



IV CONGRESSO INTERNACIONAL DE NUTROLOGIA

Revisão da associação entre terapia hormonal sistêmica na menopausa e mudanças de peso e composição corporal

Hideki Uebo Uehara ¹; Fernanda Laranjeira Mendonça ²; Karoliny Cristina França Gomes ¹; Maria Clara Fernandes de Almeida Hellenbrandt ¹; Tatiane de Oliveira Menegocci ²; Tiago Rocha Dias ¹; Diogo Toledo ¹; Guilherme Giorelli ^{1 2}; Alessandra Bedin Pochini ^{1 2}

1- Einstein Hospital Israelita - São Paulo/SP, 2- Nutrology Academy – Rio de Janeiro/RJ

RESUMO

A terapia hormonal da menopausa (THM) foi avaliada quanto ao impacto no peso e na composição corporal em mulheres na pós-menopausa, por meio de revisão sistemática (2020–2025) com 27 estudos incluídos (n=951). Não houve associação entre THM e ganho ou perda de peso clinicamente relevantes, nem alteração na massa magra. Diferenças observadas restringiram-se à massa de gordura corporal, com efeito dependente da idade: maior ganho antes dos 60 anos e menor ganho após os 60 anos entre usuárias. De forma geral, a THM não demonstrou impacto consistente sobre peso corporal ou massa magra.

Palavras-Chave: Pós-menopausa, massa de gordura corporal, massa magra, densitometria por DXA, envelhecimento feminino

Introdução

A terapia hormonal sistêmica da menopausa (THM) é frequentemente associada a preocupações quanto ao ganho de peso e a alterações da composição corporal. Diante da evidência longitudinal limitada sobre esses desfechos, este estudo avaliou a associação entre o uso de THM e variações de peso corporal e composição corporal em mulheres na pós-menopausa.

Métodos

Revisão sistemática no PubMed/MEDLINE incluindo estudos publicados entre dezembro de 2020 e

dezembro de 2025 que avaliaram peso corporal e/ou composição corporal em usuárias de THM. Ensaios clínicos randomizados e estudos longitudinais observacionais comparativos foram elegíveis. Após leitura na íntegra, 27 estudos foram incluídos para síntese narrativa. Excluíram-se estudos com foco principal em câncer de mama ou outros cânceres hormônio-dependentes, aterosclerose, hormônios endógenos, terapias não sistêmicas, desenhos transversais ou sem grupo controle.

Resultados

Dados quantitativos relevantes totalizaram 951 mulheres pós-menopausa. Em análises experimentais controladas por placebo, o peso corporal foi avaliado como desfecho de segurança em usuárias de estradiol oral associado à didrogesterona em doses ultrabaixa (0,5 mg/2,5 mg) e baixa (1 mg/5 mg), com estratificação por IMC. Não houve evidência de ganho ou perda de peso associados ao tratamento, com 0% de eventos classificados como “aumento de peso” no regime de dose ultrabaixa e sem diferenças significativas em relação ao placebo, independentemente do IMC (p não significativo).

Em análises longitudinais com avaliação seriada por DXA, incluindo diferentes formulações e vias de administração de THM, não houve diferença na trajetória de massa magra entre usuárias e não usuárias (interações THM×idade não significativas; teste de razão de verossimilhança [LRT] $p=0,20$). Para a massa de gordura corporal, observaram-se diferenças dependentes da idade (LRT $p=0,04$): antes dos 60 anos, usuárias apresentaram maior ganho (+596 g/ano, IC95% 75 a 1117), enquanto após os 60 anos apresentaram menor ganho (-869 g/ano, IC95% -1583 a -155). Para o percentual de gordura corporal, após os 60 anos houve menor incremento entre usuárias (-0,59%/ano, IC95% -1,11 a -0,07; LRT $p=0,01$); antes dos 60 anos, a diferença não foi significativa.

Conclusão

Os dados disponíveis não demonstram associação entre a THM e ganho ou perda de peso corporal clinicamente relevantes, nem perda de massa magra. As diferenças observadas concentram-se na massa de gordura corporal, de forma dependente da idade, sem efeito consistente sobre a massa magra.

Referências

1. Laranjeira Mendonça F, Gomes KF, Hellenbrandt MC, et al. Low-dose and ultra-low-dose estradiol and dydrogesterone in postmenopause: an analysis by body mass index. *Climacteric*. 2025;28(1):21-27.
2. Ghotbi E, McGready J, Hadidchi R, Ibad HA, Simonsick EM, Xue QL, et al. Hormone replacement therapy and muscle loss: repeated measures analysis from the Baltimore Longitudinal Study of Aging using DXA. *Skeletal Radiol*. 2025;55:293-301.