

Menopausa

O que é Menopausa ?

A Menopausa é o nome dado à última menstruação.

Qual é a diferença entre Menopausa e Climatério?

Enquanto a Menopausa representa a última menstruação da mulher, o climatério é a fase da vida em que ocorre a transição do período reprodutivo, ou fértil, para o não reprodutivo. Na prática, mesmo que a mulher ainda não tenha parado de menstruar, poderá apresentar a “síndrome do climatério”, com as alterações características desse período de transição.

Por que ocorre?

A Menopausa, geralmente, é causada pelo decréscimo natural da função dos ovários levando a uma redução dos hormônios sexuais produzidos por estes órgãos. Inicialmente, ocorre diminuição da progesterona e posteriormente, do estradiol, o seu principal hormônio. Menos frequentemente, a Menopausa pode ser devida a outras causas, por exemplo, algumas cirurgias ginecológicas.

Como diagnosticar a Menopausa?

Para o diagnóstico da Menopausa, em mulheres que ainda têm útero e ovários, deve existir um período de um ano ou mais de falta de menstruação (amenorreia). Laboratorialmente, pode-se observar níveis baixos de estradiol e níveis altos de hormônio folículoestimulante (FSH) e hormônio luteinizante (LH).

Em que idade ocorre?

Habitualmente, a última menstruação ocorre entre os 47 e 55 anos. No entanto, cinco a sete anos antes, ocorre diminuição gradual da produção dos hormônios pelos ovários. Quando a Menopausa ocorre antes dos 40 anos é chamada de Menopausa prematura ou precoce.

Há alguma relação entre a idade primeira menstruação e a da Menopausa?

Não. A mulher pode ter a primeira menstruação (menarca) mais cedo e fazer a Menopausa mais tarde. Por outro lado, a menarca pode acontecer mais tarde e a Menopausa mais cedo.

Quais são os sintomas e os sinais da menopausa?

Algumas mulheres param de menstruar sem apresentar sintomas. Entretanto, a maioria apresenta sinais e sintomas vários meses antes da parada definitiva da menstruação.

As menstruações podem ocorrer em intervalos maiores e pode ocorrer também alteração na quantidade eliminada (fluxo menstrual), havendo fases de fluxo intenso ou de fluxo reduzido. Dentre os sinais e sintomas mais frequentes deste período citamos:

- ondas de calor ou fogachos;

- suores noturnos;
- insônia;
- diminuição do desejo sexual;
- irritabilidade;
- depressão;
- ressecamento vaginal;
- dor durante o ato sexual;
- diminuição da memória;
- pele seca e sem brilho;
- alteração na distribuição da gordura com predomínio de deposição em região abdominal.

Com o passar do tempo, podem aparecer outras alterações consequentes à falta dos hormônios produzidos pelos ovários, sendo a principal destas a osteoporose, que ocorre devido à deficiência de estrogênio.

A Menopausa deve ser tratada?

Algumas mulheres necessitarão de reposição dos hormônios que o ovário parou de produzir - terapia hormonal da Menopausa, enquanto outras não necessitarão de tratamento ou este poderá ser contraindicado. Outras medicações podem ser indicadas para o alívio dos sintomas. Em todos os casos, o médico assistente é o profissional que vai definir se algum tratamento está indicado e qual a melhor opção em cada caso.