

# Amenorreia

## 1. O que é um ciclo menstrual normal?

Um ciclo menstrual é contado desde o primeiro dia de hemorragia de um período menstrual até ao primeiro dia do ciclo seguinte. A maioria das mulheres têm um ciclo menstrual que dura entre 21 e 35 dias. Oligomenorreia refere-se a intervalo entre os ciclos menstruais superior a 45 dias e deve ser estudada a causa.

## 2. O que é amenorreia?

A amenorreia é a ausência de menstruação e pode ser classificada como primária ou secundária.

Amenorreia primária é a ausência de menstruação aos 15 anos de idade em jovens com crescimento e características sexuais secundárias normais.

Amenorreia secundária consiste na ausência de menstruação por  $\geq 3$  meses se previamente com ciclos regulares ou  $\geq 6$  meses se ciclos irregulares.

## 3. O que causa amenorreia primária?

Os distúrbios que causam amenorreia primária são relativamente raros, entre eles:

- Doenças genéticas (ex. Síndrome de Turner)
- Defeitos anatómicos que bloqueiam o fluxo de sangue menstrual



#### 4. O que causa amenorreia secundária?

As causas fisiológicas de amenorreia incluem: gestação, amamentação e menopausa.

De entre as causas patológicas as mais comuns são:

- Síndrome do ovário poliquístico
- Amenorreia hipotalâmica funcional
- Distúrbios endócrinos
- Medicamentos
- Menopausa precoce

A Gestação é a causa mais comum de amenorreia em mulheres em idade reprodutiva e deve ser excluída com um teste de gravidez.

A Síndrome do Ovário Poliquístico está presente em 7-10% das mulheres em idade fértil. Caracteriza-se por amenorreia ou oligomenorreia, ovários poliquísticos e sinais de hiperandrogenismo (acne, seborreia, calvície). Geralmente ocorre em adolescentes com excesso de peso e está associada a um maior risco para diabetes mellitus e doença cardiovascular. O tratamento consiste em medidas de estilo de vida e contraceptivos orais.

A Amenorreia hipotalâmica funcional pode ser decorrente de atividade física excessiva e distúrbios alimentares. Primariamente observado em atletas, ocorre em jovens com perda acentuada de peso. Mulheres com índice de massa corporal  $<18,5\text{kg/m}^2$  devem ser instruídas a aumentar a ingestão calórica e reduzir o exercício para aumentar o seu peso corporal.

Distúrbios endócrinos:



Tanto o hipertiroidismo como o hipotiroidismo podem associar-se a amenorreia pelo que deve ser avaliada a função tiroideia. O aumento da prolactina sérica também causa amenorreia e pode dever-se a tumor na hipófise, mas a causa mais comum é medicamentosa. O tratamento vai depender da causa específica.

Medicamentos: As mulheres sob contraceptivo oral combinado têm tipicamente hemorragia de privação nos intervalos da toma. A contraceção com progestativo isolado (ex. minipílula) mais frequentemente leva a amenorreia, sendo um efeito esperado desta medicação. Antidepressivos e antipsicóticos podem elevar a prolactina, que estimula os seios a produzirem leite e pode causar amenorreia. Regra geral, se o medicamento for suspenso, as menstruações regressam.

Insuficiência ovárica prematura (Menopausa precoce) é definida como amenorreia persistente com níveis baixos de estrogénio antes dos 40 anos de idade e esta condição afeta 1-5% das mulheres. O tratamento hormonal é recomendado para alívio dos sintomas vasomotores, genitourinários e prevenção de osteoporose.

## **5. Quem deve procurar um médico?**

Todas as jovens que não estejam a fazer contraceção hormonal devem ser avaliadas se ausência de menstruação por um período superior a 3 meses sem causa aparente.



Os achados a seguir associados a amenorreia devem ser considerados sinais de alerta:

- Secreção leitosa mamilar espontânea
- Alterações da visão + Dores de cabeça
- Virilização (excesso de pelos faciais e corporais, calvície, voz grave)
- Alteração significativa no peso corporal
- Sintomas menopáusicos (afrontamentos, suores noturnos, secura vaginal)
- Infertilidade

### **Sabia que...**

- A perda acentuada de peso em jovens magras pode provocar ausência de menstruação?
- 1-5% das mulheres vai sofrer de Menopausa Precoce?

