

# GINECOLOGIA NATURAL: TEORIA E PRÁTICA

## NATURAL GYNECOLOGY: THEORY AND PRACTICE

Ana Eduarda de Araújo Torres<sup>1</sup>

Alcina Patrícia de Oliveira<sup>2</sup>

Jefferson Conceição de Assis<sup>3</sup>

Maria Carolina Salustino dos Santos<sup>4</sup>

**Resumo:** O feminismo tem um importante papel na construção e desconstrução da ginecologia. Desde o distanciamento que trouxe para que a mulher adentrasse de forma mais efetiva ao mercado de trabalho, até o retorno a busca do autoconhecimento, que inclui o próprio corpo. O enfermeiro holístico, ou terapeuta especialista na área irá verificar os exames, irá fazer uma anamnese com a paciente para tentar descobrir o motivo da consulta e buscar o tratamento como um todo. Algumas atividades podem ser prescritas como a fitoterapia com o uso de florais, Reiki, Acupuntura, meditação, vaporização uterina. Com isso, uma equipe

---

1 Graduada em Enfermagem. Pós-graduanda em Atenção Primária a Saúde com ênfase em saúde da família/ Docência do ensino superior e enfermagem/Enfermagem em Terapias Holísticas e complementares/Enfermagem em urgência e emergência e gestão nos serviços hospitalares e Gestão de saúde pública e privada pela FACUMINAS.

2 Enfermeira. Especialista em Obstetrícia.

3 Graduando em Enfermagem.

4 Enfermeira. Doutoranda em Enfermagem. Mestra em Enfermagem. Especialista em Saúde da Família na modalidade Residência. Especialista em Obstetrícia. Mentora da Excelência Consultoria em Saúde.



multidisciplinar será acionada para acompanhar esta mulher e gerar o maior conforto possível.

**Palavras chaves:** Ginecologia; Saúde; Reflexão.

**Abstract:** Feminism plays an important role in the construction and deconstruction of gynecology. From the distance it brought for women to enter the job market more effectively, to the return to the search for self-knowledge, which includes their own body. The holistic nurse, or specialist therapist in the area, will check the exams, take an anamnesis with the patient to try to find out the reason for the consultation and seek treatment as a whole. Some activities can be prescribed such as phytotherapy with the use of flower remedies, Reiki, acupuncture, meditation, uterine vaporization. With this,

a multidisciplinary team will be activated to accompany this woman and generate the greatest possible comfort.

**Keywords:** Gynecology; Health; Reflection.

A ginecologia natural é uma terapia holística que envolve o autoconhecimento feminino do próprio corpo em contraposição aos métodos tradicionais. Essa prática visa atender a mulher de uma maneira geral, uma maneira disso acontecer é tratar a mulher e não somente a doença. Com isso o autoconhecimento e a autoaceitação são fundamentais para que este método seja proveito. Esta ginecologia natural remonta da ancestralidade, do uso das ervas e do meio espiritual para tratar as patologias ginecológicas (SALA, 2019).

O enfermeiro holístico,



ou terapeuta especialista na área irá verificar os exames, irá fazer uma anamnese com a paciente para tentar descobrir o motivo da consulta e buscar o tratamento como um todo. Algumas atividades podem ser prescritas como a fitoterapia com o uso de florais, Reiki, Acupuntura, meditação, vaporização uterina. Com isso uma equipe multidisciplinar será acionada para acompanhar esta mulher e gerar o maior conforto possível (SALA, 2019).

Apesar de serem diferentes, os métodos naturais e tradicionais podem seguir juntos, tendo cada um sua função e potencialidade. A paciente tem o direito de escolher qual tratamento deve ser e optar por um ou por ambos. Um ponto importante é que a ginecologia natural estimula o autoconhecimento do corpo feminino, deixando a mulher descobrir suas sensibilidades e

dando um valor maior a sua intuição feminina (TARPINIAN; GONÇALO, 2022).

Entre os principais fundamentos estão que a menstruação deve ser vista como algo natural e saudável para o corpo feminino, deixando de lado o uso e absorventes comuns e dando lugar ao coletor menstrual ou absorvente de tecido com isso a mulher terá um contato maior com o seu corpo. O uso de ervas é de fundamental importância principalmente para a candidíase de repetição. Destacando a importância da vulva ser limpa apenas com água e sabão. Outro cuidado importante no autoconhecimento é a mulher utilizar um espelho e verificar a sua região genital de maneira a verificar se existe alguma alteração ou não (TARPINIAN; GONÇALO, 2022).

A própria anatomia da mulher favorece infecções urinárias



rias genitais por conta do encurtamento do canal da uretra. Outro fator importante é que a mulher deve usar apenas calcinhas de algodão e não usá-las a noite para dormir, com isso ocorrerá uma ventilação da área prevenindo infecções. Outra forma de se prevenir de infecções é usando mais saias e vestidos e deixando um pouco de lado a calça jeans. O suor do dia todo pode proliferar bactérias e causar infecção na região íntima.

