



E - BOOK

# Ginecologia Integrativa

*O que é isto?*



Dra. Marcela Lorenzo  
GINECOLOGISTA E OBSTETRA

## Índice

O que é ginecologia integrativa?.....	03
Princípios.....	04
A escolha do tratamento.....	06
Contato.....	08



### ■ O que é ginecologia integrativa?

A Ginecologia integrativa tem como objetivo abordar todos os aspectos da saúde da mulher, trabalhando o corpo como um todo ao invés de focar apenas na parte ginecológica.

O foco dessa prática é melhorar a qualidade de vida da paciente e ajudá-la a encontrar o equilíbrio entre corpo, mente e espírito. Por conta disso, as práticas da ginecologia integrativas podem ser usadas sem que haja uma doença que precise de tratamento, servindo assim também como uma prevenção de problemas futuros.

Essa prática possibilita o trabalho em conjunto com uma equipe multidisciplinar, que pode contar com psicólogos, nutricionistas, educadores físicos e profissionais de outras especialidades, para que o tratamento tenha um retorno melhor e as questões possam ser resolvidas sem acarretar outros problemas.



### ■ Princípios

A Ginecologia Integrativa conta com a participação de outras especialidades da área da saúde.

Para isso, é importante que os profissionais que trabalham em conjunto com o paciente tenham um plano de tratamento ao qual todos tenham acesso, para que haja o compartilhamento dos resultados e a integração entre as diferentes áreas, possibilitando assim uma análise mais precisa dos progressos e do que precisa ser melhorado. É importante também que o médico explique todos os procedimentos feitos, como funcionam e para que servem, pois essa parte educativa também é relevante para o tratamento.

Além disso, esse método visa ajudar a mulher a trabalhar o autoconhecimento, autoresponsabilidade, a despertar o desejo de mudança para hábitos mais saudáveis e a criar metas de saúde.



Esse tipo de abordagem geralmente é procurado quando a mulher quer melhorar a qualidade de vida ou apresenta algum problema e deseja tratá-lo com o mínimo de procedimentos invasivos possível.

Alguns dos problemas que apresentam boa resposta ao tratamento da medicina integrativa são endometriose, infertilidade, síndrome dos ovários policísticos, infecções vaginais recorrentes como a candidíase, dores, ansiedade, fadiga e outros.



## I A escolha do tratamento

Para escolher um tratamento adequado é importante conversar com o ginecologista, pois ele orientará melhor qual tratamento atenderá melhor os objetivos da paciente, mas a escolha final deverá ser sempre dela.

Por esse motivo, é fundamental que o médico explique em detalhes sobre os tratamentos, apontando os benefícios e a eficácia. Além disso, é importante ressaltar que nem todos os tratamentos funcionam da mesma maneira, pois cada corpo reage de uma forma.

Para que o tratamento faça o efeito esperado, é preciso tomar alguns cuidados como praticar atividades físicas regularmente, ter uma alimentação saudável e ter um sono regulado. Esses cuidados ajudarão a melhorar a qualidade de vida da paciente, trazendo benefícios como maior disposição para realizar as atividades diárias, controle da ansiedade e a melhora de suas condições ginecológicas.



Um dos tratamentos recomendados pela ginecologia integrativa é a soroterapia, pois ela faz a suplementação de forma intramuscular ou intravenosa, de forma que os nutrientes, minerais ou outras substâncias necessárias de serem repostas no corpo sejam absorvidas de maneira mais rápida e fácil.



## 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