5 pontos para saber

se você precisa de tratamento íntimo

ATHENA

Cuidar-se é um ato *de amor próprio.*

E esse é um dos temas mais tratados atualmente, principalmente pelas mulheres. A revolução sexual dos anos 1960 trouxe uma constante mudança nos hábitos e relacionamento femininos.

E agora as mulheres da chamada geração Y ou geração Milênio, nascidas entre 1980 e 1995, têm revolucionado o modo de pensar da sociedade atual. Criadas na era da tecnologia e informação, hoje vivenciam novas expectativas em termos de trabalho, família e sexualidade.

Esse novo estilo de vida envolve a constante busca pelo autoconhecimento e o desenvolvimento da autoestima para conquistar o equilíbrio em todas as áreas. **E o pilar disso tudo é o cuidado com o corpo, a mente e a alma.**

Não é à toa que a expectativa de vida da mulher é maior. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a expectativa de vida da população brasileira é de 74,9 anos. Para eles, a esperança ao nascer é de 71,3 anos; para elas, 78,6.

Devido a essa busca pelo equilíbrio e pelo conhecimento do próprio corpo, **as mulheres de todas as faixas etárias têm aumentado a sua atividade sexual**. Mesmo que a substância ligada ao desejo sexual seja a testosterona (mais presente nos homens), muitas mulheres proativas possuem mais desse hormônio circulando pelo corpo.

A libido feminina é influenciada por diversos motivos, dentre eles, o fator social, que hoje está bem diferente: as mulheres vivem cada vez mais a sua sexualidade e expressam seus desejos. E isso está diretamente ligado à saúde íntima feminina.

Porém, infelizmente, muitas mulheres ainda sofrem de problemas íntimos como coceira, ressecamento, incontinência urinária e flacidez vaginal. **Essas condições surgem por diversos motivos diferentes, mas incomodam, e muitas vezes as mulheres não imaginam que isso é um problema comum e que pode ser resolvido.**

Problemas íntimos geram baixa autoestima e queda na qualidade de vida: sentimentos de inadequação, perda do desejo sexual, isolamento social, depressão, insegurança, desequilíbrio emocional e conflitos internos, por exemplo.

Essas condições são mais comuns do que pode parecer. Neste material vamos mostrar os sintomas dos problemas íntimos mais comuns, o que pode ser e quais são as novas soluções de tratamento íntimo que a medicina oferece.

RESSECAMENTO VAGINAL

Você sente uma coceira, queimação ou irritação na vagina, diminuição da elasticidade e dores durante as relações sexuais? Isso pode ser ressecamento vaginal.

AS CAUSAS:

A falta de lubrificação **afeta mais de 20% das mulheres no primeiro ano da menopausa**. Após o terceiro ano, o percentual ultrapassa 45%. Trata-se de uma consequência da baixa produção de estrogênio pelo organismo. Também pode ocorrer em outros períodos da vida da mulher, tais como:

- Durante a amamentação;
- Durante o uso de medicamentos como antidepressivos;
- Se a mulher toma bebidas alcóolicas em excesso;
- Devido a alguns tratamentos, como a quimioterapia ou radioterapia

COMO ALIVIAR OS SINTOMAS:

Para mulheres que estão no início da menopausa, a terapia de reposição hormonal pode ajudar a diminuir o ressecamento. Você também evita os sintomas ao praticar atividade sexual com regularidade, pois isso ajuda a aumentar o fluxo sanguíneo na vagina, promovendo a lubrificação. Outra sugestão é usar lubrificantes ou hidratantes intravaginais e fazer mudanças na alimentação, preferindo alimentos vivos e evitando os industrializados.

