



ERROR 404

**Ops! Tivemos um erro inesperado.
Volte para pagina principal e tente
novamente!**



Conta **excluída** com sucesso!

Entre em sua conta do diário de ciclos menstruais

Insira um email e senha válidos.

Email *

Senha *



Entrar

Não tem uma conta?
Inscreva-se já!



Crie uma conta

Insira seus detalhes e escolha uma senha que tenha ao menos 8 caracteres, com letras maiúsculas e minúsculas.

Email *

Senha *



Confirme a senha *



Nome *

Data de nascimento *

Peso *

Gestante *

☐ Sim

☒ Sim

Criar conta

[Eu ja tenho uma conta](#)



Perfil

Nome: Julia Silva

Data de nascimento: 10/03/1999

Peso: 56kg

Gestante: Sim

Criar conta

Excluir conta

Ultimo ciclo

- Há: 28 dias
- Duração da menstruação: 5 dias
- Fluxo: Moderado

Previsão próximo ciclo

- Em : 13 dias
- Duração do ciclo: 28 dias
- Duração da menstruação: 5 dias

Duração média

- Duração do ciclo: 28 dias
- Duração da menstruação: 5 dias



Meus ciclos

+ Novo ciclo

Meus ciclos recentes



iniciado em DD/MM/AAAA

- Duração do ciclo: 28 dias
- Duração da menstruação: 5 dias
- Fluxo: Moderado

Editar Excluir

iniciado em DD/MM/AAAA

- Duração do ciclo: 28 dias
- Duração da menstruação: 5 dias
- Fluxo: Moderado

Editar Excluir

iniciado em DD/MM/AAAA

- Duração do ciclo: 28 dias
- Duração da menstruação: 5 dias
- Fluxo: Moderado

Editar Excluir





Sintomas

+ Novo Sintoma

Meus sintomas recentes



DD/MM/AAAA

- Intensidade: Muito intenso
- Humor: Irritação
- Remédios tomado: Ibuprofeno

Editar Excluir

DD/MM/AAAA

- Intensidade: Muito intenso
- Humor: Irritação
- Remédios tomado: Ibuprofeno

Editar Excluir

DD/MM/AAAA

- Intensidade: Muito intenso
- Humor: Irritação
- Remédios tomado: Ibuprofeno

Editar Excluir





Registrar novo ciclo

[◀ Voltar para meus ciclos](#)



Registrar

Data de inicio *

Duração menstruação *

Duração ciclo *

Intensidade *

MENU HEADING

Leve

Moderado

Intenso

Muito Intenso

Salvar ciclo

Cancelar



Registrar sintomas

[⏪ Voltar para meus ciclos](#)

Dados gerais

Data *

DD/MM/AAAA

Intensidade *

Muito Intenso

Sintomas Físicos

Sintomas fisicos *

- ☐ Dor de cabeça
- ☐ Dores nas mamas
- ☒ Cólicas
- ☒ Náusea
- ☐ Inchaço

Descrição

Optional Ex. Febre a noite

Tomou remédio?

Optional Ex. Ibuprofeno

Libido

Teve relação com parceiros *

☐ Sim ☒ Sim

Teve relação sem parceiros *

☐ Sim ☒ Sim

Humor

Humor do dia *

Irritação

Gatilho emocional

Ex. Estresse no trabalho

Secreção

Textura *

Elástica

Tomou remédio?

Optional Ex. Ibuprofeno

Atividade Física

Praticou atividade fisica hoje? *

☐ Sim ☒ Sim

Salvar sintomas

Cancelar



Editar ciclo

[◀ Voltar para meus ciclos](#)



Registrar

Data de inicio

Duração menstruação

Duração ciclo

Intensidade

MENU HEADING

Leve

Moderado

Intenso

Muito Intenso

Salvar ciclo

Cancelar



Editar sintomas

◀ Voltar para meus ciclos

Dados gerais

Data

02/05/2025

Intensidade

Muito Intenso

Sintomas Físicos

Sintomas fisicos

- ☐ Dor de cabeça
- ☒ Cólicas
- ☐ Inchaço
- ☐ Dores nas mamas
- ☒ Náusea

Descrição

Opcional Ex. Febre a noite

Tomou remédio?

Ibuprofeno

Libido

Teve relação com parceiros

- ☐ Sim
- ☒ Sim

Teve relação sem parceiros

- ☐ Sim
- ☒ Sim

Humor

Humor do dia

Irritação

Gatilho emocional

Estresse no trabalho

Secreção

Textura

Elástica

Tomou remédio?

Opcional Ex. Ibuprofeno

Atividade Física

Praticou atividade fisica hoje?

- ☐ Sim
- ☒ Sim

Salvar sintomas

Cancelar