



## 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.



Username \*

Email \*

Senha \*

👁

Confirme a senha \*

👁

Nome \*

Data de nascimento \*

Peso \*

Criar conta

[Eu já tenho uma conta](#)

# Perfil | Ola, tal pessoa!

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

Opcional Ex. Febre a noite

Tomou remédio?

Opcional 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?

Opcional Ex. Ibuprofeno

## Atividade Física

Praticou atividade fisica hoje? \*

☐ Sim ☒ Sim

Salvar sintomas

Cancelar





# Editar ciclo

[◀ Voltar para meus ciclos](#)



## Registrar

Data de inicio

Duração ciclo

Duração menstruação

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

☐ Dores nas mamas

☒ Cólicas

☒ Náusea

☐ Inchaço

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