



 CAMILA SAYURI

E-BOOK MENOPAUSA

Dra. Camila Sayuri Horita Alves da Silva Ratão é formada em Medicina pela Faculdade de Ciências Médicas da Santa Casa de São Paulo, inscrita no Conselho Regional de Medicina sob o número 152226, cursou Residência Médica em Clínica Médica na Irmandade da Santa Casa de Misericórdia de São Paulo - RQE 78413.





TÓPICOS

O que é menopausa?

Porque ela ocorre?

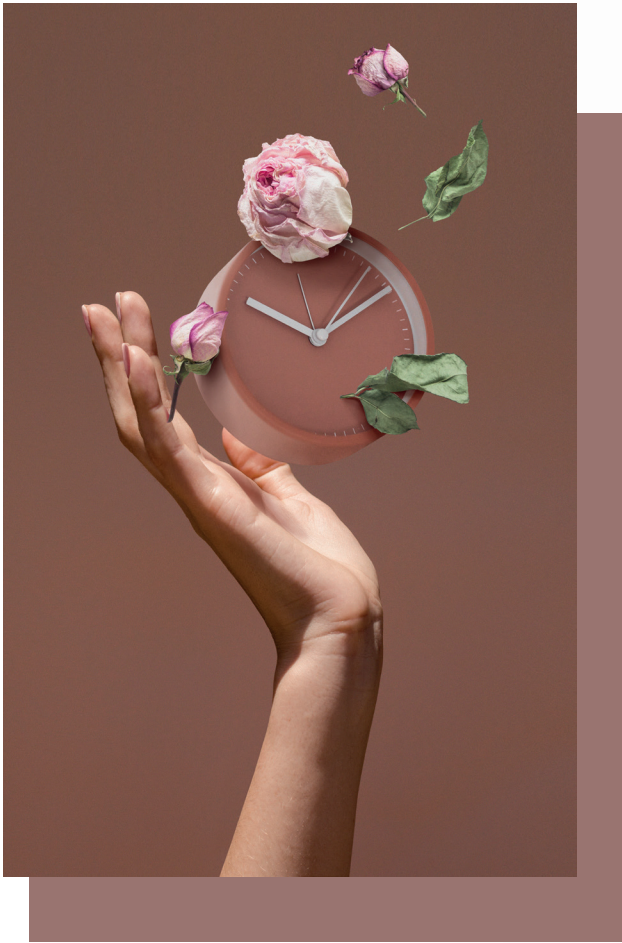
Quais os sintomas?

Indicações da terapia de reposição hormonal na menopausa

Contraindicações à terapia de reposição hormonal

Como é feita a reposição hormonal na menopausa?

Terapias alternativas de reposição hormonal na menopausa



O que é a menopausa?

Menopausa é a perda definitiva da função ovulatória com parada dos ciclos menstruais, diagnosticada após 12 meses da última menstruação.

Ela ocorre naturalmente em mulheres entre 45 e 55 anos, denominamos menopausa precoce quando ocorre antes dos 40 anos, e menopausa tardia quando ocorre após os 55 anos.

Toda a fase de transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo é definida climatério.

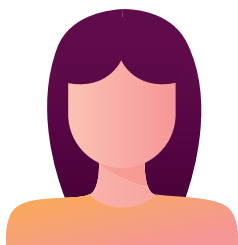


Por que ela ocorre?

Ao nascer, a mulher apresenta em seus ovários todos os óvulos que ela utilizará na sua vida reprodutiva armazenados em uma forma quiescente (em repouso), assim não há produção de novos óvulos durante a vida.

Com a puberdade, a mulher passa a apresentar ciclos mensais em que parte desses óvulos (6 a 12) amadurecem e um deles é escolhido para a ovulação, os outros degeneram-se.

Caso ocorra a fecundação deste óvulo por um espermatozóide, ocorre a gestação, caso contrário este óvulo também se degenera.



PRÉ- MENOPAUSA (40-50 ANOS)

A pré-menopausa geralmente começa 10 anos antes da menopausa, tendo seu início por volta dos 45 anos.



MENOPAUSA (45-55 ANOS)

O período é definido a partir de quando a mulher já está há um ano sem apresentar sangramento.

