

Pós-menopausa: o que muda no corpo da mulher e como manter uma vida sexual saudável nesse período

DA REDAÇÃO

A sexualidade na meia-idade ainda é permeada por tabus e preconceitos. Independentemente da faixa etária, ter uma vida sexual ativa é sinônimo de saúde e bem-estar para o

corpo e mente. Mas, com o passar dos anos, as transformações do nosso corpo podem intervir no aspecto sexual.

O ginecologista, Luciano de Melo Pompei, explica que a perda de hormônios pode levar a mudanças no corpo e no desejo sexual. "Isso acontece porque a queda dos níveis de estrogênio na menopausa pode fazer com que as mulheres tenham fogachos e suores noturnos, atrapalhando o sono e diminuindo o interesse pelo sexo. E esse déficit hormonal também pode causar secura vaginal, tornando

a relação sexual desconfortável", pontua.

Segundo o especialista, a condição chamada atrofia vaginal resulta em tecidos mais finos e ressecados, que são mais facilmente irritados e machucados. Embora comum, a condição ainda gera muitas dúvidas por ser subdiagnosticada. "A produção mais lenta de lubrificação na vagina quando a mulher está excitada pode significar que haverá dor e desconforto durante o sexo com penetração. Mas isso não quer dizer que você não pode ter intimidade com seu parceiro.

Reprodução Unsplash



A secura vaginal pode ser minimizada pontualmente com ajuda de lubrificantes solúveis em água e hidratantes vaginais. Há também possibilidades terapêuticas hormonais capazes de tratar essa condição de forma eficaz e confortável".

O médico reforça que a falta de informação sobre os sintomas da pós-menopausa, como a atrofia vaginal, faz com que a mulher não se atente aos sinais e aceite o desconforto como se fosse parte de um processo de envelhecimento. "Essa percepção de que os sintomas desse período da vida da mulher não podem ser controlados, impede que ela busque uma solução para esses desconfortos. Já existem alguns tratamentos hormonais que atuam no foco do problema, de forma assertiva e com aplicação no local. A mulher madura não precisa conviver com essa condição. Por isso, é tão importante que ela converse sobre as mudanças do seu corpo com seu médico de confiança", finaliza o ginecologista.

PLANTÃO FARMACÊUTICO

CLAUDIAFARMA
DROGACENTER

Loterias



Acumulou - Concurso 2406

08 12 29 43 54 60



Acumulou - Concurso 5650

04 15 44 52 62



Acumulou - Concurso 2270

1ª SORTEIO
01 09 23 32 36 47

2ª SORTEIO
03 06 14 28 30 31



Acumulou - Concurs 1685

09 29 30 34 41 46 61



Acumulou - Concurso 2210

01 18 23 33 34 44 48

54 61 63 64 72 73 78

79 87 88 90 97 99



Dia: 06/09

CARLOS HINOUE
FRANK NOVAIS DE MORAIS
JOCELINE A. LOPES
KLEBER URAHAMA
SUELI APARECIDA D. DOS SANTOS
TEREZINHA SCARPIN ALVES

Dia: 07/09

ANA PAULA SCARPANTI
ANA SCALABRINI DE SOUZA
CARLOS EDUARDO BARBOSA
MEIRELLES
LUCIANA AP. BEZERRA BARBOSA
MARCIA SAYURI FUKUDA KANEZAWA
MARILENA GALETI DE OLIVEIRA
NAIR DE FATIMA FAVARO KASHIURA

DATAS COMEMORATIVAS



Dia do Alfaiate
Dia da Oficialização
da Letra do Hino
Nacional



Dia da
Independência do
Brasil (1822)