



**A TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL: FITOESTROGÊNIO E/OU SINTÉTICO DIMINUI OS SINTOMAS DO CLIMATÉRIO?**

**HORMONE REPLACEMENT THERAPY: PHYTOESTROGEN AND/OR SYNTHETIC DECREASES CLIMACTERIC SYMPTOMS?**

Brenda Vargas<sup>1</sup>, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos<sup>2</sup>, Maria Isabel Morgan Martins<sup>3</sup>

e311046

<https://doi.org/10.47820/recima21.v3i1.1046>

**RESUMO**

O trabalho teve como objetivo comparar as terapias de reposição hormonal sintética com as de fitoestrogênios e suas relações com os sinais e sintomas da menopausa. O método de pesquisa foi através de uma revisão integrativa da literatura científica nacional e internacional. As plataformas de busca foram: Scielo, EbscoHost, Pubmed, Portal Capes e BVS nos últimos 5 anos, no período de abril a maio de 2021, com os descritores em ciências da saúde (DeCS): Menopausa, Reposição hormonal, Fitoestrogênio. A pesquisa inicial resultou em 404 artigos, destes foram selecionados 16 artigos, que responderam ao objetivo proposto. Os resultados mostram que as terapias de reposição hormonal sintética e/ou com fitoestrogênios podem ser administradas para minimizar os sinais e sintomas do climatério. Toda terapia hormonal necessita de uma avaliação prévia do estado geral de saúde, bem como do histórico de doenças familiares. Feito isso, essas são opções de tratamento eficazes para as mulheres passarem por essa fase da vida evitando algumas complicações causadas pela baixa estrogênica.

**PALAVRAS-CHAVE:** Menopausa. Reposição hormonal. Fitoestrogênio

**ABSTRACT**

*The aim of this study was to compare synthetic hormone replacement therapies with phytoestrogens and their relationship with the signs and symptoms of menopause. The research method was through an integrative review of national and international scientific literature. The search platforms were: Scielo, EbscoHost, Pubmed, Portal Capes and VHL in the last 5 years, from April to May 2021, with the descriptors in health sciences (DeCS): Menopause, hormonal replacement, phytoestrogen. The initial search resulted in 404 articles, from which 16 articles were selected, which responded to the proposed objective. The results show that synthetic and/or phytoestrogen hormone replacement therapies can be administered to minimize the signs and symptoms of menopause. All hormonal therapy requires a prior assessment of general health status, as well as a history of family illnesses. That done, these are effective treatment options for women to go through this stage of life, avoiding some complications caused by low estrogen.*

**KEYWORDS:** Menopause. Hormone replacement. Phytoestrogen

**INTRODUÇÃO**

A mulher, durante a vida, passa por três principais ciclos: a puberdade iniciando com a menarca, a fase adulta e o envelhecimento que tem início com o climatério/menopausa. Tanto a puberdade quanto o envelhecimento (climatério/menopausa) são fases caracterizadas por intensas

<sup>1</sup> Universidade Luterana do Brasil (ULBRA)

<sup>2</sup> Bióloga, Professora dos cursos de graduação Biomedicina e Educação Física e do Mestrado em Promoção da Saúde, Desenvolvimento Humano e Sociedade da Universidade Luterana do Brasil/ULBRA. Canoas-RS

<sup>3</sup> Bióloga pela Universidade do Vale do Rio dos Sinos. Profa. Adjunta do Programa de Pós Graduação em Promoção da Saúde e Desenvolvimento Humano e Sociedade na Universidade Luterana do Brasil - ULBRA. Canoas-RS



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL: FITOESTROGÊNIO E/OU SINTÉTICO DIMINUI OS SINTOMAS DO CLIMATÉRIO?  
Brenda Vargas, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos, Maria Isabel Morgan Martins

alterações hormonais, trazendo mudanças bruscas no comportamento e no corpo físico (SELBAC et al., 2018; FERREIRA et al., 2021).

A puberdade caracteriza-se pelo amadurecimento sexual e a vivacidade da juventude, enquanto o climatério/menopausa, entre os 40 e 60 anos, traz consigo sinais e sintomas que são desencadeados pela falência ovariana e redução do estrogênio circulante. Os sintomas desta fase são bem característicos, como: os fogachos, suores noturnos, síndromes geniturinárias, distúrbios de sono, alteração do Sistema Nervoso Central (SNC), problemas cardiovasculares e alteração no metabolismo ósseo (SELBAC et al., 2018; FERREIRA et al., 2021).

O estrogênio deixa de ser secretado, em função da falência ovariana, e, com isso, ocorre a queda drástica dos níveis plasmáticos e antes mesmo da mulher dar-se conta que está no climatério, os sinais já são evidentes. Assim, perceber e conhecer este período, pode trazer para a mulher uma compreensão maior destes sinais fazendo com que ela empodere-se desta fase e mantenha a qualidade de vida (SELBAC et al., 2018; FERREIRA et al., 2021).