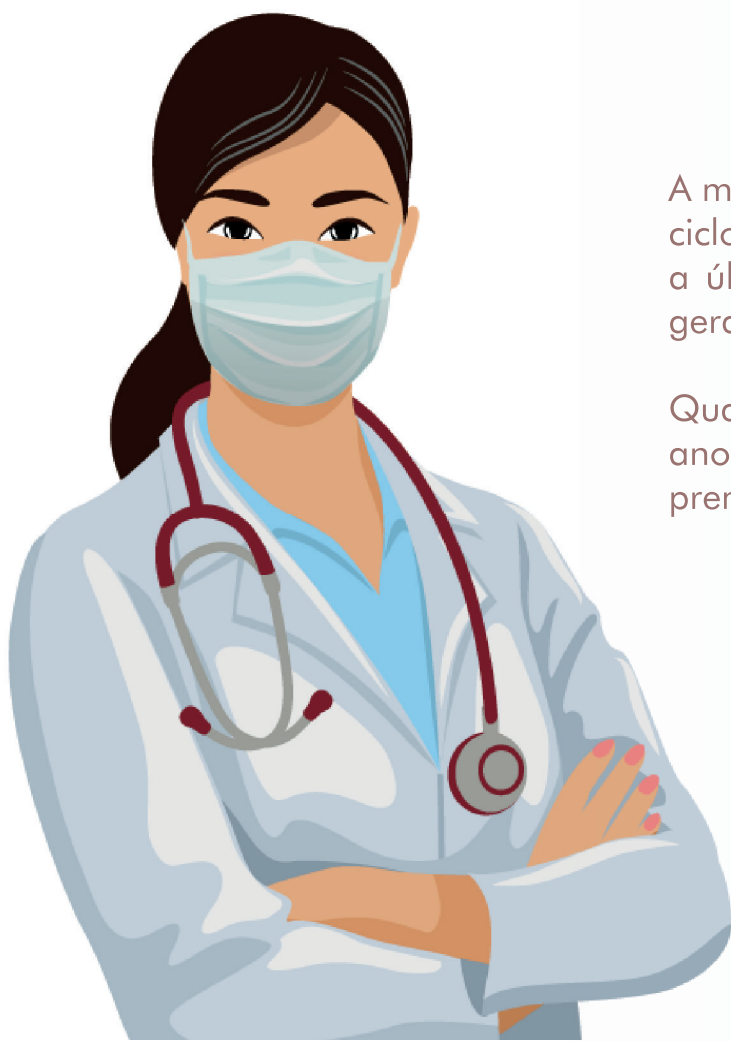


Por que ela ocorre?

Dessa forma, a mulher utiliza cerca de 6 a 12 óvulos mensalmente por toda a sua vida reprodutiva, aproximadamente dos 13 aos 45 anos.

Ao chegar nesta idade há um “esgotamento” do número de óvulos nos ovários, de maneira que não é mais possível que a mulher engravide.

Sendo este ciclo mensal o responsável pela produção de estrógeno e progesterona na mulher, esta produção hormonal também se encerra neste período.



A menopausa corresponde ao último ciclo menstrual, ou seja, a última menstruação. Ocorre, em geral, entre os 45 e 55 anos.

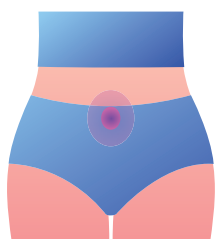
Quando ocorre por volta dos 40 anos, é chamada de menopausa prematura ou precoce.



Quais os sintomas?

Além da ausência da menstruação, a falta do estrogênio leva a sintomas marcantes, que podem piorar muito a qualidade de vida da mulher no climatério, como fogachos (episódios de calor e rubor na pele, principalmente colo e face), sudorese noturna, sensação de falta de ar, irritabilidade e ansiedade, fadiga, diminuição da resistência e calcificação dos ossos, secura vaginal e disfunção sexual.

Sintomas da Menopausa



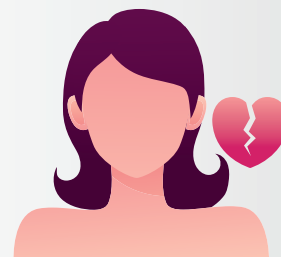
SECURA VAGINAL



ONDAS DE CALOR



SUOR NOTURNO



PERDA DE LIBIDO



MUDANÇA DE HUMOR



MENSTRUACÃO IRREGULAR



PROBLEMA DE SONO



CANSAÇO



Quais os sintomas?

