MENOPAUSA

A gente considera a menopausa como um diagnóstico retroativo, ou seja, somente um ano após menstruar pela última vez que podemos usar esse nome. Vale lembrar, no entanto, que mesmo antes da menopausa ser estabelecida, a mulher pode sentir alguns de seus sintomas. Normalmente essa fase ocorre por volta dos 50 anos de idade. É importante que as mulheres estejam preparadas para essa fase que está para chegar, porque ela é natural e será responsável por aproximadamente um terço da sua vida.

Esses sintomas são imprevisíveis: nem toda mulher os sente e cada uma tem um sintoma específico, com intensidade e a duração também variáveis. Os mais frequentes são calores (que chamamos de fogachos), alteração de humor, insônia, alteração de peso, diminuição do desejo sexual e ressecamento vaginal. A média de duração são dois anos. Algumas pacientes sentem apenas alguns meses, mas outras podem tê-los pelo resto da vida.

Não precisa nenhum exame para diagnosticar a menopausa: a menos que voce esteja abaixo dos 40 anos de idade, ja definimos essa fase apenas pela historia que você contar para seu médico. Alguns exames serão necessários apenas para definir tratamento.

A Terapia de Reposição Hormonal (TRH) é a suplementação de hormônios (sintéticos ou naturais) para repor a baixa deles, ocasionada pelo climatério/menopausa.

A TRH traz para a mulher o padrão hormonal próximo ao que ela tinha antes, aliviando e/ou até eliminando os sintomas. Além disso, a terapia de reposição hormonal pode melhorar pele, ossos, cabelo, libido e autoestima. Mas é importante frisar que a TRH não deve ser utilizada apenas para resultados estéticos.

Como a TRH pode ser feita? Através de comprimidos, géis, adesivos ou implantes. A duração do tratamento pode variar, dependendo da paciente.

Mas será que existe apenas tratamento hormonal? Não! Para as pacientes que não querem, que não podem ou que não se adaptaram ao tratamento hormonal, existem outras opções como fitoterápicos (remedios feitos a base de planta) e outras classes de medicamentos que aliviam os sintomas da menopausa.

O importante, é saber reconhecer quando essa fase chegar, compartilhar com seu médico os sintomas e procurar um tratamento que melhora se adeque a sua saúde e ao seu estilo de vida.

Unihclinic
R. Prof. Filadelfo Azevedo, 644 - Vila Nova Conceição,
São Paulo - SP, 04508-011