

Novas intervenções para melhoria da saúde sexual das mulheres climatéricas: uma Overview

Giovana Arcuri Cavalcanti / Universidade de Pernambuco / giovana.arcuri@upe.br

Iana Dayse Nogueira Gualberto / Universidade de Pernambuco / ianadnogueira@gmail.com

Bianca Vasconcelos de Farias / Universidade de Pernambuco / bianca.farias@upe.br

Girlene Maria Viana Queiroz / Universidade de Pernambuco / girlene.queiroz@upe.br

Carlos Reinaldo Carneiro Marques / Centro Integrado de Saúde Amaury Medeiros da Universidade de Pernambuco / naldomarques@gmail.com

Introdução: O climatério é um processo natural de queda progressiva dos níveis de hormônios sexuais, o que pode levar a perda de libido, menor lubrificação e atrofia urogenital. Diante do cenário, diferentes intervenções vêm sendo discutidas com o intuito de melhorar a qualidade da vida sexual das mulheres no período. **Objetivos:** Avaliar terapias apresentadas na literatura para melhoria da saúde sexual em mulheres menopausadas de acordo com sua eficiência. **Método:** Foi realizada uma revisão tipo Overview. A identificação das revisões foi feita nas bases de dados Medline/Pubmed e LILACS com descritores “sexual health” e “menopause” com o booleano AND no título. Foram excluídos artigos produzidos antes de 2011, indisponíveis gratuitamente e os que não estavam em inglês. Foram encontradas 17 revisões e selecionadas 12. **Aspectos éticos:** O projeto teve aprovação no comitê de ética do hospital sob número CAAE 78307524.8.0000.5191. **Resultados:** Das revisões, duas mostraram que o exercício de fortalecimento do assoalho pélvico melhora sintomas sexuais, sem especificar os parâmetros. Três discutiram a terapia de reposição hormonal, concluindo que o estrogênio auxiliou no orgasmo, dor no intercuro e lubrificação, mas não no desejo sexual e excitação. O androgênio adicionou uma atividade sexual satisfatória por mês, mas tem efeitos pouco conhecidos. Dois artigos demonstraram que a terapia cognitivo-comportamental grupal viu leve redução em problemas sexuais, mas a individual não foi avaliada. A lavanda foi alvo de dois estudos sobre aromaterapia, sem conclusões concretas, apenas com leve melhora. Por fim, três artigos avaliaram os fitoestrogênios: em dois, o Tribulus terrestris melhora a função sexual e aumenta a testosterona sérica, sem efeitos adversos, e o ginseng contribui na excitação, mas o terceiro estudo não viu benefício. **Conclusão:** Não há estudos concretos que avaliem terapias eficientes para a melhoria da saúde sexual na menopausa. Apesar da emergência da testosterona, ainda não há estudos randomizados que avaliem efeitos, contraindicações e vias de aplicação. Portanto, é essencial que mais ensaios comparem as terapias e avaliem efeitos a longo prazo, a fim de obter métodos mais seguros para a mulher climatérica.