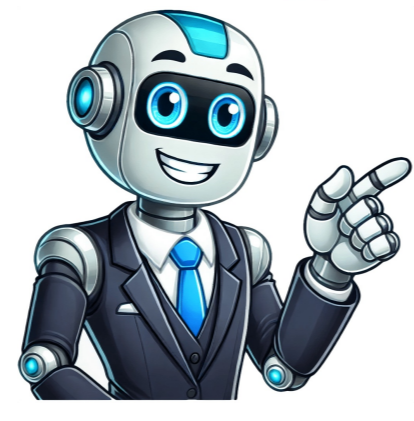


[Click Here](#)



Qual a chance de engravidar fora do período fértil

Entender as chances de engravidar fora do período fértil é uma dúvida comum entre muitas mulheres. Embora o ciclo menstrual tenha um momento específico de ovulação, fatores como a sobrevivência dos espermatozoides e a irregularidade dos ciclos podem influenciar essa probabilidade. Neste artigo, estudaremos as nuances da fertilidade, desmistificando a ideia de que a concepção só é possível durante o chamado período fértil e oferecendo informações valiosas para quem busca compreender melhor sua saúde reprodutiva. As chances de engravidar fora do período fértil são muito baixas, mas não inexistentes. É possível, embora raro, ocorrer ovulação irregular. Qual é o risco de engravidar fora do período fértil? Engravidar fora do período fértil é extremamente improvável, mas não totalmente impossível. A possibilidade surge principalmente se a relação sexual ocorrer logo antes da ovulação, quando os espermatozoides podem sobreviver por alguns dias dentro do corpo feminino, aguardando a liberação do óvulo. Após a ovulação, o cenário muda substancialmente, pois o óvulo já não está disponível para ser fecundado, tornando a concepção quase inviável. Portanto, embora o risco seja baixo, é importante estar ciente das nuances do ciclo menstrual. Qual é o período com menor probabilidade de gravidez? Nos dias que antecedem a menstruação, o corpo feminino passa por mudanças hormonais que reduzem substancialmente as chances de gravidez. Isso ocorre porque o óvulo já não possui a capacidade de ser fecundado, tornando esses dias um período de menor risco para casais que desejam evitar a concepção. Assim, se um casal optar por ter relações sexuais nesse intervalo, a probabilidade de engravidar é bastante baixa. Essa informação é útil para quem busca compreender melhor o ciclo menstrual e planejar a gravidez de forma consiente e informada. É possível engravidar em qualquer dia do mês? É possível engravidar em qualquer momento do mês, mas a probabilidade varia ao longo do ciclo menstrual. Durante a ovulação, que geralmente ocorre cerca de 14 dias antes do início da menstruação, as chances de concepção são substancialmente maiores. É nesse período que o óvulo está disponível para ser fertilizado, tornando os dias que cercam a ovulação os mais férteis. Após a ovulação, o óvulo tem uma vida útil curta, normalmente de até 24 horas. Depois que ele se desfaz, as oportunidades para engravidar diminuem até que o ciclo menstrual reinicie. Portanto, embora seja biologicamente possível engravidar em qualquer dia do mês, conhecer seu ciclo e identificar os períodos férteis pode aumentar as chances de concepção. Exemplo Prático de Laudo de Raio X:Descubra as Possibilidades de Concepção
A concepção é uma jornada repleta de possibilidades e descobertas. Cada casal tem uma história única e, com o avanço da medicina e das tecnologias reprodutivas, novas opções estão disponíveis para aqueles que desejam ampliar sua família. Desde métodos naturais até tratamentos mais avançados, como a fertilização in vitro, o caminho para a maternidade e paternidade pode se apresentar de maneiras surpreendentes e acessíveis. Além das técnicas tradicionais, é importante considerar o papel da saúde e do bem-estar na concepção. Fatores como alimentação equilibrada, exercícios regulares e controle do estresse podem influenciar positivamente a fertilidade. Adotar hábitos saudáveis não só melhora a qualidade do esperma e dos ovúlos, mas também prepara o corpo para uma gestação mais tranquila e saudável. A informação e o autocuidado são aliados essenciais nesse processo. Por fim, o suporte emocional e psicológico não deve ser subestimado. A jornada para a concepção pode ser desafiadora e, em alguns momentos, frustrante. Buscar apoio em grupos de discussão, terapia ou mesmo entre amigos pode fazer toda a diferença. Com compreensão e carinho, é possível enfrentar os altos e baixos dessa experiência, transformando cada passo em uma oportunidade de crescimento e conexão com o parceiro. Entenda o Ciclo Menstrual e suas Surpresas
