

## TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL: BENEFÍCIOS E RISCOS DURANTE A MENOPAUSA

Ana Beatriz Oliveira de Melo, Maria Eduarda Bezerra do Nascimento, Alice Maria Plácido Caldas Gitai, Andreza Balbino da Silva, Laís de Souza Fontenele, Priscila Silva Aguiar, Ryan Farias Esteves, Jullia Martins de Oliveira, Acsa Lia Campanete, Eliomara Brito Façanha, Helainy de Souza Siqueira, Ana Luiza Batista Cavalcanti

### REVISÃO DE LITERATURA

#### RESUMO

**Introdução:** A Terapia de Reposição Hormonal (TRH) é um tratamento frequentemente utilizado para aliviar os sintomas da menopausa, como ondas de calor, suores noturnos e alterações de humor. Consiste na administração de hormônios femininos, estrogênio e, frequentemente, progesterona, para compensar a diminuição natural desses hormônios durante a menopausa. Embora a TRH possa oferecer benefícios significativos, como a melhoria da qualidade de vida e a prevenção da perda óssea, também está associada a riscos, incluindo o aumento da probabilidade de doenças cardiovasculares e cânceres hormonodependentes. A decisão de iniciar a TRH deve ser cuidadosamente considerada, levando em conta os benefícios individuais e os potenciais efeitos adversos. **Objetivo:** Avaliar os benefícios e riscos da terapia de reposição hormonal (TRH) durante a menopausa, analisando sua eficácia no alívio dos sintomas. **Metodologia:** A pesquisa foi realizada através do acesso online nas bases de dados *National Library of Medicine* (MEDLINE), *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), literatura latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) no mês de agosto de 2024. **Resultados e Discussão:** A Terapia de Reposição Hormonal (TRH) demonstrou ser eficaz na redução dos sintomas da menopausa, como ondas de calor e distúrbios do sono, além de ajudar na manutenção da saúde óssea. No entanto, os riscos associados, como o aumento de doenças cardiovasculares e certos tipos de câncer, foram significativos, particularmente com o uso prolongado. A discussão aponta que a TRH deve ser individualizada, considerando o histórico médico e os fatores de risco pessoais, e recomenda uma avaliação contínua dos benefícios e riscos para otimizar o tratamento e minimizar os efeitos adversos. **Considerações Finais:** A Terapia de Reposição Hormonal (TRH) é eficaz no alívio dos sintomas da menopausa e na prevenção da perda óssea, mas também apresenta riscos significativos, como doenças cardiovasculares e cânceres hormonodependentes. A decisão de iniciar a TRH deve ser baseada em uma avaliação cuidadosa dos benefícios e riscos individuais, e o tratamento deve ser ajustado conforme necessário para garantir a melhor qualidade de vida com o menor risco possível.

**Palavras-chave:** Menopausa, Terapia de Reposição Hormonal, Saúde da Mulher.

# HORMONE REPLACEMENT THERAPY: BENEFITS AND RISKS DURING MENOPAUSE

## ABSTRACT

**Introduction:** Hormone Replacement Therapy (HRT) is a treatment often used to alleviate menopause symptoms such as hot flashes, night sweats and mood changes. It consists of administering female hormones, estrogen and, often, progesterone, to compensate for the natural decrease in these hormones during menopause. Although HRT can offer significant benefits, such as improving quality of life and preventing bone loss, it is also associated with risks, including an increased likelihood of cardiovascular disease and hormone-dependent cancers. The decision to start HRT should be carefully considered, taking into account individual benefits and potential adverse effects. **Objectives:** To evaluate the benefits and risks of hormone replacement therapy (HRT) during menopause, analyzing its effectiveness in relieving symptoms. **Methodology:** The research was carried out through online access to the National Library of Medicine (MEDLINE), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS) databases in the month of August 2024. **Results and Discussions:** Hormone Replacement Therapy (HRT) has been shown to be effective in reducing menopausal symptoms such as hot flashes and sleep disturbances, as well as helping to maintain bone health. However, the associated risks, such as an increase in cardiovascular disease and certain types of cancer, were significant, particularly with long-term use. The discussion points out that HRT should be individualized, considering medical history and personal risk factors, and recommends a continuous assessment of benefits and risks to optimize treatment and minimize adverse effects. **Conclusion:** Hormone Replacement Therapy (HRT) is effective in relieving menopausal symptoms and preventing bone loss, but it also has significant risks, such as cardiovascular disease and hormone-dependent cancers. The decision to start HRT should be based on a careful assessment of individual benefits and risks, and treatment should be adjusted as necessary to ensure the best quality of life with the lowest possible risk.

