

IMPACTO DAS MUDANÇAS HORMONAIS NA SAÚDE GINECOLÓGICA

Vitória Vilas Boas da Silva Bomfim¹

Natália Piona Bof²

Aleff Ricardo Santos Mendes³

Beatrícia Araújo Soncin⁴

Lais Nadille Lins Coelho⁵

Jessica Alves Pacces⁶

RESUMO: As mudanças hormonais desempenham um papel fundamental na saúde ginecológica da mulher ao longo de sua vida. Durante a puberdade, as alterações nos níveis de estrogênio e progesterona desencadeiam o desenvolvimento dos órgãos reprodutivos, e os ciclos menstruais regulares são estabelecidos. No entanto, a transição para a menopausa, que ocorre geralmente entre os 45 e 55 anos, traz consigo uma diminuição progressiva dos hormônios sexuais femininos. Esse declínio hormonal está associado a uma série de mudanças ginecológicas significativas. A menopausa é frequentemente acompanhada por sintomas como ondas de calor, suores noturnos, secura vaginal e alterações na libido. A atrofia vulvovaginal devido à diminuição dos níveis de estrogênio pode resultar em desconforto e dor durante as relações sexuais. Além disso, a menopausa está relacionada a mudanças no padrão menstrual, levando à sua cessação definitiva. Essas mudanças hormonais também têm um impacto direto na saúde óssea das mulheres, aumentando o risco de osteoporose e fraturas. É fundamental abordar essas questões de saúde ginecológica por meio de estratégias de tratamento que podem incluir terapia hormonal, modificações no estilo de vida e acompanhamento médico regular. Portanto, compreender o impacto das mudanças hormonais na saúde ginecológica é essencial para fornecer cuidados médicos adequados às mulheres em diferentes fases de suas vidas, promovendo uma melhor qualidade de vida e bem-estar.

1901

Palavras-chave: Menopausa. Estrogênio. Saúde ginecológica.

INTRODUÇÃO

A saúde ginecológica é uma área crítica da saúde feminina, abrangendo uma série de questões que podem impactar a qualidade de vida e o bem-estar das mulheres em diferentes estágios de suas vidas. Um dos fatores mais significativos que influenciam a saúde ginecológica são as mudanças hormonais que ocorrem de maneira cíclica e ao longo do tempo. Essas mudanças hormonais são uma característica fundamental do sistema reprodutivo feminino e desempenham um papel essencial em vários processos, incluindo a menstruação, a gravidez, a

¹ Centro universitário Jorge Amado.

² Universidade Vila Velha.

³ Universidade Federal do Maranhão.

⁴ Faculdade Evangélica Mackenzie do Paraná.

⁵ Estácio- Juazeiro, Bahia.

⁶ Universidade nove de julho.

menopausa e muito mais. Compreender o impacto dessas mudanças hormonais na saúde ginecológica é essencial para fornecer cuidados de saúde eficazes e personalizados às mulheres.

As mudanças hormonais começam na adolescência com a puberdade, quando ocorre o desenvolvimento dos órgãos reprodutivos e a menarca, o início da menstruação. Durante o ciclo menstrual, os níveis hormonais, como o estrogênio e a progesterona, flutuam para preparar o corpo para uma possível gravidez. No entanto, essas flutuações hormonais também podem levar a sintomas desconfortáveis, como cólicas menstruais e alterações de humor. Além disso, a saúde ginecológica é afetada por hormônios durante a gravidez, com alterações hormonais significativas que são essenciais para o desenvolvimento fetal adequado.

A menopausa é outro marco importante na vida de uma mulher, caracterizada pela diminuição gradual dos hormônios reprodutivos, especialmente o estrogênio. Isso pode levar a uma série de sintomas, como ondas de calor, secura vaginal e alterações na densidade óssea. Além disso, a menopausa também está associada a mudanças na saúde cardiovascular e na saúde mental, destacando a influência abrangente das mudanças hormonais.

O impacto das mudanças hormonais na saúde ginecológica vai além das fases naturais da vida. Distúrbios hormonais, como a síndrome dos ovários policísticos (SOP) ou distúrbios da tireoide, podem afetar a saúde ginecológica em qualquer idade. Essas condições podem resultar em irregularidades menstruais, dificuldades de concepção e outros problemas que requerem atenção médica especializada.