A menopausa estabelece um novo ciclo de vida feminino, em que manifesta condições fisiológicas importantes, porém, a menopausa não é uma doença, mas pode desencadear sinais e sintomas. Estes podem estar associados a distúrbios, servindo assim, como prognóstico de risco à saúde da mulher, necessitando de controle e avaliação. Portanto, é necessário conhecer os sinais a fim de tratar. Com acesso à informação à saúde, as mulheres podem vivenciar o envelhecimento com mais saúde (SILVA, 2020).

A expectativa de vida da mulher vem aumentando e associado ao avanço da tecnologia na saúde. Por isso, mais mulheres vivenciam esse período de suas vidas, com isso, aumenta a necessidade de orientação e acompanhamento a fim de promover saúde. É importante destacar que a diminuição estrogênica, leva a diminuição do sistema imune da mulher o que a torna mais suscetível a desenvolver uma série de complicações. Porém o manejo de terapias como a reposição hormonal garante uma melhor experiência nesse período, conseqüentemente melhorando a qualidade de vida (SILVA, 2020).

A terapia de reposição hormonal (TRH) utiliza medicamentos que ajudam a repor os níveis hormônios, podendo ser sintético ou natural. Ambos visam trazer alívio nos sintomas do climatério/menopausa. Na reposição de hormônio sintético é usado estrogênio, progesterona e testosterona. Na reposição natural, com uso de fitoestrogênios utilizam plantas cujo princípio ativo apresenta semelhanças com os hormônios femininos (SPRITZER; REIS, 1998).

Este estudo teve como objetivo comparar as terapias de reposição hormonal sintética com as de fitoestrogênios e suas relações com os sinais e sintomas da menopausa. Assim, será possível responder a seguinte pergunta norteadora: é possível minimizar os sinais e sintomas do climatério utilizando terapias de reposição hormonal?



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL: FITOESTROGÊNIO E/OU SINTÉTICO DIMINUI OS SINTOMAS DO CLIMATÉRIO?  
Brenda Vargas, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos, Maria Isabel Morgan Martins

### METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura científica com utilização de uma abordagem exploratória qualitativa, uma vez que ela contribui para o processo de sistematização e análise dos resultados, visando a compreensão do tema, a partir de outros estudos (SOUZA et al., 2010). A fim de responder à pergunta da pesquisa, foi realizada a busca de artigos na literatura e a sua avaliação crítica. Esta fundamenta-se em seis fases distintas: elaboração da pergunta norteadora; busca ou amostragem na literatura; coleta de dados; análise crítica dos estudos incluídos; discussão dos resultados e apresentação da revisão integrativa. Para este estudo permitiu-se a inclusão de estudos experimentais e não experimentais para uma compreensão mais completa do tema (GALVÃO et al., 2004).

A estratégia de identificação e seleção dos estudos foi a busca de publicações indexadas nas plataformas Scielo, EbscoHost, Pubmed, Portal Capes e BVS publicados nos últimos cinco anos, ou seja, no período de 2017 a 2021. Foram adotados como critérios de inclusão artigos originais e revisão com textos completos disponíveis para análise; publicados nos idiomas português, inglês e espanhol e que contivessem em seus títulos e/ou resumos os seguintes descritores em ciências da saúde (DeCS): Menopausa AND Reposição hormonal, menopausa AND fitoestrogênio e Menopausa AND Sinais e Sintomas AND Reposição hormonal ou Fitoestrogênio. Como critérios de exclusão foram eliminadas publicações de livros, monografias, teses, anais, relatos de eventos científicos.