**Keywords:** Menopause, Hormone Replacement Therapy, Women's Health.

Instituição afiliada – Centro Universitário Fаметro.

**Dados da publicação:** Artigo publicado em Agosto de 2024

DOI: <https://doi.org/10.36557/pbpc.v3i2.145>

**Autor correspondente:** Ana Beatriz Oliveira de Melo

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



## 1 INTRODUÇÃO

A menopausa é uma etapa inevitável e natural na vida de todas as mulheres, caracterizada pelo fim definitivo da menstruação após 12 meses consecutivos sem fluxo menstrual. Este evento marca o término da capacidade reprodutiva e é acompanhado por alterações hormonais significativas, como a falência ovariana e a drástica redução na produção de estrogênios. Essas mudanças hormonais provocam uma série de sintomas e efeitos adversos que podem impactar profundamente a qualidade de vida das mulheres (Leite *et al.*, 2024).

Durante a menopausa, cerca de 70 a 80% das mulheres experimentam sintomas vasomotores, como ondas de calor e suores noturnos, que podem ser bastante desconfortáveis e perturbadores. Além desses sintomas, muitas mulheres também enfrentam atrofia vulvovaginal e síndrome geniturinária, condições que afetam a saúde vaginal e urinária, causando sintomas como secura, irritação e desconforto. Os efeitos da menopausa não se restringem apenas ao bem-estar físico, estando também associados a um aumento do risco de desenvolvimento de doenças graves, como câncer de mama, doenças cardiovasculares e distúrbios neurodegenerativos, incluindo Alzheimer e demência (Figueiredo *et al.*, 2023).

Para aliviar esses sintomas e melhorar a qualidade de vida, a Terapia de Reposição Hormonal (TRH) tem sido amplamente utilizada. No entanto, um estudo realizado em 2002, o Women's Health Initiative (WHI), revelou que a TRH estava ligada a um aumento na incidência de doenças cardíacas e câncer de mama. Esses resultados geraram preocupações substanciais e resultaram em uma diminuição na adesão ao tratamento por parte das pacientes e na prescrição por parte dos profissionais de saúde (Mehta *et al.*, 2021).

Em resposta a essas preocupações, foram realizadas reavaliações dos dados do WHI e novos estudos para entender melhor os riscos e benefícios da TRH. Essas análises mais detalhadas mostraram que a TRH pode oferecer benefícios significativos para mulheres que são sintomáticas, têm menos de 60 anos, passaram pela menopausa há menos de 10 anos e não possuem contraindicações específicas, como doenças hepáticas, tromboembólicas, cardiovasculares ou câncer de mama (Prentice *et al.*, 2021).

Consequentemente, importantes organizações médicas, como a International Menopause Society (IMS), a North American Menopause Society (NAMS), a European Menopause and Andropause Society (EMAS), o American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG) e a Endocrine Society, revisaram e atualizaram suas diretrizes para o tratamento da menopausa. Essas diretrizes agora enfatizam uma abordagem mais personalizada, que inclui avaliações periódicas para ajustar as doses e os tipos de medicamentos conforme necessário. O objetivo é oferecer uma terapia eficaz e segura, adaptada às necessidades individuais de cada mulher, e minimizar os riscos associados ao tratamento (Leite *et al.*, 2024).

Essa abordagem personalizada visa não apenas aliviar os sintomas da menopausa, mas também reduzir os riscos de condições associadas e melhorar a saúde geral das mulheres durante essa fase crucial de suas vidas. A revisão e atualização das diretrizes refletem um compromisso contínuo com cuidados baseados em evidências, priorizando a segurança e o bem-estar das pacientes (Castellano *et al.*, 2022).

Dessa forma o principal objetivo do artigo é avaliar os benefícios e riscos da terapia de reposição hormonal (TRH) durante a menopausa, analisando sua eficácia no alívio dos sintomas.

## 2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo exploratório, analítico de caráter descritivo, que utiliza como técnica a Revisão Integrativa da Literatura (RIL). A RIL proporciona um gama de conhecimento e resultados na prática através de diferentes publicações realizadas em diferentes anos, com diversas abordagens metodológicas, incorporando assim conceitos e evidências de problemas metodológicos.

