivo deve ser indicado pelo médico ginecologista, pois somente após análise é possível indicar qual a pílula adequada ao seu organismo.

## Tipos de Pílula:

### Pílula Monofásica:

Tem na fórmula estrogênio e progesterona com a mesma dosagem. A utilização deve ter início entre o primeiro e o quinto dia da menstruação e termina quando a cartela acabar, geralmente com 21 comprimidos e pausa de 7 dias.

### Minipílula:

A pílula sem estrogênio possui em sua base somente progesterona. É a pílula indicada para mulheres que estão amamentando e querem evitar uma nova gravidez. Para essas mulheres, a pílula deve ser tomada todos os dias, sem interrupção.

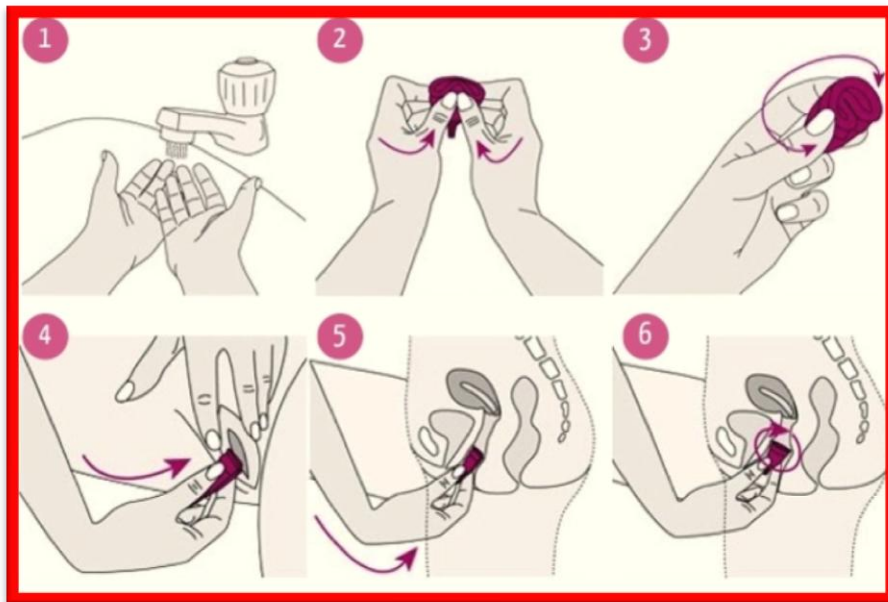
### Pílula Multifásica:

Tem combinação de hormônios com diferentes dosagens conforme a fase do ciclo reprodutivo. Essas pílulas causam menos efeitos colaterais e possuem cores diferentes, para diferenciar a dosagem e o ciclo.

É preciso tomar um comprimido por dia sempre no mesmo horário, com intervalos mensais que mudam de acordo com a pílula: 21 dias com pausa de 7; 24 dias com uma de 4 e as de 28 dias, sem pausa

# Coletor Menstrual

O coletor menstrual é um copinho de silicone hipoalérgico e antibacteriano, ajustável ao corpo e que coleta o sangue da menstruação. Ele é maleável, o que facilita na hora de colocar na vagina. Diferente do absorvente interno, que é inserido ao fundo do canal vaginal, o coletor fica na entrada da vagina. Seu tamanho é entre 7 a 9 cm. A haste serve para retirá-lo da vagina, esta deve ser cortada até a mulher encontrar o tamanho ideal para não incomodar quando estiver dentro do corpo.



## Como usar:

Basta dobrar o coletor e inseri-lo na vagina, lembrando que não precisa empurrá-lo até o fundo como se faz com o absorvente interno. Ao colocar ele todo, o coletor vai abrir e fazer um barulhinho, o que significa que foi colocado corretamente.

## Como devo higienizar o coletor menstrual?

Com água fria e sabão neutro. A cada ciclo, o ideal é limpar com água fervente.

## Quanto tempo dura?

Se higienizado de forma correta, de cinco a dez anos.

