



Título:	<b>O IMPACTO DA MENOPAUSA NA FUNÇÃO COGNITIVA: uma revisão da literatura sobre a relação entre a deficiência hormonal e a perda de memória</b>		
Autores:	Julia Limberger Winter Sophia Scholz Boelter Luiza de Mello Konzen Isabela Succolotti Roeber Larissa de Souza Piardi Paula Valentina Immig Antônia Giaretta Kipper Isadora Piuco Bittencourt Gabriela Jacques Hoss		
Área	<input type="checkbox"/> Humanas <input type="checkbox"/> Sociais Aplicadas <input checked="" type="checkbox"/> Biológicas e da Saúde <input type="checkbox"/> Exatas, da Terra e Engenharias	Dimensão:	<input type="checkbox"/> Ensino <input type="checkbox"/> Pesquisa <input checked="" type="checkbox"/> Extensão <input type="checkbox"/> Inovação
<b>Resumo:</b>			
<p><b>Introdução:</b> A menopausa é um processo fisiológico caracterizado pela interrupção permanente da menstruação decorrente da falência ovariana, marca o fim da fase reprodutiva da mulher. Está associada à queda significativa dos níveis de estrogênio, fundamental para diversas funções do organismo feminino. A deficiência hormonal relaciona-se não apenas a sintomas vasomotores e alterações metabólicas, mas também a repercussões no sistema nervoso central, entre as quais se destacam prejuízos na memória e no desempenho cognitivo. Estudos apontam que a diminuição do estrogênio pode impactar a plasticidade neuronal, a função sináptica e a atividade de áreas cerebrais ligadas ao aprendizado e à memória, contribuindo para o declínio cognitivo em graus variáveis.</p> <p><b>Objetivo:</b> Compreender o impacto da menopausa na perda de memória entre as mulheres.</p> <p><b>Metodologia:</b> Revisão qualitativa da literatura, sendo selecionados estudos em português e inglês, publicados entre 2024 e agosto de 2025, resultando em 110 obras. Utilizaram-se os seguintes Descritores em Ciências da Saúde: <i>Menopause; Cognitive Function; Cognitive Decline; Memory</i>, associados aos operadores booleanos “AND” e “OR”. Excluíram-se trabalhos em outro idioma, pagos e publicados há mais de 1 ano, totalizando 7 trabalhos analisados.</p> <p><b>Resultados:</b> A menopausa pode impactar a função cognitiva, aumentando o risco de declínio e prejuízos de memória. A terapia hormonal da menopausa (THM), no entanto, apresenta efeitos complexos, dependendo do tempo de uso, tipo de terapia e tempo de início. O estudo KEEPS Continuation (terapia hormonal de curto prazo, durante 4 anos, em pós-menopausa inicial e mulheres com baixo risco cardiovascular) não demonstrou efeitos cognitivos duradouros, tanto benéficos quanto prejudiciais. O resultado contrasta com o estudo WHIMS, que associou THM iniciada em mulheres mais velhas (&gt;65 anos) a maior risco de comprometimento cognitivo e demência. A diretriz NICE não recomenda a THM para prevenção de demência, uma vez que a terapia combinada com estrogênio e</p>			



progesterona pode aumentar o risco cardiovascular em mulheres acima de 65 anos, enquanto a terapia apenas com estrogênio não demonstra o mesmo efeito. Para portadoras de BRCA1/2 pós-ooforectomia de redução de risco, a THM compensou efeito adverso na aprendizagem verbal, podendo mitigar alterações cognitivas e comportamentais (Mild Behavioral Impairment - MBI). Intervenções, como a restrição calórica e o exercício, podem melhorar a atenção complexa em pós-menopáusicas com sobrepeso e limitações funcionais. O biofeedback de variabilidade da frequência cardíaca, por meio da respiração ritmada, demonstrou melhorias na função cognitiva percebida, além de aliviar a ansiedade e os problemas de sono que podem agravar os sintomas cognitivos. A carga total de sintomas menopáusicos associa-se a pior função cognitiva e mais MBI desde a meia-idade. Tais achados sublinham a importância de abordagens personalizadas, considerando timing e tipo de intervenção para manejo da menopausa e risco de declínio cognitivo. **Conclusão:** Apesar da THM não demonstrar claramente efeitos sob a cognição, medidas como atividade física e restrição calórica parecem gerar benefícios na cognição e memória. Este cenário complexo reitera a necessidade de abordagens personalizadas e de mais pesquisas para desvendar os mecanismos subjacentes e otimizar as estratégias de manejo dos sintomas da menopausa e seus impactos a longo prazo na cognição e no bem-estar da mulher.

**Link do Vídeo:**

[https://drive.google.com/file/d/1EEwsIWb7PPvG-IjEEEKtmeOr3-yXiORh/view?usp=driv\\_e\\_link](https://drive.google.com/file/d/1EEwsIWb7PPvG-IjEEEKtmeOr3-yXiORh/view?usp=driv_e_link)