O feminismo tem um importante papel na construção e desconstrução da ginecologia. Desde o distanciamento que trouxe para que a mulher adentrasse de forma mais efetiva ao mercado de trabalho, até o retorno a busca do autoconhecimento, que inclui o próprio corpo. Fagundes (2021) discorre acerca desta ligação, onde a mulher foi deixando de ser protagonista do

seu próprio corpo para adequar-se as necessidades trabalhistas. Temas como desejo, prazer sexual, dismenorreia, controle de natalidade, gênero, parto e violência sexual; são parte do mundo da ginecologia que é tão natural para alguns e ainda um tabu para outros.

Para retornar à naturalidade da ginecologia, é preciso desmistificar e ressignificar muitas crenças e conceitos internalizados. O importante caminho de retorno ao sagrado feminino e a própria feminilidade, sem excluir as conquistas e a força desta mulher que trouxe a vida seus direitos com muito enfrentamento. Dieguez, et al (2021), traz um importante debate acerca da origem da descolonização do corpo feminino e suas raízes neo-espíritualistas, o caminho do chamado parto natural, a liberdade sobre o próprio corpo e



o desejo da contracepção natural tem um caminho contrário a dita evolução do “poder feminino”, mas também traz a discussão a temática do direito de escolha. A mulher assume novamente a sua natureza, conhecendo seu ciclo, ouvindo seu corpo e agindo sobre ele da forma que decida não por conveniência do mercado de trabalho masculinizado, mas por sua própria vontade e escolha.

É válido trazer a pauta a necessidade do bom senso e a importância da pesquisa científica relativamente pouco explorada acerca do assunto, existe no próprio “movimento” naturalista, uma crítica a medicalização do corpo feminino. Tal discussão se dá desde as questões relacionadas com a prática da interrupção do ciclo menstrual por conveniência, até o desconhecimento da biopsicosociologia do mesmo. Ribeiro (2021), questiona o papel

das notícias e dos meios de comunicação na disseminação deste conhecimento, assim como a importância da informação correta na cultura do “faça você mesmo” que a ginecologia natural explora. O conhecimento feminino acerca do próprio corpo foi por muito tempo desprestigiado, isso influenciou direto nos comportamentos sexuais e contraceptivos. Este movimento vem com uma oferta de reencontro com o próprio corpo e tudo o que se pode experimentar dele.

Fomentando a discussão acerca da medicalização do feminino e domínio do próprio corpo, Dieguez, et al (2021) e Ribeiro (2021), concordam que existe uma discordância entre as linhas de pensamento dentro do próprio movimento. Ao realizar o autoexame ginecológico (consiste na introdução de um espéculo no canal vaginal frente a um espelho



de boa refração para visualização do colo uterino pela própria mulher e possível identificação de anomalias), a mulher necessita ter absorvido conhecimentos específicos de anatomia ginecológica, patologias, sintomatologia, que é proveniente do meio acadêmico. Nota-se nesta discussão mais uma vez a importância do conhecimento adequado da mulher para que exista segurança e embasamento nesta retomada do domínio do próprio corpo.

Este poder do autoconhecimento, é de alto valor e importância para a prática da ginecologia natural, o uso de banhos de assento para tratamento e prevenção de patologias ginecológicas; o conhecimento do ciclo menstrual correto para contracepção; a informação detalhada e correta do conceito e evolução do parto para o protagonismo da mesma com segurança; a busca

do equilíbrio emocional que é a chave para a compreensão das fases do feminino; são todos contextos de extremo valor para prevenção e manutenção da saúde ginecológica. Como já observou França (2018), é preciso destituir o movimento do conceito político para colocá-lo no contexto de saúde da mulher. Profissionais de saúde voltados a medicina preventiva, tem uma inclinação maior e mais produtiva a ginecologia natural do que profissionais voltados a medicina curativa, ambos não são excludentes, mas precisam de equilíbrio para que a ginecologia possa vir a ser aceita como medicina de alto valor de prevenção, cura e empoderamento.

## REFERÊNCIAS

DIEGUEZ, R. S. M., ALZUGUIR, F. D. C. V., & NUCCI, M.



F. “Descolonizar o nosso corpo”: ginecologia natural e a produção de conhecimento sobre corpo, sexualidade e processos reprodutivos femininos no Brasil. *Sexualidad, Salud y Sociedad*, 2021.

del presente. *Sexualidad, Salud y Sociedad* (Rio de Janeiro), p. 59-78, 2020.

FAGUNDES, A. V. Narrativas e práticas feministas de (s) colonizadoras no Manual de Introdução à Ginecologia Natural, 2021.

TARPINIAN, Fernanda; GONÇALO-MIALHE, Camila. Vivências impactantes e endometriose estágio IV: possibilidades de influência na gênese/sintomas e uso de práticas integrativas/ginecologia natural. *Revista Eletrônica Acervo Científico*, v. 42, p. e10158-e10158, 2022.

FRANÇA, J. O tabu do corpo da mulher: espaços de empoderamento na cibercultura. *Anais do II Seminário Nacional de Sociologia da UFS*, 2018.

RIBEIRO, A. Â. V. A busca por autonomia ginecológica e o conhecimento médico-científico: entre diálogos e disputas, 2021.

SALA, Núria Calafell. *La ginecología natural en América Latina: Un movimiento sociocultural*