### RESULTADOS

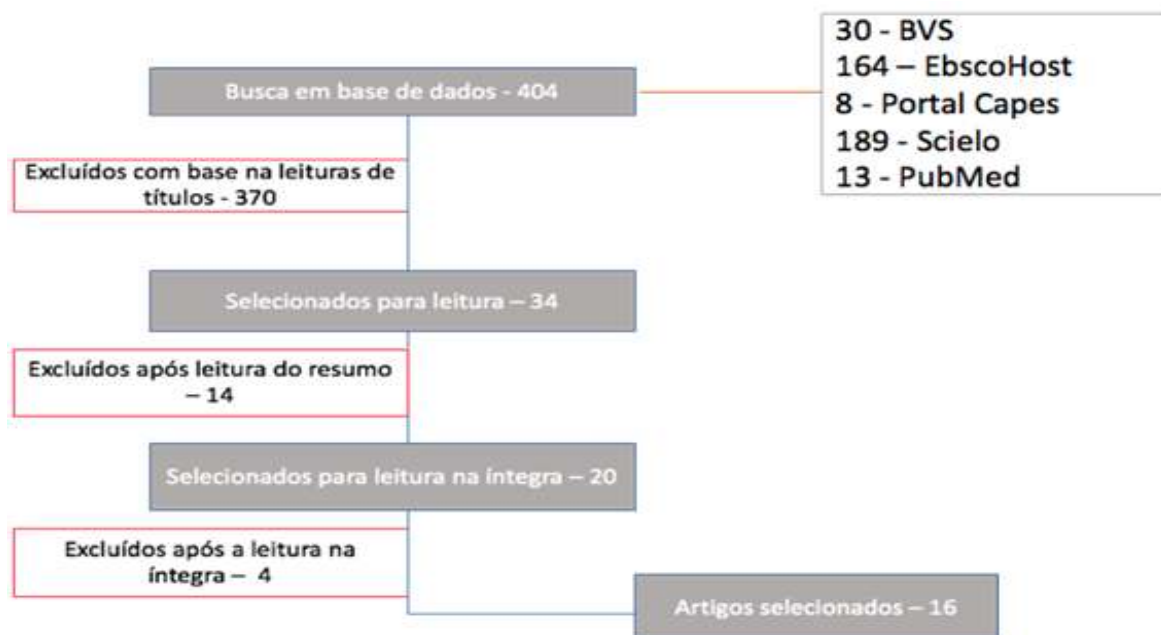
O processo de busca das referências resultou inicialmente, em 404 artigos, após a leitura dos títulos resultaram em 370 artigos, e a partir da leitura dos resumos os 34 artigos foram selecionados. Então procedeu-se à leitura minuciosa de cada artigo, destacando aqueles que responderam ao objetivo proposto, resultando em 16 artigos (Figura 1).



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL: FITOESTROGÊNIO E/OU SINTÉTICO DIMINUI OS SINTOMAS DO CLIMATÉRIO?  
Brenda Vargas, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos, Maria Isabel Morgan Martins

Figura 1: Sínteses dos artigos que atenderam aos critérios de inclusão.



Fonte: Elaborado pelo Autor, 2021

Para a análise e posterior síntese dos artigos que atenderam aos critérios de inclusão, elaborou-se uma planilha informando o título do artigo, autores, ano de publicação, objetivo e conclusão (Quadro 1)



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

A TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL: FITOESTROGÊNIO E/OU SINTÉTICO DIMINUI OS SINTOMAS DO CLIMATÉRIO?  
Brenda Vargas, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos, Maria Isabel Morgan Martins

Quadro 1 - Síntese dos artigos selecionados para este estudo.

TÍTULO	AUTOR (ES) E ANO	OBJETIVO	CONCLUSÃO
Fatores de risco para doenças cardiovasculares (DCV) e ingestão dietética em mulheres climatéricas não usuárias de Terapia de Reposição Hormonal (TRH)	REL, <i>et al.</i> , (2019)	Avaliar os fatores de risco das (DCV) e o consumo alimentar de mulheres climatéricas não usuárias de (TRH).	O estudo demonstrou a importância da prevenção de DCV independentemente do período climatérico e da utilização de TRH.
Impact of central and peripheral estrogen treatment on anxiety and depression phenotypes in a mouse model of postmenopausal obesity.	WAND <i>et al.</i> , (2018)	Comparação do impacto no cérebro contra a ação sistêmica do estrogênio entre a administração subcutânea (SC) e via ICV na ansiedade e fenótipos depressivos em camundongos.	O nível hipotalâmico da proteína do fator neurotrófico derivado do cérebro (proBDNF) tende a diminuir, mas nenhum dos tratamentos com Estradiol o aumentou. Uma vez que este modelo de camundongo exibiu ansiedade e fenótipos depressivos em períodos experimentais relativamente curtos sem manipulações genéticas.
Terapia de reemplazo hormonal combinada con testosterona para el tratamiento del trastorno del deseo sexual hipoactivo en mujeres en climaterio.	ESPITIA-DE-LA-HOZ, (2020)	Avaliar a eficácia e segurança de duas terapias de reposição hormonal, combinadas com testosterona, no tratamento do transtorno do desejo sexual hipoativo em mulheres climatéricas.	A terapia com tibolona associada à testosterona é uma opção de tratamento eficaz no transtorno do desejo sexual hipoativo em mulheres climatéricas.
Trends in Prescribing Menopausal Hormone Therapy and Bisphosphonates in Australia and Manitoba, Canada and Adherence to Recommendations.	USHA <i>et al.</i> , (2020)	O objetivo do estudo era saber se a prescrição de bifosfonatos mudou ao longo do tempo para compensar a redução no uso da terapia hormonal da menopausa (TRH).	Com base nos dados de prescrições as diretrizes mais recentes para o uso do bifosfonatos para osteoporose pós-menopausa, atualizadas durante o período do estudo foram amplamente seguidas em ambos os ambientes.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

A TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL: FITOESTROGÊNIO E/OU SINTÉTICO DIMINUI OS SINTOMAS DO CLIMATÉRIO?  
Brenda Vargas, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos, Maria Isabel Morgan Martins

