

## Revisão de Temas

### PD-072 - (UM19-5073) - CIMICIFUMA NO TRATAMENTO DOS SINTOMAS DA MENOPAUSA - UMA REVISÃO BASEADA NA EVIDÊNCIA

Francisco Ferreira E Silva<sup>1</sup>; Cristiana Antunes<sup>1</sup>; Catarina Avillez<sup>1</sup>; Filipe Bacalhau<sup>1</sup>; Andreia Alves De Castro<sup>1</sup>

#### 1 - USF Amora Saudável

**Introdução e objetivo:** A menopausa, diagnosticada após 12 meses de amenorreia, pode ser um período bastante disruptivo para uma mulher. O climatério ou a perimenopausa é caracterizada pela falência ovárica e alterações hormonais que podem levar a sintomas como afrontamentos, suores noturnos, secura e atrofia vaginal. Mulheres na pós-menopausa têm também risco aumentado de desenvolver osteoporose. Intervenções que diminuam a severidade e a frequência dos sintomas da menopausa melhoram o bem-estar e qualidade de vida destas mulheres. A terapia hormonal de substituição (THS) tem demonstrado ser eficaz em diminuir a frequência destes sintomas, porém, tem potenciais efeitos adversos associados, como o aumento do risco de desenvolvimento de cancro da mama e de eventos cardiovasculares. Vários estudos têm sido realizados com o objetivo de comprovar a eficácia dos tratamentos não hormonais. Apesar destes serem menos eficazes que a THS, têm sido amplamente usados pelo menor risco de efeitos adversos associados ao seu uso. O objectivo deste trabalho é determinar qual é a evidência da Cimicifuga (“black cohosh”) no tratamento dos sintomas associados à menopausa.

**Metodologia:** Foram utilizados os motores de busca da PUBMED, *Cochrane Library*, *TRIP Database*, *DARE*, *Nacional Guidelines ClearingHouse*, *Canadian Medical Association Practice Guidelines InfoBase*, *NICE Evidence Search* e *Bandolier* para pesquisa de normas de orientação clínicas (NOC), meta-análises (MA), revisões sistemáticas (RS) e ensaios clínicos aleatorizados e controlados (ECAC). Foram selecionados os artigos de língua inglesa, portuguesa ou espanhola, publicados entre Janeiro de 2009 e Janeiro de 2019, utilizando os termos MeSH “*cimicifuga*” e “*menopause*”. Para atribuição dos níveis de evidência e força de recomendação foi utilizada a *Strength of Recommendation Taxonomy* (SORT).

**Resultados:** A pesquisa efetuada resultou na identificação de 280 artigos tendo sido excluídos 64 por serem repetidos e 176 por não se encontrarem no âmbito da revisão. Dos 40 incluídos, após leitura integral dos artigos, foram excluídos 23 e consideram-se 3 NOC, 2 MA, 7 RS, 4 ECAC e 1 estudo observacional. A cimicifuga mostrou, na maioria dos estudos, ser eficaz e segura na diminuição dos sintomas associados à menopausa, mas não mostrou superioridade quando comparado com estrogénio combinado com progesterona. No entanto, a cimicifuga apresenta menor risco de desenvolvimento de cancro da mama e eventos cardiovascular do que os estrogénios, pelo que parece ser uma opção válida em mulheres com contra-indicação para a THS.

**Discussão:** A cimicifuga apresenta uma eficácia superior ao placebo e inferior ao estrogénio associado à progesterona no alívio de sintomas pós-menopausa, pelo que parece ser uma opção válida em mulheres com contra-indicação para a THS. Contudo, existe uma grande heterogeneidade nos estudos realizados com extratos, espécies de plantas e doses diferentes, múltiplas escalas de sintomas utilizadas e populações não homogéneas. Esta heterogeneidade compromete a obtenção de conclusões pelo que se sugere a realização de estudos mais robustos. Por este motivo, atribui-se força de recomendação B.