



Menopausa “Chic”

Desmistificar Mitos da Menopausa

07 NOV. 2026
16h30

Biblioteca Municipal Manuel da Fonseca
Santiago do Cacém

Menopausa “Chic” representa uma nova mentalidade na forma como a sociedade e as mulheres encaram a maturidade.

Longe de ser sentida como o fim da vitalidade, esta fase passou a ser sinónimo de autoconhecimento, conforto e liberdade.

Primeira sessão sobre a menopausa, aberta à comunidade, enquanto marco na promoção da saúde e dos direitos humanos, no combate ao desconhecimento e na promoção da qualidade de vida das pessoas, designadamente das mulheres.

Acima de tudo, nesta fase inaugural, pretende-se fornecer ferramentas e conhecimentos que ajudem a desmistificar os mitos associados a esta temática, que continua rodeada de desinformação.

Painel

Moderadora



Dr.ª. Cristina Mesquita

Presidente da Associação VIDAs

Sinais e Sintomas da Menopausa



Dr.ª. Teresa Silva

Assistente Graduada de Medicina Geral e Familiar, Coordenadora da UCSP de Santiago do Cacém

Diagnóstico e Abordagem Terapêutica



Dr.ª. Ana Lúcia Cardoso

Médica, Especialista de Menopausa

Dinamizadoras de “Conversas sobre Menopausa”



Cristina Candeias

Enfermeira



Dr.ª. Marcela Candeias

Advogada