



VIDA QUE FLORESCE

No Fleury Fertilidade, pacientes mostram
que o amor também nasce no tempo certo

VEJA TAMBÉM

Diagnóstico precoce é cuidado: os sinais da endometriose que não devem ser ignorados

PREPARE SEU CAMINHO PARA NOVAS POSSIBILIDADES.



O **Fleury Fertilidade** é um Centro de Medicina Reprodutiva que oferece todos os procedimentos relacionados à fertilidade humana. Com o mais alto padrão de qualidade em equipamentos e infraestrutura, **conta com atendimento premium** e os **melhores médicos especialistas na área**.

Nosso Centro é dedicado à realização dos mais diversos procedimentos voltados ao **tratamento da infertilidade**. Somos um espaço único de acolhimento para você, sua família e seu médico.

ENTRE EM CONTATO PARA SABER MAIS

 [FERTILIDADE.FLEURY.COM.BR](https://www.fertilidade.fleury.com.br)
 11 5033-9456

fleury medicina
e saúde | Fertilidade

O pulsar da fertilidade

Aqui no **Fleury Fertilidade**, acreditamos que todo ciclo tem seu tempo. E quando o tempo de florir chega, ele vem com força, beleza e significado. Esta revista nasce com esse espírito: o de inspirar, informar e acolher. De mostrar que fertilidade não é apenas um tema médico, mas uma vivência única, que atravessa o corpo, as emoções e os vínculos.

Nesta edição, compartilhamos histórias reais de quem percorreu o caminho da Fertilização *in vitro*, enfrentou medos, nutriu esperanças e construiu novas formas de viver a maternidade. Falamos sobre os impactos dos esportes na fertilidade, a importância do cuidado com a endometriose, da ida do homem ao urologista, da reprodução assistida para pessoas trans, do papel da aplicação de ferro na gestação, e também sobre os avanços da oncofertilidade, quando preservar o futuro também é parte do presente.

Te convidamos a conhecer o mundo Fleury da Medicina Reprodutiva com esta revista feita especialmente para você. Boa leitura!

DR. DANIEL SUSLIK ZYLBERSZTEJN

Coordenador Médico do Fleury Fertilidade
CRM 131531 RQE 34922



Para ficar na memória!
Os bastidores do *shooting* da nossa capa com as mães do Fleury Fertilidade, clicado pelo fotógrafo Luis Benedito e sua equipe.



Ilustração: Cacau Lamounier



- 6 **Durma bem!**
Você tem cuidado bem do seu sono?
- 7 **Crônica**
Meu amigo tem duas mães!
- 8 **Séries & filmes**
Para você relaxar.
- 10 **Endometriose**
Importância do diagnóstico precoce.
- 14 **Liberdade para o futuro**
Reprodução assistida para pessoas trans.

- 18 **Trabalho**
O excesso de trabalho pode estar afetando sua saúde.
- 20 **Capa**
A vida nasce no tempo certo.
- 28 **Esportes**
Seu treino está te ajudando ou te prejudicando a engravidar?
- 32 **Artigo**
É hora de florir!



44



36

40



34

34 Anemia

Reposição de minerais.

36 Oncofertilidade

Um futuro promissor para quem deseja ter filhos.

40 A jornada das tentantes

Os caminhos até o tão sonhado 'positivo'.

44 Homens

Cuidados com a saúde masculina.

EXPEDIENTE

DIREÇÃO INSTITUCIONAL E DE NEGÓCIOS

Edgar Gil Rizzatti

Presidente da Unidade de Negócios Médica, Técnica, Hospitais e Novos Elos

Aline Amorim Martinez Ribeiro

Diretora de Negócios de Novos Elos

Alessandro Ferreira

Diretor Executivo de Marketing e Comercial

Alisson Laprega

Gerente Sênior de Marketing

Katia Cristina Belarmina Nishikata

Gerente de Negócios

Ana Carolina Chiosini

Coordenadora de Negócios

SUPERVISÃO EDITORIAL

Denise Lima

Gerente de Marketing

Luciana Morrone

Coordenadora de Marketing

REDAÇÃO E PRODUÇÃO

Kelly Jannini

Analista de Marketing

Cacau Lamounier

Designer

Filipe Lameira

Designer

Ana Cecília Cezário

Estagiária

Ingrid Mariana de Oliveira Arruda

Estagiária

COORDENAÇÃO MÉDICA

Dr. Daniel Suslik Zylbersztein

CRM 131531 | RQE 34922

PROJETO GRÁFICO

Cacau Lamounier & Filipe Lameira

FOTOGRAFIA

Luis Benedito | Grupophoto

REVISÃO

Brívia

IMPRESSÃO

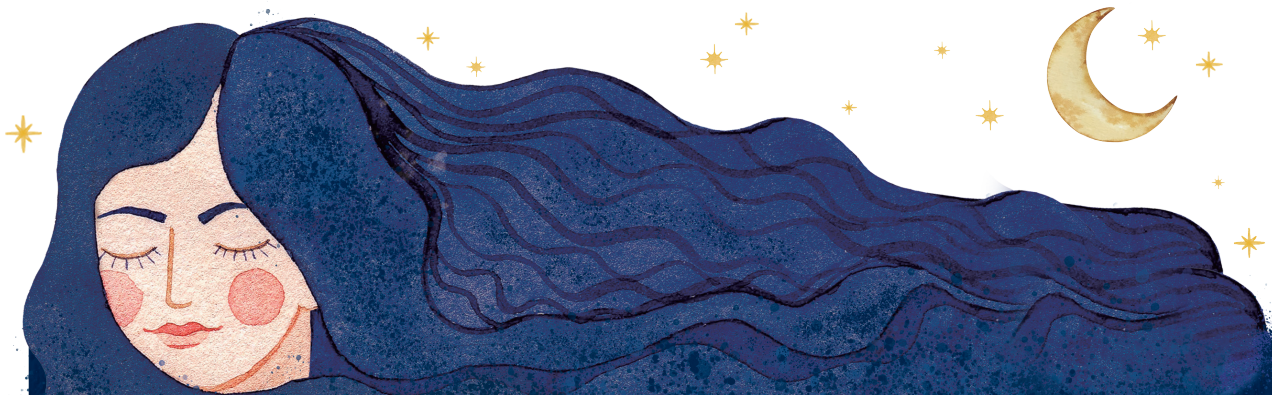
HRosa

FALE COM A GENTE

fleuryfertilidade@relacionamentofleury.com.br

Esta é uma publicação gratuita do Fleury Fertilidade, marca do Grupo Fleury. Leia e divida com quem você gosta!





O sono e a *reprodução assistida*

Por **Dr. Orlando Monteiro Jr.** CRM/SP: 73806

Dormir bem é essencial para a saúde de todo o organismo, inclusive a fertilidade. Na correria do dia a dia, muitas pessoas negligenciam o sono, sem perceber seu papel na regulação hormonal e na capacidade reprodutiva.

Durante o sono, o corpo realiza processos importantes para o equilíbrio hormonal. A produção de hormônios como melatonina, cortisol e os ligados à fertilidade – estrogênio, progesterona e testosterona – depende da qualidade do descanso. A privação de sono pode causar desequilíbrios, impactando o ciclo menstrual, a ovulação e a qualidade dos espermatozoides. A melatonina, produzida naturalmente à noite, regula o sono e atua como antioxidante, protegendo óvulos e espermatozoides contra danos. A exposição excessiva à luz artificial antes de dormir, especialmente de telas,

pode inibir sua produção e prejudicar a saúde reprodutiva.

