



Quero ser Mãe

Está tentando engravidar? Este ebook foi criado para você!

@draSuelyResende





A jornada de uma mulher tentante...

Sou especialista na área de Reprodução Humana há mais de 20 anos, sei bem quais são os sentimentos que acompanham uma mulher que está tentando engravidar! Dúvidas e incertezas, não saber se o positivo virá, se ainda é possível engravidar e quanto tempo levará para realizar este sonho.

**Estou aqui para te trazer esperança!
Infertilidade tem tratamento!**

Sei que não é fácil, mas acreditar é preciso para que sonhos se realizem.

Neste ebook trarei temas importantes para você tentante!
Cada tópico foi preparado com muito carinho para ajudá-la nesta jornada.

"Pensamentos positivos geram resultados Positivos!"

Dra. Suely Resende



Temas

Por que não consigo engravidar?.....	01
Hábitos que causam infertilidade.....	03
Causas comuns de infertilidade.....	04
Tratamentos para engravidar.....	05
Técnicas Complementares.....	06
Já realizou o tratamento?.....	07
Relato de uma ex Tentante.....	09
Fale comigo!.....	10

Dra. Suely Resende



Por que não consigo engravidar?

Tenho certeza que você já se perguntou sobre isso inúmeras vezes, saiba que este é o primeiro passo para conseguir engravidar!

Após algumas tentativas, surge o questionamento infundável na busca de entender o por que a gestação não está acontecendo. O erro de algumas pessoas é se questionarem sobre isso mas não buscarem por uma resposta.

O processo de investigação para identificar as causas da infertilidade é extremamente importante! Pois é nesta busca pelo diagnóstico médico correto que é possível saber quais são as causas da infertilidade e iniciar o tratamento.

Apenas esperar...

Este é o erro de muitos casais que não conseguem ter filhos! São muitos anos de tentativas sem buscar por ajuda médica, ficam apenas esperando... *Pois vai que uma hora dá certo...*

Não adie a busca por ajuda médica! A infertilidade pode estar associada a outras doenças que comprometem o sistema reprodutor do homem e da mulher. Quando tratamos as causas em seu estado inicial, o tratamento pode ser mais simples, e maiores podem ser as chances de conseguir o positivo.

O Tempo é um pilar importante da fertilidade

A fertilidade feminina está diretamente ligada ao ciclo menstrual e à ovulação. À medida que as mulheres envelhecem, a qualidade e quantidade dos óvulos diminui, o que pode levar a problemas de fertilidade. O envelhecimento pode afetar o útero de várias maneiras.

Com o tempo, a produção de estrogênio e progesterona diminui, o que pode levar a mudanças no útero, incluindo a diminuição da espessura do revestimento uterino e a diminuição da elasticidade do tecido. Além disso, a idade pode aumentar o risco de alterações que afetam o útero, como miomas e pólipos.



Por que não consigo engravidar?

Existem diversos fatores/doenças que podem estar causando a infertilidade, veja a seguir algumas das possíveis causas:

Hábitos que causam infertilidade

Hábitos que podem causar infertilidade em mulheres:

- Fumar: o tabagismo reduz a qualidade dos óvulos e aumenta o risco de aborto.
- Consumo excessivo de álcool: pode afetar a ovulação e reduzir a fertilidade feminina.
- Estresse: níveis elevados de estresse podem afetar a ovulação e interferir na fertilidade feminina.
- Peso: tanto o excesso de peso quanto a baixa massa corporal podem afetar a ovulação e reduzir a fertilidade.
- Alimentação: Uma alimentação ruim prejudica grandemente a fertilidade, contribuindo para o agravamento de diversas doenças que causam infertilidade. Ter uma alimentação saudável pode ajudar a engravidar!
- Exercícios físicos: A prática de atividade física moderada pode aumentar a fertilidade de maneira significativa, mas atenção! A movimentação exagerada, que leva ao esgotamento físico, pode afetar negativamente as chances de concepção.

Hábitos que podem causar infertilidade em homens:

- Fumar: o tabagismo pode reduzir a contagem de espermatozoides e prejudicar sua qualidade.
- Consumo excessivo de álcool: pode reduzir a contagem de espermatozoides e prejudicar sua qualidade.
- Uso de drogas recreativas: algumas drogas, como a maconha e a cocaína, podem reduzir a contagem de espermatozoides e prejudicar sua qualidade.
- Exposição a substâncias tóxicas: exposição a pesticidas, metais pesados e outras substâncias tóxicas pode prejudicar a fertilidade masculina
- Alimentação: Uma alimentação ruim prejudica grandemente a fertilidade, contribuindo para o agravamento de diversas doenças que causam infertilidade.
- Exercícios físicos: A prática de atividade física moderada pode aumentar a fertilidade de maneira significativa, mas atenção! os exercícios em excesso podem diminuir a concentração de espermatozoides e baixar os níveis de testosterona.



