

## Fatos sobre Fertilidade

**Ovulação** (a liberação de um ou mais óvulos de um ovário) ocorre dentro de um período de 24 horas e somente uma vez durante um ciclo menstrual.

O 1º dia do sangramento menstrual é o primeiro dia do ciclo.

O intervalo de tempo do 1º dia até a ovulação pode variar.

O intervalo de tempo da ovulação até a menstruação é em torno de 2 semanas.

A ovulação ocorrerá cedo em um ciclo curto e mais tarde em um ciclo longo.

Observando o **sintoma do muco cervical**, teremos a informação, dia a dia, para saber se estamos num dia potencialmente fértil ou infértil.

Os padrões de fertilidade e infertilidade antes da ovulação variam de mulher para mulher.

Uma vez liberado do ovário, o óvulo vive de 12-24 horas, a menos que seja fertilizado.

As células espermáticas precisam de **muco cervical apropriado** para sobreviver e atingir o óvulo na trompa de Falópio.

Células espermáticas podem viver por 3-5 dias em muco cervical apropriado. Em períodos inférteis elas sobreviverão na vagina por somente uma ou duas horas.

Os hormônios FSH e LH da glândula pituitária influenciam o ovário

