



Benefícios e desafios da terapia hormonal na menopausa: uma revisão de literatura

Isabella Francisca Monteiro de Araújo¹, Jorge Fernando Fecury da Gama Junior¹, Ana Beatriz de Campos Frota Dias¹, Roberta Coelho de Andrade¹, José Luiz Frota Pires Leite¹, Matheus Cruz Gurgel¹, Maria Clara Mapurunga Guimarães¹, Savyane Pacheco Cruz¹, Gabriel da Costa Pereira¹, Taiane Alencar e Silva Gomes¹, Igor Thierry Nogueira Domingos¹, Ana Bernadette Figueiredo de Lima¹, Lucas Rodrigues Pontes¹, Sara Cavalcanti Alves¹, Júlia Viana Umbelino¹, Jéssica Larissa Santos Souza¹, Lucas Rodrigues de Moura¹, Clara Helena Brito de Souza Rodrigues¹, Anny Beatriz Barreto Costa¹, Débora de Oliveira Ferreira¹, Ingrid Beatriz Galdino Soares¹, Marcos Evandro Frota Pires Leite¹, Andreza de Oliveira Figueiredo¹, Deborah Amaral Budin¹, Paulo Victor de Sousa Ribeiro¹, Germano Tourinho e Silva¹, Gustavo Leite Antunes¹, Lorena Martins de Sá Torres Antunes¹



<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n11p3950-3958>

Artigo recebido em 07 de Outubro e publicado em 27 de Novembro

REVISÃO BIBLIOGRÁFICA DE LITERATURA

RESUMO

A menopausa é marcada por alterações hormonais que impactam significativamente a qualidade de vida das mulheres, sendo a terapia hormonal da menopausa (THM) uma estratégia amplamente utilizada para manejo de sintomas e prevenção de complicações. Este estudo realizou uma revisão bibliográfica narrativa para avaliar os benefícios e desafios da THM, considerando evidências publicadas entre 2020 e 2024. Os resultados indicam que a THM é eficaz no alívio de sintomas vasomotores e na prevenção de osteoporose, com benefícios adicionais na saúde cardiovascular e mental. Contudo, preocupações relacionadas ao aumento do risco de câncer de mama e eventos tromboembólicos destacam a importância de abordagens individualizadas. A escolha da via de administração e do tipo de hormônio, como os estrogênios transdérmicos, pode minimizar riscos. Além disso, a educação em saúde é essencial para corrigir equívocos e aumentar a adesão ao tratamento. Conclui-se que a personalização da THM, baseada em evidências e tecnologias emergentes, é fundamental para otimizar seus benefícios e minimizar desafios, promovendo maior qualidade de vida às mulheres na pós-menopausa.

Palavras-chave: Menopausa, Terapia Hormonal da Menopausa, Qualidade de Vida, Sintomas Vasomotores.

Benefits and challenges of menopausal hormone therapy: a literature review

ABSTRACT

Menopause is marked by hormonal changes that significantly impact women's quality of life, and menopausal hormone therapy (MHT) is a widely used strategy for symptom management and prevention of complications. This study conducted a narrative literature review to assess the benefits and challenges of MHT, considering evidence published between 2020 and 2024. The results indicate that MHT is effective in relieving vasomotor symptoms and preventing osteoporosis, with additional benefits in cardiovascular and mental health. However, concerns related to the increased risk of breast cancer and thromboembolic events highlight the importance of individualized approaches. The choice of route of administration and type of hormone, such as transdermal estrogens, can minimize risks. In addition, health education is essential to correct misconceptions and increase treatment adherence. It is concluded that the personalization of THM, based on evidence and emerging technologies, is essential to optimize its benefits and minimize challenges, promoting a higher quality of life for postmenopausal women.

Keywords: Menopause, Menopause Hormone Therapy, Quality of Life, Vasomotor Symptoms.

