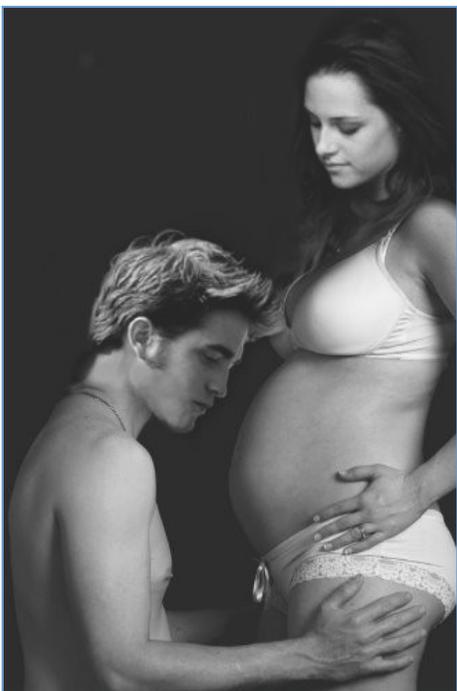


Quando um casal não pode ou prefere não ter relações sexuais com penetração, pode exprimir a sexualidade através de outros sinais de afeto, tais como um beijo, um abraço, uma massagem e/ou uma carícia.



A gravidez é o momento ideal para o casal compartilhar as suas emoções e sentimentos, de modo a se conhecerem melhor. Compete ao casal descobrir em harmonia as formas de expressar o seu amor.

A chegada de um bebé desperta esperança e sonhos que fortalecem a relação.

Serviço de Ginecologia/Obstetrícia

Hospital de Santo André—Centro Hospitalar de Leiria, E.P.E.

Rua das Olhalvas, Pousos, 2410-197 Leiria—PT

Tel. 244 817 069 / Extensão 6002 ou 7721/ Fax: 244 817 069

sec.ginecobst@chleiria.min-saude.pt

www.chleiria.pt

SEXUALIDADE NA GRAVIDEZ



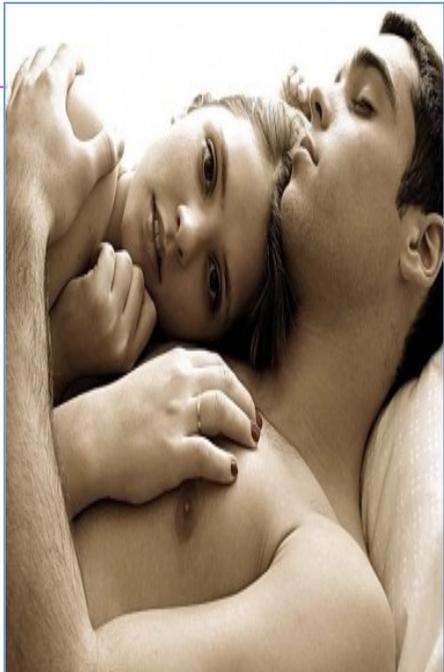
Serviço de Ginecologia/Obstetrícia do
Hospital de Santo André – CHL, E.P.E.

- Consulta Externa -

Numa gravidez o relacionamento sexual do casal pode ser mantido, a não ser que exista contra - indicação médica.

O desejo e prazer sexual varia de casal para casal e até no mesmo casal, em diferentes etapas da gravidez.

- ◆ Não tenha medo de magoar o bebê, pois ele está protegido pelo líquido amniótico e pelo útero.
- ◆ O orgasmo ajuda a preparar o útero para o parto.
- ◆ Prefira as posições que não exerçam pressão sobre o abdómen.



OSCILAÇÕES DO DESEJO SEXUAL AO LONGO DA GRAVIDEZ

1º Trimestre:

- ◆ A mulher sente **menos desejo sexual** e prazer, por causa do desconforto que provocam as náuseas, vômitos, sono e fadiga.

2º Trimestre:

- ◆ A mulher tem **mais desejo sexual** e maior prazer, por causa do aumento da vascularidade e ingurgitamento das mamas, grandes lábios e vagina.

3º Trimestre:

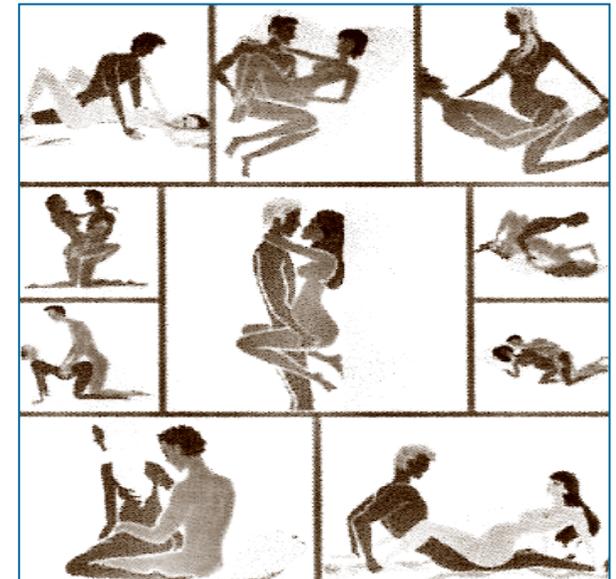
- ◆ Surge **menos desejo sexual** e prazer, devido ao aumento da barriga, dores de costas, cansaço e maior preocupação e investimento no bebê.

No homem o desejo sexual vai diminuindo com o avanço da gravidez devido ao medo de magoar a mulher e/ou o bebê e ao aumento de tamanho da barriga.

Mas também pode ocorrer o inverso e considerar a mulher mais sexy e atraente, aumentando assim o seu desejo.

O coito quando a barriga está maior, exige mudanças de posições. As mais adequadas são aquelas que evitam a pressão sobre o abdómen e permitam à mulher uma certa liberdade de movimentos, e estas podem ser:

- ◆ A mulher por cima (assim controla o ângulo e a profundidade da penetração do pênis e protege as mamas e a barriga);
- ◆ Posição de lado;
- ◆ Posição de joelhos.



Se sentir algum desconforto, dor, ou perder sangue vaginal durante as relações sexuais, deve parar e comunicar ao médico.