Medicinal plants used for treatment of menopause-related disorders	SILVA; SIOCHETTA; BERLEZI, 2020	Sistematizar estudos científicos experimentais com modelo animal e humano que utilizaram plantas medicinais no tratamento de sintomas e patologias associadas à menopausa.	As plantas medicinais parecem ser uma alternativa bastante efetiva e que apresenta poucos efeitos colaterais quando comparados à terapia de reposição hormonal. No entanto, mais estudos e ensaios clínicos são necessários para tornar estas ervas medicinais um tratamento complementar.
Androgens in postmenopausal women: a review	SCHIFREN; DAVIS, 2017	Fornecer informações básicas sobre andrógenos endógenos em mulheres, descreve os fatores que afetam as concentrações de andrógenos circulantes e examina a relação entre níveis baixos de andrógenos e problemas sexuais.	Os ensaios clínicos da terapia com andrógenos para o tratamento do transtorno do desejo sexual hipoativo foram bons, com uma discussão dos riscos potenciais. Uma abordagem prática do uso de andrógenos para tratar o baixo desejo sexual associado a angústia.
Evidências contemporâneas sobre o uso da terapia de reposição hormonal	SILVA <i>et al.</i> , 2019	Identificar a aplicabilidade da terapia de reposição hormonal considerando seus benefícios e malefícios.	A reposição é uma terapia eficaz e segura, desde que devidamente acompanhada por um profissional qualificado e dentro dos limites evidenciados pela ciência.
Effect of <i>Foeniculum vulgare</i> Mill. (fennel) on menopausal symptoms in postmenopausal women: a randomized, triple-blind, placebo-controlled trial.	RAHIMIKIAN <i>et al.</i> , 2017	Avaliar a eficácia do <i>Foeniculum vulgare</i> no manejo dos sintomas da menopausa em mulheres na pós-menopausa.	O <i>Foeniculum vulgare</i> é um tratamento eficaz e seguro para reduzir os sintomas da menopausa em mulheres na pós-menopausa sem efeitos colaterais graves.
Effect of fennel vaginal cream on sexual function in postmenopausal women: A double blind randomized controlled trial.	ABEDI <i>et al.</i> , 2018	Avaliar o efeito do funcho sobre a função sexual em mulheres na pós-menopausa.	O creme vaginal de <i>Pimpinella anisum</i> é um meio eficaz de melhorar a atividade sexual em mulheres na pós-menopausa.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR

ISSN 2675-6218

A TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL: FITOESTROGÊNIO E/OU SINTÉTICO DIMINUI OS SINTOMAS DO CLIMATÉRIO?  
Brenda Vargas, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos, Maria Isabel Morgan Martins

Randomized double-blind placebo-controlled trial of the effect of <i>Morus nigra</i> L. (black mulberry) leaf powder on symptoms and quality of life among climacteric women.	COSTA <i>et al.</i> , 2020	Testar a eficácia do pó de folhas de <i>Morus nigra</i> para o tratamento de sintomas do climatério em comparação a TRH e placebo.	Os sintomas climatéricos melhoraram após adm. de 250 mg de pó de folhas MN por 60 dias e são semelhantes aos efeitos do TRH sintética.
Inhibitory effects of <i>Leonurus sibiricus</i> on weight gain after menopause in ovariectomized and high-fat diet-fed mice.	KIM <i>et al.</i> , 2016	Verificar os efeitos inibitórios de <i>Leonurus sibiricus</i> sobre a obesidade após a menopausa.	O tratamento pode regular o metabolismo lipídico por meio do aumento da expressão de lipases em camundongos ovariectomizados.
A neoflavonoid dalsissoal isolated from heartwood of <i>Dalbergia sissoo</i> Roxb. has bone forming effects in mice model for osteoporosis	KUSHWAHA <i>et al.</i> , 2016	Verificar se o dorsiisol apresenta efeitos antiosteoporóticos em modelos de camundongos para osteoporose.	O tratamento apresenta efeitos benéficos na prevenção da perda óssea no modelo animal de osteoporose pós-menopausa.
Estrogenic effects of <i>Ficus umbellata</i> Vahl. (Moraceae) extracts and their ability to alleviate some menopausal symptoms induced by ovariectomy in Wistar rats.	ZINGUE <i>et al.</i> , 2016	Investigar as propriedades semelhantes ao estrogênio dos extratos aquoso e metanólico de <i>Ficus umbellata</i> .	Os extratos de <i>Ficus umbellata</i> tem efeitos semelhantes aos do estrogênio e podem aliviar alguns problemas da menopausa.
Relação entre terapia de reposição hormonal no climatério e o desenvolvimento de neoplasias	SOUZA <i>et al.</i> , 2018	Abordar os riscos e benefícios do uso dessa terapêutica com Estrógeno e Progestágenos	A reposição de Estrógeno e Progestágenos apresentou maior risco de câncer de mama em relação à reposição de Estrógeno Isolado. Porém o uso de progestágenos, mostrou-se maiores benefícios em mulheres com antecedente de endometriose ou câncer de endométrio.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL: FITOESTROGÊNIO E/OU SINTÉTICO DIMINUI OS SINTOMAS DO CLIMATÉRIO?  
Brenda Vargas, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos, Maria Isabel Morgan Martins