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



INTRODUÇÃO

A menopausa é um evento fisiológico que marca o fim da fase reprodutiva feminina, caracterizado pela cessação definitiva da menstruação devido à falência ovariana. Essa transição ocorre, em média, entre os 45 e 55 anos de idade e está associada a uma série de mudanças hormonais, incluindo a redução progressiva dos níveis de estrogênio e progesterona (Lins et al., 2020). Tais alterações podem desencadear uma ampla gama de sintomas físicos e psicológicos que impactam significativamente a qualidade de vida das mulheres, como ondas de calor, insônia, irritabilidade e atrofia urogenital (Coppolla et al., 2023).

A terapia hormonal da menopausa (THM) foi amplamente adotada a partir da década de 1960 como a principal estratégia para o alívio dos sintomas vasomotores e prevenção de complicações relacionadas à deficiência estrogênica, como osteoporose e doenças cardiovasculares (Ferreira et al., 2024). No entanto, a publicação do estudo Women's Health Initiative (WHI) em 2002 levantou preocupações quanto à segurança da THM, especialmente em relação ao aumento do risco de câncer de mama, tromboembolismo venoso e acidente vascular cerebral. Esses achados resultaram em uma redução significativa do uso da terapia hormonal, desencadeando debates sobre sua real relação risco-benefício (Crandall et al., 2023).

Nas últimas duas décadas, novos estudos revisaram os dados do WHI e investigaram a segurança da THM em populações específicas, considerando fatores como idade de início, duração da terapia e tipos de hormônios utilizados. Evidências recentes sugerem que os riscos associados à THM podem ser minimizados com o início precoce da terapia, preferencialmente em mulheres com menos de 60 anos ou que estejam na primeira década após a menopausa. Essas descobertas reforçam a importância de abordagens individualizadas, que considerem o perfil clínico e as preferências de cada paciente (De Melo et al., 2024).

Além do manejo dos sintomas vasomotores, a THM tem demonstrado benefícios significativos na prevenção de doenças crônicas. Estudos apontam que o uso de estrogênios pode reduzir a incidência de fraturas osteoporóticas e melhorar os marcadores de saúde cardiovascular em mulheres com baixo risco tromboembólico. Por outro lado, os desafios permanecem, principalmente em relação à segurança em mulheres com comorbidades ou histórico familiar de câncer de mama, uma questão que exige critérios rigorosos de seleção (Pan et al., 2022).

Outro aspecto relevante diz respeito às vias de administração da THM, que incluem opções orais, transdérmicas e intravaginais. A escolha da via pode influenciar tanto a eficácia quanto o perfil de segurança da terapia. Por exemplo, os estrogênios transdérmicos estão associados a menor risco de eventos tromboembólicos em comparação aos orais, o que pode ampliar sua aplicabilidade em subgrupos de maior risco. Isso destaca a necessidade de um entendimento detalhado das características de cada modalidade para otimizar os resultados clínicos (Flores et al., 2021).

A percepção pública sobre a THM também desempenha um papel crítico em sua adesão. Estudos sugerem que muitas mulheres ainda têm receios quanto à terapia devido à divulgação de informações inconsistentes sobre seus riscos. Assim, a educação em saúde e o esclarecimento sobre os benefícios e limitações da THM são fundamentais para reduzir o impacto negativo de equívocos e aumentar a aceitação entre as pacientes (Mili et al., 2021).

Este artigo tem como objetivo revisar as evidências mais recentes sobre os benefícios e desafios da THM, abordando sua eficácia no manejo dos sintomas da menopausa, prevenção de doenças crônicas e os riscos associados. A análise busca fornecer um panorama abrangente para orientar profissionais de saúde na tomada de decisão e no aconselhamento individualizado de pacientes, promovendo um cuidado mais seguro e eficaz.