Sono e reprodução assistida

Para quem está em tratamento de fertilidade, como a Fertilização *In Vitro*, a qualidade do sono pode influenciar os resultados. O descanso inadequado compromete a resposta aos medicamentos e pode reduzir as chances de sucesso. Para entender mais sobre cuidados com a fertilidade, vale consultar um especialista em reprodução assistida. ■

Para as mulheres acima dos 30 anos, é importante saber como está o hormônio anti-mülleriano (AMH), um marcador efetivo da reserva ovariana.

Meu amigo disse que tem duas mães – É isso é incrível!

Por **Kelly Jannini**

Dia desses, enquanto pesquisava pautas para o trabalho e deixava o olhar correr em busca de bons insights, fui surpreendida por uma daquelas histórias que não estavam no briefing, mas diziam tudo. Era mais ou menos assim:

“Conversava com um amigo da escola, ele me disse algo que me fez pensar: “Eu tenho duas mães. E não tenho um pai”. No começo, fiquei curioso, mas depois percebi que, na verdade, o mais importante não é quantos pais ou mães alguém tem, mas sim o amor que existe dentro da família.

As famílias vêm em diferentes formas, e isso é algo lindo de se ver. Algumas têm um pai e uma mãe, outras são formadas apenas por um dos dois. Há famílias com avós que criam

netos, tios que cuidam de sobrinhos e, como no caso do meu amigo, com duas mães que o amam profundamente. O essencial em qualquer família são o amor, o respeito e o apoio.

O mais especial é perceber como todas essas famílias têm algo em comum: elas querem o melhor para seus filhos. As duas mães do meu amigo o ajudam nos deveres de casa, brincam com ele, cuidam quando ele está doente e o enchem de carinho. Isso não é exatamente o que toda mãe faria?

O que torna uma família especial não é sua forma, mas o amor que compartilham. Então, se alguém disser que tem duas mães, um pai solo ou qualquer outra configuração familiar, a melhor resposta é um sorriso e um coração aberto. Afinal, o amor sempre será a base de qualquer lar”.



Ilustração: Shutterstock

@doisamigosindicam
Por Keilla Carolyn e Caio Lima



Sex and the City: a série que atravessa gerações

Sex and the City marcou época ao retratar, sem filtros, as vivências femininas. A série segue atual ao discutir carreira, maternidade, liberdade sexual e amizade entre mulheres inteligentes e independentes em NY. Mesmo com o ritmo diferente, ainda emociona e representa. Uma aula de amadurecimento, estilo e autoconhecimento — disponível na HBO Max.

E SE VOCÊ GOSTOU DE SEX AND THE CITY, VEJA TAMBÉM...

The Bold Type: A série retrata três amigas que trabalham em uma revista e enfrentam juntas os dilemas da vida adulta. Disponível no Prime Video e no Globoplay.

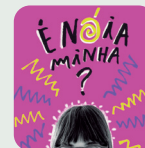
Harlem: Quatro amigas que vivem no coração do bairro mais icônico de NYC. No Prime Video.



Hacks: sarcasmo inteligente e drama certo na HBO Max

Poucas séries equilibram comédia e drama como *Hacks*, disponível na HBO Max. Com Jean Smart e Hannah Einbinder, a trama explora relações, trabalho e amadurecimento com acidez e sensibilidade. Criada por Lucia Aniello, Paul W. Downs e Jen Statsky, a produção é um retrato brilhante sobre gerações, frustrações e protagonismo feminino.

podcast • Podcast



 PARA OUVIR

É NÓIA MINHA?

Criado por Camila Fremder, este podcast traz conversas leves com convidados sobre paranoias que muitos têm, mas poucos comentam. Ouça na sua plataforma preferida.

Fotos: Divulgação

Uma história que
preserva o passado
olhando para o futuro.

85
ANOS

Respeitar um legado e se reinventar:
esse é o propósito que nos guia há quase 9 décadas.

A Clínica de Olhos Dr. Moacir Cunha
combina tradição, inovação e excelência.
Da equipe humana à estrutura, estamos
- e sempre estivemos - preparados para
os desafios do amanhã. Ainda mais agora,
integrada ao Grupo Fleury.

É assim que o nosso fundador, o Dr. Moacir
Cunha, construiu um legado que se baseia
no respeito e no cuidado. E esse propósito
permanece até hoje como missão da nossa
família, para cuidar cada vez melhor da sua.

85 anos. 4 gerações. Uma só família.

CONHEÇA
MAIS EM:

MOACIR-CUNHA.COM.BR
11 3016.9900



CLÍNICA DE OLHOS
DR. MOACIR CUNHA

GrupoFleury



Endometriose:

a importância do diagnóstico precoce

Por Consultoria Médica Fleury Endometriose



A endometriose é uma condição crônica que afeta milhões de mulheres em todo o mundo. Ela é caracterizada pela presença de tecido semelhante ao endométrio fora do útero. Essa condição pode causar dor intensa e, em alguns casos, infertilidade. Apesar de sua prevalência, a endometriose ainda é frequentemente subdiagnosticada, o que pode levar a um atraso no tratamento e interferir na qualidade de vida das mulheres afetadas.



Sintomas e diagnóstico

Os sintomas da endometriose variam de mulher para mulher, mas podem incluir:

- ✿ Dor pélvica crônica
- ✿ Dor durante a menstruação (dismenorreia)
- ✿ Dor durante a relação sexual
- ✿ Dor ao urinar ou evacuar, especialmente durante o período menstrual
- ✿ Distensão abdominal

É crucial que as mulheres que apresentam esses sintomas procurem avaliação médica para um diagnóstico adequado.

Imagens e ilustrações: Shutterstock

O diagnóstico precoce é fundamental para o manejo eficaz da doença e pode envolver exames de imagem, como ultrassonografia e ressonância magnética com protocolos dedicados, além de avaliação clínica detalhada. ▶

Sobre o Fleury Endometriose

Reconhecendo a importância de um atendimento especializado, o Fleury conta com um espaço exclusivo para diagnóstico e serviços de apoio ao tratamento da endometriose. **Nossa unidade, localizada na Av. República do Líbano, 561, em São Paulo**, oferece uma equipe multidisciplinar, composta por profissionais altamente capacitados, além da qualidade técnica que é referência no mercado. Tudo isso para apoiar a jornada da paciente e seu médico assistente no manejo dessa condição.



Nosso objetivo é proporcionar um atendimento integral, que não apenas trate a condição, mas também apoie a saúde e o bem-estar das pacientes.

Equipe especializada

- * Radiologistas especialistas no diagnóstico por imagem da endometriose através da ultrassonografia e ressonância magnética dedicadas.
- * Médico especialista em assoalho pélvico e colorretal: focado na avaliação e no apoio terapêutico das complicações da endometriose.
- * Fisioterapeutas pélvicas: especializados em técnicas que ajudam a aliviar a dor e melhorar a função pélvica.
- * Nutricionista: oferece orientações nutricionais que podem ajudar a manejar os sintomas da endometriose.
- * Psicóloga: dedicada ao suporte emocional, fundamental para lidar com os desafios que a condição pode trazer.

Se você, ou alguém que você conhece, convive com a endometriose, saiba que não precisa passar por isso sozinha. Busque ajuda. A equipe do Fleury está pronta para oferecer o suporte necessário para você e seu médico em cada etapa, desde o diagnóstico até o tratamento da condição.



