

EMPREENDE

ISSUE 124

EXCLUSIVE MONATIZA

EMPREENDEDORISMO

LÍDERES COM AMPLA
EXPERIÊNCIA EM EMPRESAS
DE PESO NO MERCADO.

LONGEVIDADE FEMININA CIÊNCIA, SAÚDE E PROPÓSITO

TOP 100 REVISTAS NEGOCIOS QUE INOVA

MÉDICA GINECOLOGISTA QUE ESTÁ MUDANDO A FORMA COMO AS
MULHERES VIVEM A MENOPAUSA, UNINDO CIÊNCIA, SAÚDE
HORMONAL E LONGEVIDADE COM PROPÓSITO.

PROFISSIONAL
DRA. GLAUCE CASAES

MENOPAUSA DEIXA DE SER TABU E PASSA A SER TRATADA COMO ESTRATÉGIA DE LONGEVIDADE FEMININA

Por muito tempo, a menopausa foi associada à perda da vitalidade e ao declínio da saúde feminina. Hoje, essa narrativa começa a mudar. Impulsionada pelos avanços da medicina e por especialistas que defendem uma abordagem mais individualizada, a menopausa passa a ser encarada como uma fase estratégica para o cuidado com a saúde, o bem-estar e a longevidade da mulher. Uma das vozes que lideram esse movimento no Brasil é a Dra. Glauce Casaes, médica ginecologista e obstetra, diretora médica do Instituto GC, em Feira de Santana (BA). Com atuação focada em saúde integral da mulher, medicina de precisão e equilíbrio hormonal, a especialista tem se destacado por propor uma nova forma de olhar para essa transição biológica.

“A menopausa não é uma doença, é um processo natural. O problema é que, durante décadas, as mulheres atravessaram essa fase sem informação, sem acolhimento e sem acompanhamento adequado”, afirma a médica.

Do ponto de vista clínico, a menopausa é definida como a última menstruação da mulher, confirmada após 12 meses consecutivos sem ciclos menstruais. Ela costuma ocorrer em torno dos 50 anos, mas pode variar bastante. Antes disso, há a chamada transição menopausal, período marcado por oscilações hormonais que já impactam o organismo. Ondas de calor, alterações do sono, ansiedade, irritabilidade, mudanças no metabolismo, queda da libido e dores nas relações sexuais estão entre os sintomas mais relatados. No entanto, segundo a Dra. Glauce, a intensidade dessas manifestações não é igual para todas as mulheres.

“A experiência é individual. Ela depende do estilo de vida, da saúde emocional, da alimentação, do sono, do nível de estresse e, principalmente, do acompanhamento médico”, explica.

Nesse contexto, ganha espaço a medicina de precisão, abordagem que abandona protocolos genéricos e passa a considerar exames, histórico clínico e rotina da paciente. Para a especialista, esse modelo é essencial para atravessar a menopausa com mais qualidade de vida e menor impacto a longo prazo. Estudos internacionais indicam que apenas cerca de 20% da longevidade está relacionada à genética. Os outros 80% dependem de escolhas diárias. Alimentação equilibrada, atividade física regular, sono de qualidade, controle do estresse e cuidado com a saúde hormonal formam a base desse processo.

À frente do Instituto GC, Dra. Glauce Casaes também atua na educação em saúde feminina. É idealizadora da campanha “Cólica Não É Normal” e criadora do curso “Descomplicando a Endometriose”, iniciativas que buscam combater a normalização da dor e ampliar o acesso à informação baseada em evidências científicas.

Para ela, falar sobre menopausa é também falar sobre protagonismo feminino. “Quando a mulher entende o que está acontecendo com o próprio corpo, ela deixa de sofrer em silêncio e passa a fazer escolhas mais conscientes. Autocuidado é uma forma de responsabilidade com a própria vida”, afirma.

Ao ganhar espaço em debates médicos, científicos e sociais, a menopausa deixa de ser vista como um ponto final e passa a ser reconhecida como um novo começo — uma fase que pode marcar mais saúde, autonomia e longevidade. Especialistas como a Dra. Glauce Casaes ajudam a construir essa nova narrativa, colocando a mulher no centro das decisões sobre o próprio corpo e o próprio futuro.