METODOLOGIA

Este estudo consistiu em uma revisão bibliográfica narrativa, com o objetivo de identificar e sintetizar as evidências mais recentes sobre os benefícios e desafios associados à terapia hormonal na menopausa (THM). A abordagem narrativa foi escolhida devido à sua capacidade de integrar uma ampla gama de dados qualitativos e quantitativos, permitindo uma análise abrangente e crítica do. A revisão incluiu artigos publicados entre 2020 e 2024, garantindo a atualização dos achados.

As buscas bibliográficas foram realizadas nas bases de dados PubMed, Scopus e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Utilizaram-se descritores controlados e palavras-chave em português e inglês, incluindo: "menopause hormonal therapy", "benefits and risks of HRT", "postmenopausal symptoms", "osteoporosis prevention", e "cardiovascular risks in menopause". Os termos foram combinados por operadores booleanos (AND, OR), ampliando a sensibilidade da busca e garantindo a inclusão de estudos relevantes sobre o tema.

Os critérios de inclusão compreenderam estudos originais, revisões sistemáticas e meta-análises que abordassem a eficácia, segurança e desafios da THM em mulheres na pós-menopausa. Foram priorizadas publicações em inglês, português e espanhol, com texto completo disponível, que apresentassem metodologia clara e análise detalhada dos resultados. Os artigos deveriam, obrigatoriamente, discutir aspectos relacionados a sintomas vasomotores, saúde óssea, cardiovascular e possíveis riscos oncológicos ou tromboembólicos.

Por outro lado, os critérios de exclusão eliminaram estudos com metodologia inadequada ou que não apresentassem relevância direta para o tema. Também foram excluídos ensaios experimentais *in vitro* ou estudos pré-clínicos, devido à ausência de aplicabilidade direta em populações humanas. Publicações redundantes ou duplicadas entre as bases de dados foram eliminadas após a triagem inicial.

A análise dos dados foi conduzida em três etapas. Na primeira etapa, títulos e resumos foram revisados para garantir a relevância inicial e a aderência aos critérios de inclusão. Na segunda etapa, os textos completos dos artigos selecionados foram avaliados de forma detalhada, com ênfase nos resultados e metodologias. Por fim, as informações extraídas foram organizadas em categorias temáticas, como manejo de sintomas vasomotores, prevenção de osteoporose, riscos cardiovasculares e câncer, e percepção pública da THM. Essa abordagem possibilitou uma síntese compreensiva e comparativa, facilitando a discussão crítica sobre os benefícios e desafios da terapia.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados da revisão apontam que a terapia hormonal na menopausa (THM) continua sendo a estratégia mais eficaz para o manejo dos sintomas vasomotores, como

ondas de calor e sudorese noturna. Estudos recentes indicam que a administração de estrogênios, isolados ou combinados com progestágenos, reduz significativamente a frequência e intensidade desses sintomas, melhorando a qualidade de vida das mulheres na pós-menopausa. A redução desses sintomas é especialmente relevante nos primeiros cinco anos após a menopausa, período em que os mesmos são mais intensos (Flores et al., 2021).

Além do alívio dos sintomas vasomotores, a THM tem demonstrado benefícios na saúde óssea. A deficiência de estrogênio está associada a um aumento significativo no turnover ósseo, levando à perda de densidade mineral óssea e ao risco de fraturas osteoporóticas (Kennedy et al., 2024). A literatura destaca que a THM é capaz de prevenir a osteoporose e reduzir a incidência de fraturas, especialmente em mulheres que iniciam a terapia logo após a menopausa. No entanto, os benefícios ósseos são mais evidentes enquanto a terapia está em uso, com perda gradual do efeito protetor após sua interrupção (Lobo et al., 2022).

Em relação à saúde cardiovascular, a THM apresenta benefícios controversos. Evidências recentes sugerem que o início precoce da terapia, dentro de 10 anos após a menopausa, pode melhorar os marcadores cardiovasculares, incluindo o perfil lipídico e a rigidez arterial, reduzindo o risco de doenças cardiovasculares em mulheres saudáveis (Gouvêa et al., 2024). Contudo, o uso tardio da THM, especialmente após os 60 anos, está associado a um aumento no risco de eventos tromboembólicos e acidentes vasculares cerebrais, destacando a importância da triagem cuidadosa antes de iniciar a terapia (Mehta et al., 2021).

