Menopausa

Autor(res)

Flavia Thomazotti Claro
Maria Eduarda Rosa Matos
Bruna Cristina Corredor Da Silva
Bianca Leticia Aizza Servelhera
Maria Eduarda Da Silva Rodrigues
Nayara Paula Silva Brito
Loana Naiara Ferreira

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE OSASCO

Introdução

O climatério é um processo de transição biológica normal, marcado pela diminuição da produção de estrogênio e progesterona, que pode afetar a qualidade de vida das mulheres. A menopausa é identificada como o cessar completo da menstruação, decorrente da diminuição dos hormônios ovarianos. O Ministério da Saúde estabeleceu faixas etárias para o climatério, como pré-menopausa, perimenopausa e pós-menopausa, cada uma com suas características específicas.
Os sintomas mais comuns durante o climatério incluem ondas de calor, irregularidades menstruais, dores articulares, déficits de memória e atenção, desânimo, secura vaginal, entre outros. Esses sintomas afetam a qualidade de vida das mulheres, principalmente os aspectos psicossociais e emocionais. A terapia de reposição hormonal é uma opção para tratar esses sintomas, mas mudanças no estilo de vida e na alimentação também são importantes.
Estudos mostram que bons hábitos alimentares durante o climatério podem ter um impacto significativo na qualidade de vida das mulheres. É importante que as orientações e intervenções de saúde pública estejam alinhadas com as necessidades nutricionais das mulheres nessa fase. Conhecer os sintomas associados ao climatério e a qualidade de vida das mulheres pode ajudar na elaboração de estratégias nutricionais adequadas.
O presente estudo tem como objetivo verificar a prevalência dos principais sintomas do climatério em mulheres na perimenopausa e pós-menopausa.

Objetivo

Identificar a prevalência e severidade dos principais sintomas nas diferentes fases do climatério e analisar como esses sintomas influenciam na qualidade de vida das mulheres.

Material e Métodos

Foram inclui 283 mulheres (36,8% na pré-menopausa, 24% na perimenopausa e 39,2% na pós menopausa).

Excesso de peso foi mais prevalente na perimenopausa do que na pré-menopausa (P=0,012). Sintomas como diminuição da libido, segura vaginal, Incontinência urinária, dores musculares e articulares, alterações lipídicos e ondas de calor, calorões, foram mais privadamente em valores absolutos nas mulheres pós-menopausa.

Resultados e Discussão

Foram incluídas 283 mulheres (36,8% na pré-menopausa, 24% na perimenopausa e 39,2% na pós-menopausa). Excesso de peso foi mais prevalente na perimenopausa do que na pré-menopausa (P=0,012). Sintomas como diminuição da libido, secura vaginal, incontinência urinária, dores musculares e articulares, alterações lipídicas e ondas de calor, calorões, foram mais prevalentes em valores absolutos nas mulheres pós-menopausa. As mulheres no período de perimenopausa apresentaram maior prevalência, em valores absolutos, de estresse, irritabilidade, dor de cabeça, problemas na pele, falta de concentração/memória, distúrbios do sono e fadiga. De acordo com o MRS, não houve diferença no domínio psicossocial (P=0,265) e os sintomas somato-vegetativos e urogenitais são mais intensos nas mulheres na perimenopausa e pós-menopausa, quando comparadas com as mulheres na pré-menopausa (P<0,001). O escore global do questionário também demonstra essa intensidade menor no grupo pré-menopausa (P=0,001).

Conclusão

Este estudo demonstrou uma prevalência e severidade maior de sintomas em mulheres na perimenopausa e pós-menopausa, o que pode prejudicar a qualidade de vida dessas mulheres nessa fase da vida. Foi possível entendermos através da análise que os sintomas do climatério em mulheres nessas fases (perimenopausa e pós-menopausa), comparando com as que na pré-menopausa apontou uma prevalência significativa de sintomas urogenitais e somato-vegetativo nas fases mais avançadas do climatério.

Referências

https://www.epublicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/72182/45781
https://bvsms.saude.gov.br/menopausa-e-climaterio/