Para mais informações ou agendamentos, entre em contato: 11 3179-0822. ■

Consultores Médicos:

ALEY TALANS CRM 150550-SP | **ANA LUISA A. DE NICOLA** CRM 80690-SP | **ANA LUIZA S. MARQUES** CRM 221095-SP
ANA PAULA CARVALHAL CRM 78418-SP | **ANGELA HISSAE M. CAIADO** CRM 100163-SP | **GISELE WARMBRAND** CRM 75443-SP | **JACKLINE A. DE CARVALHO** CRM 92164-SP
LUCAS R. TORRES CRM 119629-SP | **LUCIANA P. CHAMIE** CRM 90689-SP | **MARIA INES N. DE OLIVEIRA** CRM 102151-SP
PATRICIA P. CARDIA CRM 95754-SP

Cuidar da sua
saúde é também
cuidar da sua
**liberdade
de viver bem.**

**Fleury Endometriose. Um espaço onde
acolhimento e inovação caminham juntos.**

O Fleury Endometriose é um lugar de escuta e cuidado. Na unidade especializada da República do Líbano II, oferecemos alta tecnologia e uma equipe multidisciplinar (radiologistas, psicóloga, fisioterapeutas, nutricionista e coloproctologista) dedicada à saúde da mulher.

Aqui, cada etapa do cuidado é pensada para oferecer o apoio necessário para você e seu médico no diagnóstico precoce da endometriose e em terapias auxiliares.

**Aqui, nenhuma mulher
precisa conviver com o silêncio.**

Entre em contato e conheça o Fleury Endometriose: ☎ (11) 3179 0822

Aqui você encontra:

Ambiente acolhedor

Atendimento personalizado

Profissionais altamente qualificados

Equipamentos modernos

Equipe multidisciplinar

Qualidade técnica

fleury medicina
e saúde

A gente cuida, você confia



O papel da Reprodução Assistida na jornada de pessoas trans



Planejando o futuro com
segurança e respeito

Por **Dra. Adriana de Góes** CRM/SP: 960001 RQE: 21693

Para muitas pessoas com identidades trans: transsexuais, transgêneros, travestis, não binários, etc. iniciar a terapia hormonal é um passo essencial na afirmação de sua identidade. No entanto, esse processo pode impactar a fertilidade, tornando o congelamento de óvulos e sêmen uma opção valiosa para quem deseja, no futuro, ter filhos biológicos. Com o avanço da medicina reprodutiva, essa alternativa tem se tornado cada vez mais acessível, garantindo que cada pessoa possa tomar decisões informadas e respeitadas sobre sua própria jornada.



Ilustrações: Filipe Lameira

A preservação da fertilidade é uma possibilidade que permite a pessoas trans planejar sua parentalidade de forma segura. Antes do início da hormonização, é possível realizar a coleta de gametas para congelamento, assegurando que, no futuro, essa alternativa esteja disponível para quem deseja ter filhos biológicos.

*Esse processo
pode trazer
tranquilidade
e autonomia,
permitindo que
a identidade
de gênero e o
desejo de formar
uma família
caminhem juntos.*

O papel dos profissionais de saúde na preservação da fertilidade

O processo de congelamento de óvulos e sêmen conta com o suporte de diferentes profissionais de saúde, especialmente o médico endocrinologista e o médico especializado em reprodução assistida. Ambos especialistas podem acompanhar a terapia hormonal, avaliando os impactos no corpo e garantindo que o tratamento seja seguro e adequado às necessidades individuais. Cabe ao médico a orientação sobre os procedimentos de coleta e congelamento de gametas, explicando todas as possibilidades para o futuro reprodutivo.

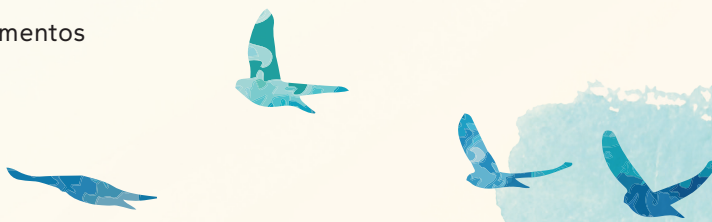
Ter o acompanhamento desses profissionais é fundamental para que a decisão seja tomada de maneira informada e respeitosa. ►



Como funciona o processo de preservação da fertilidade?

O procedimento para congelamento de óvulos e sêmen é seguro e pode ser realizado antes do início da terapia hormonal. Para pessoas transmasculinas, pode-se fazer a estimulação ovariana e a coleta de óvulos antes da introdução da testosterona. Embora essa etapa possa trazer desconforto para algumas pessoas, é importante saber que existem clínicas especializadas, como o Fleury Fertilidade, que oferecem um ambiente acolhedor e respeitoso para tornar o processo mais tranquilo. Os óvulos coletados podem ser congelados e utilizados futuramente em tratamentos de fertilização.

Para pessoas transfemininas, a coleta de sêmen é um processo simples e realizado de maneira semelhante ao que ocorre em bancos de sêmen tradicionais. O material é armazenado em nitrogênio líquido e pode ser utilizado posteriormente em procedimentos como a Fertilização *in vitro*. Esse procedimento não interfere no início da terapia hormonal e garante que a fertilidade seja preservada para uso futuro.



Aspectos emocionais e direitos reprodutivos

Mais do que uma questão médica, o congelamento de óvulos e sêmen é um direito reprodutivo. Muitas pessoas trans, ao começarem sua jornada de afirmação de gênero, não consideram inicialmente a possibilidade de ter filhos biológicos. No entanto, com o tempo, esse desejo pode surgir, e ter tomado a decisão de preservar a fertilidade pode abrir portas para novas possibilidades.

O apoio psicológico durante esse processo é fundamental. Algumas pessoas podem sentir desconforto com a ideia de passar por procedimentos que remetam ao sexo designado ao nascimento. Por isso, contar com profissionais sensíveis e treinados para lidar com essas questões pode fazer toda a diferença.

O mais importante é que essa escolha seja feita com informação, apoio e, acima de tudo, respeito.

A importância do acesso e da informação

A falta de informação e o preconceito podem dificultar o processo, tornando essencial que mais profissionais se especializem no atendimento respeitoso e inclusivo.

Cada trajetória é única, e ter a possibilidade de preservar a fertilidade traz mais autonomia para que cada um viva sua identidade, sem abrir mão do desejo de construir uma família no futuro.

Seja qual for a decisão de cada pessoa trans sobre sua fertilidade, o mais importante é que ela seja tomada com base em suas próprias necessidades e desejos. O mundo está mudando, e garantir que todos tenham acesso a possibilidades seguras e acolhedoras para planejar o futuro é um passo essencial para uma sociedade mais justa e inclusiva. ■

Trabalho em excesso e fertilidade: **Como encontrar o equilíbrio?**

Workaholic? Veja como trabalhar demais afeta sua fertilidade.

Por **Dr. Ricardo Luba** CRM/SP: 113528 RQE: 343951



Na sociedade atual, é comum que muitas pessoas se dediquem intensamente ao trabalho, passando longas horas no escritório, lidando com prazos apertados e assumindo responsabilidades cada vez maiores. Para os chamados workaholics – aqueles que fazem do trabalho o centro de suas vidas –, essa rotina pode trazer diversas consequências para a saúde física e mental. Mas será que o excesso de trabalho também pode afetar a fertilidade?

O impacto do estresse no corpo, e na fertilidade

Quando o corpo está sob constante tensão, os níveis de cortisol – o hormônio do estresse – aumentam, podendo interferir no equilíbrio hormonal necessário para a ovulação e a produção de espermatozoides saudáveis.

No caso das mulheres, altos níveis de estresse podem desregular o ciclo menstrual, tornando a ovulação irregular ou até mesmo inibindo-a temporariamente. Já nos homens, o excesso de trabalho pode reduzir a produção de testosterona, levando a uma menor qualidade e quantidade de espermatozoides.

Encontrando o meio-termo

Para quem deseja conciliar a carreira com o sonho de ter filhos, é essencial encontrar um equilíbrio entre trabalho e bem-estar. Algumas estratégias podem ajudar:

O estresse é um dos principais vilões da saúde reprodutiva



ESTABELEÇA LIMITES

Definir horários para trabalhar e respeitar momentos de descanso são essenciais para a saúde reprodutiva.