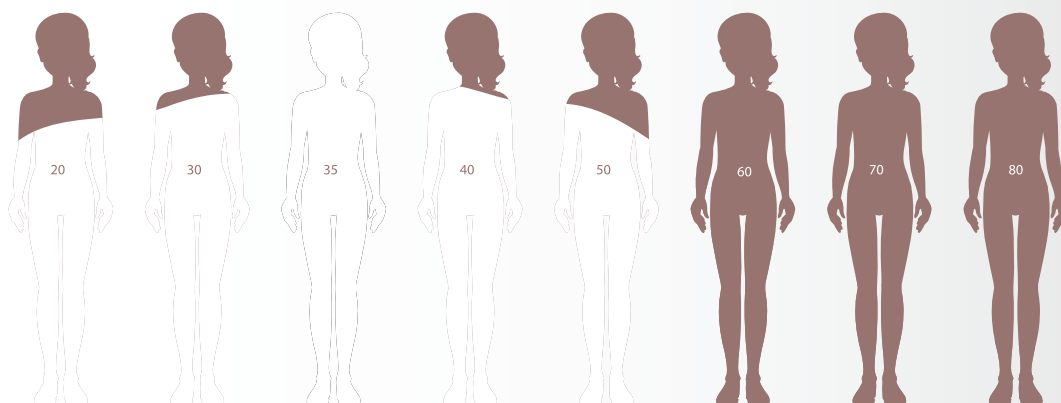
Outras alterações presentes incluem maior acúmulo de tecido gorduroso abdominal, aumento da resistência insulínica e do risco para diabetes tipo 2, piora do perfil de colesterol, aumento da pressão arterial e piora da função cardíaca, aumentando o risco para doença arterial coronária.



Indicações da terapia de reposição hormonal na menopausa

A terapia de reposição hormonal feminina na menopausa está indicada nos casos em que existem sintomas importantes, nos primeiros 5 anos. O objetivo do tratamento é aliviar os sintomas clínicos decorrentes da falta de estrogênio e melhorar a qualidade de vida dessas mulheres.

Níveis de Estrogênio por idade



Contraindicações à terapia de reposição hormonal

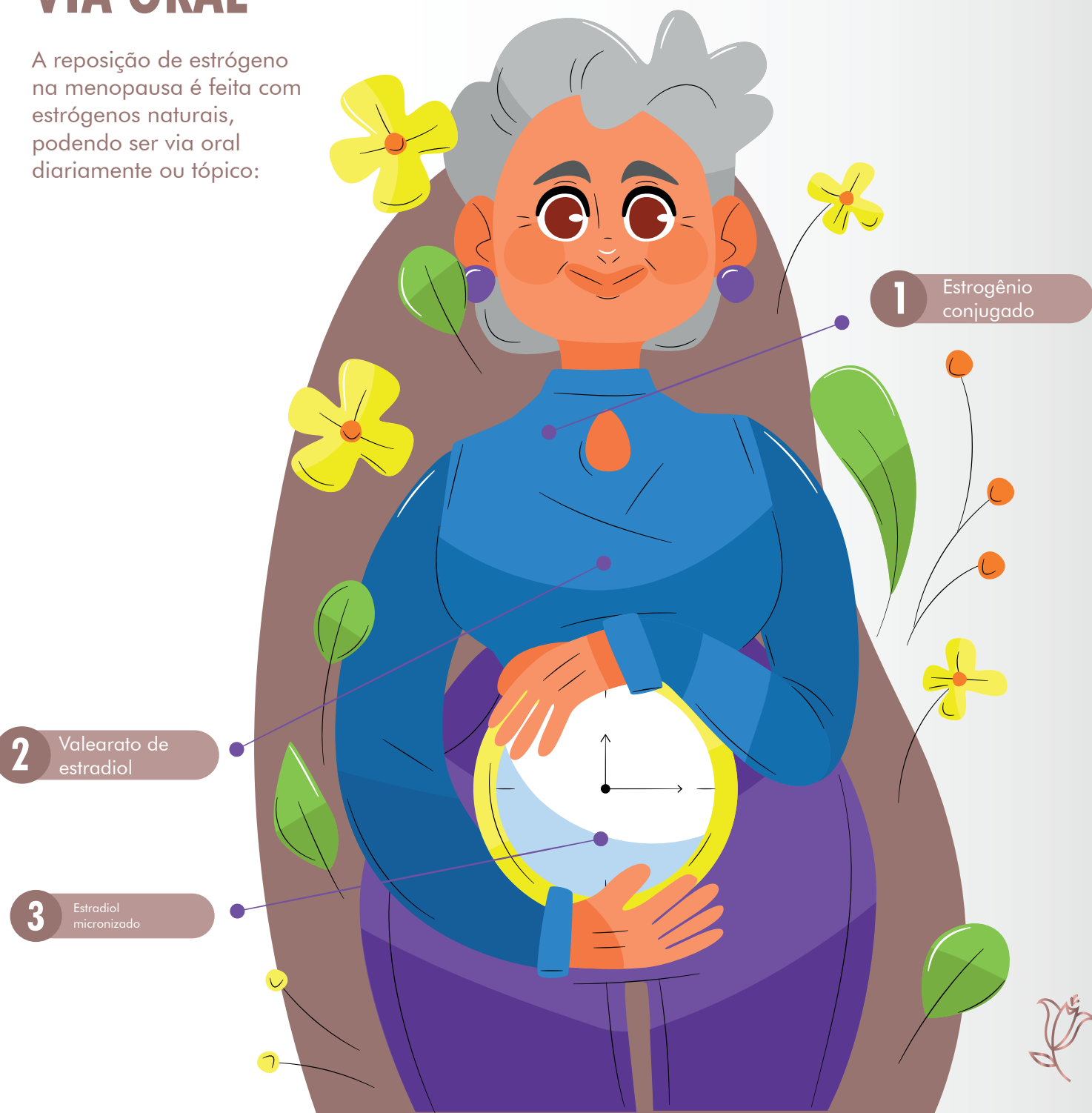
São contraindicações absolutas à terapia com estrogênio na menopausa: câncer de mama (história pessoal, história familiar não é contraindicação absoluta), câncer de endométrio, hepatopatia aguda e/ou grave, evento tromboembólico prévio, cardiopatia grave e sangramento uterino não investigado.