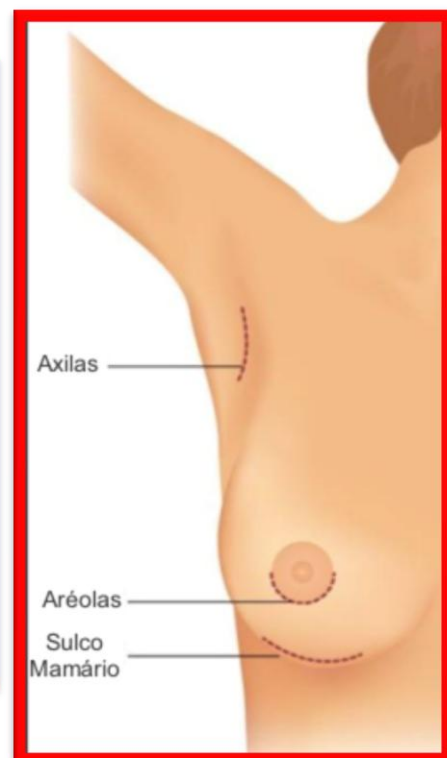
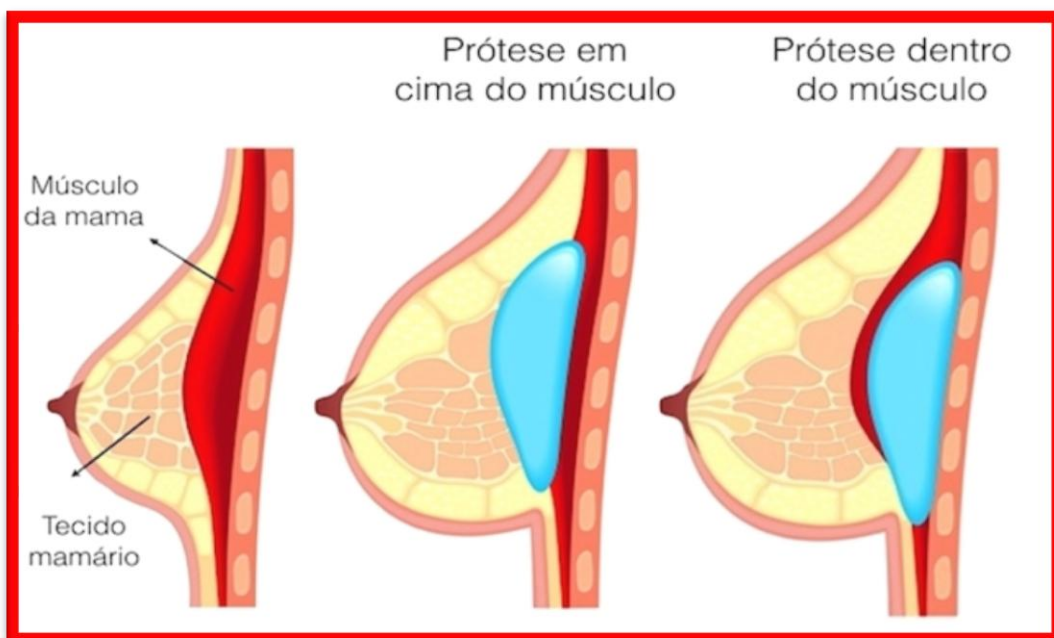
Fontes:

[http://www.correiobraziliense.com.br/app/noticia/ciencia-e-saude/2015/03/02/interna\\_ciencia\\_saude,473623/uso-do-coletor-menstrual-provoca-polemica-recomendav](http://www.correiobraziliense.com.br/app/noticia/ciencia-e-saude/2015/03/02/interna_ciencia_saude,473623/uso-do-coletor-menstrual-provoca-polemica-recomendav)

[https://static.tuasaude.com/media/article/cb/ac/como-usar-o-copo-menstrual\\_16774\\_l.jpg](https://static.tuasaude.com/media/article/cb/ac/como-usar-o-copo-menstrual_16774_l.jpg)

# Próteses de Silicone

A cirurgia de inclusão de implante de silicone, também chamada de mamoplastia de aumento, é um procedimento cirúrgico que tem como objetivo aumentar o volume das mamas e proporcionar um melhor contorno, firmeza e simetria para os seios através da inclusão de prótese de silicone. Além deste fator, na reconstrução da mama causada por uma mastectomia também é utilizada esta técnica;



## Técnicas:

A técnica usada é o implante de silicone e a incisão pode ser no sulco mamário, aréola ou axila. Pode ser colocado sob ou sobre o músculo, ou seja, o implante pode ser inserido abaixo da glândula ou do músculo.