O ciclo menstrual é uma dança intrincada de hormônios que desempenha um papel fundamental na saúde da mulher. Compreender suas fases — menstruação, fase folicular, ovulação e fase lútea — é essencial para reconhecer o que acontece com o corpo ao longo do mês. Cada fase traz mudanças físicas e emocionais, e conhecer essas variações pode ajudar a lidar melhor com os altos e baixos que surgem, promovendo um bem-estar geral. Além dos aspectos fisiológicos, o ciclo menstrual também pode ser repleto de surpresas. Fatores como estresse, alimentação e atividade física podem influenciar a regularidade e a intensidade dos sintomas. A partir dessa compreensão, é possível adotar práticas que favoreçam o equilíbrio hormonal, como uma dieta saudável e exercícios regulares. Assim, ao se conectar com o próprio ciclo, a mulher ganha poder sobre sua saúde e bem-estar, transformando cada fase em uma oportunidade de autoconhecimento e cuidado. Fatores que Influenciam a Gravidez Fora do Período Fértil
A gravidez fora do período fértil é um fenômeno que pode surpreender muitas pessoas, mas é importante compreender os fatores que contribuem para isso. Um dos principais aspectos é a irregularidade do ciclo menstrual, que pode levar a ovulações inesperadas. Além disso, o estresse e alterações hormonais podem afetar o momento da ovulação, criando situações em que a concepção ocorre fora da janela tradicional de fertilidade. Entendendo o Transtorno Borderline: Sintomas e TratamentosOutro fator relevante é a qualidade do esperma e sua capacidade de sobrevivência no trato reprodutivo feminino. Em algumas circunstâncias, o esperma pode permanecer viável por vários dias, o que aumenta as chances de gravidez mesmo após relações sexuais em períodos considerados não férteis. Por fim, é imprescindível lembrar que métodos contraceptivos não são infalíveis; falhas podem ocorrer, resultando em gravidezes inesperadas que desafiam as expectativas sobre o ciclo reprodutivo. Mitos e Verdades sobre a Concepção
A concepção é cercada por muitos mitos e verdades que podem gerar confusão entre casais que desejam engravidar. Um dos mitos mais comuns é a crença de que é possível engravidar em qualquer momento do ciclo menstrual. Na realidade, a fertilidade da mulher é maior durante o período de ovulação, que ocorre uma vez por mês. Conhecer o ciclo menstrual e identificar esses dias férteis pode aumentar substancialmente as chances de concepção. Outra verdade importante é que a saúde do casal desempenha um papel fundamental na fertilidade. Hábitos saudáveis, como uma alimentação equilibrada, a prática de exercícios físicos e a redução do estresse, podem influenciar positivamente a capacidade de engravidar. Além disso, é essencial que ambos os parceiros realizem consultas médicas regulares para avaliar sua saúde reprodutiva, garantindo que estejam prontos para essa nova fase da vida. Planejamento Familiar: O Que Saber sobre as Chances de Engravidar
O planejamento familiar é uma ferramenta essencial para casais que desejam ter controle sobre suas vidas reprodutivas. Compreender as chances de engravidar em diferentes momentos do ciclo menstrual pode ajudar na tomada de decisões informadas. O período fértil, que geralmente ocorre entre o 12º e o 16º dia do ciclo, é quando as possibilidades de concepção são mais altas, tornando esse conhecimento imprescindível para quem planeja engravidar ou evitar uma gestação. Além do ciclo menstrual, fatores como idade, saúde geral e estilo de vida também influenciam a fertilidade. Mulheres mais jovens tendem a ter maiores chances de engravidar, enquanto a fertilidade pode diminuir com o avançar da idade. Manter uma dieta equilibrada, praticar exercícios físicos e evitar substâncias nocivas são práticas que podem aumentar a saúde reprodutiva, beneficiando tanto quem deseja engravidar quanto aqueles que optam por métodos contraceptivos. Como Tratar a Bexiga Baixa