Como é feita a reposição hormonal na menopausa?

VIA ORAL

A reposição de estrógeno na menopausa é feita com estrógenos naturais, podendo ser via oral diariamente ou tópico:



Como é feita a reposição hormonal na menopausa?

TÓPICO

- estradiol transdérmico – gel diariamente ou adesivo trocado 2 vezes na semana

- estradiol implante subcutâneo
Contraindicações absolutas à terapia com estrogênio na menopausa: câncer de mama (história pessoal, história familiar não é contra-indicação absoluta), câncer de endométrio, hepatopatia aguda e/ou grave, evento tromboembólico prévio, cardiopatia grave e sangramento uterino não investigado. utêneo trocado a cada 6 meses



Como é feita a reposição hormonal na menopausa?

TÓPICO

As apresentações tópicas são mais fisiológicas, não produzem picos hormonais no sangue e são mais estáveis, além de ter menor risco de tromboembolismo e serem mais indicados para as mulheres com alteração de triglicerídeos e hipertensão arterial. A dose indicada é a menor dose efetiva para cada mulher, devendo esta ser individualizada pelo médico.

É necessário associar um progestógeno ao esquema de tratamento para proteção contra hiperplasia e carcinoma de endométrio em mulheres que mantêm o útero ou que realizaram cirurgia parcial, mantendo resíduo da cavidade endometrial. Pode ser utilizado por 10 a 12 dias por mês, levando a um sangramento ao final do ciclo, ou de forma contínua, mantendo sem menstruações.



Como é feita a reposição hormonal na menopausa?

TÓPICO

São opções de progestógeno: progesterona natural micronizada, noretisterona, trimegestrona, nomegestrol, acetato de medroxiprogesterona, drospirenona.

Para facilitar a posologia existem no mercado produtos com a associação de estrógeno e progestógeno no mesmo comprimido.



Como é feita a reposição hormonal na menopausa?

TÓPICO

A testosterona pode ser prescrita na presença de síndrome de insuficiência androgênica pós-climatério (quadro clínico de falta de motivação, humor depressivo, fadiga, diminuição de pelos pubianos e de massa muscular, disfunção sexual e perda óssea mesmo com reposição estrogênica, e dosagem de testosterona baixa no sangue). Deve ser utilizada de maneira tópica, em gel ou adesivo, sobre o abdome ou a parte interna dos braços, antebraços ou coxas.



Terapias alternativas de reposição hormonal na menopausa

TÓPICO

- Tibolona: molécula sintética com atividade estrogênica em alguns tecidos, atividade progestogênica no endométrio, e atividade androgênica em alguns tecidos. Seu uso melhora a perda de massa óssea, a secura vaginal e o desconforto nas relações sexuais, a redução de libido e os sintomas vasomotores.