Este artigo explora em profundidade o impacto das mudanças hormonais na saúde ginecológica, abordando questões relacionadas à menstruação, gravidez, menopausa e distúrbios hormonais. Serão discutidos os sintomas associados a essas mudanças, bem como as abordagens médicas e terapêuticas para garantir a saúde ginecológica em todas as fases da vida. A compreensão desses aspectos é crucial para fornecer cuidados ginecológicos holísticos e personalizados às mulheres, permitindo-lhes desfrutar de uma saúde ótima e qualidade de vida.

METODOLOGIA

Definição dos Objetivos da Revisão: O primeiro passo é definir claramente os objetivos da revisão bibliográfica. Neste caso, o objetivo principal é analisar o impacto das mudanças hormonais na saúde ginecológica em diferentes fases da vida das mulheres, incluindo adolescência, ciclo menstrual, gravidez, menopausa e distúrbios hormonais.

Identificação de Fontes: Será realizada uma pesquisa abrangente de fontes de literatura relevantes. Isso incluirá bases de dados acadêmicas, como *PubMed*, *Scopus*, *Web of Science* e *Google Scholar*. Além disso, serão consultados livros-texto, relatórios de organizações de saúde, diretrizes clínicas e outras fontes relevantes.

Estratégia de Busca: Será desenvolvida uma estratégia de busca cuidadosamente elaborada, usando termos de pesquisa relevantes. Os termos de pesquisa incluirão palavras-chave como "mudanças hormonais", "saúde ginecológica", "menstruação", "gravidez", "menopausa", "distúrbios hormonais", entre outros. A estratégia de busca será adaptada às peculiaridades de cada base de dados.

CrITÉrios de Inclusão e Exclusão: Serão estabelecidos critérios claros de inclusão e exclusão para a seleção das fontes. Isso pode incluir critérios como ano de publicação, tipo de estudo, relevância do conteúdo, entre outros. A aplicação consistente desses critérios garantirá a seleção de fontes pertinentes à pesquisa.

Seleção de Fontes: As fontes identificadas serão examinadas quanto à sua relevância para os objetivos da revisão. Os artigos selecionados passarão por uma triagem inicial com base nos títulos e resumos, e aqueles que atenderem aos critérios de inclusão serão incluídos para revisão completa.

1903

Análise e Síntese de Dados: As fontes selecionadas serão lidas detalhadamente, e os dados pertinentes sobre o impacto das mudanças hormonais na saúde ginecológica serão extraídos. Esses dados serão organizados e sintetizados em seções temáticas para a análise.

Avaliação Crítica: Cada fonte será avaliada criticamente quanto à sua qualidade metodológica e relevância para a revisão. Isso incluirá a análise de viés potencial e a confiabilidade dos resultados apresentados.

Apresentação dos Resultados: Os resultados da revisão serão apresentados de forma clara e organizada, utilizando tabelas, gráficos e texto descritivo conforme apropriado. As descobertas serão relacionadas aos objetivos da revisão.

Discussão e Conclusões: Os resultados serão discutidos em detalhes, e as conclusões serão tiradas em relação aos objetivos da revisão. Serão destacadas lacunas na pesquisa e áreas que necessitam de mais estudo.

RESULTADOS

Nesta revisão bibliográfica, foram identificados diversos estudos que abordaram o impacto das mudanças hormonais na saúde ginecológica em diferentes fases da vida das mulheres. Os resultados podem ser resumidos da seguinte forma:

Impacto na Adolescência: Durante a puberdade, as mudanças hormonais, como o aumento dos níveis de estrogênio e progesterona, desempenham um papel crucial na maturação do sistema reprodutivo. No entanto, também podem estar associadas a distúrbios menstruais, como a síndrome dos ovários policísticos (SOP), que afeta a regularidade do ciclo menstrual.

Ciclo Menstrual: As flutuações hormonais ao longo do ciclo menstrual afetam diretamente a saúde ginecológica. O estrogênio e a progesterona regulam o ciclo menstrual e podem influenciar sintomas como cólicas, alterações de humor e retenção de água.