de Forma Eficaz?Por fim, é importante ressaltar que cada casal é único e pode enfrentar desafios diferentes ao longo do processo de planejamento familiar. Consultar um profissional de saúde pode proporcionar orientações personalizadas e esclarecer dúvidas sobre métodos contraceptivos e fertilidade. O conhecimento é a chave para um planejamento eficaz, permitindo que cada casal tome decisões que estejam alinhadas com seus desejos e necessidades. Entender quais as chances de engravidar fora do período fértil é fundamental para uma contraceção eficaz e para o planejamento familiar. Embora a probabilidade seja substancialmente menor, fatores como a duração do ciclo menstrual, a sobrevivência dos espermatozoides e a irregularidade dos ciclos podem influenciar esses números. A educação sobre o corpo e o ciclo menstrual é essencial para que casais possam tomar decisões informadas e seguras. Em última análise, o conhecimento e a conscientização são aliados poderosos na jornada da maternidade e paternidade planejadas. Início » Gravidez » Perguntas Frequentes
Gravidez » É possível engravidar fora do período fértil?
Veja as chances Não é possível engravidar fora do período fértil. Isso porque, para ocorrer a fecundação, é necessário haver a liberação do óvulo, que só ocorre na fase fértil. O que acontece é que nem sempre dá para saber quando ocorrem os dias férteis, pois são estimativas. Isso faz com que a ovulação possa adiantar ou atrasar. Em alguns casos, o que ocorre é que a relação sexual acontece pouco antes da ovulação. Como o espermatozoide sobrevive até 72 horas no canal vaginal, se o óvulo for liberado, pode acontecer a fecundação. Por exemplo, se a relação sexual aconteceu no dia 10 e a mulher ovulou no dia 13, é possível que algum espermatozoide tenha sobrevivido e consiga fecundar o óvulo. O período fértil acontece na metade do ciclo menstrual e dura entre 4 e 6 dias. A maioria das mulheres tem ciclos de 28 a 30 dias, o que indica que o dia da ovulação é normalmente o 14º dia do ciclo. Então, o período fértil acontece entre o 11º e 17º dia do ciclo. Contudo, essas datas são apenas estimativas. Se os ciclos menstruais forem irregulares (com tempo de duração variável) as chances também aumentam. Isso porque, nesses casos, a mulher não consegue calcular corretamente a data do período fértil. Por isso, não é aconselhável usar somente a tabelinha com método contraceptivo. Ela pode até ser usada, desde que sempre acompanhada de mais um método de prevenção (tabelinha e anticoncepcional ou tabelinha e camisinha, por exemplo). Além dos cálculos estimados, o organismo feminino dá alguns sinais que podem ajudar a identificar o período fértil: Aumento da libido; Aumento da temperatura corporal em até 1° C; Aumento da secreção vaginal (parecida com clara de ovo); Leves pontadas ou vibrações na região pélvica (conhecidas como dores do meio do ciclo). Quem usa corretamente o anticoncepcional não tem período fértil, pois o medicamento inibe a ovulação. No entanto, mulheres que usam anticoncepcionais (pílula e injeção) de forma desregulada, esquecendo de tomar as doses ou tomando-as em horários muito diferentes, correm risco de engravidar. Isso porque o medicamento perde seu efeito e permite a ovulação. Leia mais: Como saber se estou ovulando? Dicas e calculadora para engravidar
A probabilidade de engravidar durante o período fértil varia conforme alguns fatores, mas de forma geral, é bem alta. A idade e as condições de saúde da mulher e do homem podem interferir a qualidade dos gametas (óvulo e espermatozoides) disponíveis. Antes dos 30 anos, a mulher em boas condições de saúde tem cerca de 75% de chances de engravidar. Aos 40 anos de idade, essas chances caem para menos de 10%, embora ainda precise usar métodos contraceptivos se não quiser engravidar. Outras complicações, como doenças (principalmente no sistema reprodutor masculino e feminino) também podem dificultar a concepção, mesmo que a mulher esteja no período fértil. Leia mais: É possível engravidar menstruada?
