



Full length article

A study evaluating quality of life and factors affecting it before, during and after menopause

Hayley A. Hutchings^{*,1}, Nia Taylor, Anagha Remesh, James Rafferty

School of Medicine, Faculty of Medicine, Health and Life Science, Swansea University, Swansea University, Singleton Park, SA2 8PP, Wales

A maioria das mulheres passa mais de um terço da vida na pós-menopausa. A duração da menopausa pode ser influenciada por fatores de estilo de vida, como idade, raça, etnia e tabagismo. A qualidade de vida (QV) é definida como “a percepção de um indivíduo sobre sua posição na vida no contexto do conjunto e dos sistemas de valores em que vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. Os sintomas mais comuns da menopausa foram problemas de memória/falta de concentração, dificuldade para dormir, mau humor, ansiedade e dor/rigidez articular. Embora atualmente haja uma tendência de melhora na QV após a menopausa, isso não foi significativo quando outros fatores foram considerados. Neste trabalho, foi identificado que o excesso de peso e sintomas da menopausa tiveram um forte impacto negativo na QV. Por outro lado, os exercícios, como era de se esperar, tiveram um efeito positivo.

Porcentagem de sintomas da menopausa

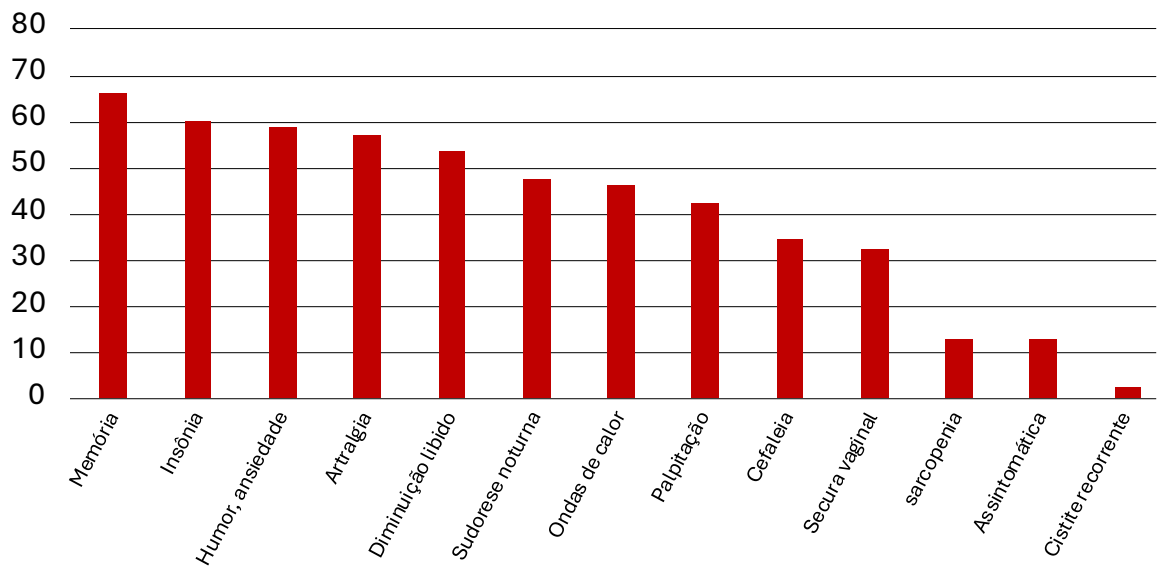


Figura 1. Sintomas da menopausa são agregados em 4 categorias: Sintomas vasomotores (suores noturnos, ondas de calor), Sintomas psicossociais (mau humor/ansiedade, problemas de memória), Sintomas físicos (dificuldade para dormir, dores de cabeça, dores nas articulações, redução da massa muscular, palpitações, infecções recorrentes do trato urinário) e Sintomas sexuais: secura/desconforto vaginal, diminuição da libido.