INVISTA NO AUTOCUIDADO

Praticar atividades físicas, meditar e buscar momentos de lazer ajudam a reduzir o estresse e equilibrar os hormônios.



PRIORIZE A ALIMENTAÇÃO

Uma dieta rica em antioxidantes, vitaminas e minerais contribui para a fertilidade masculina e feminina.



DURMA BEM

O sono de qualidade regula os hormônios e favorece a saúde reprodutiva.

BUSQUE UM ESPECIALISTA

Se a gravidez está demorando a acontecer, um médico especialista em fertilidade pode avaliar possíveis impactos do estilo de vida e sugerir ajustes.



O trabalho é uma parte importante da vida, mas quando se torna excessivo, pode afetar não apenas a saúde geral, mas também a fertilidade. Encontrar um equilíbrio entre carreira e bem-estar é

fundamental para quem deseja formar uma família. Pequenas mudanças de hábitos podem fazer uma grande diferença na jornada para a concepção e na qualidade de vida como um todo. ■





A vida nasce no *tempo certo*

A Fertilização *in vitro*, mais do que um tratamento, é também um mergulho no íntimo: do corpo, do desejo, da esperança. Conheça as histórias de mulheres que superaram tudo por um sonho.

Por **Kelly Jannini** | Fotos: **Luis Benedito** | **Grupophoto**

Num sábado ensolarado, em uma charmosa casa na Lapa, seis mulheres se encontram para uma sessão fotográfica — e nem imaginavam o quanto aquele encontro renderia.

Entre flashes e retoques de maquiagem, pacientes do Fleury Fertilidade compartilham histórias íntimas: a jornada pela FIV, marcada por angústias, mas também por alegrias inesperadas. Ali, entre recém-conhecidas, nascia uma cumplicidade alimentada pelo mesmo sonho: gerar vida.

Mais do que relatos sobre medicina reprodutiva, essas são histórias sobre o que significa sonhar e não desistir. ▶

Ana Carolina não imaginava que a implantação do embrião fosse ser um momento tão tocante. “Foi lindo, tudo gravado, com o médico explicando passo a passo. Meu marido acompanhou por videochamada, e eu estava no Brasil só para esse momento.” Depois do positivo — que ela já pressentia —, decidiram voltar de vez ao Brasil, para viver esse capítulo perto da família.

Ela destaca a importância de uma boa rede: o marido, os amigos, a família, os médicos. “É uma montanha-russa emocional. Ter pessoas firmes ao lado faz toda a diferença.”

Ana também chama atenção para o cuidado com quem passa por esse processo: “Às vezes, quem não viveu não entende. Mas as perguntas que parecem simples podem doer muito. É importante ter empatia.”

Hoje, com o bebê nos braços, ela diz com firmeza: “Foi tudo muito intenso. Mas faria tudo de novo. Porque tudo vale. Em cada história, um universo. Em cada tentativa, um gesto de fé. Em cada positivo, a delicadeza da vida.

Que este espaço sirva de colo, de espelho, de força. E que a cada ciclo, a cada decisão, você seja lembrada de que a vida nasce no tempo certo”, completa.

“Independentemente do caminho, é um amor sem igual. Eu faria tudo de novo.”

Ana Carolina



Aline descreve o momento da inseminação como um rito de passagem. “É uma cerimônia, todos de pé, lendo, explicando aquele momento tão sério, tão ético, tão cheio de significado.”

Quando o positivo chegou, ela não chorou — não porque não fosse importante, mas porque ainda estava processando. “Eu sou muito pé no chão. Sabia que ainda teriam outros passos.” Ao lado da esposa e da mãe,

viveu todas as fases com sensibilidade e consciência. “É um processo de muita entrega, física, emocional, financeira. Por isso, é importante estar cercada de pessoas seguras e acolhedoras — principalmente um médico em quem você confie.”

Aline deixa um lembrete essencial: “Sonhe, reze, deseje. Mas mantenha o pé no chão. E assim, o coração também aprende a se proteger”. ▶



“Se você souber de alguém que fez FIV, dê um abraço — ela passou por muitas coisas.”

Aline



“Fazer as pazes com o corpo, com as emoções e com o tempo. Isso muda tudo.”

Caroline

Foram quatro anos de tentativas até o dia em que Caroline viu, na tela, seu embrião sendo transferido. “Foi o ápice. Aquele momento me marcou profundamente.” O positivo veio pouco depois, entre testes de farmácia feitos antes da hora e muita ansiedade. “Foi uma mistura de gratidão, choro, alegria.”

Caroline optou por dividir pouco do processo com a família, por sentir que a cobrança aumentava sua ansiedade. Encontrou amparo no marido e em duas amigas especiais. “Foi uma escolha por proteção emocional. As pessoas perguntam, cobram, sem perceber que estão tocando numa ferida.”

Ela reforça a importância de ter um médico que escute com o coração e um parceiro com quem dividir o peso e os sonhos. “A gestação exige que a gente esteja em paz com a gente mesma. Com o corpo, com o tempo, com as frustrações. Quando isso acontece, tudo fica mais leve.”

Números



35 Anos

O potencial de fertilidade da mulher diminui após os 35 anos de idade.



15%

No Brasil, a infertilidade acomete cerca de 15% dos casais em idade reprodutiva.

Marjorie viveu muitos momentos marcantes ao longo da jornada. Mas dois ficaram especialmente guardados: o dia em que descobriu que a transferência tinha dado certo — e o instante em que ouviu, da médica, que havia esperança. “Aquela conversa me mostrou que o sonho era possível. Que o que eu imaginava ser tão complicado, podia ser mais simples. Aquilo me deu força.”

Foram dois anos e meio tentando engravidar. Nesse tempo, Marjorie aprendeu a enxergar beleza também na espera. Viu as células se multiplicando no laboratório, sentiu vida surgir antes mesmo do positivo, e reconheceu que até o tempo de tentativa traz lições. “Ser *tentante* também tem coisas boas. Foi minha psicóloga quem me ensinou a curtir o agora. A vida muda quando o bebê chega. Então é bom viver cada fase com carinho.”

Sua rede de apoio veio de muitos lugares: da mãe, da sogra, da psicóloga, das amigas e, até, de pessoas que se aproximaram por empatia. “Foi como se vários vínculos se unissem para formar uma rede.” Hoje, ela acredita que falar sobre infertilidade e FIV é essencial para romper tabus. “Durante muito tempo, isso não era visto como algo natural. Mas é. É vida, é ciência, é amor.”

Marjorie deixa um conselho: “Aproveite o que está vivendo agora. Mesmo os dias difíceis fazem parte de uma travessia linda.” ▶

“A gente acha que o que quer está lá na frente — mas o presente também é precioso.”

Marjorie



Para Jussara, o momento mais marcante foi quando o positivo finalmente apareceu. “Na hora, eu soube que tudo tinha valido a pena.” A caminhada foi longa, com perdas, esperas e aprendizados. “Eu entendi que, enquanto algumas engravidam com facilidade, para outras é um processo. Mas acreditar faz toda a diferença.”

Bem acompanhada por uma equipe médica cuidadosa, ela seguiu com fé e serenidade. “Persistência é tudo. E confiar que os planos de Deus são maiores do que os nossos.” Hoje, ela carrega no colo — e no peito — a certeza de que valeu cada etapa.

“Ser mãe é maravilhoso — e todo o caminho vale a pena quando você vê seu bebê nos braços.”

Jussara





“Eu sei que, às vezes, a FIV é um caminho muito solitário, muito difícil, mas quando a gente tem o nosso positivo...tudo vale a pena.”

Ingrid

Curiosidade sobre a FIV

É possível realizar um diagnóstico genético antes da transferência embrionária para analisar os embriões.