Riscos durante o ciclo menstrual Não é possível engravidar fora do período fértil. Entretanto, a mulher pode não saber que está ovulando, ter relações sexuais sem a proteção e acabar engravidando. O Minuto Saudável tem outras informações sobre saúde da mulher. Confira! Para que a mulher consiga engravidar, o corpo dela precisa estar apto para isso. Em outras palavras, é necessário que ela esteja fértil e tenha relações sexuais durante esse período. Mas, e fora desse tempo? Ainda assim é possível que isso aconteça? Para responder essa e mais perguntas, conversamos com o Dr. Igor Padovesi, ginecologista e obstetra. Pai de Beatriz, Guilherme e Cecília, e colunista da Pais&Filhos. Antes de começar, é preciso entender o que é o período fértil da mulher. “É o momento do ciclo menstrual em que a mulher está fértil e com chance de engravidar se ela tiver relação dentro desse período, que é quando acontece a ovulação”. Para a maioria das mulheres, esse momento acontece no meio do ciclo menstrual. “Vamos supor que a mulher tem um ciclo padrão e menstrue a cada 28 dias. A ovulação geralmente acontece na metade, aproximadamente perto do 14º dia, sendo que o primeiro dia do ciclo é o primeiro dia de fluxo, quando desce a menstruação”, exemplifica o obstetra. “A menstruação dura do dia um ao dia quatro ou cinco. Lá pelo dia 14 ela estará ovulando e, no dia 28 ela irá menstruar novamente. Isso pode ser definido como um ciclo menstrual padrão e regular, podendo durar entre 25-35 dias também”. A mulher está apta para engravidar durante o período fértil, mas pode ser que a gravidez aconteça fora dele também (Foto: Getty Images) É possível engravidar fora do período fértil? Na lata: sim. “A ovulação não acontece necessariamente e exatamente no meio do ciclo. Isso pode variar um pouco para algumas mulheres”, explica o obstetra. O ciclo menstrual é dividido em duas etapas: antes da ovulação, que é um período mais curto, e depois dela, que geralmente é um pouco mais longo. Quando pensamos em mulheres com ciclos menstruais irregulares, também estamos falando de uma ovulação irregular – ou seja, nunca se sabe quando esse momento vai acontecer. “Mesmo as mulheres com ciclos regulares, não necessariamente a ovulação acontece bem no meio do ciclo. Isso pode acontecer um pouco antes ou depois do dia estimado”. O segundo ponto importante a ser levado em consideração é o tempo médio de sobrevivência do espermatozoide dentro do canal vaginal. “Em média, ele sobrevive por 2 a 3 dias. Alguns espermatozoides podem sobreviver viáveis e capazes de fecundar o organismo da mulher por até cinco dias”, explica o Dr. Igor Padovesi. “Imagine que a mulher tem a ovulação um pouco mais cedo e a primeira fase do ciclo mais curta. Ela vai liberar óvulos por volta do dia 11, 12 do ciclo e teve uma relação desprotegida no sexto ou sétimo dia do ciclo, pouco tempo depois que acabou a menstruação. Se o espermatozoide durar cinco dias, ela corre risco de engravidar”, esclarece o especialista. Qual o período em que é mais difícil engravidar? Dr. Igor Padovesi conta que o momento do ciclo menstrual em que há menos chances de uma gravidez acontecer é no período de dias que antecedem a descida da menstruação. O especialista também faz um alerta em relação ao uso de aplicativos de celular que ajudam a acompanhar o ciclo: “Eles sempre vão se basear numa média de uma probabilidade maior. Mas, existe uma porcentagem de mulheres que não vão seguir a estimativa do aplicativo e, por isso, o app não vai mostrar de fato quando ela está ovulando, porque individualmente isso pode variar bastante”. Quando saber se estou no período fértil? A melhor maneira de descobrir se você está ovulando e, por isso, fértil, é fazendo testes de fertilidade. “Com isso, dá para a gente saber melhor o período fértil de fato, e não só a estimativa, que é baseada no período do ciclo baseado na média. Estes testes de ovulação ajudam a saber com mais precisão o período dos dias do ciclo em que a mulher está ovulando”. Período fértil é o nome dado ao momento do ciclo menstrual em que acontece a ovulação