DRA. GLAUCE CASAES É MÉDICA GINECOLOGISTA E OBSTETRA, REFERÊNCIA EM SAÚDE INTEGRAL DA MULHER, MEDICINA DE PRECISÃO, EQUILÍBRIO HORMONAL E LONGEVIDADE FEMININA. É DIRETORA MÉDICA DO INSTITUTO GC, LOCALIZADO EM FEIRA DE SANTANA, NA BAHIA, ONDE ATUA COM FOCO NO CUIDADO INDIVIDUALIZADO E BASEADO EM EVIDÊNCIAS CIENTÍFICAS.

FORMADA EM MEDICINA PELA UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA (UFBA), REALIZOU RESIDÊNCIA MÉDICA EM GINECOLOGIA E OBSTETRIA PELO HOSPITAL GERAL CLÉRISTON ANDRADE. POSSUI ESPECIALIZAÇÃO EM ENDOSCOPIA GINECOLÓGICA PELA SANTA CASA DE SÃO PAULO E TÍTULO DE ESPECIALISTA PELA FEBRASGO (FEDERAÇÃO BRASILEIRA DAS ASSOCIAÇÕES DE GINECOLOGIA E OBSTETRIA), COM ATUAÇÃO EM PROCEDIMENTOS DE ALTA COMPLEXIDADE COMO VIDEOLAPAROSCOPIA E VIDEOHISTEROSCOPIA.

AO LONGO DE SUA TRAJETÓRIA, DRA. GLAUCE CONSTRUÍU UM TRABALHO RECONHECIDO POR IR ALÉM DO TRATAMENTO DE SINTOMAS. SUA ABORDAGEM ÍNTEGRA, CIENTÍFICA, ESCUTA ATIVA E VISÃO AMPLA DA SAÚDE FEMININA, CONSIDERANDO FATORES HORMONAIS, METABÓLICOS, EMOCIONAIS E COMPORTAMENTAIS, ESSA VISÃO A TORNOU UMA DAS PROFISSIONAIS QUE MAIS SE DESTACAM NO CUIDADO DE MULHERES EM FASES DE GRANDES TRANSFORMAÇÕES HORMONAIS, ESPECIALMENTE NA TRANSIÇÃO MENOPAUSAL.

DEFENSORA DA MEDICINA DE PRECISÃO, A ESPECIALISTA ACREDITA QUE NÃO EXISTEM PROTOCOLOS UNIVERSAIS QUANDO SE TRATA DA SAÚDE DA MULHER. PARA ELA, CADA PACIENTE DEVE SER AVALIADA DE FORMA ÚNICA, RESPEITANDO SUA HISTÓRIA, ESTILO DE VIDA, EXAMES E NECESSIDADES ESPECÍFICAS, COM FOCO NÃO APENAS NO PRESENTE, MAS TAMBÉM NA PREVENÇÃO DE DOENÇAS E NA QUALIDADE DE VIDA A LONGO PRAZO.

ALÉM DA ATUAÇÃO CLÍNICA, DRA. GLAUCE CASAES TEM PAPEL ATIVO NA EDUCAÇÃO EM SAÚDE E IDEALIZADORA DA CAMPANHA “CÓLICA NÃO É NORMAL”, QUE BUSCA COMBATER A NORMALIZAÇÃO DA DOR FEMININA E AMPLIAR O DIAGNÓSTICO PRECOCE DE DOENÇAS COMO A ENDOMETRIOSE. TAMBÉM É CRIADORA DO CURSO “DESCOMPLICANDO A ENDOMETRIOSE”, QUE LEVA INFORMAÇÃO ACESSÍVEL E BASEADA EM CIÊNCIA PARA MULHERES DE TODO O PAÍS.

SUA ATUAÇÃO TEM CONTRIBUÍDO PARA RESSIGNIFICAR TEMAS HISTORICAMENTE CERCADOS POR TABU, COMO A MENOPAUSA, O ENVELHECIMENTO FEMININO E A SAÚDE HORMONAL. PARA A MÉDICA, ESSAS FASES NÃO REPRESENTAM O FIM DA VITALIDADE, MAS SIM OPORTUNIDADES DE RECONEXÃO COM O PRÓPRIO CORPO, FORTALECIMENTO EMOCIONAL E CONSTRUÇÃO DE UMA VIDA MAIS CONSCIENTE E SAUDÁVEL.

