

(ポルトガル語)

妊娠中の方へ

## **PARA AS GRÁVIDAS**

E comum que em abrigos não haja água suficiente, o estado dos banheiros seja ruim, e que não se possa tomar banho. Por isso não é fácil manter a região genital limpa, o que às vezes acaba causando coceira. E durante a gravidez, o volume do corrimento vaginal aumenta.

Se possível, mantenha a higiene trocando as roupas íntimas frequentemente, usando absorventes, etc. Quando isso não for possível, após ir ao banheiro, limpe-se com um pano macio ou um lenço de papel umedecido com água limpa.

Se a coceira for forte e o corrimento for branco como iogurte, isso pode ser sinal de candidíase. Neste caso, lavando-se apenas não elimina a coceira.

É difícil de se falar sobre a região genital mas, para proteger o bebê, tenha coragem e consulte alguém da equipe médica mais próxima.