Fitoestrogênios como alternativa na terapia de reposição hormonal no climatério	FARIA; OLIVEIRA, 2017	Discutir os benefícios que os fitoestrogênios podem trazer para mulheres no climatério, diante dos efeitos colaterais que o tratamento convencional com hormônios sintéticos pode causar.	Os fitoestrogênios são recomendados como terapia alternativa à reposição hormonal no climatério, porém poucas mulheres reconhecem seus benefícios.
Efeito da isoflavona associada ou não ao probiótico comparado a terapia hormonal nos sintomas urogenitais da menopausa: ensaio clínico randomizado	RIBEIRO, 2019	Avaliar a resposta terapêutica da isoflavona associada ou não ao probiótico e comparar seu efeito à terapia hormonal nos sintomas da síndrome genitourinária da menopausa.	A terapia hormonal foi eficaz para promover melhora dos sintomas urogenitais e da atrofia vaginal em mulheres na pós-menopausa. O uso do probiótico associado à isoflavona foi capaz de aumentar a metabolização das isoflavonas, mas sem promover melhora dos sintomas urogenitais e da atrofia vaginal.

Fonte: Elaborado pelo Autor, 2021.

### DISCUSSÃO

A TRH sintética e com Fitoestrogênios são usados para diminuição dos sinais e sintomas do climatério/menopausa. Eles reduzem a níveis quase imperceptíveis os sinais e sintomas que tanto causam mal-estar decorrente desta fase. A TRH, pode ser indicada, porém é necessário que seja feito uma anamnese da paciente antes de iniciar a terapia, observando sempre se há história de câncer de mama e endométrio (SOUZA, 2018; SILVA, 2019).

A TRH sintética divide opiniões entre especialistas, pois há benefícios e riscos, por isso uma anamnese e análise do histórico familiar são imprescindíveis. Alguns estudos sugerem a verificação da paciente com história familiar de câncer de mama com marcadores BRCA1 ou BRCA2 que são genes suscetíveis ao câncer de mama para prescrever ou não a TRH. Além disso, durante o uso da terapia devem ser realizados exames que avaliam o aumento de D-dímero e Fibrinogênio e entre outros fatores que limitam a utilização da TRH em função do risco aumentado de tromboembolismo. Há diferentes vias de administração como a oral, transdermal, adesivos, e cremes vaginais e injetáveis (SOUZA, 2018; SILVA, 2019).

A TRH com hormônios sintéticos tem por objetivo suprir a falta de hormônios nesse período, podendo ser usada a terapia com estrógenos e/ou associada com progesterona e estradiol isolado (SILVA et al., 2019). Possui influência positiva sobre a prevenção de osteoporose, diminuição das ondas de calor e atrofia vaginal, melhora a libido, aumentando a lubrificação vaginal. Também melhora a depressão e diminui risco de desenvolver Alzheimer, já que o estrogênio estimula as sinapses neuronais. Bem como, pela ação profilática relacionada ao câncer de cólon. Estudos



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL: FITOESTROGÊNIO E/OU SINTÉTICO DIMINUI OS SINTOMAS DO CLIMATÉRIO?  
Brenda Vargas, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos, Maria Isabel Morgan Martins

mostram que o uso de bisfosfonatos são muito eficazes para a osteoporose, bem como, o uso da TRH tem eficácia comprovada para o tratamento da osteoporose demonstrada nos estudos de Silva (2019) e Usha (2020).

O uso de TRH com Tibolona e Testosterona foi efetivo para o aumento do desejo sexual, sendo importante, pois as mulheres estão cada vez mais empoderadas de si e consideram a atividade sexual essencial para suas vidas (ESPITIA-DE-LA-HOZ, 2020). A deficiência de testosterona em mulheres diminui o desejo sexual, assim o uso de testosterona durante a menopausa melhora o desejo sexual (SCHIFREN; DAVIS, 2017).

Os fitoestrogênios, também conhecidos como fitohormônios, são considerados qualquer substância vegetal ou metabólito que induz resposta biológica devido sua similaridade estrutural com o estradiol, exercendo uma atividade estrogênicas. Estes produzem efeitos no tratamento e prevenção dos sinais e sintomas do climatério/menopausa, regulando os níveis de estrogênio no corpo e, com isso, diminuem os sinais e sintomas. São encontrados em diferentes partes das plantas sendo abundante em grãos (arroz, germe de trigo, aveias), frutas (Romã, cereja, maçã, tâmara, uvas), leguminosas (feijão, soja, vagem, ervilha, lentilhas, inhame) e óleos (girassol, amêndoas, linhaça) (SILVA; SIOCHETTA; BERLEZI, 2020).