A coleta de dados foi realizada a partir de periódicos indexados a Bibliotecas Virtuais em Saúde (BVS): Biblioteca Científica Eletrônica Online (SCIELO), Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Médica (MEDLINE), Literatura Latino - Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), por meio da junção de três Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) cruzados com operador booleano “AND” “Menopausa” AND “Terapia de Reposição Hormonal” AND “Saúde da Mulher”.

**Etapas de desenvolvimento da pesquisa.**

Foram selecionados para inclusão os seguintes critérios de elegibilidade: artigos originais, revisões sistemáticas e integrativas disponíveis gratuitamente, publicados entre 2020 e 2024, e escritos em idiomas português ou inglês. Critérios de inelegibilidade incluíram publicações não científicas, pesquisas incompletas, resumos, monografias, dissertações e teses.

Os artigos foram selecionados com base nos critérios estabelecidos a partir dos títulos. Em seguida, os resumos foram analisados e, finalmente, os artigos foram lidos na íntegra. Se o artigo estivesse em conformidade com a temática proposta, era selecionado para o estudo. Um instrumento foi elaborado para a coleta direta de informações nas bases de dados selecionadas para compor esta revisão.

Utilizando os cinco DeCS: “AND” “Menopausa” AND “Terapia de Reposição Hormonal” AND “Saúde da Mulher”. Foram encontrados 900 artigos na totalidade nas bases de dados. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, o número de publicações foi reduzido para 290. Após a análise detalhada das pesquisas, apenas 12 publicações foram escolhidas para integrar este estudo.

### 3 RESULTADOS e DISCUSSÃO

A Terapia de Reposição Hormonal (TRH) é um tratamento comumente utilizado para aliviar os sintomas da menopausa, um período natural na vida das mulheres que

ocorre geralmente entre os 45 e 55 anos, caracterizado pelo fim da menstruação e pela diminuição dos níveis hormonais de estrogênio e progesterona. Com a redução desses hormônios, muitas mulheres enfrentam sintomas desconfortáveis e, por vezes, debilitantes, como ondas de calor, suores noturnos, secura vaginal e alterações de humor (Choradia *et al.*, 2024).

A TRH tem como objetivo compensar essa perda hormonal para aliviar os sintomas associados à menopausa e melhorar a qualidade de vida das mulheres. O tratamento pode envolver a administração de estrogênio isolado ou em combinação com progesterona, dependendo da presença ou ausência do útero da paciente. Para mulheres com útero, a combinação de estrogênio e progesterona é frequentemente utilizada para proteger o revestimento uterino e reduzir o risco de câncer endometrial (Donnelly *et al.*, 2022).

Os benefícios da TRH são amplamente reconhecidos. Primeiramente, ela pode proporcionar alívio significativo dos sintomas mais comuns da menopausa, como ondas de calor e suores noturnos, que podem ser extremamente desconfortáveis e afetar a qualidade do sono e a vida cotidiana. Além disso, a TRH pode melhorar a saúde vaginal, aliviando a secura e a dor durante as relações sexuais, problemas frequentemente relatados durante a menopausa. Outro benefício importante é a proteção óssea: a diminuição dos níveis de estrogênio durante a menopausa pode levar à perda de densidade óssea e aumentar o risco de osteoporose. A TRH pode ajudar a mitigar esse efeito, reduzindo o risco de fraturas e melhorando a saúde óssea a longo prazo (Gu *et al.*, 2024).

No entanto, a TRH também apresenta riscos que devem ser cuidadosamente considerados. Estudos indicam que o uso prolongado de TRH, especialmente com combinações de estrogênio e progesterona, pode estar associado a um aumento do risco de câncer de mama. Além disso, há evidências de que a terapia pode aumentar o risco de doenças cardiovasculares, como infartos e acidente vascular cerebral, particularmente em mulheres que iniciam a terapia mais tarde na vida ou que têm fatores de risco preexistentes. Efeitos colaterais como náuseas, dor de cabeça, alterações de humor e retenção de líquidos também são possíveis e podem impactar negativamente a experiência do tratamento (Jang *et al.*, 2023).

Dado o equilíbrio entre benefícios e riscos, a decisão de iniciar a TRH deve ser

feita em consulta com um profissional de saúde, que pode avaliar a situação individual da paciente. Considerações como o histórico médico, a gravidade dos sintomas da menopausa e a presença de condições pré-existentes são fundamentais para determinar a abordagem mais adequada. Em alguns casos, alternativas à TRH, como terapias não hormonais ou mudanças no estilo de vida, podem ser recomendadas para gerenciar os sintomas da menopausa com menos riscos associados. A avaliação cuidadosa e o acompanhamento contínuo são essenciais para garantir que a TRH, se escolhida, seja administrada de maneira segura e eficaz (Kim *et al.*, 2022).