COM UMA VISÃO MODERNA, HUMANIZADA E ESTRATÉGICA DA MEDICINA, DRA. GLAUCE CASAES SE CONSOLIDA COMO UMA VOZ RELEVANTE NO DEBATE SOBRE LONGEVIDADE FEMININA, PROTAGONISMO DA MULHER NA PRÓPRIA SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA AO LONGO DOS ANOS, UNINDO CONHECIMENTO TÉCNICO, EXPERIÊNCIA CLÍNICA E COMPROMISSO COM A TRANSFORMAÇÃO DA RELAÇÃO DAS MULHERES COM O PRÓPRIO CORPO.

Monatuza



Fevereiro | 2026

LONGEVIDADE FEMININA

Viver mais sempre foi um desejo coletivo, mas viver bem se tornou o verdadeiro desafio do nosso tempo. As mulheres, que estatisticamente vivem mais do que os homens, carregam no corpo e na mente as marcas de uma vida intensa, multifuncional e, muitas vezes, exaustiva. A longevidade feminina deixou de ser apenas um número na expectativa de vida e passou a ser uma conversa urgente sobre qualidade, autonomia, energia e prazer em continuar vivendo. Não basta somar anos; é preciso garantir que esses anos sejam vividos com saúde, clareza e presença.

Ao longo da vida adulta, o corpo feminino passa por transformações profundas, e poucas são tão impactantes quanto as mudanças hormonais que antecedem e acompanham a menopausa. A queda do estrogênio influencia o metabolismo, o sono, o humor, a memória, a saúde óssea e cardiovascular. Sintomas como cansaço persistente, insônia, ansiedade, dores no corpo e dificuldade de concentração não surgem do nada — são sinais de um organismo tentando se adaptar. Ignorar esses sinais, como aconteceu por décadas, cobra um preço alto lá na frente.

A ciência já deixou claro que genética não é destino. Estudos mostram que apenas uma pequena parte da longevidade está ligada aos genes; o restante depende das escolhas diárias. Alimentação de verdade, movimento regular, sono reparador, manejo do estresse e cuidado com a saúde emocional são fatores decisivos para envelhecer bem. O problema é que muitas mulheres passam anos cuidando de tudo e de todos, enquanto adiam o próprio cuidado — até que o corpo pede atenção de forma mais intensa.

Nos últimos anos, cresce um movimento que propõe uma mudança de rota: sair do improviso e entrar no planejamento da saúde. Em vez de tratar sintomas isolados, o foco passa a ser o corpo como um sistema integrado. A saúde hormonal, por exemplo, deixou de ser um tema restrito aos consultórios e passou a ocupar espaço nas conversas sobre longevidade, produtividade e bem-estar. Médicos que atuam com uma visão mais individualizada, como a ginecologista Dra. Glauce Casaes, têm defendido que cada mulher precisa ser olhada de forma única, respeitando sua história, rotina e necessidades reais.

Mas longevidade feminina não é só bioquímica. É também emocional. Mulheres que cultivam vínculos, propósito e autonomia emocional apresentam melhores indicadores de saúde ao longo dos anos. Sentir-se útil, ativa e dona das próprias decisões tem impacto direto na imunidade, na cognição e até na longevidade celular. Envelhecer bem não significa negar o tempo, mas aprender a atravessá-lo com consciência e gentileza consigo mesma.

Talvez a maior transformação esteja justamente aí: trocar o medo do envelhecimento por responsabilidade e protagonismo. A longevidade feminina não começa aos 50 ou 60 anos — ela começa agora, nas escolhas que parecem pequenas, mas se acumulam silenciosamente. Quando a mulher entende o próprio corpo, respeita seus ciclos e se coloca no centro da própria vida, o futuro deixa de ser uma ameaça e passa a ser um território possível de saúde, potência e continuidade.

“Cada mulher é única, e a medicina precisa respeitar essa individualidade para promover longevidade de verdade.” Dra. Glauce Casaes

www.empresabrazil.com



Empreende Brazil