Porém, pode causar retenção hídrica, ganho de peso, oleosidade da pele, aumento de pêlos, redução do HDL

(colesterol bom) e aumento do risco de AVC em idosas.

É contraindicado nos casos de histórico pessoal de câncer de mama e endométrio, de eventos tromboembólicos e de hepatopatia ativa.



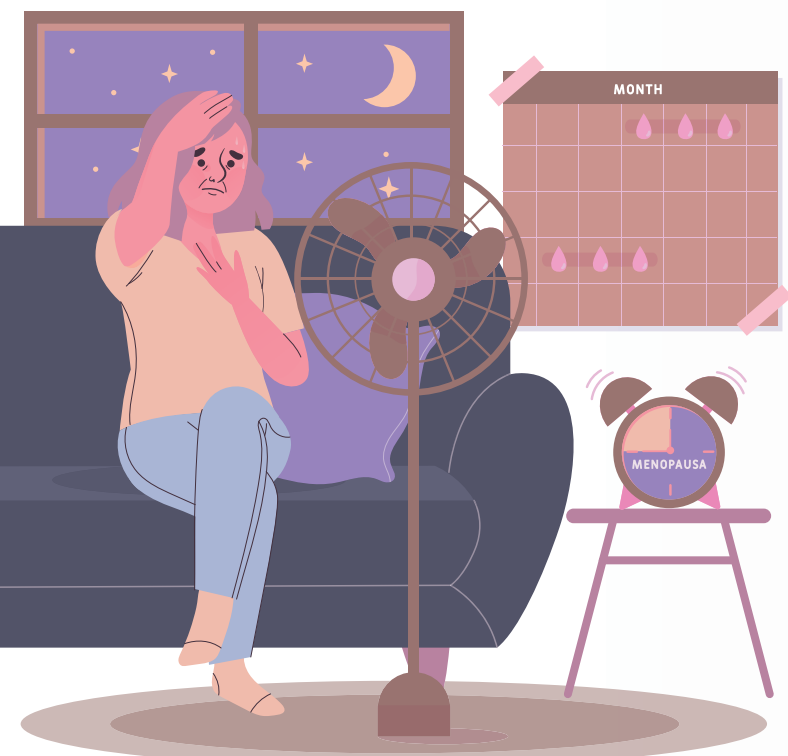
Terapias alternativas de reposição hormonal na menopausa

TÓPICO

- Raloxifeno, Tamoxifeno: possuem ação agonista de estrogênio em alguns tecidos (osso e fígado), e antagonista em outros (mama e sistema nervoso central).

Melhoram a densidade óssea e atuam no câncer de mama, porém pioram o perfil de colesterol, os sintomas vasomotores e aumentam o risco de eventos trombóticos.

- Promestrieno, Estriol ou Estradiol tópico: cremes e óvulos vaginais para tratamento de atrofia vaginal e uretral.



Veja mais sobre Menopausa e saúde da mulher, em nosso blog:

www.dracamilasayuri.com/blog



Terapias alternativas de reposição hormonal na menopausa

TÓPICO

Nos casos em que há contraindicação absoluta da reposição hormonal, o uso de antidepressivos, como paroxetina, fluoxetina, venlafaxina e escitalopram têm demonstrado redução nos sintomas vasomotores e melhora da qualidade de vida.

Os principais efeitos adversos dessas mações são redução da libido, náuseas, insônia e cefaléia.

A reposição hormonal não tem uma duração determinada, pode ser mantido enquanto houver benefício para cada paciente, sendo essencial o acompanhamento médico com consultas e exames periódicos durante todo o tratamento.



Quer saber mais? Agende sua consulta

Meu consultório fica na Vila Mariana e será um prazer recebe-la e tirar todas as suas dúvidas:

Em nosso site você consegue agendar sua consulta sem filas ou espera, deixe seus dados e nossa equipe entrará em contato:

<https://dracamilasayuri.com.br/agendamento-online/>

OBRIGADA!



 CAMILA SAYURI

E-BOOK MENOPAUSA



Para agendamentos de consultas e disponibilidade de horários converse com nossa equipe de atendimento do Consultório MedVital:

Telefone: (11) 2372-8166

WhatsApp: (11) 99723 – 8166

Endereço: Rua Domingos de Moraes 2781 sala 1201 – 4,
12º andar | Vila Mariana

Instagram: www.instagram.com/dracamilasayuri

E-mail: contato@dracamilasayuri.com.br