Ingrid é casada com Catarina, tem um filho de 15 anos do primeiro casamento, e sempre quis ampliar sua família. “Esse sonho é um sonho de longa data”, diz. “Eu queria ter emendado um filho no outro, feito na escadinha mesmo.” A maternidade ficou adormecida por anos, até que, com apoio da esposa e da medicina reprodutiva, retomou esse desejo — agora mais consciente, mais forte e mais possível.

O positivo, depois de um longo percurso, chegou como um presente celebrado por muitas mãos. “Eu compartilho toda a trajetória no TikTok. Recebo mensagens de mulheres que estão vivendo a mesma coisa. Ganhamos uma comunidade de afeto.” Ingrid também fala da importância de não fazer planos fechados com o tempo: “A gente não sabe se vai ser na primeira tentativa, na segunda... Então é melhor viver um dia e confiar no processo”. ■

Seu treino ajuda ou atrapalha *na hora de engravidar?*

A relação entre atividade física e fertilidade da mulher tem sido objeto de estudos recentes que destacam tanto os benefícios quanto os cuidados necessários.

Por **Dr. Warlindo Carneiro Neto** CRM 123793

Pesquisas atuais indicam que exercícios de intensidade moderada, como caminhadas rápidas e ciclismo leve, podem reduzir o tempo necessário para engravidar. Um estudo da Universidade de Boston, com cerca de 3.000 mulheres, revelou que a prática regular de atividades físicas moderadas está associada à maior taxa de sucesso quando o objetivo é a concepção.

Além disso, mulheres com sobrepeso ou obesidade podem se beneficiar ainda mais da prática regular de exercícios, que contribui para a redução do Índice de Massa Corporal (IMC), melhora do equilíbrio hormonal e regularização dos ciclos menstruais, favorecendo, com isso, a fertilidade da mulher.

Cuidados necessários

Por outro lado, atividades físicas de alta intensidade, por períodos prolongados, podem prejudicar a fertilidade da mulher. Exercícios vigorosos têm sido associados a alterações hormonais, que podem levar à amenorreia (ausência de

menstruação) e à disfunção do eixo hormonal, afetando a ovulação, resultando em queda na fertilidade.

Posso fazer exercício intenso e manter minha fertilidade?

É possível encontrar um equilíbrio. Apesar de exercícios de alta intensidade, como corridas longas, musculação excessiva ou esportes competitivos, poderem levar à redução da função ovariana e à amenorreia, afetando negativamente a fertilidade, alguns cuidados podem contribuir para a manutenção da fertilidade feminina. Veja a seguir como a mulher, intensamente ativa nos exercícios, pode se cuidar. ▶





IMC saudável e percentual de gordura corporal adequado

Atletas com IMC normal, mas percentual de gordura muito baixo (<15%) podem comprometer a fertilidade.

A manutenção de 20–22% de gordura corporal em mulheres treinando intensamente é considerada segura do ponto de vista reprodutivo.

Ingestão calórica e qualidade da dieta

Mulheres que treinam pesado, mas mantêm ingestão calórica adequada e não entram em déficit energético crônico tendem a manter sua fertilidade saudável.

Ingestão de gorduras boas (ômega-3, ácidos graxos poli-insaturados) e vitaminas antioxidantes (A, C, E) podem proteger contra disfunções hormonais induzidas pelo exercício.

Monitoramento do ciclo menstrual

Muitas atletas de elite utilizam monitoramento do ciclo com apps ou dosagem hormonal periódica para identificar alterações precoces e ajustar a carga de treino ou dieta.

Sono e estresse

Treinamento extenuante sem descanso adequado ou estresse crônico podem comprometer ainda mais o eixo hormonal.

Sessões de relaxamento, mindfulness ou ioga, por exemplo, têm efeito protetor.

Exercícios recomendados com intensidade moderada:

- Caminhada rápida: Simples e acessível.
- Pilates e Yoga: Fortalecem a musculatura do assoalho pélvico, reduzem o estresse e promovem o equilíbrio hormonal.
- Natação e hidroginástica: Atividades de baixo impacto que trabalham todo o corpo, melhorando a resistência física e o bem-estar geral.
- Muscula o moderada: Quando realizada sem exageros, auxilia na manuten o da massa magra e na regula o hormonal.
- Treinamento funcional: Sob orienta o profissional, contribui para o equilíbrio do  ndice de Massa Corporal (IMC), fator importante para a fertilidade.

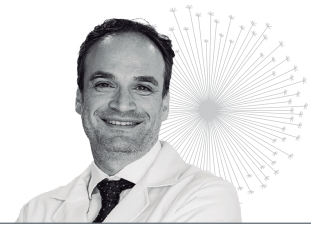
Sinais de alerta que indicam a reavalia o médica precoce:

- Ciclos menstruais irregulares ou ausentes (amenorreia).
- Dificuldade para engravidar após meses de tentativas.
- Altera es no desejo sexual.
- Altera es no humor ou níveis elevados de estresse. ■

Recomenda es gerais

  fundamental que a prática seja orientada por profissionais capacitados, considerando as necessidades individuais e evitando excessos que possam comprometer a saúde reprodutiva.

Dr. Daniel Suslik Zylbersztein
Coordenador Médico Fleury Fertilidade
CRM 131531 RQE 34922



É tempo *de florir*

A baixa taxa de natalidade observada atualmente é uma tendência iniciada nos países europeus há várias décadas, mas que vem acontecendo em todos os cantos do mundo, embora em ritmos diferentes. Frente a esse novo cenário, uma inquietante pergunta aparece: Será que vivenciaremos no futuro breve um “inverno demográfico”, que poderá modificar de forma irreversível a vida do jeito que a conhecemos nos dias de hoje?

Creio que ninguém conseguirá responder a esse questionamento de uma forma assertiva, mas acredito que exista uma verdade que serve para cada um de nós: a vida é feita de ciclos. E nesses ciclos, existem o tempo de semear, o tempo de cuidar e o tempo de florir. Para muitos, a maternidade e a paternidade são parte essencial desse ciclo — não apenas pelo desejo de gerar uma nova vida, mas também pelo anseio profundo de transmitir o que temos de mais valioso: nossa história, nossos valores, nossa cultura, nosso amor.

Passar adiante essa bagagem invisível, que atravessa gerações e constrói laços, é uma das formas mais bonitas de deixar uma marca no mundo. E quando esse caminho não se desenha de modo natural, a medicina reprodutiva entra como uma aliada.

Uma ponte entre o sonho e a realidade, consequência direta do árduo trabalho de anos dos cientistas Robert Edwards, Patrick Steptoe, e Jean Purdy, responsáveis pelo nascimento do primeiro bebê de Fertilização *In Vitro* no ano de 1978, a famosa Louise Brown.

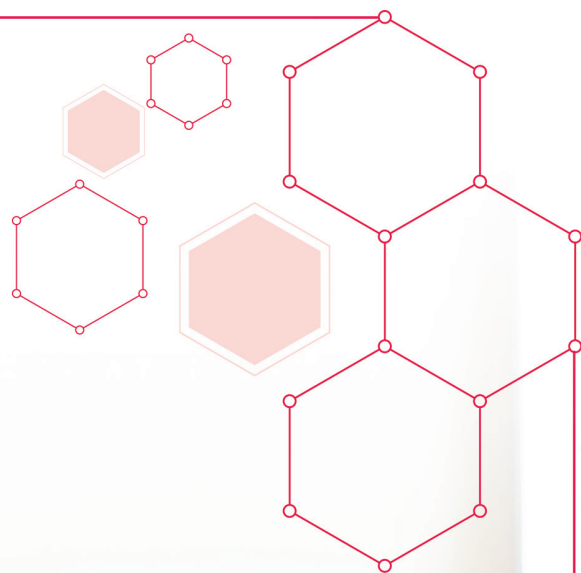
Na reprodução assistida, unimos ciência, tecnologia e acolhimento para ajudar casais e indivíduos a realizarem o desejo de ter filhos. Não se trata apenas de engravidar, ver o tão sonhado “beta” positivo no exame de sangue, mas também de oferecer a chance de ver uma história florescer — muitas vezes, depois de um longo inverno de esperas, dúvidas e tentativas.