Por que não consigo engravidar?

Causas comuns de infertilidade

Existem diversas causas possíveis de infertilidade, tanto em homens quanto em mulheres. Algumas das causas mais comuns incluem:

Causas de infertilidade feminina:

- Distúrbios ovulatórios, como a síndrome dos ovários policísticos
- Endometriose / Adenomiose
- Problemas nas trompas de Falópio, como obstrução ou danos
- Anormalidades uterinas, como miomas ou pólipos
- Problemas hormonais, como hipotireoidismo
- Idade avançada,

Causas de infertilidade masculina:

- Baixa produção de espermatozoides
- Problemas com a motilidade dos espermatozoides
- Anormalidades na forma ou tamanho dos espermatozoides
- Obstrução no ducto deferente ou na uretra
- Varicocele (inchaço nas veias dos testículos)
- Exposição a toxinas ambientais ou radiação

É importante lembrar que muitos fatores podem contribuir para a infertilidade e que a causa pode ser multifatorial. Se você está preocupado com sua fertilidade ou tem dificuldades para engravidar, é importante consultar um especialista em fertilidade para avaliação e tratamento adequados.



Tratamentos para engravidar

Existem vários tratamentos disponíveis para ajudar casais com dificuldade para engravidar. A escolha do tratamento depende da causa da infertilidade e de vários outros fatores, como a idade do casal e a saúde geral.

Alguns exemplos de tratamentos para engravidar incluem:

- Para melhorar a saúde reprodutiva, dietas e restrições podem ser solicitadas pelo médico, de acordo com a necessidade do casal.
- Tratamentos específicos quando identificadas alterações, como endometriose, obstrução nas trompas, miomas e pólipos que atrapalham a fertilização.
- Medicamentos para estimular a ovulação: como citrato de clomifeno e gonadotrofinas, que ajudam a estimular a ovulação em mulheres que não ovulam regularmente. O processo é realizado com acompanhamento médico e monitoramento ultrassonográfico para acompanhar o desenvolvimento folicular até a ovulação, (Coito Programado).
- Inseminação intrauterina (IIU): um procedimento em que o sêmen é coletado e preparado em um laboratório e então inserido diretamente no útero da mulher, aumentando a chance de fertilização. Nesta técnica também é utilizado acompanhamento médico e monitoramento ultrassonográfico para acompanhar o desenvolvimento folicular até a ovulação.
- Fertilização in vitro (FIV): um procedimento em que os óvulos são coletados da mulher e fertilizados com espermatozoides em um laboratório. Embriões saudáveis são então transferidos para o útero da mulher. Nesta técnica também é utilizado acompanhamento médico e monitoramento ultrassonográfico para acompanhar o desenvolvimento folicular para captação dos óvulos e preparo endometrial para transferir o embrião.
- Doação de óvulos ou espermatozoides: em casos de infertilidade causada por problemas genéticos ou de produção de óvulos ou espermatozoides, pode ser uma opção considerar a doação de óvulos ou espermatozoides de doadores anônimos.
- Barriga silidária: em casos em que a mulher é incapaz de carregar uma gravidez, uma terceira pode carregar o embrião fertilizado em seu útero.



Tratamentos para engravidar

Técnicas Complementares

- Intracytoplasmic Sperm Injection (ICSI): um procedimento em que um único espermatozoide é injetado diretamente no óvulo para aumentar a chance de fertilização em casos de baixa contagem de espermatozoides ou baixa mobilidade.
- Assisted Hatching: um procedimento em que é aberto um pequeno orifício na camada externa do embrião para ajudá-lo a se implantar no útero.
- Criopreservação: um processo de congelamento de óvulos, espermatozoides ou embriões para uso posterior.
- Diagnóstico Genético Pré-Implantação (PGD): um procedimento em que os embriões são testados para doenças genéticas antes da transferência para o útero, reduzindo o risco de transmitir doenças genéticas aos filhos.
- Time-lapse Monitoring: um método de monitoramento do desenvolvimento do embrião em tempo real através de câmeras em uma incubadora especializada, permitindo uma seleção mais precisa de embriões saudáveis para transferência.

É importante lembrar que cada casal é único e que o tratamento mais adequado para você pode ser diferente do tratamento que funciona para outra pessoa. É importante conversar com um especialista em fertilidade para determinar o melhor curso de ação para o seu caso específico.



Já realizou o tratamento?

Não desista!

Se você já fez algum tratamento para engravidar e não teve sucesso, pode ser uma situação difícil e frustrante. No entanto, existem várias opções que podem ser consideradas para ajudar a alcançar a gravidez.

