

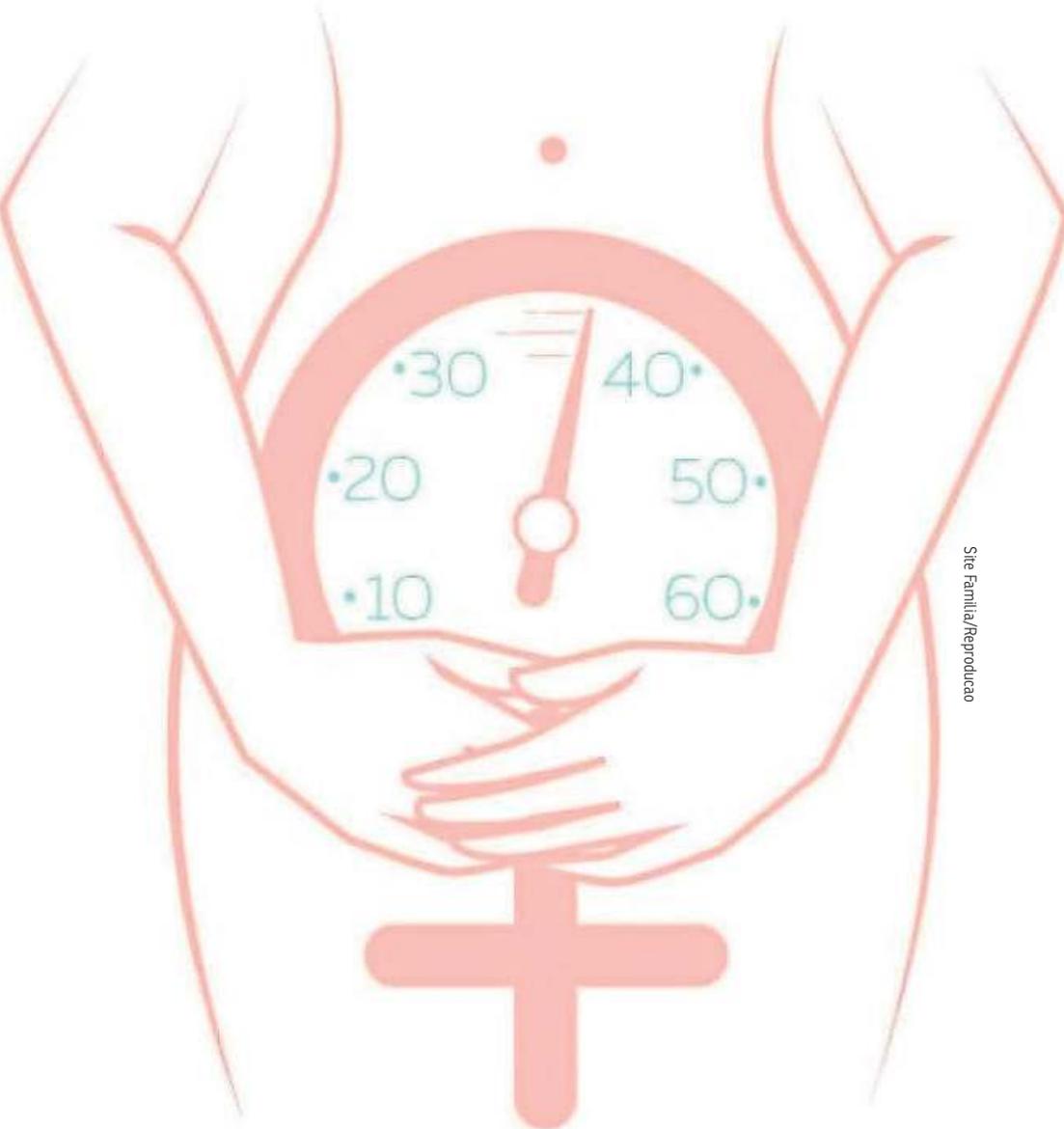
Terapia hormonal para elas

Menopausa não é sinônimo de reposição, mas há mulheres que ganham qualidade de vida com o tratamento. Saiba quando é indicado usar hormônios para conter os sintomas dessa fase

POR GIOVANNA FISCHBORN

A palavra menopausa vem do grego *men*, que quer dizer mês ou luas — marcadores temporais, ciclos —, e *pausis*, que significa pausa, término. A Sociedade Norte-Americana de Menopausa estima que o mundo terá 1 bilhão de pessoas entre a perimenopausa (pré-menopausa) e a pós-menopausa até 2025. Como disse a jornalista Mariza Tavares, no lançamento *Menopausa: o momento de fazer as escolhas certas para o resto da sua vida*, “ninguém deve se sentir só nessa”.

Se a adolescência funciona como uma explosão hormonal, o fim do período reprodutivo é marcado pela queda de estrogênio (ou estrógeno) e progesterona, que são hormônios ovarianos, entre os 45 e os 55 anos. A irregularidade da menstruação é o principal sintoma.



Site Família/Reprodução

Considera-se que a mulher está oficialmente na menopausa quando passa 12 meses sem menstruar. Esse é um processo fisiológico e natural, não um defeito ou uma doença.

No entanto, essa parada costuma vir com ondas de calor (os fogachos), suor noturno, dificuldades para dormir e insônia — adaptação que pode ser bastante incômoda. Por isso, a médica endocrinologista Dolores Pardini, membro da Sociedade Brasileira de Endocrinologia e Metabologia (SBEM), recomenda que, feita uma avaliação médica, a mulher comece o tratamento tão logo perceba os sinais.

E quando o assunto é conter o incômodo, a terapia hormonal é considerada padrão ouro, além de ser indicada em casos específicos — dependendo das complicações dessa fase, em caso de menopausa precoce ou quando ela acontece de modo cirúrgico. A reposição

é feita com a administração de hormônios derivados do estrogênio, que podem estar associados ou não à progesterona, ou derivados da testosterona, em dose compatível ao organismo feminino. Podem ser tomados via oral, que é o mais comum, aplicados via transdérmica (na pele) ou vaginal.

Quando começar

O período que a reposição é recomendada chama-se janela de oportunidade. Em geral, vai até 10 anos depois do início da menopausa. “É quando os ganhos superam os riscos”, pontua a médica. Se a menstruação fica irregular antes de a mulher chegar aos 40, o que costuma vir com alguns problemas de saúde, é indício de falência ovariana prematura, conhecida como menopausa precoce. Como mencionado acima, os hormônios são recomendados principalmente para pessoas nessa condição.