Seja você paciente, médico ou alguém que acompanha de perto essa jornada, saiba: estamos juntos, cultivando sonhos.

E agora, é tempo de florir. ■



CONFIANÇA QUE
**SE APLICA EM
CADA CUIDADO.**



Responsável técnico: Edgar Gil Rizzatti (CRM 94.199)



No **Fleury Infusões**, você encontra um ambiente acolhedor, seguro e uma equipe qualificada para oferecer a melhor experiência, independentemente do quadro clínico. **Tudo isso com a excelência Fleury em cada etapa do cuidado infusional.**

**Por que fazer o seu
tratamento com a gente:**

- Central de atendimento exclusiva
- Espaço acolhedor
- Atendimento móvel
- Assessoria para o seu médico
- Equipe especializada

Aplicação de ferro em *gestantes com anemia*

Por **Dra. Suellen Narimatsu** CRM: 116922



Segundo a Associação Brasileira de Hematologia, Hemoterapia e Terapia Celular (ABHH), a anemia é uma doença que ocorre quando há uma redução na quantidade de hemoglobina no sangue, com consequente diminuição do transporte de oxigênio.

E entre as várias causas da anemia, a mais frequente é a deficiência de ferro (ou anemia ferropriva), cujo papel é essencial em funções como transportar o oxigênio, síntese de DNA e metabolismo muscular, entre outras.





Conteúdo em parceria com:

fleury medicina
e saúde | **Infusões**

Por ser prevalente durante a gestação devido ao aumento das necessidades de ferro, é muito importante reconhecer alguns sintomas e/ou sinais da anemia ferropriva, como palidez de pele e mucosas (gengivas e parte interna do olho), cansaço e fraqueza, sonolência, entre outros.

Diante do diagnóstico médico, o tratamento inclui a reposição do ferro, inicialmente por via oral e, quando

não for possível (eventos adversos ou urgência na reposição), a administração pode ser feita via endovenosa, em locais específicos, onde um médico fará o monitoramento da infusão e atendimento nos casos de eventuais reações adversas.

Além disso, é importante que a gestante faça acompanhamento médico regular, para avaliar a eficácia do tratamento e fazer ajustes na dosagem, se necessário.



Faça seu tratamento infusional no Fleury

Conte com o Fleury Infusões para o seu tratamento. O laboratório conta com o serviço de aplicação de medicamentos para atender pacientes com diversos quadros clínicos.

Nossa Central de Atendimento oferece suporte digital eficiente para exames, agendamentos e esclarecimento de dúvidas, garantindo um atendimento rápido e conveniente. **Entre em contato pelo nosso canal do WhatsApp no número (11) 96606-4249.** ■

Imagens e ilustrações: Shutterstock



Câncer e fertilidade.



*o sonho de ter filhos
ainda é possível*

Por **Dr. Felipe Lazar Junior** CRM SP 50240 RQE 83653



Um diagnóstico de câncer costuma trazer muitas incertezas, medos e decisões difíceis. Em meio a tantas informações, uma pergunta importante pode passar despercebida: “Ainda poderei ter filhos depois do tratamento?”

A resposta, felizmente, é: em muitos casos, sim. Mas o tempo é um fator essencial. De acordo com as diretrizes da Sociedade Americana de Oncologia Clínica (ASCO), o ideal é discutir o assunto com sua equipe médica antes do início do tratamento, para garantir o máximo de opções viáveis de preservação da fertilidade.

Como o tratamento do câncer pode afetar a fertilidade

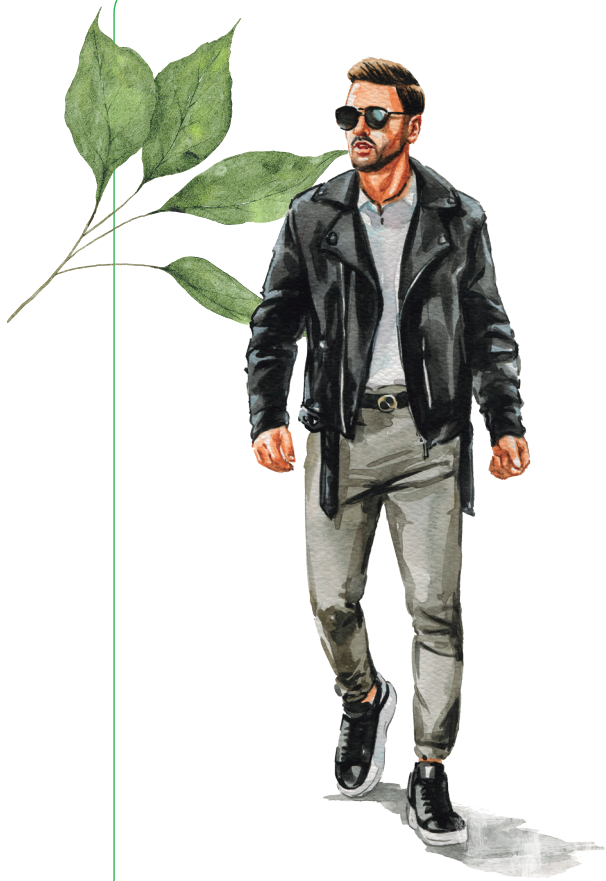
Algumas terapias oncológicas – como quimioterapia, radioterapia pélvica, cirurgias ginecológicas ou testiculares – podem afetar de forma temporária ou definitiva a produção de óvulos e espermatozoides. Isso depende do tipo de câncer, da idade do paciente e da combinação dos tratamentos utilizados.

Nas mulheres, o principal risco é a falência ovariana precoce, uma condição em que os ovários param de funcionar antes dos 40 anos. Em homens, pode ocorrer diminuição da produção e da qualidade dos espermatozoides, muitas vezes de maneira permanente e irreversível.

Quais são as opções de preservação da fertilidade?

A ASCO (Sociedade Americana de Oncologia Clínica) reconhece que existem métodos comprovados, métodos experimentais e terapias complementares. Veja a seguir as opções, conforme o perfil do paciente. ▶





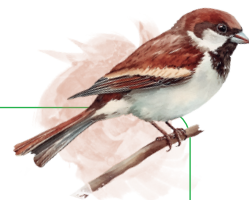
Para Homens

Congelamento de sêmen: É o método mais simples, rápido e eficaz. Pode ser feito em homens após a puberdade. Mesmo com amostras de baixa qualidade, técnicas como a injeção intracitoplasmática de espermatozoides (ICSI) aumentam muito as chances de gravidez futura, através da Fertilização *In Vitro*.

Congelamento de tecido testicular:

Técnica experimental indicada para meninos que ainda não entraram na puberdade. Envolve a retirada e congelamento de tecido com espermatogônias, células que, futuramente, poderão ser utilizadas para produzir espermatozoides.

Para Mulheres



Congelamento de óvulos ou embriões: Técnica padrão ouro. Os óvulos são coletados após estimulação hormonal com gonadotrofinas e podem ser congelados ou fertilizados, formando embriões congelados. Ideal para quem tem tempo antes da quimioterapia (em média, 10 a 14 dias). Já há evidências robustas de que nem as variações hormonais em níveis suprafisiológicos nem o atraso no início do tratamento aumentam recidivas ou comprometem a cura.

