# ULS Santa Maria abre em novembro nova Consulta de Menopausa nos Cuidados de Saúde Primários

| | |
|---|---|
| Datum | 18.10.2026 |
| Subjekt | UNIDADE LOCAL DE SAÚDE DE SANTA MARIA, E.P.E. |
| Region | Portugal |
| Kategorie | Healthcare and hospitals, Social services, State institutions |

**Sediada na UCSP de Sete Rios, a consulta pretende dar uma resposta mais próxima e diferenciada às mulheres na transição para a menopausa e na pós-menopausa.**

Hoje, 18 de outubro, Dia Mundial da Menopausa, a ULS Santa Maria anuncia a abertura, em novembro, de uma nova Consulta de Menopausa nos Cuidados de Saúde Primários. A consulta funcionará no edifício da UCSP de Sete Rios.

A menopausa é uma etapa fisiológica da vida da mulher, mas os sintomas que lhe estão associados podem ter um impacto significativo no sono, no bem-estar físico e emocional, na sexualidade, na atividade profissional e na qualidade de vida. Até agora, a ULS Santa Maria não dispunha de uma consulta dedicada a este tema, pelo que a maioria das mulheres era acompanhada pelo Médico de Família. Perante situações mais complexas ou dúvidas específicas, a falta de uma resposta intermédia podia levar à referenciação hospitalar, e é precisamente nesse espaço que a nova consulta se posiciona: não como um novo nível de cuidados, mas como uma diferenciação dentro dos próprios Cuidados de Saúde Primários, mantendo a articulação com os cuidados hospitalares sempre que a situação clínica o justifique.

O objetivo desta consulta é melhorar o acesso a cuidados diferenciados, promover a literacia em saúde, apoiar uma tomada de decisão informada e individualizada e reforçar a continuidade e a integração de cuidados dentro da ULS.

Nesta fase inicial, a consulta será assegurada por duas médicas de Medicina Geral e Familiar com formação específica na área da menopausa: Rita Sebastião, Assistente Graduada, e Alysha Amad, Médica Interna. Está prevista uma articulação estruturada com outras áreas dos cuidados de saúde primários e com os cuidados hospitalares, nomeadamente Ginecologia, Endocrinologia e Psiquiatria, sempre que as necessidades da utente o justifiquem.

A abordagem será individualizada e inclui a avaliação dos sintomas da perimenopausa e da menopausa e do seu impacto na qualidade de vida, a informação e a promoção da literacia em saúde, a discussão de opções terapêuticas hormonais e não hormonais, quando indicadas, e o aconselhamento sobre estilos de vida. Serão também avaliados os principais fatores de risco cardiovascular, metabólico e de saúde óssea, abordados os sintomas geniturinários e as alterações da função sexual associadas a esta fase, e acompanhadas as situações de menopausa precoce, insuficiência ovárica prematura e menopausa cirúrgica ou induzida. A consulta permite ainda rever terapêuticas já instituídas e apoiar os casos de maior complexidade.

“Com esta consulta damos um passo importante na diferenciação dos Cuidados de Saúde Primários, aproximando das mulheres uma resposta que, até agora, nem sempre encontravam na comunidade. A menopausa tem um impacto real no dia a dia de muitas utentes, e queremos que cada uma seja

ouvida, informada e acompanhada de forma individualizada, em articulação com os outros níveis de cuidados sempre que seja necessário”, afirma Rita Molinar, Diretora para os Cuidados de Saúde Primários da ULS Santa Maria.

A consulta destina-se a utentes inscritas na ULS Santa Maria com necessidades específicas relacionadas com a transição para a menopausa e a pós-menopausa, sem faixa etária definida. O acesso faz-se por referenciação do Médico de Família ou a pedido da própria utente, através do email menopausa.csp@ulssm.min-saude.pt. Antes do agendamento, todas as utentes receberão um questionário eletrónico, que deverão preencher.

https://www.ulssm.min-saude.pt/2026/10/18/uls-santa-maria-abre-em-novembro-nova-consulta-de-menopausa-nos-cuidados-de-saude-primarios