Existem cinco famílias de plantas com diferentes compostos fenólicos que são considerados fitoestrogênios, e são separados em dois grupos distintos. O primeiro grupo são flavonoides que são metabolizados pela microbiota intestinal e o segundo são o estilbenos e coumestanos que não sofrem metabolização pela microbiota intestinal. Estas isoflavonas são usadas para reduzir os sintomas da menopausa, como os sintomas urogenitais e a atrofia vaginal, promovendo melhora desses sintomas (RIBEIRO, 2018).

Os fitoestrogênios mais utilizados pelas mulheres no climatério/menopausa são os chás, que servem como alternativas ou até mesmo complementares nas terapias para o alívio dos sinais e sintomas. Alguns destes chás são erva-de-são-cristóvão, chá de ginseng, chá de dong quai, camomila, chá de amora, chá verde e Ginkgo biloba. Os fitoestrogênios quando combinados com mudanças de hábitos mais saudáveis como exercícios físicos e alimentação saudável revelam um melhor resultado (SILVA, 2020).

Diante do avanço tecnológico na saúde e alternativas de tratamentos naturais, os fitoestrogênio ganharam destaque por serem utilizados pelas mulheres ocidentais. Uma categoria nova de medicação que garante riscos mínimos à saúde e alívio dos sinais e sintomas do climatério/menopausa, porém são poucas as mulheres que conhecem os fitoestrogênio e os benefícios que o uso oferece na melhora da qualidade de vida (FARIA; OLIVEIRA, 2017).

As espécies de plantas usadas como fitoestrogênios são: *Foeniculum vulgare*, *Pimpinella anisum*, *Morus nigra*, *Leonorus sibiricus*, *Dalbergia sissoo*, *Eucommia ulmoides*, *Psoraleae fructus*, *Savia miltiorrhiza* e *Ficcus umbellata*. Abaixo são descritas algumas características de cada espécie de fitoestrogênios.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL: FITOESTROGÊNIO E/OU SINTÉTICO DIMINUI OS SINTOMAS DO CLIMATÉRIO?  
Brenda Vargas, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos, Maria Isabel Morgan Martins

A *Foeniculum vulgare* administrada em cápsulas gelatinosas mostrou-se muito competente na redução da gravidade dos sintomas da menopausa, como na atrofia vaginal (RAHIMIKIAN et al., 2017). Entende-se que é uma alternativa segura e sem efeitos colaterais. Outra espécie, com resultados semelhantes foi a *Pimpinella anisum* que foi utilizada com creme vaginal para melhorar a função sexual, perda de libido, orgasmo, satisfação sexual, entre outros sintomas, mostrou ser eficiente e melhorando a atividade sexual das mulheres (ABEDI et al., 2018)

As folhas da espécie *Morus nigra* (amora preta), tem ação anti-inflamatória, antioxidante, cicatrizante e adstringente, indica ter uma atividade protetora no fígado e nas nefropatias. Alguns componentes bioativos parecem bons para proteção genética e tratamento organotoxicidade induzida pelo estresse oxidativo. Portanto, o uso do *Morus nigra* é um bom aliado às mulheres na redução de sintomas em geral causados pelo climatério, promovendo nas mulheres uma boa qualidade de vida (COSTA et. al., 2020).

O extrato aquoso de *Leonorus sibiricus* utilizado em camundongos, resultando na redução do peso corporal total, no perfil lipídico e no aumento da expressão gênica da lipase sensível a hormônios e na lipase de triglicerídeos do tecido adiposo. O tratamento mostrou-se eficaz ao regular o metabolismo, diminuindo a obesidade e as dislipidemias decorrentes da baixa estrogênica. Sendo assim, a *L. sibiricus* é uma ótima alternativa para mulheres climatéricas (KIM et al., 2016).

Um estudo realizado para avaliar o tratamento para osteoporose com a espécie de planta *Dalbergia sissoo*, mostrou que a espécie tem uma ação anabólica que melhora a propriedade estrutural do osso. Esta promove nova formação de osso e sem apresentar hiperplasia uterina, sendo benéfica na prevenção da perda óssea segundo Kushwaha et al. (2016). Outras três espécies, *Eucommia ulmoides*, *Psoraleae fructus* e *Savia miltiorrhiza* foram utilizadas em um estudo na China. O tratamento aumentou o peso da parede uterina, o epitélio glandular e endometrial, o osso trabecular melhorou e a densidade total, diminuindo a osteoporose. Outro efeito foi a melhoria nos níveis lipídicos plasmáticos, tendo efeitos benéficos na redução das dislipidemias (ZHANG et al., 2016).

Para o efeito de diminuição na frequência de calorões ou fogachos, foi administrado a espécie *Ficcus umbellata*, que apresentou resultados positivos, além do efeito sobre o aumento na espessura do epitélio uterino (ZINGUE et al., 2016).