A TRH tem sido amplamente estudada para entender seus benefícios e riscos associados ao tratamento dos sintomas da menopausa. Estudos demonstram que a TRH pode ser altamente eficaz na redução dos sintomas da menopausa e na melhoria da qualidade de vida das mulheres. Entre os principais benefícios relatados estão o alívio dos sintomas vasomotores, como ondas de calor e suores noturnos, e a melhora dos sintomas urogenitais, como secura vaginal e dispareunia (dor durante a relação sexual) (Pan *et al.*, 2022).

Além disso, a TRH tem mostrado um efeito protetor significativo contra a perda óssea e osteoporose. Estudos observacionais sugerem que a TRH pode reduzir a incidência de fraturas osteoporóticas, o que é particularmente relevante para mulheres que entram na menopausa com alta densidade óssea e desejam preservar essa condição. Esses benefícios são especialmente evidentes quando a TRH é iniciada pouco após a menopausa, aproveitando o período em que o risco de perda óssea é mais alto (Stute *et al.*, 2023).

No entanto, a TRH também tem sido associada a uma série de riscos. O estudo Women's Health Initiative (WHI), um dos mais abrangentes sobre o tema, revelou que a TRH com estrogênio e progesterona está associada a um aumento do risco de câncer de mama, doenças cardiovasculares e acidente vascular cerebral. Esses riscos variam dependendo da combinação hormonal utilizada, da duração do tratamento e das características individuais das pacientes. Além disso, a TRH pode ter efeitos colaterais como náuseas, cefaleias, alterações de humor e retenção de líquidos, o que pode afetar a adesão ao tratamento e a qualidade de vida (Figueiredo *et al.*, 2023).

#### 4 CONCLUSÃO

Em conclusão, a Terapia de Reposição Hormonal (TRH) continua a ser uma opção significativa para o manejo dos sintomas da menopausa, oferecendo alívio para um número considerável de mulheres que enfrentam ondas de calor, suores noturnos e outros desconfortos associados à redução dos níveis hormonais. Os benefícios da TRH são especialmente notáveis em mulheres que têm menos de 60 anos e passaram pela menopausa há menos de 10 anos, desde que não apresentem contraindicações específicas.

Entretanto, a decisão de iniciar a TRH deve ser cuidadosamente ponderada, considerando os riscos potenciais identificados em estudos, como o aumento na incidência de doenças cardiovasculares e câncer de mama. As diretrizes recentes enfatizam a importância de uma abordagem individualizada, que deve ser ajustada conforme as necessidades e condições de cada paciente, acompanhada de avaliações periódicas para otimizar a terapia e minimizar riscos.

A contínua revisão das diretrizes e a realização de novas pesquisas são essenciais para aprimorar as estratégias de tratamento e garantir que a TRH seja administrada de forma segura e eficaz. A individualização do tratamento e o monitoramento regular são fundamentais para maximizar os benefícios e reduzir os riscos, promovendo a saúde e o bem-estar das mulheres durante a menopausa.

A decisão de utilizar a TRH deve ser baseada em uma avaliação cuidadosa dos benefícios e riscos. Os benefícios, como o alívio dos sintomas vasomotores e urogenitais, podem ter um impacto significativo na qualidade de vida das mulheres durante a menopausa. A capacidade da TRH de proteger contra a perda óssea também é um ponto positivo, particularmente para mulheres com risco elevado de osteoporose.

Por outro lado, os riscos associados à TRH não podem ser ignorados. O aumento do risco de câncer de mama e de doenças cardiovasculares é uma preocupação importante e deve ser considerado na decisão de tratamento. O perfil de risco pode variar dependendo da idade da paciente, do tempo desde o início da menopausa, do histórico médico e da presença de fatores de risco adicionais. Mulheres que iniciam a TRH muito tempo após a menopausa ou que têm um histórico de câncer de mama,

doenças cardiovasculares ou outros problemas de saúde devem ser monitoradas mais de perto e podem precisar de uma abordagem diferente.

