



MARIA AUGUSTA MATOS

## Reposição hormonal atenua menopausa

O tratamento da reposição de hormonas femininas é determinante para que a mulher possa usufruir de uma boa qualidade de vida ao impedir muitas das consequências negativas da menopausa

**A MENOPAUSA**, período da vida da mulher que marca o final da idade fértil, é consequente à falência ovárica que implica a paragem de produção de hormonas femininas por este órgão, ocorrendo entre os 45 e os 55 anos.

A idade do aparecimento da menopausa é influenciada apenas por factores hereditários e hábitos tabágicos, pelo que factores geográficos, sociais e/ou físicos não influenciam a ocorrência mais precoce ou mais tardia.

Graças à melhoria dos factores sócio-económicos e aos avanços científicos e tecnológicos nas últimas décadas, e em particular no campo da medicina, a esperança média de vida tem vindo a aumentar. Assim sendo, actualmente a mulher passa um terço da sua vida em menopausa.

A falta de hormonas femininas condiciona um novo ambiente hormonal, o hipoestrogenismo, que levará a consequências a curto, médio e longo prazos para a saúde e bem-estar da mulher.

Os sintomas vasomotores – os ‘calores’ – são, em geral, as primeiras alterações que surgem e as que mais perturbações causam ao bem-estar da

mulher, levando-a a procurar o seu médico.

Porém, em algumas mulheres tais sintomas são escassos e irrelevantes; no entanto, na sua rotina ginecológica anual chegará a altura em que o início da menopausa será diagnosticado e o tratamento será proposto.

### PARA QUASE TODAS

Actualmente sabe-se que os benefícios do tratamento de reposição hormonal (TRH) são tão importantes que todas as mulheres têm indicação para o fazer, havendo muito poucas contra-indicações.

Este tipo de tratamento não deve ser administrado a mulheres com cancro da mama e do endométrio, mulheres portadoras de meningioma e melanoma, com antecedentes de fenómenos trombo-embólicos, doença hepática ou renal aguda e/ou insuficiência hepática e/ou renal grave e hipertensão arterial severa.

A escolha da ou das hormonas, a forma de administração e o tempo do tratamento devem ser determinados pelo seu médico de forma individualizada, de acordo com o perfil de cada



#### SAIBA QUE...

- A idade do aparecimento da menopausa é influenciada apenas por factores hereditários e hábitos tabágicos
- Actualmente, com o aumento da esperança média de vida, a mulher passa um terço da sua existência em menopausa
- Mulheres com cancro da mama e do endométrio, doença hepática ou renal aguda ou hipertensão arterial severa não devem fazer o tratamento de reposição hormonal

mulher. Normalmente, o acompanhamento médico é feito semestralmente durante todo o período de tratamento.

Os resultados obtidos com o tratamento de reposição hormonal passam por interromper as alterações decorrentes da diminuição progressiva de estrogéneos, tanto a nível ginecológico – irregularidades menstruais, secura vaginal, peso, dor e ardência urinária – como a nível extraginecológico – sintomas vasomotores (‘calores’), neuropsíquicos (insónias, irritabilidade, depressão), sistema

nervoso central (perda de memória e capacidade de concentração, doença de Alzheimer) e alterações do metabolismo ósseo e cardiovascular (osteoporose, angina de peito, enfarte do miocárdio).

O tratamento da menopausa através da reposição de hormonas femininas é determinante para que a mulher possa usufruir de uma boa qualidade de vida ao impedir que estas consequências se instalem.

● Médica ginecologista da Clipóvoa - Hospital Privado.