

climatério da queixa à estratégia terapêutica



Diferentes abordagens para o equilíbrio hormonal e o controle dos sintomas, conforme as necessidades de cada mulher.

De acordo com Rattanatantikul e colaboradores (2022), o manejo do climatério parte de um olhar estratégico sobre a mulher, considerando os sintomas predominantes, a intensidade das alterações e as possibilidades terapêuticas mais adequadas ao seu perfil. Fitoterápicos, nutracêuticos, vitaminas e minerais permitem direcionar a prescrição tanto para o suporte ao equilíbrio estrogênico quanto para o controle de fogachos, alterações de humor, desejo sexual reduzido e outros desconfortos associados às oscilações hormonais.

A escolha dos ativos pode envolver compostos com ação sobre o equilíbrio hormonal e fitoestrógenos ou, quando houver restrição à atuação estrogênica, alternativas não hormonais, ampliando as possibilidades de cuidado.

Polasek *et al.*, 2024

Identificar a necessidade de cada paciente e selecionar a estratégia mais adequada favorece o controle dos sintomas, reduz os desconfortos do climatério e contribui para maior bem-estar e qualidade de vida.

Diferenciais do material

- 1 Seleção de ativos orientada pelo perfil clínico.
- 2 Estratégias hormonais e não hormonais individualizadas.
- 3 Doses usuais aplicáveis à prescrição magistral.
- 4 Abordagem prática para diferentes fases do climatério.