- 1. Reavaliar as causas:** Ter um diagnóstico completo de todas as causas nem sempre é fácil, pois a infertilidade pode ser multifatorial, realizar todos os exames solicitados pelo médico é extremamente importante.
- 2. Protocolos médicos:** Dentro de cada técnica existem diversos protocolos médicos a serem seguidos, por exemplo, dois casais podem realizar a mesma técnica de Reprodução Humana, mas cada casal terá um tempo X para a conclusão do tratamento, as medicações serão diferentes, para um casal poderá ser solicitado técnicas complementares e para o outro não. Quando um resultado for negativo, nem sempre a técnica utilizada deverá ser substituída, mas o protocolo médico poderá ser reavaliado para a próxima tentativa.
- 3. Outra técnica:** O médico realizará uma análise clínica para planejar uma nova estratégia, para aumentar as chances do positivo, uma técnica mais avançada pode ser indicada.
- 4. Taxas de gestação por tentativa:** Também conhecida como taxa cumulativa. A cada tentativa as chances de concepção aumentam, exemplo, por meio do coito programado é de 20% a 25% de chances por ciclo, sendo a taxa de gravidez cumulativa (em seis meses) de 60% a 75%. Claro que dentro desta porcentagem precisam ser avaliados diversos fatores como saúde geral do casal, idade, estilo de vida etc. Isso significa que a cada tentativa, as chances do positivo aumentam, podendo se fazer necessário mais de 3 tentativas para conseguir engravidar, (isto não é uma regra e dependerá do caso de cada casal, muitas conseguem o positivo entre a 1º e 3º tentativa).



Já realizou o tratamento?

Não desista!

Outra opção é a utilização de óvulos ou espermatozoides doados, que podem aumentar as chances de sucesso. A adoção também pode ser uma alternativa para quem deseja formar uma família. Independentemente do caminho escolhido, é importante lembrar que o processo pode ser emocionalmente desafiador. Buscar apoio de amigos, familiares ou grupos de apoio pode ser muito útil para lidar com os sentimentos que surgem nessa fase.

Não desista, converse com seu médico e avalie todas as opções disponíveis para encontrar a melhor solução para você.

Infertilidade tem tratamento!

O positivo vai chegar, não desista de tentar!



Relato de uma ex Tentante

[Veja na íntegra: Post, a sua História pode inspirar! Ver nos comentários.](#)
[\(clíck aqui\)](#)

De: Uma "mãe por tratamento"

Para: Uma "tentante em tratamento"

Querida tentante,

Envio essa mensagem a você para te trazer esperança novamente. Quem vos fala é, atualmente, mãe de um bebê lindo vindo por meio de uma FIV, mas, não se engane, ele não chegou a mim na primeira tentativa.

Eu vivenciei os quilos a mais (e vivencio um pouco deles até hoje), as mudanças de humor, muitas vezes náuseas e tonturas, a indisposição, as perdas e a pressa para que o tempo passe mais rápido.

Vivenciei dias em que queria desistir, e outros em que me via mais próximas do meu bebê, isso me encorajava a prosseguir. Vivi dias em que a esperança parecia estar tão longe de mim e a imagem de ter um filho nos braços me parecia até uma ideia utópica.

Hoje eu falo com você, tentante, aquela que mesmo antes de estar grávida já tem um coração de mãe, tem planos de mãe, tem ideias da mãe que quer ser para seus filhos, aquela que tem muitos sonhos, mas que às vezes parecem que não se realizarão, aquela que fica a imaginar como será a cor dos olhos do seu bebê, se ele será grande ou pequeno e até se será mais de um.

Hoje eu venho do futuro para te dizer; Tudo isso passa e no momento em que você olhar para os olhos do seu (ou seus) filho(s), o que permanecerá em seu coração, será o sentimento de que cada dor, cada sofrimento, cada dia difícil valeu a pena.

As mães "naturais" que me perdoem (porque eu nunca fui uma delas e só tenho propriedade para dizer sobre aquilo que já vivi), mas as "mães por tratamento", quando finalmente olham para seus filhos, podem valorizar ainda mais cada segundo ao lado deles, pois vêem naqueles rostinhos todo o processo que elas passaram para conquistar cada fração de segundo e de amor que estão desfrutando. Querida mãe tentante, não desista, ainda que as dores venham, ainda que as perdas venham, ainda que os dias pareçam mais longos e as produções de óvulos pareça diminuir, não desista, pois todas as dificuldades serão retribuídas num único encontro: a hora do parto. Venho do futuro para lhe dizer: permaneça firme, o Senhor é contigo e tudo isso vai valer a pena!



GOSTOU DO CONTEÚDO?

siga as minhas redes sociais,
 trago dicas e informações para
 você!



SUELY RESENDE

[click para acessar](#)



@DRASUELYRESENDE

[click para acessar](#)

FALE COMIGO! (CLICK AQUI)

(67) 99668-7389
