



**Pílulas
de
Saúde**



Mútua

O QUE DEVO FAZER SE A MENSTRUACÃO ESTIVER IRREGULAR OU COM FLUXO INTENSO?

Irregularidade menstrual e fluxo muito forte podem ser sinais de algo que precisa ser avaliado, mas nem sempre indicam algo grave. Em muitos casos, o tratamento é bem simples, com ajuste de estilo de vida e, se necessário, medicação orientada por ginecologista.

Quando é considerado irregular?

Quando o ciclo é menor que 21 dias ou maior que 38 dias de forma habitual, na mulher adulta; quando há ausência de menstruação por 3 ciclos consecutivos ou mais; quando ocorrem mudanças no padrão individual do ciclo.

Quando o fluxo pode ser considerado “muito forte”?

Quando é necessário trocar o absorvente a cada 1 ou 2 horas; quando a menstruação dura mais de 7 dias ou quando há coágulos grandes; quando o fluxo atrapalha trabalho, estudos, exercícios ou exige suspender atividades; e quando a mulher se sente fraca ou indisposta durante a menstruação.

A avaliação do ginecologista é indispensável quando há:

- sangramento tão intenso que a mulher desmaia, sente tontura intensa ou palidez marcada (pode ser anemia/hipovolemia);
- sangramento após a menopausa ou fora da menstruação;
- dor pélvica forte ou febre associada;
- irregularidade que dura 3 ciclos consecutivos ou mais ou fluxo intenso que complica o dia a dia da mulher.

Na avaliação, o médico analisa a situação clínica da paciente, avalia riscos, indica os exames necessários, bem como os medicamentos e intervenções pertinentes.

Dra. Mirian Cruz de Souza Santos

Ginecologista