Congelamento de tecido ovariano: Indicado para meninas antes da puberdade ou mulheres que precisam iniciar o tratamento oncológico com urgência. Ainda experimental nos EUA, mas é prática clínica em partes da Europa. Estudos mostram taxas de sucesso reprodutivo superiores a 35% após reimplante.

Uso de análogos do GnRH (supressão ovariana): Alguns médicos usam hormônios para “desligar” os ovários durante a quimioterapia. Pode reduzir o risco de falência ovariana, especialmente em mulheres jovens com câncer de mama, porém não substitui métodos comprovados. Os resultados ainda são controversos.

Transposição ovariana: Cirurgia que desloca os ovários para fora da área de radioterapia. Útil em cânceres pélvicos, mas sem garantia total de proteção.

Cirurgias preservadoras da fertilidade:

Em certos cânceres ginecológicos (como colo do útero inicial), é possível optar por cirurgias menos radicais, como a traquelectomia, que preserva útero e ovários.





Para Crianças e Adolescentes

Pós-púberes: Podem utilizar as mesmas estratégias dos adultos, com autorização dos responsáveis e consentimento do paciente.

Pré-púberes: As únicas opções viáveis são o congelamento de tecido testicular ou ovariano. São técnicas experimentais, mas com avanços significativos e promissoras para o futuro.

Fonte:

“Fertility Preservation in Patients With Cancer: ASCO Clinical Practice Guideline Update”
Kutluk Oktay, Brittany E. Harvey, Ann H. Partridge, Gwendolyn P. Quinn, Joyce Reinecke, Hugh S. Taylor, W. Hamish Wallace, Erica T. Wang, and Alison W. Loren J Clin Oncol 36:1994-2001. © 2018 by American Society of Clinical Oncology

Dados relevantes

80%
dos pacientes jovens
com câncer desejam
ter filhos no futuro,
apontam estudos.

35%
Ou mais, do transplante
de tecido ovariano
resultam em gravidez,
segundo meta-análises.

O congelamento de óvulos tem taxas de sucesso semelhantes às dos embriões em centros especializados.

Importância do apoio integrado

As diretrizes da ASCO reforçam a importância de que toda equipe oncológica esteja preparada para abordar o tema da fertilidade, não apenas os oncologistas. Cirurgiões, enfermeiros, psicólogos e assistentes sociais também devem contribuir nesse cuidado integral.

Além disso, é fundamental oferecer apoio psicológico aos pacientes que enfrentam a ameaça da infertilidade – o impacto emocional pode ser tão relevante quanto os efeitos físicos do câncer.

Desafios: Acesso e custos

Infelizmente, muitas dessas técnicas ainda são inacessíveis à boa parte dos pacientes, seja por custo, localização ou falta de informação.

A ASCO destaca que os profissionais devem se esforçar para orientar os pacientes sobre alternativas disponíveis, programas de apoio financeiro e participar de registros ou estudos clínicos, sempre que possível. ■



Ilustração: Shutterstock

A jornada
das tentantes:

Um passo de cada vez e o seu sonho mais perto!

Por **Dra. Paula Vieira** CRM: 129376 RQE: 69318

A decisão de tentar engravidar marca o início de uma jornada cheia de expectativas, emoções e, muitas vezes, medos e desafios. Para muitas pessoas que desejam ter um filho, esse processo pode ser repleto de aprendizados e autoconhecimento. Afinal, engravidar nem sempre acontece de forma imediata e natural, e compreender melhor o próprio corpo, os ciclos e as estratégias que podem favorecer a concepção faz toda a diferença.

Entendendo o corpo e o ciclo menstrual

Um dos primeiros passos para quem está tentando engravidar é entender como funciona o ciclo menstrual. Ele é composto por diferentes fases. É na fase do período fértil, geralmente no meio do ciclo, que acontece o período ovulatório. Este período, geralmente compreende os cinco dias anteriores e um dia posterior a ovulação e é o melhor momento para a concepção. Aplicativos e testes de ovulação podem ajudar a identificar esse período, aumentando as chances de sucesso.

Além disso, conhecer os sinais do corpo, como alterações no muco cervical e a leve dor abdominal pode ser um ótimo aliado para identificar o melhor momento para tentar a gravidez.

Hábitos saudáveis para potencializar a fertilidade

Adotar um estilo de vida equilibrado pode fazer toda a diferença para quem está tentando engravidar. Algumas práticas recomendadas incluem:



Alimentação equilibrada

Priorizar alimentos ricos em antioxidantes, vitaminas e minerais, como ferro, zinco, ácido fólico e ômega 3, é essencial para a saúde reprodutiva. Esses alimentos estão presentes nas folhas verdes-escuras, castanhas e cereais, frutas e peixes. Evitem a carne vermelha e açúcares que têm uma maior atividade inflamatória e prejudicam a fertilidade.



Exercícios físicos regulares

Atividades moderadas ajudam a manter o equilíbrio hormonal e reduzem o estresse.



Sono de qualidade

Dormir bem regula os hormônios responsáveis pela ovulação e produção de espermatozoides.



Redução do estresse

Ansiedade e pressão emocional podem afetar a fertilidade, tornando essencial a busca por atividades relaxantes, como ioga e meditação.



Evitar álcool e tabaco

Essas substâncias podem impactar negativamente a qualidade dos óvulos e espermatozoides. ►

Quando buscar ajuda médica?

Se a gravidez não acontecer após um ano de tentativas (ou seis meses, no caso de mulheres acima dos 35 anos), é recomendado procurar um especialista em fertilidade. Se já existir alguma condição associada à infertilidade, como a Síndrome dos Ovários Policísticos (SOP), endometriose e alterações na contagem de espermatozoides, por exemplo, a avaliação do especialista deve ser imediata.

O acompanhamento com um especialista em reprodução assistida possibilita diagnósticos e tratamentos precoces e adequados para as condições que afetam a fertilidade. Além disso, o atraso na indicação e no início dos tratamentos de reprodução podem prejudicar ainda mais as chances de gestação dos casais tentantes.

A jornada das tentantes é única para cada pessoa



O impacto emocional da jornada

A fase de tentativas pode ser emocionante, mas também desafiadora. Muitas pessoas passam por altos e baixos emocionais a cada novo ciclo, especialmente quando a gravidez demora a acontecer. Por isso, é importante buscar apoio emocional, seja por meio da família, amigos, terapia ou grupos de apoio para tentantes.

Manter uma comunicação aberta com o(a) parceiro(a) e criar momentos de conexão que vão além da busca pela gravidez também são essenciais. Afinal, essa jornada não deve ser apenas sobre conceber um bebê, mas também sobre fortalecer vínculos e cultivar o amor.

A jornada das tentantes é única para cada pessoa, cheia de desafios, aprendizado e esperança. Com informação, hábitos saudáveis e, se necessário, acompanhamento médico, o caminho para a realização desse sonho pode ser mais leve e consciente. Independentemente do tempo que leve, o mais importante é cuidar da saúde física e emocional e manter a fé de que o momento certo chegará. ■

Proteger o futuro
é mais fácil quando se
está um passo à frente.



Oferecemos soluções para a preservação de células-tronco do sangue do cordão umbilical e placentário, que podem ser criopreservadas e utilizadas para reconstituição de medula óssea.

Assim que o cordão umbilical é clampeado pelo obstetra, após autorização do pediatra, a coleta do sangue é realizada por um colhedor credenciado ao Criovida em São Paulo com um kit específico. Nossa experiência e alta tecnologia garantem a excelência no serviço prestado.