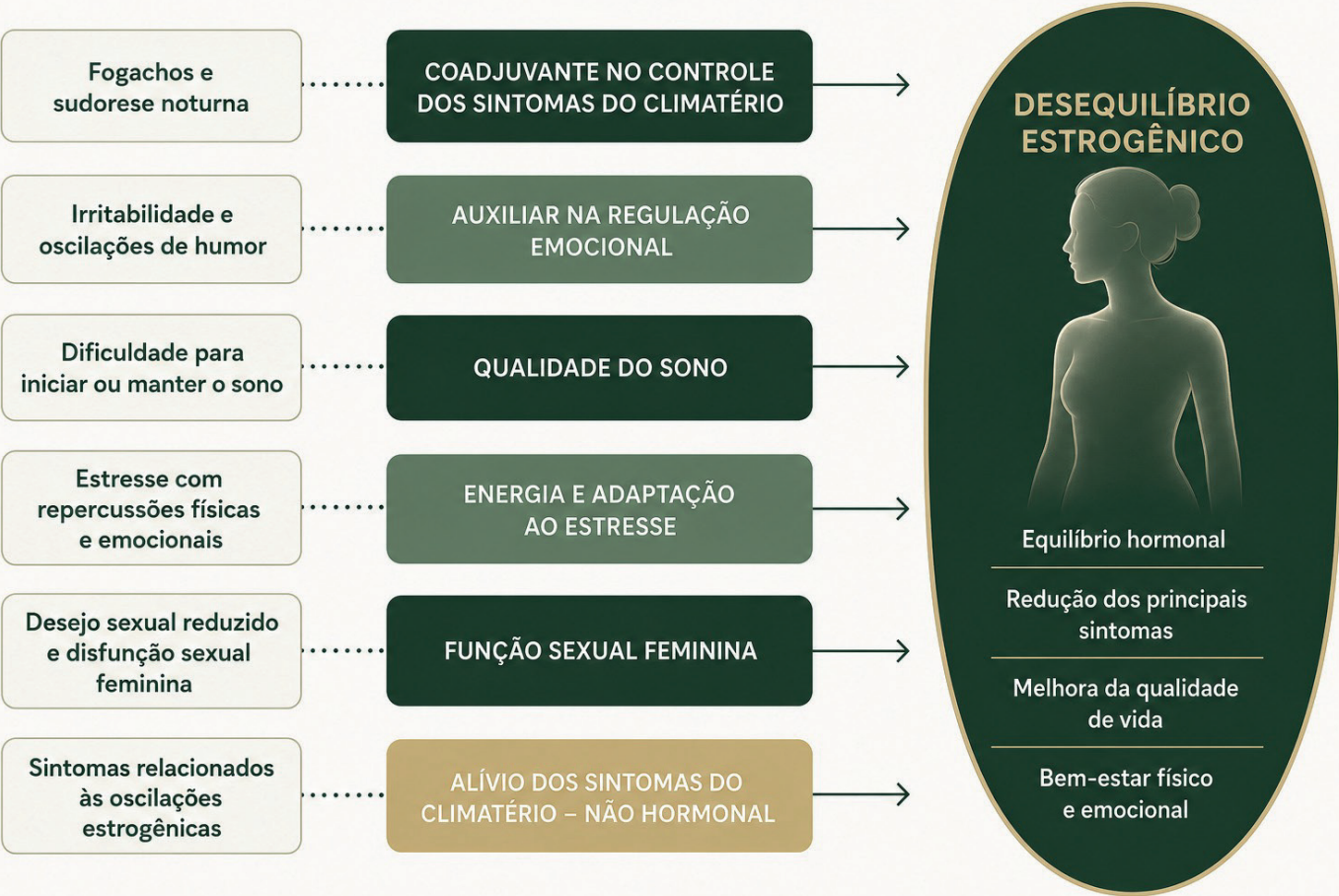
Perfis de pacientes

- ✓ Mulheres na transição menopausal com sintomas persistentes ou múltiplos.
- ✓ Predomínio de manifestações vasomotoras com impacto na rotina.
- ✓ Alterações emocionais e sexuais associadas às oscilações hormonais.
- ✓ Necessidade de suporte ao equilíbrio estrogênico durante o climatério.
- ✓ Restrição, contraindicação ou preferência pela não utilização de terapia hormonal.

Patel; Patil; Kaur, 2025; Polasek *et al.*, 2024; Rattanatantikul *et al.*, 2022

Sintomas e fatores envolvidos na desregulação de estrogênio

Figura 1



Mapa clínico de direcionamento

Identifique a queixa predominante e localize a sugestão de fórmula correspondente

Queixa predominante	Sugestão de fórmula	Número
Fogachos e sudorese noturna	Coadjuvante no controle dos sintomas do climatério	01
Irritabilidade e oscilações de humor	Auxiliar na regulação emocional	02
Dificuldade para iniciar ou manter o sono	Qualidade do sono	03
Estresse com repercussões físicas e emocionais	Energia e adaptação ao estresse	04
Desejo sexual reduzido e disfunção sexual feminina	Função sexual feminina	05
Sintomas relacionados às oscilações estrogênicas	Alívio dos sintomas do climatério – não hormonal	06

Sugestões de fórmulas

Sugestão de fórmula • IN



01 Coadjuvante no controle dos sintomas do climatério

Quando usar

Fogachos, ondas de calor e sudorese noturna.

Ormona®.....250 mg
Cimicifuga racemosa.....40 mg
Trifolium pratense L. (Trevo-vermelho).....40 mg
Excipiente qsp.....1 dose

Posologia: 1 dose 2 vezes ao dia, ou conforme orientação profissional.

Sugestão de fórmula • IN



02 Auxiliar na regulação emocional

Quando usar

Irritabilidade, ansiedade e oscilações de humor.

Serenzo®.....250 mg
Valeriana officinalis.....200 mg
Passiflora incarnata.....175 mg
Excipiente qsp.....1 dose

Posologia: 1 dose diariamente pela manhã.