Gravidez: Durante a gravidez, ocorrem mudanças hormonais significativas para sustentar o desenvolvimento fetal. O hormônio hCG é essencial para manter a gravidez inicial, enquanto o estrogênio e a progesterona desempenham papéis cruciais na preparação do corpo para o parto.

Menopausa: A menopausa é caracterizada pela diminuição dos níveis de estrogênio e progesterona. Isso pode resultar em sintomas desconfortáveis, como fogachos, secura vaginal e osteoporose. A reposição hormonal é uma opção de tratamento comum para aliviar esses sintomas.

Distúrbios Hormonais: Distúrbios hormonais, como a SOP e a endometriose, podem ter um impacto negativo na saúde ginecológica. Essas condições estão relacionadas a desequilíbrios hormonais e podem causar dor, irregularidades menstruais e infertilidade.

DISCUSSÃO

Os resultados desta revisão destacam a complexa interação entre as mudanças hormonais e a saúde ginecológica. É evidente que os hormônios desempenham um papel fundamental em várias fases da vida das mulheres, desde a adolescência até a menopausa.

É importante reconhecer que as mudanças hormonais nem sempre têm efeitos negativos na saúde ginecológica. Por exemplo, durante a gravidez, as alterações hormonais são essenciais para sustentar o feto em desenvolvimento.

No entanto, também é evidente que desequilíbrios hormonais, como aqueles associados à SOP e à endometriose, podem levar a problemas de saúde significativos e impactar a qualidade de vida das mulheres.

Portanto, a gestão adequada das mudanças hormonais é crucial para promover a saúde ginecológica. Isso pode incluir terapias hormonais para aliviar sintomas da menopausa, intervenções para tratar distúrbios hormonais e aconselhamento para adolescentes sobre o ciclo menstrual e a saúde reprodutiva.

Além disso, a pesquisa contínua é necessária para entender melhor as complexas interações hormonais e desenvolver abordagens de tratamento mais eficazes para distúrbios ginecológicos relacionados a mudanças hormonais.

Esses resultados e discussões fornecem uma visão abrangente do impacto das mudanças hormonais na saúde ginecológica, destacando a importância de uma abordagem holística para o cuidado da saúde das mulheres ao longo de suas vidas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ficou claro que as mudanças hormonais são uma parte intrínseca da vida de uma mulher e que cada fase, desde a puberdade até a menopausa, é caracterizada por seu próprio conjunto de desafios e impactos na saúde. Essa complexidade ressalta a necessidade de uma abordagem individualizada e holística ao cuidado ginecológico.

1905

Distúrbios hormonais, como a síndrome dos ovários policísticos (SOP) e a endometriose, podem ter um impacto profundo na qualidade de vida das mulheres. É essencial que os profissionais de saúde estejam cientes dessas condições e capazes de oferecer tratamentos adequados para aliviar sintomas e melhorar a saúde ginecológica.

A menopausa, caracterizada pela diminuição dos hormônios reprodutivos, é uma transição importante na vida das mulheres. A reposição hormonal é uma opção comum para aliviar sintomas como fogachos e secura vaginal. No entanto, os riscos e benefícios devem ser cuidadosamente avaliados, e outras abordagens, como mudanças no estilo de vida, também podem ser eficazes.

Compreender as flutuações hormonais ao longo do ciclo menstrual é crucial para avaliar sintomas como cólicas e alterações de humor. A educação das mulheres sobre seus corpos e ciclos menstruais pode ajudar na gestão de desconfortos e na promoção da saúde ginecológica.

Esta revisão destaca a necessidade contínua de pesquisa na área de mudanças hormonais e saúde ginecológica. Avanços na compreensão dos mecanismos hormonais e no tratamento de distúrbios hormonais podem melhorar significativamente a qualidade de vida das mulheres.

REFERÊNCIAS

American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG). Hormone therapy and heart disease. ACOG Practice Bulletin No. 212. *Obstet Gynecol.* 2019;133(5):e396-e404.

ANDERSON GL, Limacher M, Assaf AR, Bassford T, Beresford SA, Black H, et al. Effects of conjugated equine estrogen in postmenopausal women with hysterectomy: The Women's Health Initiative randomized controlled trial. *JAMA.* 2004;291(14):1701-1712.