INCONTINÊNCIA URINÁRIA

Esse assunto é constrangedor para muitas pessoas, mas é importante avaliar se você tem sintomas de incontinência urinária. **A gravidade varia, pois em alguns casos, a pessoa não consegue segurar a urina ao fazer esforços como tossir ou espirrar, em outros, a vontade de urinar é tão súbita e forte que não dá tempo de chegar ao banheiro.**

AS CAUSAS:

Mais de 10 milhões de brasileiros de todas as idades sofrem com essa condição, que afeta ainda mais as pessoas com idade avançada. E as mulheres têm mais predisposição que os homens por dois motivos: primeiro é que há um esforço físico causado pela gestação e o segundo há uma queda nos níveis de estrogênio depois da menopausa.

As mulheres ainda podem ter incontinência urinária por diversos outros motivos:

- Infecção do trato urinário;
- Prisão de ventre;
- Estresse emocional;
- Menopausa;
- Histerectomia (remoção de parte ou da totalidade do útero, por via abdominal ou vaginal);
- Obstrução do trato urinário;
- Distúrbios neurológicos, tais como esclerose múltipla, doença de Parkinson, AVC, tumor cerebral ou uma lesão da coluna vertebral.

A sua alimentação também pode estar contribuindo para ter você ter incontinência urinária e algumas mudanças podem contribuir com a melhora. Observe se você consome muito dessas bebidas:

- Álcool;
- Cafeína;
- Chás com cafeína;
- Refrigerante;
- Adoçantes artificiais;
- Xarope de milho;
- Alimentos ricos em especiarias e açúcar;
- Alimentos ácidos e cítricos;
- Uso de medicamentos para doenças cardíacas e pressão arterial, além de sedativos e relaxantes musculares;
- Grandes doses de vitaminas B ou C.

TRATAMENTOS TRADICIONAIS POSSÍVEIS:

- Fisioterapia com recurso à eletroestimulação (técnica que ajuda a mulher a fortalecer e a contrair os músculos pélvicos);
- Exercícios de Kegel (exercícios específicos para os músculos do pavimento pélvico);
- Evitar bebidas e alimentos diuréticos;
- Medicamentos para a bexiga a fim de aumentar o seu tônus muscular;
- Cirurgia para reparar qualquer problema do trato urinário.

SECURA, ARDÊNCIA, PRURIDO E CORRIMENTO VAGINAL

Aqui a lista de sintomas é mais extensa. Você sente secura, ardência, prurido e corrimento vaginal leve? Esse quadro está associado à dores, diminuição da lubrificação durante as relações sexuais e até sangramento leve após o ato? Você tem sentido ardência ao urinar e incontinência urinária? Esses sintomas isolados ou em conjunto podem ser atrofia vaginal (por isso é muito importante sempre ser avaliada por um médico ginecologista!).

AS CAUSAS:

Apesar de ser uma condição pouco conhecida, **a atrofia vaginal afeta cerca de 50% das mulheres.** Isso porque assim como o resto do corpo, a vagina muda ao longo do tempo, especialmente após a menopausa.

A atrofia vaginal também pode ocorrer após o parto ou durante a amamentação, já que os níveis de estrogênio estão mais baixos nestes momentos. Por último, também pode acontecer com mulheres mais jovens que removeram os ovários por cirurgia.

TRATAMENTOS TRADICIONAIS POSSÍVEIS:

- Reposição hormonal;
- Lubrificantes à base de água e pomadas de estrogênio para região íntima.

PELE FLÁCIDA E COM RUGAS

Após os 40 anos, quando a mulher está prestes a entrar na menopausa, ocorre uma grande absorção da gordura dos grandes lábios, tornando a pele flácida e com rugas. Não há o que se envergonhar, pois essa é uma evolução natural do corpo da mulher e isso tem solução.

AS CAUSAS:

A menopausa é um período de grandes mudanças hormonais e, consequentemente, físicas, mas outros fatores podem contribuir com a flacidez nos grandes lábios. Como:

- Sedentarismo;
- Tabagismo;
- Múltiplos partos;
- Mulheres que se recuperam de cirurgia bariátrica, por conta da drástica perda de peso.

TRATAMENTOS TRADICIONAIS POSSÍVEIS:

Cirurgia plástica íntima denominada “redução dos grandes lábios vaginais”.