Gravidez fora do período fértil X tomar anticoncepcional de maneira errada
Sim, as duas coisas estão relacionadas. “Atualmente, as pílulas usadas são de baixa ou baixíssima dosagem. O fato de esquecer o anticoncepcional aumenta muito o risco de acabar ovulando – e é por isso que a maioria das mulheres engravidam tomando esse contraceptivo. Além disso, a eficácia do remédio quando ele não é tomado direito é muito baixa, porque é um método que depende da adesão ao uso”, explica o ginecologista. “Se tomada corretamente, a pílula tem risco de falha de 0,5%, o que é uma mulher a cada 200 que engravidam tomando da maneira correta”. O resalta. A gravidez pode acontecer; sim, tomando o anticoncepcional da maneira correta – mas as chances de isso acontecer, de acordo com o especialista, são bem menores. Tags: filhosGestaçãoGravidezMãeMaternidadepfnoistaSaúde Para a mulher que está tentando engravidar (ou até mesmo para quem deseja evitar uma gravidez não programada), torna-se um fator fundamental entender se é possível engravidar fora do período fértil ou não. Pode acontecer de a gravidez acontecer fora da programação da mulher, como se a concepção de fato acontecesse fora do seu período fértil. Mas o que acontece na maioria desses casos é que algum evento pode fazer com que o funcionamento regular do corpo feminino se altere. Como resultado, a ovulação ocorre fora do período normal. Além disso, existem outros fatores que podem fazer com que a gravidez aconteça fora do período fértil da mulher. Continue a leitura para entender mais a respeito. É possível engravidar fora do período fértil? Para que seja possível responder a essa pergunta, primeiramente é preciso esclarecer alguns pontos importantes. Em primeiro lugar, engravidar fora do período fértil é algo considerado praticamente impossível, já que a gravidez acontece apenas no período fértil, quando o óvulo é fecundado pelo espermatozoide. Por esse motivo, o que na verdade pode acontecer é a mulher engravidar fora dos dias em que ela calculava ser o seu período fértil. As chances de ter uma ovulação fora do período fértil são muito baixas, pois ocorre apenas em casos específicos, como quando há uma grande mudança hormonal no corpo. Porém, a mulher engravidar nesse caso é algo pouco provável. Por conta disso, pode-se afirmar que a mulher sempre engravidará quando está em algum período fértil. Ou seja, na verdade o que realmente acontece é a ovulação ocorrer fora da data que estava prevista. O período fértil tem início 3 dias antes da ovulação e o seu término ocorre 3 dias depois. Em geral, as mulheres têm ciclos que duram de 28 a 30 dias. No meio do ciclo é quando ocorre a ovulação, ou seja, entre o 11º ao 15º dias depois do início da menstruação. Já o pico acontece no 14º, ou seja, esse é o momento onde as chances de engravidar são maiores. Quando o ciclo é irregular, o que pode acontecer é a mulher achar que não se encontra em seu período fértil, quando na verdade está. Isso ocorre devido à dificuldade de calcular com precisão a data em que a ovulação acontece. (Foto: El Heraldo) Esse é o motivo pelo qual recorrer ao método da “tabelinha” não é considerado confiável quando se deseja evitar a gravidez. Além disso, outros fatores podem fazer com que a ovulação aconteça antes ou após a fase, como o estresse ou uma mudança no estilo de vida. Ovulação por adrenalina
