



o  
ya  
*care*



**Olá, Milena! :)**

Aqui você vai encontrar um  
resumo do seu atendimento de  
com a Oya!

A Oya nasceu pra te ajudar a tomar as melhores decisões para sua saúde e para sua vida, no seu tempo e de onde você estiver.

Nossa missão é **potencializar a autonomia feminina** por meio de uma **nova relação com a sua saúde**.

**A Jornada da Contracepção**  
**Oya** nasceu para te ajudar a entender qual o melhor método contraceptivo para você!

Isso tudo sem viés ou preconceito e respeitando você: seus planos, desejos, momento de vida e orientação sexual. Tudo isso com muito cuidado e trazendo conhecimento para te dar autonomia para cuidar do seu corpo e **planejar melhor o seu futuro**.

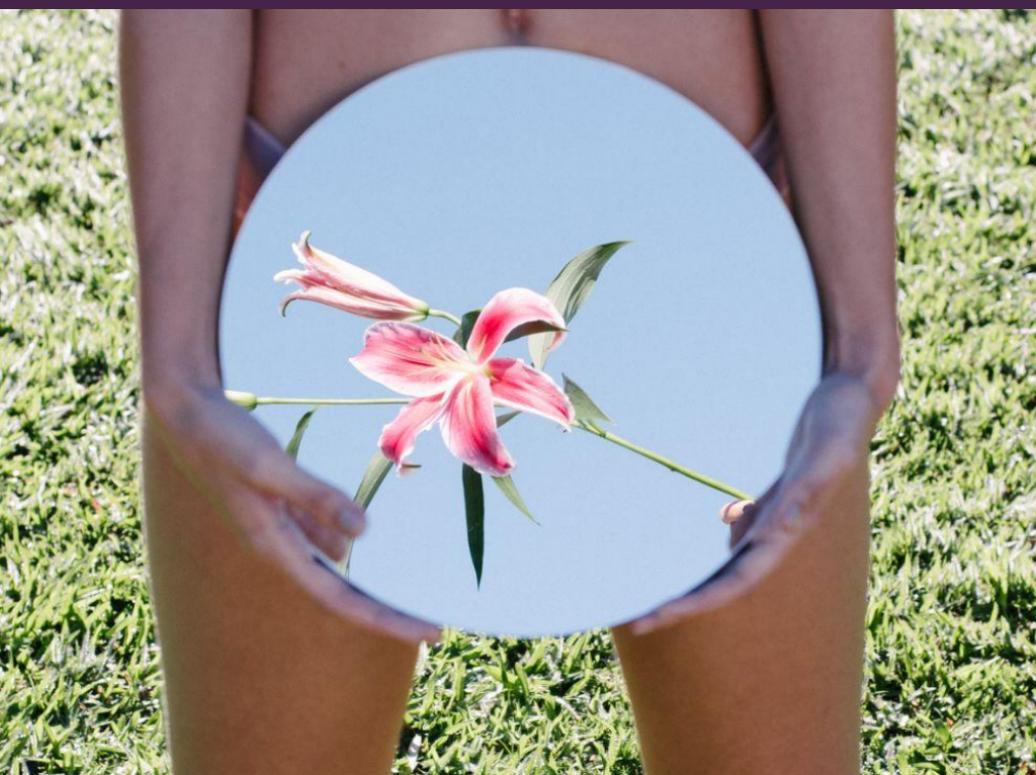
Caso ainda fique alguma dúvida, temos uma equipe de cuidados disponível para te ajudar!

*Aqui vai um resumo*  
**do que descobrimos**  
**sobre você em 10/09/2022:**

- Você tem 23 anos;
- Seu peso é 70 kgs e sua altura é 1,75. Seu IMC é 22.9;
- Você não pratica exercício;
- Já foi diagnosticada com Ansiedade/Depressão;
- Não toma nenhum remédio regularmente;
- Você não fuma;
- Você se identifica como **mulher heteressexual**.
- Você **tem vontade** de engravidar.

## *Sobre seu Ciclo menstrual e histórico ginecológico*

- Você **menstrua** e seus ciclos são **irregulares**;
- Você **tem** cólicas
- Você **não sente** dor na relação sexual
- Você **nunca engravidou**



## *Sobre métodos contraceptivos:*

- Você não usa método contraceptivo.
- Você **nunca** usou outros métodos contraceptivos antes do método que usa hoje.