ESCURECIMENTO DA REGIÃO ÍNTIMA

Localizada em uma região de pele delicada, a virilha está sujeita a escurecer. E isso traz constrangimento a diversas mulheres, sendo comum principalmente naquelas de pele morena ou acima do peso.

AS CAUSAS:

·Atrito (contato da área com roupas e atrito de pele com pele, principalmente em quem está com sobrepeso);
·Micose causada por fungos, que ocorre pelo fato da virilha estar sempre coberta com roupas enfrentando calor e umidade;
·Depilação (em algumas pessoas causa pelos encravados, que inflamam, e a inflamação constante da pele resulta em escurecimento). O mesmo caso serve para mulheres alérgicas a metal e que raspam os pêlos com lâmina.
·Alterações na pigmentação da pele: após partos, usos de suplementos ou micose.

TRATAMENTOS TRADICIONAIS POSSÍVEIS:

Despigmentantes e ácidos, como hidroquinona, ácido fítico, ácido kojico e ácido azelaico.

E agora?

Agora que você está bem informada, já conseguiu identificar alguns sintomas, suas causas e as soluções mais comuns, **é hora de marcar uma consulta com seu ginecologista.**

Você pode aproveitar o momento para fazer o checkup de rotina e também para se informar sobre a possibilidade de tratar esses sintomas se você os apresentar.

Além das formas convencionais de tratamento já citadas, **é importante você saber que o tratamento íntimo agora conta com uma nova abordagem: o LASER!**

ATHENA

LASER NA GINECOLOGIA: TECNOLOGIA ATHENA®

REVOLUCIONA TRATAMENTOS PARA A SAÚDE ÍNTIMA DA MULHER

O **LASER** é usado em diversos procedimentos clínicos e estéticos para diversas partes do corpo e agora pode ser usado também para tratamento íntimo**. A novidade no mercado é a tecnologia ATHENA®, que por meio da energia LASER emitida, proporciona melhorias na saúde da mulher na fase da pós-menopausa, atuando com precisão, segurança e eficácia no tratamento da atrofia vulvovaginal, ressecamento vaginal e combate à incontinência urinária.**

O **LASER ATHENA®** é o único do mercado que pode ser aplicado de modo uniforme e controlado de duas formas: aplicada diretamente na parede do canal vaginal ou sobre a região íntima externa. Como **ATHENA®** atua no canal vaginal: O transdutor estimula a resposta cicatricial local e aumenta a hidratação natural da região, induzindo ainda ao efeito de contração de colágeno. **É indicada para ressecamento vaginal, incontinência urinária e atrofia vulvovaginal.**

COMO É O PROCEDIMENTO:

- O dispositivo é inserido no canal vaginal;
- Os disparos são feitos em forma de pulsos espaçados;
- O procedimento dura cerca de 5 a 10 minutos e é muito parecido com o exame de ultrassom intravaginal.

COMO ATHENA® ATUA NA REGIÃO ÍNTIMA EXTERNA:

ATHENA® atua na remoção da camada do tecido da pele enquanto estimula o colágeno. O resultado é o clareamento da região e a indução ao efeito de compressão dos pequenos e grandes lábios, tratando, assim, a flacidez local.

Em todos os casos, o **LASER ATHENA®** é um procedimento minimamente invasivo, que possui baixa incidência de complicações, é indolor para a maioria dos pacientes, e realizado em ambiente de consultório, dispensando internação ou anestesia.

COMO É O PROCEDIMENTO:

- O dispositivo é inserido no canal vaginal;
- Os disparos são feitos em forma de pulsos espaçados;
- O procedimento dura cerca de 5 a 10 minutos e é muito parecido com o exame de ultrassom intravaginal.

COMO ATHENA® ATUA NA REGIÃO ÍNTIMA EXTERNA:

ATHENA® atua na remoção da camada do tecido da pele enquanto estimula o colágeno. O resultado é o clareamento da região e a indução ao efeito de compressão dos pequenos e grandes lábios, tratando, assim, a flacidez local.

