

Climatério

Rita de Cássia Pozzati¹

Climatério é a fase da vida da mulher na qual ocorre a transição do período reprodutivo para o não reprodutivo. É nesse período que ocorre a menopausa (última menstruação), ao redor dos 50 anos de idade, e seu diagnóstico é clínico e retrospectivo ou seja, somente após decorridos 12 meses sem a ocorrência de menstruação. A menopausa pode ser precoce antes dos 40 anos e tardia depois dos 55 anos. Nos referimos como período pré e pós-menopáusicos do climatério o espaço de tempo imediatamente anterior e posterior ao momento da última menstruação, com duração variável de 12 a 24 meses, o qual chamamos de perimenopausa.

O climatério ou síndrome climatérica é uma associação de sintomas que se manifestam neste período identificando este estado como uma verdadeira endocrinopatia, com alterações morfológicas (atrofia mamária, urinária e genital); alterações funcionais (distúrbios menstruais: aumento, diminuição ou ausência do fluxo; sintomas vasomotores (calorões ou fogachos); alterações hormonais (diminuição da libido) e, por fim, alterações nos tecidos-alvo (secura vaginal, envelhecimento).

Os sintomas vasomotores afetam até 75% das mulheres na perimenopausa. Na maioria delas, os sintomas persistem de um a dois anos após esse período, mas podem continuar por 10 anos ou mais em outras.

As consequências da carência estrogênica podem causar danos de maior monta e severidade como doenças cardiovasculares, cerebrovasculares e osteoporose e também alterações de humor, depressão, memória e aprendizado , podendo acarretar depressão e até quadros de parkinsonismo e demência senil do tipo Alzheimer.

O risco para a maioria das modalidades de câncer aumenta com a idade. Recomenda-se que a mulher realize exames de prevenção para o câncer de mama, da vulva, vagina, da cérvix uterina, do endométrio, dos ovários, do cólon e dos pulmões. A mama é a sede mais frequente de câncer na mulher. A incidência tem aumentado durante as últimas duas décadas, sendo que as taxas de mortalidade têm-se mantido constantes. Existe uma grande discussão sobre a incidência deste tipo de câncer com uso de terapia de reposição hormonal. Estudos mostram muitas

divergências mas a maioria deles revela um pequeno aumento na incidência de câncer de mama mas relacionada ao tempo de uso, a quantidade e qualidade de hormônio ingerida.

A terapia é indicada para alívio de sintomas vasomotores associados com a peri e pós menopausa, tratamento da atrofia urogenital e prevenção e tratamento da osteoporose. Não existe tratamento de reposição hormonal que possa ser considerado definitivo e aplicável a todas as mulheres no climatério, cada tipo de tratamento possui vantagens e desvantagens. Os fitoestrogênios (isoflavonas), muito divulgados pela mídia, não possuem consenso científico de que possam tratar eficazmente os sintomas climatérios ou prevenir as consequências da menopausa a longo prazo, bem como dados de segurança. Estudos não controlados mostram melhora dos sintomas vasomotores com acupuntura, exercício e controle respiratório.

Aos 50 anos as mulheres apresentam uma tendência natural ao aumento de peso. As necessidades energéticas em repouso diminuem cerca de 2% a cada década. Este aumento de peso se deve à diminuição do metabolismo e da atividade física e não à terapia de reposição hormonal.

Como vemos, há muito que revermos sobre o Climatério principalmente responder uma grande questão: usar ou não reposição hormonal? Os tratamentos oferecidos são baseados em estudos científicos que nos dão a orientação necessária para que cada mulher possa escolher o que é mais adequado conforme suas necessidades e juízo. O importante é que a mulher, na fase do climatério, pode ficar muito bem, retardando o envelhecimento, mantendo uma vida sexual ativa e seu ritmo de trabalho devido as várias alternativas de tratamentos.

1Rita de Cássia Pozzati é médica formada pela Universidade Federal de Passo Fundo (2001), residência médica em Ginecologia e Obstetrícia pelo Hospital da cidade Passo Fundo (2004), membro da sociedade de Ginecologia e Obstetrícia de Santa Catarina.

Referência Bibliográficas

FREITAS, Fernando. **Rotinas em Ginecologia**. São Paulo, Artmed, 6ª edição, 2011.
NOVAK & BARAK. **Tratado de Ginecologia**. São Paulo, Guanabara Koogan, 14ª edição, 2008.
FERNANDES, César E. **Climatério, Manual de Orientação**. Febrasgo. 1995. Disponível em: <http://www.itarget.com.br/newclients/sggo.com.br/2008/extra/download/manualCLIMATERIO>