## *Para você, o método ideal precisa:*

- Ajudar a controlar o ciclo menstrual e sintomas
- Ser de uso diário
- Ter baixa dose de hormônios

*Sua próxima consulta deve ser agendada para:*

• **10/12/2022**

Fique tranquila que vamos te enviar por email um lembrete para o agendamento. Lembrando que é muito importante que você volte depois de 3 meses para entendermos como o seu corpo respondeu às mudanças, combinado?

Se precisar de qualquer coisa ao longo desses 3 meses, lembre que nossa equipe de cuidados está à sua disposição!

[Fale com a gente](#)





**A partir de tudo isso, a  
recomendação da Dra Natalia  
Ramos – CRM-SP 169.753:**

*”Querida Milena, foi um prazer termos te atendido.*

*Sobre nossa conversa, identificamos que você queria ter mais informações sobre os métodos contraceptivos. Infelizmente, devido a impossibilidade de te examinar, preciso que você realize uma bateria de exames.*

*Ainda assim, vamos iniciar o uso de um anticoncepcional oral (Desogestrel 75mcg - Cerazette®), que é um método seguro, no entanto, como todos os métodos, tem um índice de falha (em torno de 3-4%).*

*Assim, para diminuir as chances de uma gestação indesejada, você deve se lembrar de tomar o anticoncepcional todos os dias no mesmo horário, ler a bula do anticoncepcional e sempre associar um outro método, o preservativo (além de melhorar a contracepção, ele diminui o risco de doenças sexualmente transmissíveis - DSTs).”*



**A partir de tudo isso, a  
recomendação da Dra Natalia  
Ramos – CRM-SP 169.753:**

*”Estamos te aguardando para o seu  
retorno em breve, com seus exames  
e com notícias sobre este primeiro  
mês de uso da medicação. Além  
disso, caso você tenha alguma  
dúvida, por gentileza entre em  
contato com nossa equipe de  
cuidados. Até logo!”*

**Dra Natalia N. Ramos Seixas**  
Ginecologia e Medicina  
Reprodutiva  
CRM-SP 169.753



**Fez sentido**  
*pra você?*

Se surgir alguma dúvida  
ou questão, **manda uma**  
**mensagem pra gente:**

[alo@oya.care](mailto:alo@oya.care)  
WhatsApp

Acreditamos no poder libertador que é tomar as rédeas da sua própria saúde. **Se a Jornada da Contraceção Oya te ajudou, compartilhe com as pessoas que sentir que faz sentido.**

**É em rede que nos fortalecemos e cumprimos a enorme responsabilidade que é fazer chegar informação até as principais interessadas.**

Do lado de cá, esperamos que você tenha se sentido acolhida pela Oya, que você saiba mais do que sabia antes e que se sinta mais confiante, tranquila e segura para tomar suas decisões!

**Até a próxima!**





## ***Como agendar a próxima consulta?***

**É super fácil e rápido. Quando estiver na hora, é só fazer o login com seu email e senha clicando [aqui](#),**

Depois é só selecionar o serviço: **Jornada da Contracepção** e escolher a **data e a hora** para a sua segunda consulta!

**Dúvidas? Chama a gente no [WhatsApp](#)**

# ***A Oya também tem outros serviços, você já conhece?***

## ***Descoberta da Fertilidade***



*Avaliação preventiva da vida fértil de maneira prática e completa com equipe médica especialista em fertilidade.*

*Direto da sua casa e pelo melhor preço do mercado.*

***Clique para conhecer***

## ***Consultoria de Fertilidade***



*Avaliação preventiva da vida fértil de maneira prática e completa com equipe médica especialista em fertilidade para quem já tem o exame HAM!*

***Clique para conhecer***

***A Oya também tem outros serviços, você já conhece?***

## ***SOS Ginecologista***



*Para quando bater aquele desconforto você precisar falar com um(a) ginecologista o quanto antes! Sem sair de casa, com acolhimento e sem preconceitos!*

***Clique para conhecer***

*Com carinho,*  
**Oya**



***\*No início da teleorientação, a paciente confirmou que leu e aceitou os termos de consulta virtual disponibilizados neste [link](#). Também informou que não possui dúvidas acerca do mesmo.***