Em todos os casos, o **LASER ATHENA®** é um procedimento minimamente invasivo, que possui baixa incidência de complicações, é indolor para a maioria dos pacientes, e realizado em ambiente de consultório, dispensando internação ou anestesia.

Entenda como ATHENA® atua em cada caso

Incontinência Urinária	· Indicado para graus leves e moderados de incontinência urinária; · O tratamento a LASER entra como excelente coadjuvante e soma-se às técnicas cirúrgicas consagradas para aumentar sua eficiência; · Com os disparos do LASER efetuados em sequência, a uretra torna-se mais eficiente, sem causar extravasamentos.
Atrofia vulvovaginal	· Realiza o procedimento que restaura a espessura da parede vaginal e da vulva; · O equipamento emite LASER fracionado Er:YAG 2940 nm, o que permite que a aplicação seja amplamente controlada pelo médico, entregando a energia de forma muito mais precisa na mucosa íntima, pequenos/grandes lábios e região da virilha; · O calor do LASER promove aumento das células e estimula a produção de colágeno; · Dependendo do grau da atrofia, é estabelecido um número determinado de sessões. Quanto mais tempo dos sintomas, maior o número de sessões.
Ressecamento vaginal	· A terapia a LASER pode ser indicada isolada ou associada a medicamentos intravaginais como promestriene e estriol, por exemplo; · As sessões de LASER vaginal são de duas a três com intervalos de seis semanas e podem ser sugeridas manutenções anuais.
Flacidez e escurecimento na região íntima	· O LASER genital pode executar o clareamento, especialmente em associação com peelings e luz pulsada; · Também pode eliminar lesões indesejáveis verrugas ou pequenos tumores vasculares; · Deve ser aguardado um período de 30 dias entre as seções para que o estímulo térmico nos tecidos se manifeste em forma de espessamento da mucosa e produção de colágeno e elastina; · Em até 7 dias após a aplicação, a paciente já pode voltar a ter relações sexuais.

ATHENA

EM QUANTO TEMPO OS RESULTADOS DO ATHENA® SÃO SENTIDOS

A sensação de alívio devido ao ressecamento (coceira, por exemplo) costuma ser imediata, nos primeiros dias conseguintes ao tratamento íntimo, de acordo com a maioria das pacientes. Os resultados percebidos sobre aumento da lubrificação local, melhora das condições gerais de flacidez e compressão da região pélvica para redução da incontinência urinária, ocorrem normalmente a partir de 3 a 6 semanas, após terminado todo o plano de tratamento.

Depois desse período, os resultados tendem a permanecer em seu auge por cerca de 6 meses a 1 ano. São recomendadas sessões de manutenção (conforme cronograma estipulado pelo médico).