Principais alternativas para o manejo complementar dos sintomas do climatério

Tabela 1

Sinais clínicos	Substância	Benefício terapêutico	Observação
Sintomas vasomotores e equilíbrio estrogênico - Fogachos - Sudorese noturna - Ondas de calor - Desregulação dos níveis de estrogênio	Menobelle® 475 mg	Reduz fogachos e sudorese noturna, proporcionando maior conforto durante o climatério. Literatura técnica do fabricante	Alternativa não hormonal
	Ormona® 250–500 mg	Contribui para o equilíbrio estrogênico e reduz sintomas associados ao hipoestrogenismo. Literatura técnica do fabricante	Atua sobre receptores de estrogênio
	Cimicifuga racemosa <i>Black Cohosh</i> 40–80 mg	Atua em vias neuroendócrinas relacionadas à termorregulação, reduzindo sintomas vasomotores. Rattanatantikul et al., 2022	-
	Trifolium pratense L. <i>Trevo-vermelho</i> 40–80 mg	Fornece isoflavonas relacionadas à redução dos sintomas do climatério. Kanadys et al., 2021	Atua sobre receptores de estrogênio
	Humulus lupulus L. <i>Lúpulo</i> 100–300 mg	Fonte de prenilflavonoides relacionada ao alívio dos sintomas decorrentes da deficiência estrogênica. Aghamiri et al., 2016	Atua sobre receptores de estrogênio
Alterações emocionais relacionadas ao climatério - Irritabilidade - Oscilações de humor - Ansiedade - Falta de motivação - Sensibilidade emocional	Menobelle® 475 mg	Reduz sintomas físicos e emocionais relacionados ao climatério, promovendo maior estabilidade emocional. Literatura técnica do fabricante	Alternativa não hormonal
	Serenzo® 250–500 mg	Reduz irritabilidade e tensão emocional associadas ao estresse, promovendo maior equilíbrio emocional. Literatura técnica do fabricante	-
	Relora® 250–750 mg	Atenua manifestações relacionadas ao estresse e melhora a resposta emocional durante o climatério. Talbott et al., 2013	-
	Crocus sativus L. 90–180 mg	Atua em vias relacionadas ao humor, reduzindo ansiedade e oscilações emocionais. Kenda et al., 2022	-
	Naturcell® <i>Lavanda</i> 175–875 mg	Promove relaxamento e melhora o bem-estar emocional em situações de estresse recorrente. Literatura técnica do fabricante	-
Sono e recuperação - Dificuldade para iniciar o sono - Despertares noturnos frequentes - Sono não reparador - Sonolência diurna - Cansaço ao despertar	Melatonina 0,21–10 mg	Regula o ciclo sono-vigília, reduzindo a latência do sono e melhorando sua qualidade. Zhang et al., 2023	-
	Magnésio L-treonato 200–2000 mg	Eleva o magnésio cerebral e favorece a plasticidade sináptica. Otimiza cognição, memória e desempenho mental.	-
	L-Teanina 200–400 mg	Promove relaxamento, reduzindo a hiperatividade mental e facilitando o início do sono. Hidese et al., 2019	-
	Passiflora incarnata L. 200–1200 mg	Favorece o relaxamento e melhora a qualidade do sono em pacientes com inquietação noturna. Kenda et al., 2022	-
	Valeriana officinalis L. <i>Valeriana</i> 300–1500 mg	Reduz a excitabilidade do sistema nervoso central e melhora a continuidade do sono. Polasek et al., 2024	-
Fadiga e adaptação ao estresse - Fadiga persistente - Indisposição física e mental - Redução da concentração - Dificuldade de foco - Estresse frequente	Withania somnifera L. <i>Ashwagandha</i> 300–1000 mg	Melhora a adaptação ao estresse, reduzindo fadiga física e mental e aumentando a disposição. Gopal et al., 2021	-
	Rhodiola rosea L. <i>Rhodiola</i> 200–600 mg	Aumenta a resistência ao estresse físico e mental, reduzindo fadiga e melhorando o desempenho cognitivo. Kenda et al., 2022	-
	Shilaforce® 250–500 mg	Favorece a produção energética e melhora a disposição em pacientes com fadiga persistente. Literatura técnica do fabricante	-
Desejo sexual reduzido e ressecamento vaginal - Redução da libido - Ressecamento vaginal - Desconforto durante a relação sexual - Redução da sensibilidade íntima - Baixa satisfação sexual	Trigonella foenum-graecum L. <i>Feno-grego</i> 200–600 mg	Melhora desejo, excitação e resposta sexual feminina, contribuindo para maior conforto íntimo. Mazalzadeh et al., 2020	Atua sobre receptores de estrogênio
	Elibrya™ 150 mg	Favorece desejo, excitação e satisfação sexual por ação neuroendócrina e vascular.	Atua nas vias hormonal, dopaminérgica e vascular.
	Lepidium meyenii <i>Maca peruana</i> 1–3 g	Melhora o desejo sexual e o bem-estar feminino durante o climatério. Ulloa et al., 2024	-
	Tribulus terrestris L. 250–1500 mg	Favorece a resposta sexual feminina e melhora a libido. Vale et al., 2018	-
	Panax ginseng 120–1500 mg	Melhora disposição, vitalidade e resposta sexual feminina. Ghorbani et al., 2019	-
	Ormonelle™ 250–500 mg	É um nutracêutico composto por um extrato padronizado em trigonelina e heterosídeos saponínicos. Favorece a homeostase hormonal, com ação estrogênica e suporte aos níveis de DHEA e hormônios livres. Literatura técnica do fornecedor	-

Sugestões de fórmulas

Sugestão de fórmula • IN



03 Qualidade do sono

Quando usar

Sono não reparador e despertares noturnos.

