

2015-04-06 17:44:37

<http://justnews.pt/noticias/13-da-vida-das-mulheres-e-passada-na-menopausa>



## **1/3 da vida das mulheres é passada na menopausa**

Em Portugal, de acordo com o resultado dos censos de 2011, a percentagem de mulheres cresceu para 52,2%, a população entre os 30 e os 69 anos aumentou 9% e, para idades superiores a 69 anos, o crescimento foi da ordem dos 26% pelo que, segundo afirma Fernanda Geraldês, ginecologista/obstetra da Maternidade Bissaya Barreto, “a população em idade de menopausa é considerável”.

“A menopausa é definida como o cessar da menstruação resultante da perda de atividade folicular ovárica e que acontece na mulher por volta dos 50-51 anos de idade. A perimenopausa é definida como o período em que se iniciam os primeiros sintomas indicadores da proximidade da menopausa e que termina 12 meses após a última menstruação. Atendendo a que a esperança de vida da mulher em Portugal é de 82,6 anos de idade, estima-se que 1/3 da vida seja passada na menopausa”, clarifica a especialista.

Embora seja um acontecimento fisiológico, Fernanda Geraldês indica que a menopausa traz algumas consequências a curto, médio e longo prazo, que poderão ser sentidas ou não pela mulher e que exigem por parte do médico uma resposta adequada, sendo as consequências a curto/médio prazo aquelas que mais preocupam as mulheres e a principal causa de pedido de consulta e de apoio.

Destas, aponta, “fazem parte a sintomatologia vasomotora (calores, afrontamentos, fogachos), mas também as alterações do humor e do sono, dificuldades de concentração, dores osteoarticulares e as perturbações genitourinárias”.

A sintomatologia vasomotora, que a especialista afirma poder ser considerada a “imagem de marca” da menopausa, ocorre em mais de 70% dos casos, “embora seja variável em relação à raça, e em 40% as mulheres referem-na como incapacitante, condicionando o seu desempenho diário, podendo prolongar-se em 50% durante mais de cinco anos após a menopausa”.

De acordo com Fernanda Geraldês, a abordagem terapêutica na menopausa deve ser instituída tão cedo quanto possível. “A terapêutica hormonal é o tratamento mais eficaz no alívio da sintomatologia vasomotora e nas perturbações genitourinárias. É conhecido e comprovado o papel da terapêutica hormonal na prevenção e mesmo no tratamento da osteoporose, bem como na prevenção do cancro do cólon”, indica.