Uma das razões para acontecer de a mulher engravidar fora do período fértil é quando há uma ovulação causada por adrenalina. Isso quer dizer que, durante a relação, a ovulação pode ser estimulada de forma inesperada. Dessa forma, a mulher pode ovular mais de uma vez em um mesmo ciclo e o óvulo acaba sendo fecundado, resultando na gravidez. Por essa razão, algumas mulheres têm mais facilidade para ficarem grávidas, já que esse estímulo à ovulação aumenta as chances de ela vir a conceber. É importante dizer que a ovulação por adrenalina não é algo que acontece com todas as mulheres. Como não há uma maneira fácil de saber quando pode acontecer esse fenômeno, a mulher que não usa nenhum tipo de método contraceptivo tem aumentadas as chances de uma gravidez. Tempo de vida dos espermatozoides
A outra possibilidade de uma gravidez não programada é devido ao tempo de vida do espermatozoide no corpo feminino. Como ele pode sobreviver de 3 a 5 dias, se a mulher tiver relações nesses dias e a ovulação ocorrer, o óvulo fértil pode ser fecundado por esse espermatozoide. Essa causa para a gravidez fora do período fértil é comum e também pode ser evitada com o uso de contraceptivos. Além disso, já houve até mesmo casos raros onde os espermatozoides sobreviveram por 15 dias no corpo da mulher, resultando na gravidez mesmo que a relação tenha ocorrido fora do período fértil. Ovulação precoce
Pode acontecer de a ovulação surgir precocemente, o que se dá quando a liberação do óvulo ocorre 8 ou 10 dias após o ciclo menstrual. O motivo para isso acontecer pode estar relacionado a diversos fatores, como: Estresse Bebida alcoólica Alimentação Cigarro Doenças crônicas
Quais as chances de engravidar fora do período fértil e tomando anticoncepcional?
As chances de a mulher engravidar sem estar em seu período fértil e ainda tomando anticoncepcional todos os dias, por pelo menos 3 meses e em um mesmo horário são praticamente nulas. Isso acontece porque, nesse caso, não há o período fértil é, consequentemente, a mulher não ovula. Dessa forma, como não existe um óvulo maduro, as chances de engravidar são reduzidas. Além de inibir a ovulação, o uso do anticoncepcional também provoca uma alteração no muco cervical e no endométrio uterino, fatores que ajudam a prevenir a gravidez. Porém, é fundamental frisar que tomar o anticoncepcional de forma irregular, ou seja, tomar em qualquer horário ou se esquecer de tomar alguns dos comprimidos (principalmente na primeira fase do ciclo, um aumento das mamas ocorre. Quando acontece a ovulação, há o aumento da progesterona, o que deixa as mamas doloridas. Por isso, esses sinais são usados para indicar a ovulação. Outros sinais Além dos sintomas apresentados anteriormente, outros sinais também podem ser observados para que a mulher possa identificar que está ovulando. Entre esses sinais está uma sensação de dor em uma das laterais do abdômen, que geralmente tem a duração de algumas horas. Outro sinal é a retenção de líquido, aumento da libido e também do apetite. Entender que é possível engravidar fora do período fértil pode ser um fator que aumenta as esperanças da mulher que deseja engravidar. Além disso, também ajuda a entender melhor o funcionamento do próprio corpo no caso de quem não está planejando ter um filho. Em ambos os casos, é importante conversar com o ginecologista para poder esclarecer todas as dúvidas que restarem a respeito. Referências trocandofaldas.com.br/posso-engravidar-fora-do-periodo-fertil medicoresponde.com.br/corro-risco-de-engravidar-fora-do-meu-periodo-fertil minhavidã.com.br/familia/materias/31914-e-possivel-engravidar-fora-do-periodo-fertil manualdamamae.com.br/e-possivel-engravidar-fora-do-periodo-fertil saudenocorpo.com/gravidez-fora-periodo-fertil-e-possivel engravidarfora.com.br/posso-engravidar-fora-do-periodo-fertil É possível engravidar fora do período fértil, embora a chance de isso acontecer seja mínima, especialmente se a relação sexual ocorrer antes da ovulação. Depois da ovulação, a gestação é muito mais difícil, já que o óvulo já foi liberado e já passou as trompas de Falópio, não podendo ser fecundado. Encontre um Ginecologista perto de você!