Melatonina.....	0,21 mg
Valeriana officinalis.....	200 mg
Magnésio L-treonato.....	300 mg
Excipiente qsp.....	1 dose

Posologia: Administrar 30 a 60 minutos antes de deitar.

Sugestão de fórmula • IN



04 Energia e adaptação ao estresse

Quando usar

Fadiga persistente e baixa disposição física e mental.

Shilaforce®.....	250 mg
Ashwagandha.....	300 mg
Rhodiola rosea.....	200 mg
Excipiente qsp.....	1 dose

Posologia: 1 dose ao dia, ou conforme orientação profissional.

Até R\$ 100 Até R\$ 200 Até R\$ 300 Até R\$ 400

*Preço sujeito à alterações, sem aviso prévio.

Sugestão de fórmula • IN



05 Função sexual feminina

Quando usar

Redução da libido e da resposta sexual.

Elibrya™.....	150 mg
Feno-greco.....	200 mg
Panax ginseng.....	200 mg
Excipiente qsp.....	1 dose

Posologia: 1 dose ao dia, ou conforme orientação profissional.

Sugestão de fórmula • IN



06 Alívio dos sintomas do climatério Não hormonal

Quando usar

Fogachos, sudorese noturna e irritabilidade no climatério.

Menobelle®.....	475 mg
Excipiente qsp.....	1 dose

Posologia: 1 dose diariamente pela manhã.

Na Biotipo, cada prescrição encontra uma solução personalizada

B

Diferentes formas farmacêuticas, tecnologias e novos ativos ampliam as possibilidades terapêuticas, aproximando o prescritor de soluções magistrais alinhadas às necessidades de cada paciente.

