



CUIDADOS MULTIDISCIPLINARES NA MENOPAUSA: INTEGRAÇÃO DE MEDICINA, ODONTOLOGIA, FISIOTERAPIA E ENFERMAGEM PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

SABRINA LORRANNY RAPOSO NASCIMENTO; LIGIDA MARIA GOMES RAPOSO;
RAFAEL MENDES DA SILVA; MARIA EUGÊNIA RAPOSO GALVÃO; MARIA DENIZE
RAPOSO SIQUEIRA

INTRODUÇÃO: A menopausa é uma fase desafiadora para as mulheres, trazendo questões físicas e emocionais. Surge, então, o cuidado multidisciplinar como uma abordagem inclusiva que envolve profissionais de diversas áreas de saúde. Essa estratégia busca oferecer suporte completo e personalizado, considerando aspectos físicos, emocionais e sociais. A colaboração entre médicos especializados, enfermeiros, cirurgiões-dentistas e fisioterapeutas permite uma avaliação holística, resultando em planos de tratamento individualizados. Esse enfoque integrado promove uma melhor qualidade de vida e bem-estar durante essa transição significativa na vida das mulheres.

OBJETIVOS: Analisar os benefícios dos cuidados multidisciplinares na menopausa, com foco na integração das áreas de Medicina, Odontologia, Fisioterapia e Enfermagem, e seus efeitos positivos na qualidade de vida das mulheres.

METODOLOGIA: Realizou-se uma revisão bibliográfica sistemática, incluindo estudos e artigos científicos relevantes sobre cuidados multidisciplinares na menopausa. Foram utilizadas pesquisas que abordavam terapia hormonal, cuidados odontológicos, programas de exercícios físicos e acompanhamento médico especializado.

RESULTADOS: A abordagem multidisciplinar para a menopausa pode trazer diversos benefícios, entre elas destacam-se a terapia hormonal, reduzindo efetivamente os sintomas vasomotores e melhorando a qualidade do sono, além de diminuir a probabilidade de osteoporose. O atendimento odontológico adequado surge na prevenção das doenças periodontais e contribuindo na manutenção da saúde bucal, o que, por sua vez, evita complicações sistêmicas. Exercícios personalizados fornecidos por meio de fisioterapia ajuda a fortalecer os músculos, melhora a postura e alivia dores musculares e nas articulações. Ao integrar as diversas disciplinas e efetivar o cuidado multidisciplinar, pode-se adotar uma abordagem holística, que leva em consideração tanto os aspectos físicos quanto os emocionais, promovendo uma transição mais suave para a menopausa e uma qualidade de vida aprimorada.

CONCLUSÃO: Uma abordagem completa de cuidados é necessária para que as mulheres tenham uma menopausa serena e um envelhecimento robusto. Terapia hormonal adequada, prevenção de problemas bucais, atividade física regular e acompanhamento atento podem ajudar as mulheres a navegar na menopausa com uma mentalidade mais otimista e equilibrada. Incentivar e implementar essa abordagem garante que todas as mulheres recebam os cuidados necessários para uma menopausa saudável e uma vida adulta satisfatória.

Palavras-chave: Menopausa, Cuidados multidisciplinares, Qualidade de vida, Terapia

hormonal, Saúde.