Além disso, a escolha entre diferentes tipos de TRH (estrogênio isolado versus estrogênio combinado com progesterona) pode influenciar o perfil de risco e os efeitos colaterais. A TRH com estrogênio isolado é geralmente reservada para mulheres que tiveram uma histerectomia, pois a adição de progesterona é essencial para proteger o endométrio em mulheres com útero intacto.

A discussão sobre a TRH também deve considerar as alternativas não hormonais para o manejo dos sintomas da menopausa, como mudanças no estilo de vida, tratamentos comportamentais e medicamentos não hormonais. Essas alternativas podem ser adequadas para mulheres que preferem evitar a TRH ou que apresentam contraindicações para o uso de hormônios.

Em conclusão, a TRH pode oferecer benefícios significativos para mulheres na menopausa, especialmente no alívio dos sintomas e na proteção óssea. No entanto, a avaliação dos riscos, incluindo o potencial aumento do risco de câncer de mama e doenças cardiovasculares, é crucial para a decisão terapêutica. A abordagem ideal deve ser personalizada, levando em consideração o histórico médico da paciente, seus sintomas específicos e suas preferências pessoais. O acompanhamento regular e a reavaliação da terapia são essenciais para maximizar os benefícios e minimizar os riscos associados à TRH.

## 5 REFERÊNCIAS

CASTELLANO, Beatriz França, et al. "Reposição de Testosterona Em Mulheres Cisgênero Na Menopausa." **BioSCIENCE**, vol. 80, no. S1 , pp. 9–9, 27 Oct. 2022

CHORADIA, A., Bai, K., Soni, S., Nguyen, N., Adhikari, S., Kaur Rahul, D., & Gupta, R et al. Beyond hot flashes: Exploring the role of estrogen therapy in postmenopausal women for myocardial infarction prevention and recovery. **Biomolecules & biomedicine**, v.24, n.1, p. 4–13, 2024

DONNELLY, L., & Balneaves, L. G. Fact or Fiction? The Role of Regulated Body-Identical

Hormone Therapy for Menopausal Women. **Nursing for women's health**, v.26, n.2, p.143–151, 2022

FIGUEIREDO, Maria Eduarda Ribeiro de *et al.* Riscos e benefícios na terapia de reposição hormonal na menopausa: uma revisão integrativa. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 6, n. 5, p. 24690-24700, 9 out. 2023

GU, Y., Han, F., Xue, M., Wang, M., & Huang, Y. The benefits and risks of menopause hormone therapy for the cardiovascular system in postmenopausal women: a systematic review and meta-analysis. **BMC women's health**, v.24, n.1, p. 60, 2024

JANG, Y. C., Leung, C. Y., & Huang, H. L. A Systematic Review and Meta-analysis of Cohort Studies. *Cancer epidemiology, biomarkers & prevention: a publication of the American Association for Cancer Research, cosponsored by the American Society of Preventive Oncology*, **Association of Menopausal Hormone Therapy with Risk of Pancreatic Cancer** v.32, n.1, p.114–122, 2023.

KIM, J., Bhupathiraju, S. N., Harrington, L. B., Hagan, K. A., Lindström, S., Manson, J. E., Kraft, P., & Kabrhel, C. Oral postmenopausal hormone therapy and genetic risk on venous thromboembolism: gene-hormone interaction results from a large prospective cohort study. **Menopause** (New York, N.Y.), v.29, n.3, p. 293–303, 2022).

LEITE, André Matheus Carvalho Silva *et al.* TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL EM MULHERES NA MENOPAUSA: RISCOS E BENEFÍCIOS. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [S. l.], v. 6, n. 5, p. 356-363, 6 maio 2024.

MEHTA, Jaya, et al. "Risks, Benefits, and Treatment Modalities of MenopausalHormone Therapy: Current Concepts." **Frontiers in Endocrinology**, vol. 12, 26 Mar. 2021

PAN, M., Pan, X., Zhou, J., Wang, J., Qi, Q., & Wang, L. Update on hormone therapy for the management of postmenopausal women. **Bioscience trends**, v.16, n.1, p.46–57,

2022.

PRENTICE, Ross L., et al. "Randomized Trial Evaluation of the Benefits and Risks of Menopausal Hormone Therapy among Women 50-59 Years of Age." **American Journal of Epidemiology**, vol. 190, n.3, p. 365–375, 1 Feb. 2021.

STUTE, P., Marsden, J., Salih, N., & Cagnacci, A . Reappraising 21 years of the WHI study: Putting the findings in context for clinical practice. **Maturitas**, v.174, p. 8–13, 2023.