Outro aspecto relevante é o impacto da THM na saúde mental e qualidade do sono. A menopausa está associada a um aumento na incidência de depressão e ansiedade, muitas vezes agravadas pela privação do sono causada por sintomas vasomotores. Estudos clínicos mostram que a THM pode melhorar o humor e reduzir os distúrbios do sono, contribuindo para o bem-estar psicológico geral. Esses efeitos são mais pronunciados em mulheres que apresentam sintomas moderados a graves (De Melo et al., 2024).

Por outro lado, os riscos oncológicos associados à THM continuam sendo uma preocupação. O uso prolongado de estrogênios conjugados, particularmente em combinação com progestágenos, foi associado a um aumento do risco de câncer de mama em estudos populacionais (Louzada et al., 2023). Esse risco parece ser dependente da duração da terapia e do tipo de hormônio utilizado. Estrogênios isolados, por outro lado, apresentam um perfil de risco mais favorável em mulheres que realizaram histerectomia (Lee et al., 2020).

A via de administração hormonal também influencia significativamente o perfil de segurança e eficácia da THM. Os estrogênios transdérmicos, por exemplo, têm sido associados a um menor risco de eventos tromboembólicos em comparação aos estrogênios orais. Essa modalidade é frequentemente recomendada para mulheres com fatores de risco tromboembólico ou histórico de tabagismo, destacando a importância da personalização da terapia (Louzada et al., 2023).

Um desafio importante identificado na revisão é a percepção pública sobre a THM. Estudos sugerem que muitas mulheres evitam ou interrompem a terapia devido a temores amplificados sobre os riscos, muitas vezes baseados em interpretações equivocadas dos resultados de estudos anteriores, como o Women's Health Initiative.

Isso reforça a necessidade de maior educação e comunicação clara entre médicos e pacientes, para que decisões sejam baseadas em evidências atualizadas (Batista et al., 2024).

Adicionalmente, fatores como histórico familiar, presença de comorbidades e preferências individuais desempenham um papel central na seleção de candidatas à THM. A avaliação clínica criteriosa, incluindo exames de triagem para câncer e avaliação do risco cardiovascular, é essencial para minimizar os riscos e maximizar os benefícios. A abordagem individualizada é, portanto, indispensável para garantir a segurança e eficácia da terapia (De Carvalho et al., 2022).

Por fim, a revisão aponta para a necessidade de mais estudos de longo prazo que avaliem os impactos da THM em populações diversas, considerando diferenças étnicas, socioeconômicas e genéticas. A ampliação do conhecimento nessa área pode contribuir para o desenvolvimento de terapias mais seguras e personalizadas, além de melhorar a adesão das pacientes e os desfechos clínicos (Mili et al., 2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A terapia hormonal da menopausa representa uma ferramenta valiosa no manejo dos sintomas vasomotores e na prevenção de complicações relacionadas à deficiência estrogênica, como a osteoporose e os distúrbios do sono. A revisão bibliográfica destacou que os benefícios da terapia, especialmente quando iniciada precocemente, são amplos e significativos, desde que adequadamente individualizados para cada paciente. A personalização da terapia, com escolha cuidadosa de doses, vias de administração e tipos de hormônios, mostrou-se crucial para maximizar os resultados positivos e reduzir os riscos associados.

Os desafios relacionados à segurança da THM continuam sendo uma preocupação importante, particularmente em relação ao aumento do risco de câncer de mama e eventos tromboembólicos em determinados subgrupos. Esses riscos, entretanto, podem ser minimizados com o uso de estrogênios transdérmicos e por meio da seleção criteriosa de pacientes, considerando fatores como idade, comorbidades e histórico familiar. A abordagem baseada em evidências atualizadas é fundamental para garantir a segurança e eficácia da terapia.