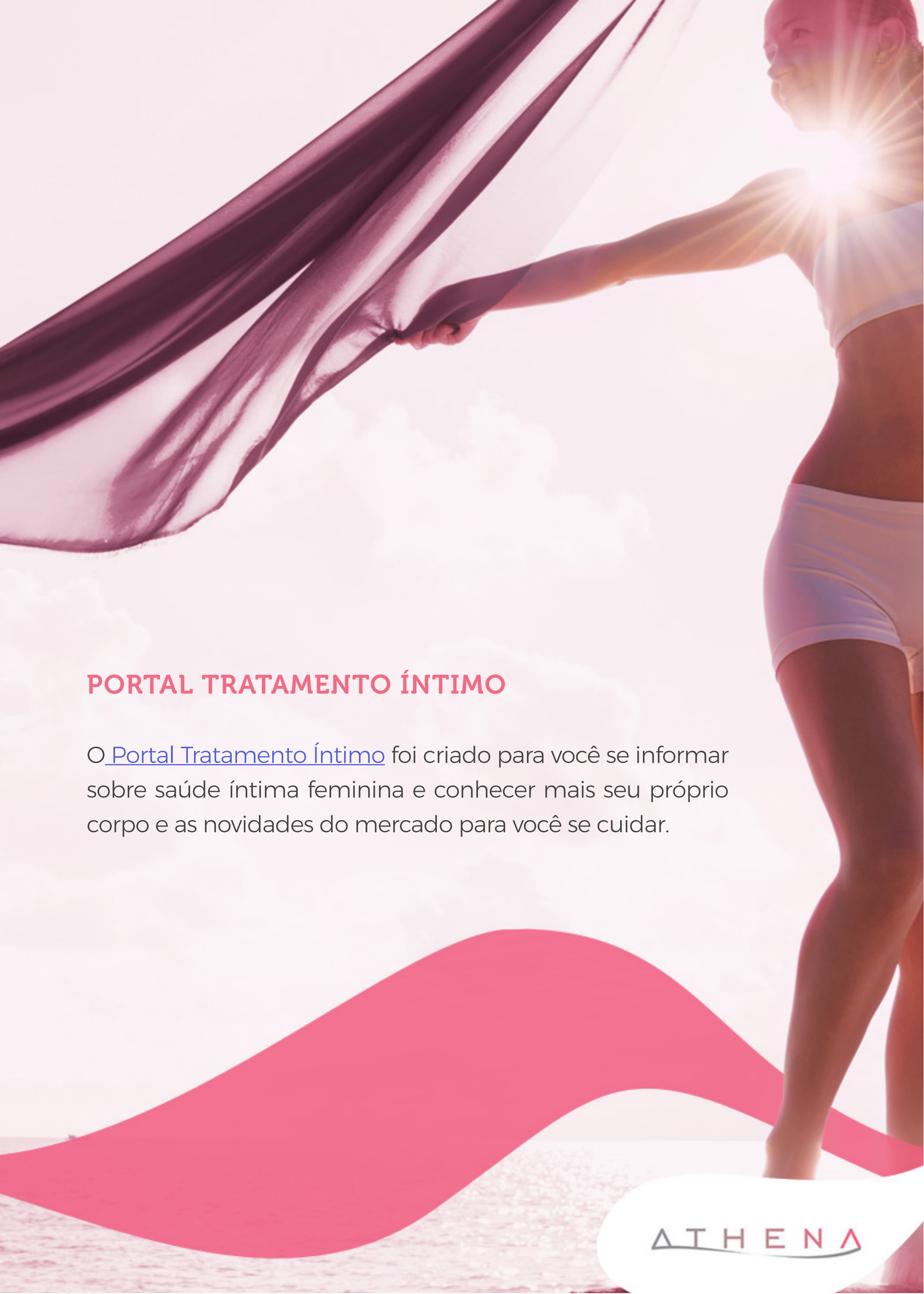
Sentir-se bem e segura é possível em todas as fases da vida

Conviver com quem você ama, gostar de você mesma, vestir aquele biquíni sem receio, namorar e viver sem bloqueios não tem preço, não é mesmo? A saúde íntima está diretamente ligada à felicidade da mulher.

Como mostramos, graças ao avanço da medicina, a correção de alguns problemas que abalam a qualidade de vida pode ser obtida com algumas mudanças na alimentação, na rotina e também com tratamentos que utilizam tecnologia a **LASER**: um procedimento rápido, fácil e seguro, que dispensa dor, internação ou anestesia.

O importante é consultar um médico de confiança. Somente ele é capaz de verificar seu caso e indicar o que é melhor para você. E se você quiser conhecer a tecnologia **ATHENA®** você pode se consultar com um de nossos médicos parceiros. Deixe seu contato que indicaremos o profissional mais próximo de você!

ATHENA



PORTAL TRATAMENTO ÍNTIMO

O Portal Tratamento Íntimo foi criado para você se informar sobre saúde íntima feminina e conhecer mais seu próprio corpo e as novidades do mercado para você se cuidar.

ATHENA