



Dra. Marcela Lorenzo  
GINECOLOGISTA E OBSTETRA

E - B O O K

*Consulta*  
**GINECOLÓGICA:**

O que você precisa saber





A consulta ginecológica é aquele momento em que você deve se sentir segura para tirar todas as suas dúvidas sobre cuidados com a região íntima, menstruação, métodos contraceptivos e outras questões importantes para a sua saúde.

Essa visita ao médico deve acontecer no mínimo uma vez por ano, mas caso você tenha alguma questão que precisa ser acompanhada mais de perto, a frequência das consultas pode aumentar.



Geralmente o primeiro contato com o ginecologista acontece na época da primeira menstruação, o que costuma acontecer quando a menina tem entre 10 e 14 anos. A partir dessa fase as consultas se tornam anuais, a fim de acompanhar o desenvolvimento da paciente e esclarecer dúvidas que possam aparecer com o passar do tempo.



Outro momento em que é muito importante procurar esse profissional é quando existe a intenção de ter a primeira relação sexual, já que o ginecologista vai esclarecer todas as dúvidas e dar as orientações necessárias para que a primeira vez aconteça com segurança. Além disso, vai falar em detalhes sobre os métodos contraceptivos e avaliar qual é o mais indicado para cada caso, reduzindo assim as chances de acontecer uma gravidez indesejada ou o contágio de IST por falta de informação.



Durante a fase adulta, mesmo com os inúmeros compromissos que temos no dia-a-dia, precisamos manter a consulta ginecológica sempre em dia. E, quando alguns sintomas aparecem, como menstruação desregulada ou atrasada, verrugas, corrimento com mau cheiro ou coceiras, sangramentos e dores ao urinar ou durante a relação sexual, é necessário procurar o ginecologista o quanto antes para investigar o que pode estar causando essas questões.

E quando a consulta ginecológica está sendo feita regularmente, ela geralmente vem acompanhada da realização dos exames anuais para checar se está tudo normal com a sua saúde.

Entre os exames ginecológicos mais comuns estão a ultrassonografia mamária, a transvaginal, o papanicolau e a mamografia que avaliam se há alguma alteração no seu sistema reprodutor e podem detectar alguma suspeita de câncer ou de lesões pré-câncer que precisam de tratamento imediatos. Além desses exames de imagem, também devem ser feitos os exames laboratoriais. É essencial manter os exames preventivos em dia, já



que a partir deles é possível diagnosticar alguma doença em estágio inicial e tratá-la rapidamente.

Quando for realizar esses exames ou passar por uma consulta ginecológica, é importante tomar alguns cuidados para evitar alterações nos seus exames, como não ter relações sexuais na véspera e não estar menstruada no dia da coleta do Papanicolau, já que essas questões podem influenciar o resultado do exame. Além disso, outra preocupação que as mulheres costumam ter é se precisa estar depilada quando for ao ginecologista, mas isso não é obrigatório.

Caso você esteja grávida ou pensando em engravidar, é fundamental conversar desde já com o seu ginecologista para fazer os exames necessários para saber se está tudo em ordem para uma gestação e iniciar a suplementação de vitaminas e, se a gravidez já estiver confirmada, é essencial começar a fazer logo o pré-natal e tirar todas as dúvidas necessárias, a fim de tornar esse momento, tão importante e menos caótico.





Durante a gravidez as visitas ao ginecologista se tornam bem mais frequentes, já que existem vários cuidados a serem tomados, muitas dúvidas para esclarecer e vários exames que devem ser feitos para acompanhar a gestação, sendo assim possível ver como está o desenvolvimento do bebê e identificar possíveis problemas que podem aparecer.

E a chegada da menopausa não significa que as consultas com o ginecologista acabaram, muito pelo contrário: nesse momento, é fundamental fazer um acompanhamento para identificar e aliviar possíveis sintomas da menopausa, a fim de melhorar a qualidade de vida da mulher e tratar problemas que podem aparecer nesse período, como sangramento, deficiência de nutrientes e queda dos níveis de hormônios.



Parece muita informação para lembrar, não é? Então não esqueça dessas dicas do que falar durante a consulta com o seu ginecologista:

- Irregularidades na menstruação
- Cólicas excessivas
- Corrimento amarelado ou com mau cheiro ou com coceira
- Ressecamento na vagina
- Sangramento fora do período menstrual
- Dor durante a relação sexual
- Dúvidas sobre métodos contraceptivos
- Cansaço fora do normal
- Dor ao urinar
- Verruga ou algum caroço no corpo
- Hormônios
- Diminuição da libido
- Dúvidas sobre gravidez
- Dúvidas sobre IST

Uma outra sugestão para você se preparar para a consulta é anotar tudo o que está sentindo e quais são suas dúvidas, pois é natural esquecer de falar alguma coisa no dia da consulta.



## Contato



# Dra. Marcela

Ginecologista e Obstetra



(19) 3232-0586



@dramarcelalorenzo



[www.dramarcelalorenzo.com.br](http://www.dramarcelalorenzo.com.br)

Clique nos ícones e seja redirecionado.



Dra. Marcela Lorenzo  
GINECOLOGISTA E OBSTETRA





Dra. Marcela Lorenzo

GINECOLOGISTA E OBSTETRA