

Contraceção Para A Mulher Mais Velha

www.menopauseinfo.org

menopause
Info

International **IMS**
Menopause Society
Promoting education and research on midlife women's health



Contraceção: Para a mulher mais velha

As mulheres são muitas vezes tentadas (e frequentemente o fazem) a abandonar a contraceção antes que os seus períodos menstruais parem completamente. Embora a fertilidade nesta fase da vida seja baixa, não é zero. Uma gravidez não planeada numa idade mais avançada pode ser devastadora para a mulher e pode apresentar escolhas difíceis. Os profissionais de saúde assim recomendam que a mulher mantenha a contraceção até não haver hipóteses de ovulação e risco de gravidez. As mulheres nos últimos anos da sua vida reprodutiva podem apresentar períodos intensos, irregulares e dolorosos que deve ser tido em conta na escolha do método contraceptivo. Muitas mulheres nessa fase da vida irão começar a pensar se querem ou não iniciar terapêutica hormonal da menopausa (THM).

Quando parar a contraceção

As regras gerais para manter a contraceção por:

- **Mais um ano** após o último período menstrual espontâneo se idade de superior ou igual a 50 anos
- **Mais dois anos** após o último período menstrual espontâneo se idade inferior a 50 anos.

Factores que afetam a fertilidade

A fertilidade começa a reduzir drasticamente na mulher depois dos 35 anos. A principal razão para este facto é o declínio da qualidade dos óvulos produzidos nos ovários das mulheres. **A gravidez depois dos 50 anos é rara.**

As mulheres que efetuam tratamentos de fertilidade depois dos 40 anos têm taxas de sucesso muito baixas. Contudo é largamente conhecido que as mulheres mais velhas podem conceber com sucesso com óvulos saudáveis de mulheres jovens. A mulher mais velha que teve crianças através deste método tem atualmente 65 anos. O útero de uma mulher mais velha pode ser hormonalmente estimulado para suportar uma gravidez em idade muito depois da menopausa espontânea. Isto claramente demonstra que a maior limitação para o sucesso de uma gravidez está relacionado com a qualidade ou a perda dos ovócitos e não com a função do útero.

Outro fator importante que afeta a concepção na mulher mais velha é a frequência da atividade sexual. Os estudos demonstraram que as mulheres casadas com 40 anos têm em média metade da frequência da atividade sexual das mulheres de 20 anos. Contudo com a alta taxa de divórcios, as pessoas podem iniciar novos relacionamentos nessa fase da vida e um aumento da frequência da atividade sexual.



This information was developed by Menopause Matters. The IMS is sharing this information with its permission.

<https://www.menopausematters.co.uk>