Entre em contato e saiba mais:

 www.criovida.com.br  (31) 98483-9746

CRIOVIDA
CRIOPRESERVAÇÃO ESPECIALIZADA 

 GrupoFleury

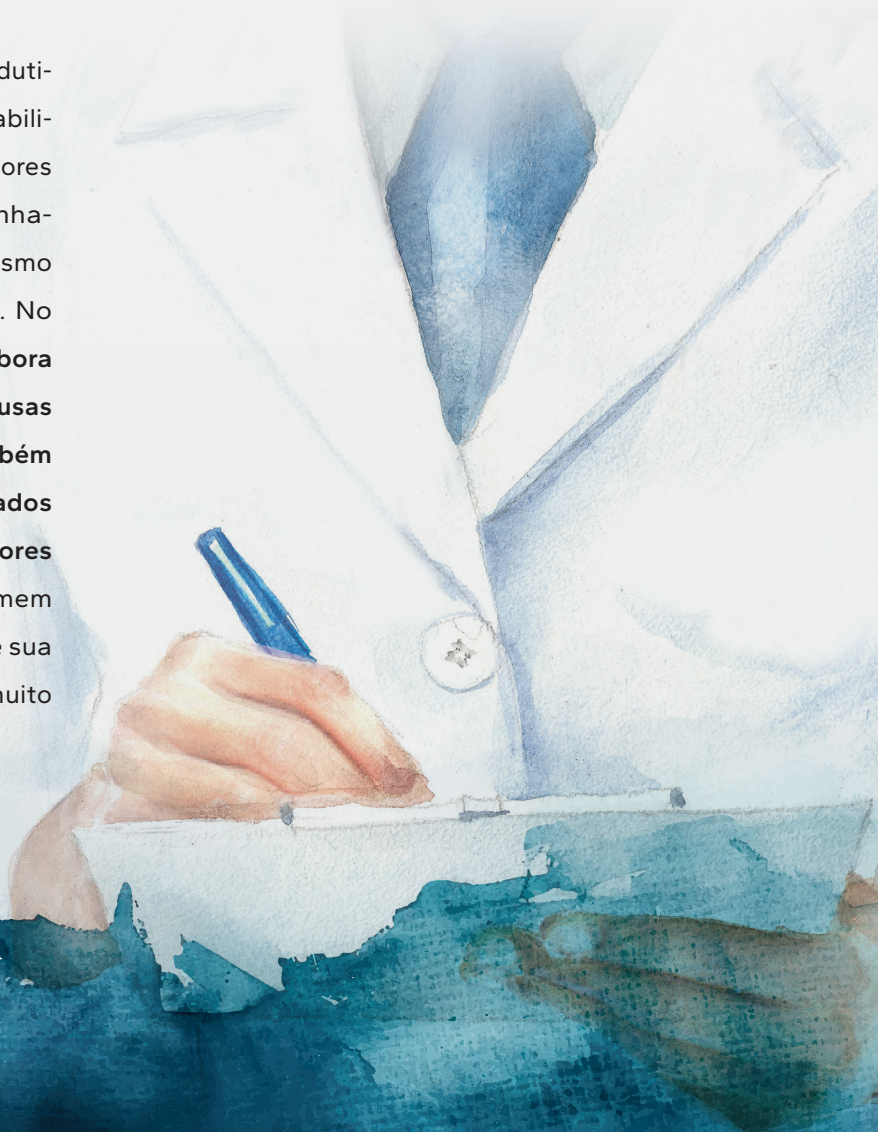
Homens e o medo do urologista:

um tabu que afeta a saúde geral e a fertilidade masculina

Por **Dr. Daniel Suslik Zylbersztejn** CRM: 131531 RQE: 34922

Imagens e ilustrações: Shutterstock

Historicamente, a saúde reprodutiva foi tratada como responsabilidade exclusiva da mulher. Fatores culturais, como o acompanhamento ginecológico desde cedo e o machismo arraigado, ajudam a explicar essa visão. No entanto, esse conceito precisa mudar. **Embora o fator feminino represente até 50% das causas de infertilidade conjugal, o masculino também é responsável por até 20% dos casos isolados — e por até 50% quando somados os fatores mistos.** A ciência tem mostrado que o homem tem papel essencial nesse processo, e que sua saúde reprodutiva começa a ser moldada muito antes do desejo de ser pai. ▶





QUANDO O CUIDADO É COMPARTILHADO, TUDO FICA MAIS LEVE.

Nossos médicos parceiros
estão **preparados** para te
apoiar nessa jornada.

No **Fleury Fertilidade**, acreditamos que decisões importantes devem ser tomadas com informação, acolhimento e confiança.

Por isso, contamos com uma rede de **médicos parceiros qualificados**, experientes e alinhados aos nossos valores com ética e respeito às individualidades de cada paciente.

Esses especialistas atuam de forma integrada ao nosso time, **oferecendo orientação personalizada** para quem deseja realizar procedimentos com segurança, tecnologia e cuidado em cada etapa.

Conheça os médicos parceiros
do **Fleury Fertilidade** em



fleury medicina
e saúde | Fertilidade

Ainda é comum a resistência masculina em procurar o urologista. Dados do SUS mostram que meninas de 12 a 18 anos frequentam 2,5 vezes mais os consultórios do que meninos, e enquanto 180 mil meninas vão ao ginecologista, menos de 10 mil meninos são atendidos por urologistas. O urologista, contudo, é o médico do homem em todas as idades, cuidando não só da saúde sexual ou do câncer de próstata, mas também da fertilidade e da saúde integral.

Cuidar da fertilidade é, acima de tudo, cuidar de si. E essa jornada deve começar o quanto antes.

O potencial de fertilidade masculina vai além da presença de espermatozoides. Condições como varicocele, infecções sexualmente transmissíveis, doenças genéticas, distúrbios hormonais, hábitos de saúde nocivos e doenças crônicas afetam a qualidade seminal. Muitas dessas questões poderiam ser prevenidas, identificadas e tratadas precocemente com acompanhamento urológico regular, protegendo a espermatogênese e ampliando a fertilidade em um cenário de paternidade tardia.

A infertilidade masculina pode, ainda, ser um reflexo da saúde geral. Alterações no sêmen ou nos hormônios podem ser o primeiro sinal de doenças crônicas, como distúrbios metabólicos, doenças cardiovasculares, hipogonadismo e até câncer. O sêmen torna-se, assim, um "termômetro" do bem-estar masculino.

Felizmente, esse cenário está mudando. Campanhas como a #VemProUro, da Sociedade Brasileira de Urologia, estimulam os adolescentes a se consultarem com o urologista. Ao quebrar o tabu e incluir esse cuidado na rotina, promovemos saúde, prevenimos doenças e ajudamos o homem a preservar sua fertilidade e qualidade de vida. ■

25
ANOS

CUIDANDO
DO MOVIMENTO
DE DIFERENTES
GERAÇÕES.



No **Vita**, você conta com uma **equipe integrada e multidisciplinar**, composta por médicos especialistas em diversas áreas, como:



Ortopedia



Pilates



Fisioterapia



Cardiologia



Reumatologia



Medicina Esportiva

VITA
ortopedia e fisioterapia

Grupo Fleury

ENTRE EM CONTATO CONOSCO:

☎ 11 4004-6420 🌐 vita.org.br 📷 [vita.org.br](https://www.instagram.com/vita.org.br)

BEM Me Quero

RT: Dr. Daniel Suslik Zylbersztejn - CRM: 131.531-SP

**Preservar a fertilidade é cuidar do futuro
com mais autonomia e planejamento.**

Sabemos que **cada jornada é única**, e o congelamento de óvulos permite que você decida o melhor momento para gestar. O processo é seguro e acompanhado por especialistas do **Fleury Fertilidade** para que **você se sinta confiante a cada etapa**.

ENTRE EM CONTATO PARA SABER MAIS

[FERTILIDADE.FLEURY.COM.BR](https://www.fertilidade.fleury.com.br)

11 5033-9456

fleury medicina e saúde | Fertilidade