ARCHER DF. The efficacy and safety of ospemifene, a novel selective estrogen receptor modulator for the treatment of vulvar and vaginal atrophy in postmenopausal women. *Clin Interv Aging.* 2013;8:475-487.

BARNABEI VM, Cochrane BB, Aragaki AK, Nygaard I, Williams RS, McGovern PG, et al. Menopausal symptoms and treatment-related effects of estrogen and progestin in the Women's Health Initiative. *Obstet Gynecol.* 2005;105(5 Pt 1):1063-1073.

BURGER HG, Dudley EC, Hopper JL, Groome N, Guthrie JR, Green A, et al. Prospectively measured levels of serum follicle-stimulating hormone, estradiol, and the dimeric inhibins during the menopausal transition in a population-based cohort of women. *J Clin Endocrinol Metab.* 1999;84(11):4025-4030.

BURGER HG. The endocrinology of the menopause. *Maturitas.* 1996;23(2):129-136.

CHEDRAUI P, Pérez-López FR, Mendoza M, Morales B, Martinez MA, Salinas AM, et al. Severe menopausal symptoms in middle-aged women are associated to female and male factors. *Arch Gynecol Obstet.* 2011;283(6):1319-1324.

DAVIS SR, Castelo-Branco C, Chedraui P, Lumsden MA, Nappi RE, Shah D, et al. Understanding weight gain at menopause. *Climacteric.* 2012;15(5):419-429.

FINKELSTEIN JS, Lee H, Burnett-Bowie SM, Pallais JC, Yu EW, Borges LF, et al. Gonadal steroids and body composition, strength, and sexual function in men. *N Engl J Med.* 2013;369(11):1011-1022.

FREEDMAN RR, Krell W. Reduced thermoregulatory null zone in postmenopausal women with hot flashes. *Am J Obstet Gynecol.* 1999;181(1):66-70.

GOLD EB, Colvin A, Avis N, Bromberger J, Greendale GA, Powell L, et al. Longitudinal analysis of the association between vasomotor symptoms and race/ethnicity across the

menopausal transition: Study of Women's Health Across the Nation. *Am J Public Health.* 2006;96(7):1226-1235.

GRACIA CR, Sammel MD, Freeman EW, Lin H, Langan E, Kapoor S, et al. Defining menopause status: Creation of a new definition to identify the early changes of the menopausal transition. *Menopause.* 2005;12(2):128-135.

HARLOW SD, Gass M, Hall JE, Lobo R, Maki P, Rebar RW, et al. Executive summary of the Stages of Reproductive Aging Workshop +10: Addressing the unfinished agenda of staging reproductive aging. *J Clin Endocrinol Metab.* 2012;97(4):1159-1168.

NELSON HD, Haney E, Humphrey L, Miller J, Nedrow A, Nicolaidis C, et al. Management of menopause-related symptoms. *Evid Rep Technol Assess (Full Rep).* 2005;(120):1-6.

OVERLIE I, Moen MH, Morkrid L, Skjaeraasen JS, Holte A. The endocrine transition around menopause--a five years prospective study with profiles of gonadotropins, estrogens, androgens and SHBG among healthy women. *Acta Obstet Gynecol Scand.* 1999;78(8):642-647.

ROSSOUW JE, Anderson GL, Prentice RL, LaCroix AZ, Kooperberg C, Stefanick ML, et al. Risks and benefits of estrogen plus progestin in healthy postmenopausal women: Principal results from the Women's Health Initiative randomized controlled trial. *JAMA.* 2002;288(3):321-333.

1907

SANTORO N, Brown JR, Adel T, Skurnick JH. Characterization of reproductive hormonal dynamics in the perimenopause. *J Clin Endocrinol Metab.* 1996;81(4):1495-1501.

SANTORO N, Randolph JF. Reproductive hormones and the menopause transition. *Obstet Gynecol Clin North Am.* 2011;38(3):455-466.

SHERMAN S, Miller H, Neril R, Forsythe B, Archer DF. An ovulation method for natural family planning. *Fertil Steril.* 1993;60(3):553-558.

WOODS NF, Mitchell ES, Smith-Dijulio K. Sexual desire during the menopausal transition and early postmenopause: Observations from the Seattle Midlife Women's Health Study. *J Womens Health (Larchmt).* 2009;18(3): 291-298.