

Climatério e Menopausa

Conheça, abaixo, 17 sinais estão associados ao Climatério e à Menopausa:

1. Amenorreia secundária:

Mulheres com mais de 35 anos por período superior a seis meses, ela se caracteriza pela cessação do ciclo menstrual por 6 meses ou mais, ou então por três ciclos menstruais após o estabelecimento dos ciclos regulares.

2. Fogachos:

De forma errônea, os fogachos costumam ser considerados os principais sintomas da menopausa. Eles provocam sensação de calor, transpiração e ruborização da pele, principalmente no rosto.

3. Sudorese noturna:

A sudorese noturna também costuma ser um sinal relacionado à menopausa, interferindo negativamente na qualidade do sono da mulher.

4. Insônia:

A insônia na menopausa é relativamente comum e um dos principais agravantes na saúde física e mental da mulher, visto que o sono controla diversos processos fisiológicos importantes.

5. Labilidade emocional:

As alterações de humor na menopausa são provocadas por conta da desregulação hormonal. Tal perturbação produz prejuízos significativos no convívio social.

6. Ressecamento vaginal:

O ressecamento vaginal é outro efeito produzido pelo desequilíbrio dos hormônios na menopausa, principalmente por conta da diminuição do

estrogênio, causando desconforto principalmente no contato íntimo.

7. Dispareunia:

A dispareunia se caracteriza pela dor durante o ato sexual e é uma consequência da secura vaginal, conforme comentado no tópico acima.

8. Declínio cognitivo:

O declínio cognitivo é uma consequência bastante grave do Declínio Gonadal Feminino e pode ocasionar, por exemplo, esquecimento de atividades diárias importantes.

9. Fragilidade imunológica:

A imunidade de um indivíduo está intimamente relacionada ao equilíbrio hormonal. Como vimos até aqui, durante a menopausa os hormônios sofrem uma verdadeira anarquia, ocasionando, em consequência, prejuízos na imunidade da mulher. Isso explica as Infecções Urinárias constantes.

10. Ressecamento da pele:

Segundo a Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD), uma das principais alterações hormonais da menopausa é a diminuição da produção de estrogênio. Com isso, é ocasionado a queda na síntese de elastina, responsável pela elasticidade da pele, e do colágeno, que assegura firmeza.

11. Queda de cabelos:

As alterações hormonais da menopausa também influenciam diretamente na queda capilar.

12. Aumento do peso total:

Na menopausa existem mudanças importantes devido à queda na produção dos estrogênios, hormônios fundamentais para modular o balanço energético e o metabolismo. Isso não só dificulta o emagrecimento como pode provocar aumento de peso.

13. Aumento do percentual de gordura:

Como vimos anteriormente, a queda na produção dos estrogênios colabora para o desequilíbrio do balanço energético e do metabolismo, contribuindo para o aumento percentual de gordura.

14. Perda de massa magra:

A perda de massa magra também é uma consequência do desequilíbrio hormonal na menopausa.

15. Perda de massa óssea:

Estudos mostram que mulheres na pós-menopausa apresentam uma diminuição acelerada da massa óssea após a última menstruação, a qual pode ser até 10 vezes maior do que a observada no período de pré-menopausa

16. Redução da libido:

Uma das principais queixas das mulheres no climatério é a falta de libido e desejo sexual.

17. Comprometimento da qualidade de vida:

Como vimos, a menopausa contribui, através de inúmeros sintomas, para o comprometimento da qualidade de vida da mulher

Mas tudo isso tem tratamento com a Reposição hormonal

Envie sua duvida por email para o Dr. Cesar Colaneri

csccolaneri@gmail.com