Parceria com Buscar Médico
O período fértil é o conjunto de dias durante os quais existe maior facilidade para engravidar. Assim, esses dias podem ser usados por mulheres que querem engravidar, para aumentar suas chances, ou evitados, por quem não deseja engravidar. Leia também: Período fértil: quando é, sintomas (e como calcular) tausae.com/periodo-fertil Os dias com maior probabilidade de engravidar em todo o ciclo são os 3 dias antes da ovulação, incluindo o dia da ovulação. Isso porque é nesse período que o óvulo maduro é liberado dos ovários, podendo ser fecundado. Quando é possível engravidar fora do período fértil É possível engravidar fora do período fértil se existir relação em até 5 dias antes da ovulação, já que o espermatozoide, pode conseguir sobreviver por até 5 dias dentro da vagina. O período fértil ocorre entre os 3 dias antes e 3 dias após a ovulação e, por isso, se a mulher tiver relação desprotegida nesses dias tem maiores chances de engravidar. Leia também: Período fértil: quando é, sintomas (e como calcular) tausae.com/periodo-fertil Além disso, engravidar fora do período fértil pode acontecer pois muitas mulheres não ovulam sempre no mesmo dia e, por isso, os dias férteis podem variar entre os ciclos Porque pode acontecer gravidez fora do período fértil Algumas situações que podem causar uma gravidez fora do período fértil são: Ciclo menstrual irregular: quando a duração de uma menstruação e outra varia de um mês para outro, dificulta prever quando será a ovulação; Estresse e mudanças na rotina ou na saúde: podem alterar o equilíbrio hormonal e afetar o momento da ovulação; Métodos de previsão da ovulação: técnicas como calendário, medição da temperatura basal ou o método de Billings podem ser difíceis de aplicar corretamente e nem sempre são precisos; Ciclos menstruais curtos: nesses casos, o risco de gravidez aumenta se a mulher tiver relações sexuais durante ou imediatamente após a menstruação; Aleitamento materno: embora a amamentação pode suprimir a ovulação, não é um método contraceptivo confiável, já que a ovulação pode reaparecer antes do retorno da menstruação. Além disso, a mulher pode ovular duas vezes no mesmo ciclo, ampliando a janela de fertilidade e aumentando as chances de gravidez. Como saber quando acontece a ovulação Normalmente, a ovulação acontece 14 dias antes da menstruação, o que, numa mulher com um ciclo de regular de 28 dias, também corresponde ao 14º dia do ciclo após a menstruação. No entanto, em mulheres com ciclo regular maior ou menor, o ideal é calcular o dia da ovulação 14 dias antes da data esperada para a menstruação. Sintomas de ovulação Os sintomas que podem surgir com a ovulação, são: Ligeiro aumento da temperatura corporal; Presença de um pequeno corrimento transparente e viscoso; Aumento da libido. Mulheres que têm um ciclo irregular têm maior dificuldade para saber com antecedência o período fértil e, por isso, caso não estejam tentando engravidar devem usar outras formas de prevenir a gravidez, como a pílula anticoncepcional ou o preservativo. Mulheres que tomam pílula não têm ovulação e, por isso, não têm risco de engravidar. Confira outros métodos que ajudam a evitar uma gravidez indesejada. Já para quem está querendo engravidar, o período fértil é a melhor fase do ciclo menstrual para tentar para tentar iniciar a gestação, tendo relações sexuais mais frequentes. Leia também: Como engravidar mais rápido: 6 dicas comprovadas tausae.com/como-engravidar-rapido Calculadora do período fértil Coloque os seus dados na calculadora a seguir e saiba quando será o seu próximo período fértil para aumentar as chances de engravidar: A calculadora do período fértil é apenas uma ferramenta de orientação, não servindo como diagnóstico e nem substituindo a consulta com o ginecologista. Leia também: Como calcular o período fértil do ciclo irregular tausae.com/periodo-fertil-na-menstruacao-irregular