



TERAPIA HORMONAL NO CLIMATÉRIO : INDICAÇÕES, RISCOS E ALTERNATIVAS

Nicole Ossip Sanger¹; Isabela Chein Andere Cruz²; Maria Beatriz Lima de Melo³; Amanda Paiva Costa⁴; Beatriz Gabriel Barra⁵; Nathalia Regia de Oliveira Silva⁶; Sérgio Henrique Fernandes Carvalho⁷.

¹Graduando em medicina pelo Centro Universitário de Brasília, Brasília-DF, nicoleossipesenger@gmail.com;

²Graduando em medicina pelo Centro Universitário de Brasília, Brasília-DF, isabelachein@gmail.com;

³Graduando em medicina pelo Centro Universitário de Brasília, Brasília-DF, mariabeatriz.Idem@sempreceub.com;

⁴Graduando em medicina pelo Centro Universitário de Brasília, Brasília-DF, costa.amandapaiva@gmail.com;

⁵Graduando em medicina pelo Centro Universitário de Brasília, Brasília-DF, beatriz.gbarra@gmail.com;

⁶Graduando em medicina pelo Centro Universitário de Brasília, Brasília-DF, nathaliaregia02@gmail.com;

⁷Médico, Brasília-DF, sergio.fcarvalho@ceub.edu.br.

INTRODUÇÃO:

A menopausa é o marco no envelhecimento feminino, decorrente da falência ovariana e queda estrogênica, associada a sintomas vasomotores, distúrbios do sono, disfunções sexuais e geniturinárias. A Terapia de Reposição Hormonal (TRH) é o tratamento mais eficaz para esses sintomas, sendo indicada de forma individualizada devido a riscos cardiovasculares, oncológicos e tromboembólicos. A baixa informação populacional sobre a TRH e a menopausa compromete a adesão terapêutica e o cuidado à saúde da mulher.

OBJETIVO:

Avaliar a eficácia da Terapia de Reposição Hormonal nos sintomas da menopausa, identificar barreiras à adesão e discutir alternativas terapêuticas, destacando a importância da abordagem individualizada na saúde da mulher.

METODOLOGIA:

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com busca nas bases BVS e PubMed, entre 2018 e 2024, utilizando os descritores “menopausa”, “terapia de reposição hormonal” e “tratamentos alternativos”. Foram incluídos artigos em português e inglês que abordassem a TRH, alternativas terapêuticas e impactos na qualidade de vida. Estudos com metodologia inadequada ou fora do tema foram

excluídos. Para avaliação da qualidade metodológica dos artigos, utilizou-se o instrumento CASP (Critical Appraisal Skills Programme). A análise dos dados foi qualitativa, por meio da identificação de temas recorrentes nos estudos selecionados.

RESULTADOS:

Os artigos analisados confirmam a eficácia da TRH no controle dos sintomas climatéricos, especialmente os vasomotores, embora seu uso permaneça restrito. Isoflavonas, em doses de 45 a 160 mg/dia, configuram alternativa segura. Persistem receios quanto à TRH, relacionados a efeitos adversos como mastalgia e ganho ponderal. As diretrizes nacionais recomendam a menor dose eficaz pelo menor tempo possível, com individualização terapêutica conforme via de administração e perfil clínico. Além da TRH, terapias não hormonais — como fitoestrógenos, atividade física e modificações no estilo de vida — e fármacos como antidepressivos e gabapentina mostram-se opções viáveis. A transição menopausal associa-se a alterações metabólicas e cardiovasculares, agravadas pela queda estrogênica.

DISCUSSÃO:

Durante a menopausa, a diminuição da produção de estrogênio provoca alterações sistêmicas, como disfunções menstruais, perda óssea com risco de osteoporose, redução cognitiva, disfunção gastrointestinal e diminuição da libido (SELBAC, 2018).

Este estudo apontou que a Terapia de Reposição Hormonal (TRH) apresenta eficácia ainda imprecisa, embora alguns trabalhos relatem redução dos sintomas menopausais quando individualizada e monitorada (MANICA, 2019). Na função sexual, o estrogênio isolado demonstrou melhores resultados, enquanto terapias combinadas, esteroides sintéticos e moduladores seletivos não apresentaram benefícios consistentes (LARA, 2023).

Nem todas as mulheres são candidatas ou aceitam a TRH, principalmente pelo risco de efeitos adversos, como câncer de mama e endométrio (MANICA, 2019). Assim, o acesso a informações claras sobre as opções terapêuticas é fundamental para decisões compartilhadas (MACHADO, 2021).