Os fitoestrogênios possuem a vantagem de se inserirem na alimentação diária, pois são encontrados em frutas, folhas, vegetais e grãos. Sendo uma alternativa bem efetiva, de baixo custo e com poucos efeitos colaterais comparando a TRH sintética (SILVA; SIOCHETTA; BERLEZI, 2020).

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

A terapia de reposição hormonal sintética e/ou fitoestrógenos são alternativas a fim de minimizar os sinais e sintomas do climatério. Estas são opções de tratamento eficazes para as



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL: FITOESTROGÊNIO E/OU SINTÉTICO DIMINUI OS SINTOMAS DO CLIMATÉRIO?  
Brenda Vargas, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos, Maria Isabel Morgan Martins

mulheres passarem por essa fase da vida evitando algumas complicações causadas pela baixa estrogênica.

Toda terapia complementar necessita de uma avaliação prévia do estado geral de saúde, bem como do histórico de doenças familiares. A TRH sintética pode induzir ao surgimento de complicações como o câncer, por isso é necessário um cuidado redobrado para essa suplementação.

A TRH com fitoestrógenos apresentam muitos efeitos positivos e podem ser encontrados na alimentação, o que se torna em uma vantagem. Portanto, acredita-se que a melhor alternativa, a fim de diminuir os sinais e sintomas do climatério é estar atenta à idade em que os sinais e sintomas iniciam.

### REFERÊNCIAS

ABEDI, P. *et al.* Effect of fennel vaginal cream on sexual function in postmenopausal women: a double blind randomized controlled trial. **J. Med. Life**. Romenia, v. 11, n. 1, jan./mar. 2018. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5909942/>. Acesso em: 16 dez. 2021.

COSTA, J. P. L. *et al.* Randomized double-blind placebo-controlled trial of the effect of *Morus nigra* L. (black mulberry) leaf powder on symptoms and quality of life among climacteric women. **International Journal of Gynecology & Obstetrics**, São Paulo, v. 148, n. 2, 2019. Disponível em: <https://obgyn.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/ijgo.13057>. Acesso em: 16 dez. 2021.

ESPITIA-DE-LA-HOZ, F. J. Terapia de reemplazo hormonal combinada con testosterona para el tratamiento del trastorno del deseo sexual hipoactivo en mujeres en climaterio. **Arch Med.**, Manizales, v. 20, n. 1, 2020. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1053232>. Acesso em: 16 dez. 2021.

FARIA, C. P. F. OLIVEIRA, F. Q. Fitoestrogênios como alternativa na terapia de reposição hormonal no climatério. **Revista Brasileira de Ciências da vida**, v. 5, n. 1, 2017. Disponível em: <http://jornalold.faculdadecienciasda vida.com.br/index.php/RBCV/article/view/528>. Acesso em: 16 dez. 2021.

FERREIRA, W. C. *et al.* Terapia de Reposição hormonal bioidêntica: eficaz e segura?. *In: Congresso Internacional em Saúde*, n. 8, july. 2021. Disponível em: <https://publicacoeseventos.unijui.edu.br/>. Acesso em: 16 dez. 2021.

KIM, J. *et al.* Inhibitory effects of Leonurus sibiricus on weight gain after menopause in ovariectomized and high-fat diet-fed mice. **J. Nat. Med.**, Tokyo, v. 70, n. 3, july. 2016. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11418-016-0971-7>. Acesso em: 16 dez. 2021.

KUSHWAHA, P. *et al.* A neoflavonoid dalsissoal isolated from heartwood of dalbergia sissoo roxb. has bone forming effects in mice model for osteoporosis. **Eur. J. Pharmacol.**, Amsterdam, v. 788, oct. 2016. Disponível em: <https://europepmc.org/article/med/24803361>. Acesso em: 16 dez. 2021.

RAHIMIKIAN, F. *et al.* Effect of Foeniculum vulgare Mill. (fennel) on menopausal symptoms in postmenopausal women: a randomized, triple-blind, placebo-controlled trial. **Menopause**. New York, v. 24, n. 9, sept. 2017. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/316992862\\_Effect\\_of\\_Foeniculum\\_vulgare\\_Mill\\_fennel\\_on\\_menopausal\\_symptoms\\_in\\_postmenopausal\\_women\\_a\\_randomized\\_triple-blind\\_placebo-controlled\\_trial](https://www.researchgate.net/publication/316992862_Effect_of_Foeniculum_vulgare_Mill_fennel_on_menopausal_symptoms_in_postmenopausal_women_a_randomized_triple-blind_placebo-controlled_trial). Acesso em: 16 dez. 2021.



## RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR ISSN 2675-6218

A TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL: FITOESTROGÊNIO E/OU SINTÉTICO DIMINUI OS SINTOMAS DO CLIMATÉRIO?  
Brenda Vargas, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos, Maria Isabel Morgan Martins

REL, B. A. R. *et al.* Fatores de risco para doenças cardiovasculares e ingestão dietética em mulheres climatéricas não usuárias de Terapia de Reposição Hormonal (TRH). **Rev. Inst Adolfo Lutz**, São Paulo, v. 78, 2019. Disponível em:

<https://periodicos.saude.sp.gov.br/index.php/RIAL/article/view/35862>. Acesso em: 16 dez. 2021.

RIBEIRO, E. **Efeito da isoflavona associada ou não ao probiótico comparado a terapia hormonal nos sintomas urogenitais da menopausa**: ensaio clínico randomizado. 2019.

Dissertação (Mestrado) - Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Ciências Médicas, Campinas, 2019. Disponível em:

[https://bdtd.ibict.br/vufind/Record/CAMP\\_16e3d2e4cebcc0a6cdc423c1c8a42b](https://bdtd.ibict.br/vufind/Record/CAMP_16e3d2e4cebcc0a6cdc423c1c8a42b). Acesso em: 16 dez. 2021.

SELBAC, M. T. *et al.* Mudanças comportamentais e fisiológicas determinadas pelo ciclo biológico feminino – climatério a menopausa. **Revista Aletheia**, Canoas, v. 51, n.1-2, dez. 2018. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/aletheia/v51n1-2/v51n1-2a16.pdf>. Acesso em: 16 dez. 2021.

SILVA, B.; SIOCHETTA, T. M.; BERLEZI, E. M. Medicinal plants used for treatment of menopause-related disorders. **rev. Ciências Médicas e Biológicas**, Salvador, v. 19, n. 1, jan./abr. 2020.

Disponível em:

[https://repositorio.ufrn.br/bitstream/123456789/33354/1/UsoDePlantas\\_Pacheco\\_2021.pdf](https://repositorio.ufrn.br/bitstream/123456789/33354/1/UsoDePlantas_Pacheco_2021.pdf). Acesso em: 16 dez. 2021.

SILVA, M. M. *et al.* Contemporary evidence on the use of hormonal replacement therapy. **BJHR Brazilian Journal of Health Review**, v. 2, n. 2, 2019. Disponível em:

<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/1269>. Acesso em: 16 dez. 2021.

SILVEIRA, A. L. R. *et al.* Evaluation of the knowledge level about hormonal replacement therapy in the climate of women assisted in an outpatient clinic of a private faculty in Minas Gerais. **rev. Interdisciplinar Ciências Médicas**, v. 4, n. 2, 2020. Disponível em:

<http://revista.fcmmg.br/ojs/index.php/ricm/article/view/424>. Acesso em: 16 dez. 2021.

SOUZA, M. T. *et al.* Revisão integrativa: O que é e como Fazer. **Einstein**, São Paulo, v. 8, n. 2, jan. 2010. Disponível em:

<https://www.scielo.br/eins/a/ZQTBkVJZqcWrTT34cXLjtBx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 16 dez. 2021.

SOUZA, N. R. R. *et al.* Correlation Between hormonal replacement therapy in the menopause and the development of neoplasms. **BJSCR.**, v. 25, n. 2, dez. 2018. Disponível em:

[https://www.mastereditora.com.br/periodico/20190103\\_213618.pdf](https://www.mastereditora.com.br/periodico/20190103_213618.pdf). Acesso em: 16 dez. 2021.

SPRITZER, P. M.; REIS, F. M. Reposição hormonal no climatério: princípios terapêuticos embasados em evidências. **Reprod Clim.**, v. 13, n. 1, 1998. Disponível em:

<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-216532>. Acesso em: 16 dez. 2021.

USHA, S. *et al.* Trends in Prescribing Menopausal Hormone Therapy and Bisphosphonates in Australia and Manitoba, Canada and Adherence to Recommendations. **J Womens Health (Larchmt)**, v. 29, n. 2, fev. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31895627/>. Acesso em: 16 dez. 2021.

WADA, T. *et al.* Impact of central and peripheral estrogen treatment on anxiety and depression phenotypes in a mouse model of postmenopausal obesity. **PLoS One.**, Japão, v. 13, n. 12, 2018.

Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30589890/>. Acesso em: 16 dez. 2021.

ZINGUE, S. *et al.* Estrogenic effects of *Ficus umbellata* Vahl. (Moraceae) extracts and their ability to alleviate some menopausal symptoms induced by ovariectomy in Wistar rats. **J. Ethnopharmacol.**



**RECIMA21 - REVISTA CIENTÍFICA MULTIDISCIPLINAR**  
**ISSN 2675-6218**

A TERAPIA DE REPOSIÇÃO HORMONAL: FITOESTROGÊNIO E/OU SINTÉTICO DIMINUI OS SINTOMAS DO CLIMATÉRIO?  
Brenda Vargas, Ana Maria Pujol Vieira dos Santos, Maria Isabel Morgan Martins

Limerick, v. 179, feb. 2016. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26771069/>. Acesso em: 16 dez. 2021.