Outro aspecto central identificado é a necessidade de melhorar a comunicação entre médicos e pacientes sobre os riscos e benefícios da THM. Muitos receios em torno da terapia derivam de interpretações equivocadas ou desatualizadas de estudos prévios, como o Women's Health Initiative. A educação em saúde desempenha um papel essencial para corrigir esses equívocos e auxiliar as pacientes na tomada de decisões informadas, promovendo uma adesão mais consciente à terapia.

REFERÊNCIAS

BATISTA, Nertan Ribeiro et al. TERAPIA HORMONAL DURANTE A MENOPAUSA: BENEFÍCIOS E INDICAÇÕES. **Periódicos Brasil. Pesquisa Científica**, v. 3, n. 2, p. 264-280, 2024.

COPPOLLA, Mateus Barcelos et al. Abordagens no manejo da menopausa: terapia hormonal e



- alternativas não hormonais. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 6, n. 6, p. 26811-26823, 2023.
- CRANDALL, Carolyn J.; MEHTA, Jaya M.; MANSON, JoAnn E. Management of menopausal symptoms: a review. **Jama**, v. 329, n. 5, p. 405-420, 2023.
- DE MELO, Ana Beatriz Oliveira et al. TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL: BENEFÍCIOS E RISCOS DURANTE A MENOPAUSA. **Periódicos Brasil. Pesquisa Científica**, v. 3, n. 2, p. 1436-1446, 2024.
- DE CARVALHO, Luiza Bernardes Costa et al. Riscos e benefícios da terapia de reposição hormonal na menopausa Risks and benefits of menopausal hormone replacement therapy. **Brazilian Journal of Development**, v. 8, n. 3, p. 20415-20427, 2022.
- FERREIRA, Fernanda Mendes et al. Menopausa: impactos na vida feminina e as alterações hormonais. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 7, n. 5, p. e72475-e72475, 2024.
- FLORES, Valerie A.; PAL, Lubna; MANSON, JoAnn E. Hormone therapy in menopause: concepts, controversies, and approach to treatment. **Endocrine reviews**, v. 42, n. 6, p. 720-752, 2021.
- GOUVÊA, Clara Michele Madureira Yamim et al. Menopausa e qualidade de vida: explorando a terapia hormonal e abordagens alternativas. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 7, n. 1, p. 6353-6362, 2024.
- KENEDY SANTIAGO SOUSA, José et al. Avanços na Terapia de Reposição Hormonal na Menopausa: Eficácia e Segurança. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 1, p. 2234-2244, 2024.
- LEE, Sa Ra et al. The 2020 menopausal hormone therapy guidelines. **Journal of menopausal medicine**, v. 26, n. 2, p. 69, 2020.
- LINS, Letícia Marques Rodrigues et al. Impactos da menopausa na saúde da mulher. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 5, p. 12018-12031, 2020.
- LOBO, Roger A.; GOMPEL, Anne. Management of menopause: a view towards prevention. **The Lancet Diabetes & Endocrinology**, v. 10, n. 6, p. 457-470, 2022.
- LOUZADA, Gabriela Valadão et al. Os efeitos da terapia de reposição hormonal em mulheres na menopausa. **Revista Eletrônica Acervo Médico**, v. 23, n. 1, p. e11625-e11625, 2023.
- MEHTA, Jaya; KLING, Juliana M.; MANSON, JoAnn E. Risks, benefits, and treatment modalities of menopausal hormone therapy: current concepts. **Frontiers in endocrinology**, v. 12, p. 564781, 2021.
- MILI, Nikoletta et al. Genitourinary syndrome of menopause: a systematic review on prevalence and treatment. **Menopause**, v. 28, n. 6, p. 706-716, 2021.
- PAN, Meijun et al. Update on hormone therapy for the management of postmenopausal women. **Bioscience trends**, v. 16, n. 1, p. 46-57, 2022.

