

Comportamento

Descobrir e explorar o próprio corpo, superar os desafios e divertir-se ao abordar a questão do sexo durante a gravidez é importante para o casal

POR IZA CARVALHO*

Na incrível jornada da gravidez, há muitas coisas que as mães podem esperar: os chutes do bebê, os desejos incomuns de comida e uma crescente paixão por nomes de crianças. Mas o que dizer daquela parte picante que, às vezes, fica esquecida em meio ao planejamento e aos ultrassons? Alguns segredos e mitos rodeiam a intimidade quando a mãe está ansiosamente esperando a chegada do filho — sim, o polêmico sexo na gravidez!

É a hora de preparar-se para uma conversa franca, informativa e, claro, com um toque de humor, para desconstruir o tabu que muitas pessoas ainda têm na relação sexual durante esses nove meses intensos. Algumas ideias um tanto equivocadas e controversas rodeiam sobre esse assunto, fazendo alguns até acharem que, durante a relação sexual, o pênis pode causar algum desconforto ao mini habitante do útero.

Outros ainda acreditam que os orgasmos podem despertar as contrações e desencadear um parto prematuro. E, acreditando ou não, há quem pense que, de alguma forma, o parceiro pode ter um aperto de mão com o bebê durante a diversão.

Mas a verdade é que, na maioria dos casos, manter uma relação de intimidade durante a gestação é totalmente seguro, desde que a mãe e o bebê estejam saudáveis, e não haja nenhum sinal de problema. É importante, no entanto, manter a comunicação com um médico para ter orientações específicas que levem em conta as circunstâncias individuais.

O que é preciso entender?

Bianca Teiga Rodrigues é ginecologista e obstetra do Hospital Santa Luzia e destaca que a relação sexual durante a gestação é um assunto que gera muitas dúvidas e preocupações. No entanto, na maioria dos casos, o sexo durante a gravidez é considerado seguro e saudável, tanto para a mãe quanto para o bebê. “Lembrando

Entre orgasmos e tabus

Ter relações sexuais durante a gestação pode ser seguro e prazeroso

sempre que cada gravidez é única e que existem alguns riscos a serem considerados em casos de gestações com complicações”, ressalta.

Segundo Bianca, à medida que a gestação avança, o corpo da mulher passa por mudanças importantes e algumas podem causar desconforto na hora da relação, como dores nas costas e sensibilidade nos seios. “Durante a gestação, existem recomendações e cuidados que as gestantes podem adotar para garantir sua segurança e do bebê durante o sexo, como procurar posições confortáveis, evitar pressão excessiva no abdômen e posições

que possam ser adaptadas de acordo com as necessidades do momento.”

A mulher pode experimentar várias posições para encontrar a mais confortável. Importante evitar movimentos bruscos e ter sempre um diálogo aberto com o parceiro, criando um ambiente harmonioso e seguro para a relação sexual.

A especialista alerta que um dos riscos mais comuns é o de infecções. “Durante a gestação, o sistema imunológico da mulher pode estar comprometido, o que aumenta o risco de contrair infecções sexualmente transmissíveis”,