Diante das restrições da TRH, alternativas como atividade física, dietas para controle de peso (MARLATT, 2022) e uso de fitoestrogênios para sintomas vasomotores têm

sido investigadas (MANICA, 2019). Por fim, reforça-se que a decisão terapêutica deve considerar riscos, benefícios e preferências da paciente.

CONCLUSÃO:

Conclui-se que a menopausa acarreta múltiplas alterações metabólicas e clínicas, sendo a TRH eficaz no controle dos sintomas climatéricos. Seu uso deve ser individualizado, considerando preferências, perfil clínico e potenciais efeitos adversos, como mastalgia, ganho ponderal e risco aumentado de neoplasias. Mudanças no estilo de vida, incluindo alimentação equilibrada e atividade física, são adjuvantes relevantes. Evidencia-se a necessidade de novos estudos para ampliar o conhecimento sobre as alternativas terapêuticas e sua eficácia.

PALAVRAS-CHAVE:

Climatério; Hormônios; Menopausa; Terapia de Reposição Hormonal (TRH).

Tratamentos hormonais e não hormonais.

REFERÊNCIAS:

BELIZÁRIO, Rúbia Dara et al. Conhecimento das mulheres sobre a terapia de reposição hormonal. *Revista Médica do Paraná*, Curitiba, v. 79, n. 1, p. 14-18, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1282384>. Acesso em: 17 abr. 2025.

FEBRASGO – Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia. *Papel dos progestagênios na terapia de climatério*. São Paulo: FEBRASGO, 2017. 49 p. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1052523>. Acesso em: 17 abr. 2025.

FRIGO, Maiara et al. Isoflavonas como tratamento alternativo na sintomatologia climatérica: uma revisão sistemática. *Revista do Instituto Adolfo Lutz (Online)*, São Paulo, v. 80, p. e37173, dez. 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1489624>. Acesso em: 17 abr. 2025.

LARA, Lucia A. et al. Hormone therapy for sexual function in perimenopausal and postmenopausal women. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, [S.l.], v. 2023, n. 8, p. CD009672, 24 ago. 2023. DOI: <https://doi.org/10.1002/14651858.CD009672.pub3>. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37619252/>. Acesso em: 17 abr. 2025.

MACHADO, Larissa Nunes; ALANO, Graziela Modolon; NASCIMENTO, Diego Zapelini do. Climatério e Terapia de Reposição Hormonal por mulheres em um município do Sul de Santa Catarina. *Revista da Associação Médica do Rio Grande do Sul*, Porto Alegre, v. 65, n. 3, p. 01022105, jul./set. 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1370030>. Acesso em: 17 abr. 2025.

MADSEN, Tracy E. et al. A review of hormone and non-hormonal therapy options for the treatment of menopause. *International Journal of Women's Health*, [S.l.], v. 15, p. 825-836, 2023. DOI: <https://doi.org/10.2147/IJWH.S379808>. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37255734/>. Acesso em: 17 abr. 2025.



MANICA, Jucelia; BELLAVER, Emyr Hiago; ZANCANARO, Vilma. Efeitos das terapias na menopausa: uma revisão narrativa da literatura. *Journal of Health & Biological Sciences (Online)*, Fortaleza, v. 7, n. 1, p. 82-88, jan./mar. 2019. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1005503>. Acesso em: 17 abr. 2025.

MARLATT, Kara L. et al. Body composition and cardiometabolic health across the menopause transition. *Obesity (Silver Spring)*, [S.l.], v. 30, n. 1, p. 14-27, jan. 2022. DOI: <https://doi.org/10.1002/oby.23289>. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34932890/>. Acesso em: 17 abr. 2025.

MEHTA, Jaya; KLING, Juliana M.; MANSON, JoAnn E. Risks, benefits, and treatment modalities of menopausal hormone therapy: current concepts. *Frontiers in Endocrinology*, [S.l.], v. 12, p. 564781, 26 mar. 2021. DOI: <https://doi.org/10.3389/fendo.2021.564781>. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33841322/>. Acesso em: 17 abr. 2025.

SAMPAIO, Juliana Vieira; MEDRADO, Benedito; MENEGON, Vera Mincoff. Hormônios e mulheres na menopausa. *Psicologia: Ciência e Profissão*, Brasília, v. 41, p. e229745, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1346801>. Acesso em: 17 abr. 2025.

SELBAC, Mariana Terezinha et al. Mudanças comportamentais e fisiológicas determinadas pelo ciclo biológico feminino – climatério à menopausa. *Aletheia*, Canoas, v. 51, n. 1/2, p. 177-190, 2018. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-966121>. Acesso em: 17 abr. 2025.