

CLIPPING — 8º FÓRUM E FESTIVAL DA LONGEVIDADE

Menopausa: invisibilidade ainda é forte, mas debate avança, diz Maria Cândida

Fonte original: Viva. Este documento é uma cópia de arquivo para clipping; o conteúdo pertence ao veículo e não foi produzido por este sistema.

Veículo Viva (viva.com.br)

Autor Fabiana Holtz

Data de publicação 25/09/2026 18:19

URL original <https://viva.com.br/estilo-de-vida/menopausa-invisibilidade-ainda-e-forte-porem-debate-avanca-diz-maria-candida.html>

Relevância Média · Saúde e cuidados · Reportagem

Pessoas citadas Maria Cândida, Gislaine Righi

Organizações Hospital Israelita Albert Einstein

Data da coleta 28/09/2026 11:19



Imagem: reprodução / Viva

RESUMO

Diante da relevância desse número, o Fórum e Festival Longevidade convidou a jornalista e apresentadora Maria Cândida, que agora é especialista em envelhecimento, e a psicóloga organizacional Gislaine Righi, da Menopause-se, para um bate-papo sobre o tema. Ao falar sobre

"Menopausa: saúde, trabalho e qualidade de vida", Maria Cândida recordou que as mulheres não tinham o hábito de falar sobre esse assunto por se sentirem fragilizadas.

Menopausa: invisibilidade ainda é forte, mas debate avança, diz Maria Cândida

Tema só ganhará visibilidade que merece quando tivermos mais mulheres no poder, destaca a jornalista, que participou de painel sobre o tema

Por Fabiana Holtz

25/09/2026 | 18h19

No Brasil, cerca de 30 milhões de mulheres estão no climatério, mas 28 milhões não têm acesso à Terapia de Reposição Hormonal, o que agrava seu sofrimento. A invisibilidade do tema na sociedade, dominada por homens, impede avanços significativos na saúde feminina.

A jornalista Maria Cândida, agora especialista em envelhecimento, e a psicóloga Gislaine Righi destacam a resistência das mulheres em aceitar o envelhecimento devido a padrões impostos pela sociedade. Elas enfatizam a importância de discutir a menopausa abertamente e a necessidade de suporte médico adequado.

Para promover a conscientização, Gislaine criou a newsletter Menopause-se, que oferece acolhimento e informação sobre a menopausa. Além disso, o próximo Congresso Mundial da Menopausa no Rio de Janeiro abordará questões relevantes, como a dor crônica na meia-idade, enquanto a luta por políticas públicas que atendam essas mulheres continua em andamento.

São Paulo - O termo menopausa já superou diversas barreiras, porém, enfrenta com certa 'invisibilidade' diante de uma sociedade ainda controlada por homens. No Brasil atualmente temos 30 milhões de mulheres no climatério e desse grupo 28 milhões não têm acesso aos programas de Terapia de Reposição Hormonal (TRH) que poderiam proporcionar a elas uma vida com menos sofrimento.

Diante da relevância desse número, o Fórum e Festival Longevidade convidou a jornalista e apresentadora Maria Cândida, que agora é especialista em envelhecimento, e a psicóloga organizacional Gislaine Righi, da Menopause-se, para um bate-papo sobre o tema. A conversa contou com a mediação da jornalista do VIVA, Alessandra Taraborelli.

Leia também

Em transição de carreira, Maria Cândida concluiu recentemente a pós-graduação em Gerontologia pela faculdade de medicina do Hospital Israelita Albert Einstein e agora é especialista no estudo do envelhecimento humano. A jornalista também é responsável pelo projeto 'Menopausa sem Fronteiras', uma série documental que investiga e debate os aspectos físicos, emocionais, sociais e culturais da menopausa em diferentes países e culturas.

Ao falar sobre "Menopausa: saúde, trabalho e qualidade de vida", Maria Cândida recordou que as mulheres não tinham o hábito de falar sobre esse assunto por se sentirem fragilizadas.

O debate começou a ganhar relevância para nós com a chegada da internet, quando começamos a nos ver, interagir e formar grupos."

Maria Cândida, jornalista e apresentadora

Beleza e fertilidade

Na visão da jornalista, a mulher resiste em aceitar os sinais do envelhecimento por conta das imposições do universo masculino, que nos compra pela beleza e fertilidade. "Quando decidi que não estou mais nem aí para isso me libertei. Inesperadamente surgiu o amor novamente na minha vida aos 52 anos e me casei de novo", conta a jornalista.

Sei que é difícil isso, concorda Gislaine, mas a partir do momento que a gente se aceita as coisas andam. De acordo com ela, nós ainda não estamos preparadas para essa 'viagem'.

"Sem qualquer aviso, a gente acaba 'caindo' na menopausa. Digo que é como estar dentro de um elevador que começa a despencar. A mulher não reconhece mais o seu próprio corpo", comenta a psicóloga.

Ela considera que é a mesma coisa que ir para o Polo Norte sem roupa de frio. "Falta progesterona, estrogênio, tem as dores musculares, falta de foco, depressão", aponta.

Menopause-se

Para tornar esse período de constantes oscilações um pouco mais leve para as mulheres, Gislaine teve a ideia de criar a Menopause-se, uma newsletter que é publicada quinzenalmente no LinkedIn. Ao abrir esse espaço para conversa, acolhimento e informação, a psicóloga fala sem preconceitos sobre a transição da puberdade ao climatério e à menopausa.

Muitas ainda não se deram conta que metade da nossa vida acontece depois da menopausa."

Gislaine Righi, da Menopause-se

Outra recomendação importante da psicóloga para as mulheres que estão passando pela menopausa é ter um médico de confiança, que te acompanhe ao longo dos anos. "Tendo seu histórico o especialista saberá recomendar o melhor tratamento e a hora indicada para isso".

A dupla ainda destacou que o Rio de Janeiro sediará o próximo Congresso Mundial da Menopausa, que chega a sua 20ª edição, entre 30 de setembro e 3 de outubro. Um dos grandes tópicos do encontro será "a dor crônica da meia idade".

Políticas públicas e o universo masculino

Com relação a dificuldade em avançar com políticas públicas que atendam a essas mulheres, em especial as de baixa renda, a jornalista considera que aos poucos vamos avançando. "No campo da legislação, a Grã Bretanha é um dos países mais avançados, com um grupo de deputadas bastante potentes e ativas".

Ao investigar o assunto melhor, Maria Cândida chegou a conclusão que precisamos colocar mais mulheres em posições de poder para nos representar.

Quem decide quem compra os medicamentos de reposição hormonal, por exemplo, são os municípios, que pedem orçamento para os Estados. Como vamos convencer vereadores a comprar essa briga por nós se eles nem entendem o que se passa com o corpo das mulheres, questiona ela.

Comentários

Política de comentários

Este espaço visa ampliar o debate sobre o assunto abordado na notícia, democrática e respeitosamente. Não são aceitos comentários anônimos nem que firam leis e princípios éticos e morais ou que promovam atividades ilícitas ou criminosas. Assim, comentários caluniosos, difamatórios, preconceituosos, ofensivos, agressivos, que usam palavras de baixo calão, incitam a violência, expressem discurso de ódio ou contenham links são sumariamente deletados.

Fonte original: <https://viva.com.br/estilo-de-vida/menopausa-invisibilidade-ainda-e-forte-porem-debate-avanca-diz-maria-candida.html> · Coletado em 28/09/2026 11:19 · Gerado em 07/10/2026 19:51