

INSÔNIA E CLIMATÉRIO: EFEITOS DO ESTRADIOL E TRIMEGESTONA NO PADRÃO DE SONO EM MULHERES NA PÓS-MENOPAUSA

GABRIELLE AMARAL NUNES; CAMILA TEIXEIRA PEREIRA; BETÂNIA HUBER DA SILVA; MARIA CELESTE WENDER; DENIS MARTINEZ

Introdução: Distúrbios do sono aumentam de frequência quando as mulheres passam pela menopausa. Os sintomas do climatério podem ser insônia, pouca eficácia do sono, dificuldade de manter o sono, irregularidades respiratórias e fogachos. Existem estudos sobre o uso da terapia hormonal visando à melhora na qualidade do sono dessas mulheres. A polissonografia (PSG) tem sido usada para confirmar objetivamente as queixas subjetivas associadas à insônia. **Objetivos:** Verificar os efeitos da associação do estradiol com trimegestona no sono de mulheres na pós-menopausa. **Material e métodos:** Serão entrevistadas pacientes na pós-menopausa do Ambulatório de Ginecologia e Obstetrícia do HCPA e 24 serão selecionadas para esse estudo duplo-cego, controlado por placebo. Critérios de inclusão: última menstruação há mais de 1 ano e no máximo há 4 anos; idade entre 40 e 60 anos; IMC < 27 Kg/m². Critérios de exclusão: doenças graves, espessura endometrial na ecografia transvaginal superior a 5 mm; anormalidade na mamografia (BIRADS > 3); história de câncer endometrial ou de mama; uso de terapia hormonal nos 3 meses anteriores; uso de psicotrópicos, bem como abuso de cafeína ou álcool. As pacientes serão submetidas a exame físico, e serão solicitados exames laboratoriais, incluindo dosagens hormonais (FSH, estradiol, TSH). Confirmada a existência de insônia na PSG de triagem, as mulheres serão randomizadas para 30 dias de hormonioterapia combinada ou placebo. Ao final nova PSG será realizada. O estudo foi aprovado pelo comitê de ética HCPA/UFRGS. **Resultados:** Há 15 pacientes incluídas no projeto: 6 delas já concluíram, 9 aguardam resultados de exames. **Conclusão:** O trabalho está em fase de coleta de dados.