A indicação de colocação da prótese na frente ou atrás do músculo peitoral varia de acordo com o tipo de mama da paciente. Se a mulher possui pouca glândula, comumente se põe atrás do músculo para que os implantes não fiquem muito aparentes. Quando a paciente tem uma quantidade de glândula para cobrir satisfatoriamente o implante, coloca-se na frente do músculo.

Fontes:

<http://www.minhavidade.com.br/beleza/tudo-sobre/18533-mamoplastia-conheca-os-tipos-de-plasticas-que-modelam-as-mamas>

<https://image.slidesharecdn.com/e-bookmamoplastiadeaumentoh-150701141656-lva1-app6891/95/tudo-sobre-mamoplastia-de-aumento-7-638.jpg?cb=1435760273>

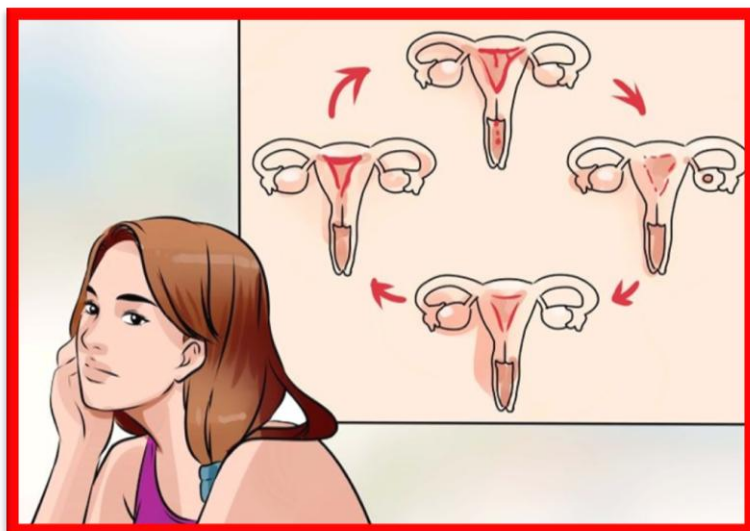
[https://static.tuasaude.com/media/article/aa/bd/mamoplastia\\_20697\\_1.jpg](https://static.tuasaude.com/media/article/aa/bd/mamoplastia_20697_1.jpg)



# Regulador Menstrual

O medicamento é utilizado para regular o ciclo menstrual, evitar ciclos longos ou curtos. O regulador Saúde da Mulher é composto por tintura de Pluméria lancifolia (agoniada) e passiflora, além do salicilato de Sódio. Esse tem como principal função o equilíbrio hormonal. Se usado no final do ciclo pode dar um empurrãozinho para a menstruação descer no dia certo. Se usado nos primeiros dias de ciclo pode ajudar com a ovulação.

Ele é considerado um medicamento alopático (produzido em larga escala ou em farmácias de manipulação de acordo com uma prescrição médica);



O regulador vendido na farmácia convencional é o regulador que tem sido mais indicado pelos médicos. Ele pode ajudar tanto casos de cólicas fortes causadas por outras doenças, como em casos de menopausa precoce pois serve como recomposição hormonal.

Em sua cartela existem duas fases hormonais e não é contraceptivo. A primeira fase da cartela é de estrogênio. São 11 comprimidos que podem repor e também adequar os hormônios. Além de regulador menstrual, o regulador é indicado também para mulheres com síndrome de ovários policísticos. Por isso, alguns médicos podem prescrever para ajudar a limpar os ovários e também amenizar os sintomas e efeitos colaterais da doença.

Fontes:

<https://www.trocandofraldas.com.br/regulador-menstrual-colocar-o-ciclo-em-dia/>

<http://www.renascerehomeopathia.com.br/Tira-duvidas/qual-a-diferenca-entre-medicamento-alopatico-e-homeopatico.html>

<https://drauziovarella.com.br/drauzio/artigos/dismenorreia-colica-menstrual/>