Referências

- Aghamiri, V., Mirghafourvand, M., Mohammad-Alizadeh-Charandabi, S., & Nazemiyeh, H. (2016). The effect of Hop (*Humulus lupulus* L.) on early menopausal symptoms and hot flashes: A randomized placebo-controlled trial. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 23, 130–135. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2015.05.001>.
- Brooks, N. A., Wilcox, G., Walker, K. Z., Ashton, J. F., Cox, M. B., & Stojanovska, L. (2008). Beneficial effects of *Lepidium meyenii* (Maca) on psychological symptoms and measures of sexual dysfunction in postmenopausal women are not related to estrogen or androgen content. *Menopause*, 15(6), 1157–1162. <https://doi.org/10.1097/gme.0b013e3181732953>.
- Ghorbani, Z., Mirghafourvand, M., Mohammad-Alizadeh-Charandabi, S., & Javadzadeh, Y. (2019). The effect of ginseng on sexual dysfunction in menopausal women: A double-blind, randomized, controlled trial. *Complementary Therapies in Medicine*, 45, 57–64. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2019.05.015>.
- Gopal, S., Ajaonkar, A., Kanchi, P., Kaul-Ghaneekar, R., Thakur, V., Chauhan, S., & Langade, D. (2021). Effect of an Ashwagandha (*Withania somnifera*) root extract on climacteric symptoms in women during perimenopause: A randomized, double-blind, placebo-controlled study. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Research*, 47(12), 4414–4425. <https://doi.org/10.1111/jog.15030>.
- Hausenblas HA, Lynch T, Hooper S, Shrestha A, Rosendale D, Gu J. Magnesium-L-threonate improves sleep quality and daytime functioning in adults with self-reported sleep problems: A randomized controlled trial. *Sleep Med X*. 2024 Aug 17;8:100121. doi: 10.1016/j.sleepx.2024.100121. Erratum in: *Sleep Med X*. 2025 Jun 03;9:100141. doi: 10.1016/j.sleepx.2025.100141.
- Hidese, S., Ogawa, S., Ota, M., Ishida, I., Yasukawa, Z., Ozeki, M., & Kunugi, H. (2019). Effects of L-theanine administration on stress-related symptoms and cognitive functions in healthy adults: A randomized controlled trial. *Nutrients*, 11(10), 2362. <https://doi.org/10.3390/nu11102362>.
- Kanady, W., Barańska, A., Błaszczyk, A., Polz-Dacewicz, M., Drop, B., Kanecki, K., & Malm, M. (2021). Evaluation of clinical meaningfulness of Red Clover (*Trifolium pratense* L.) extract to relieve hot flushes and menopausal symptoms in peri- and postmenopausal women: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Nutrients*, 13(4), 1258. <https://doi.org/10.3390/nu13041258>.
- Kenda, M., Kočevár Glavač, N., Nagy, M., & Sollner Dolenc, M. (2022). Medicinal plants used for anxiety, depression, or stress treatment: An update. *Molecules*, 27(18), 6021. <https://doi.org/10.3390/molecules27186021>.
- Laudisio, D., Barroa, L., Pugliese, G., Aprano, S., Castellucci, B., Savastano, S., Colao, A., & Muscogiuri, G. (2021). A practical nutritional guide for the management of sleep disturbances in menopause. *International Journal of Food Sciences and Nutrition*, 72(4), 432–446. <https://doi.org/10.1080/09637486.2020.1851658>.
- Mazalzadeh F, Hekmat K, Namjouyan F, Saki A. Effect of Trigonella foenum (fenugreek) vaginal cream on vaginal atrophy in postmenopausal women. *J Family Med Prim Care*. 2020 Jun 30;9(6):2714-2719. doi: 10.4103/jfmpc.jfmpc_1220_19.
- Patel P, Patil S, Kaur N. Estrogen and Metabolism: Navigating Hormonal Transitions from Perimenopause to Postmenopause. *J Midlife Health*. 2025 Jul-Sep;16(3):247-256. doi: 10.4103/jmh.jmh_75_25.
- Polasek, D., Santhi, N., Alfonso-Miller, P., Walshe, I. H., Haskell-Ramsay, C. F., & Elder, G. J. (2024). Nutritional interventions in treating menopause-related sleep disturbances: A systematic review. *Nutrition Reviews*, 82(8), 1087–1110. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuad113>.
- Rao, A., Steels, E., Beccaria, G., Inder, W. J., & Vitetta, L. (2015). Influence of a specialized Trigonella foenum-graecum seed extract (Libifem®) on testosterone, estradiol and sexual function in healthy menstruating women: A randomized placebo-controlled study. *Phytotherapy Research*, 29(8), 1123–1130. <https://doi.org/10.1002/ptr.5355>.
- Rattanantikul, T., Maiprasert, M., Sugkraroek, P., & Bumrungrert, A. (2022). Efficacy and safety of nutraceuticals on menopausal symptoms in postmenopausal women: A randomized, double-blind, placebo-controlled clinical trial. *Journal of Dietary Supplements*, 19(2), 168–183. <https://doi.org/10.1080/19390211.2020.1853648>.
- Ulloa Del Carpio N, Alvarado-Corella D, Quiñones-Laveriano DM, Araya-Sibaja A, Vega-Baudrit J, Monagas-Juan M, Navarro-Hoyos M, Villar-López M. Exploring the chemical and pharmacological variability of *Lepidium meyenii*: a comprehensive review of the effects of maca. *Front Pharmacol*. 2024 Feb 19;15:1360422. doi: 10.3389/fphar.2024.1360422.
- Vale, F. B. C., Souza, K. Z. D., Rezende, C. R., & Geber, S. (2018). Efficacy of *Tribulus terrestris* for the treatment of premenopausal women with hypoactive sexual desire disorder: A randomized double-blind, placebo-controlled trial. *Gynecological Endocrinology*, 34(5), 442–445. <https://doi.org/10.1080/09513590.2017.1409711>.
- Zhang J, Jiang B. Influence of Melatonin Treatment on Emotion, Sleep, and Life Quality in Perimenopausal Women: A Clinical Study. *J Healthc Eng*. 2023 Oct 10;2023:2198804. doi: 10.1155/2023/2198804. Retraction in: *J Healthc Eng*. 2023 Nov 29;2023:9817037. doi: 10.1155/2023/9817037.

Unidade Regente Feijó
R. Reg. Feijó, 1140
Alemães, Piracicaba – SP, 13419-290

Unidade 13 de Maio
R. Treze de Maio, 725
Centro, Piracicaba – SP, 13400-300

Contatos
www.grupobiotipo.com.br
(019) 3432-6068
(019) 9 9958-2307

Contatos
www.grupobiotipo.com.br
(019) 3434-3878
(019) 9 9958-2307

biotipofarmacia



Biotipo