

Diagnósticos de enfermagem no período do climatério e menopausa



<https://doi.org/10.56238/interdiinovationscrese-020>

Elisabete Calabuig Chapina Ohara

Docente na Universidade Santo Amaro, Enfermeira, Mestre em Gerontologia Social e Doutora em Ciências Sociais pela Pontifícia Católica de São Paulo. Especialista em Saúde da Família, obstetrícia e Educação em saúde.

E-mail: chapinaohara@uol.com.br

Leticia de Araujo Farias dos Santos

Docente do Curso de Graduação em Enfermagem

Luzinete Nunes dos Santos

Docente do Curso de Graduação em Enfermagem

RESUMO

INTRODUÇÃO: A transição da fase reprodutiva para a fase não reprodutiva é considerada um período com várias mudanças. Podendo essas mudanças serem metabólicas e hormonais que levam grandes reflexos no aspecto fisiológico e psicossocial da vida dessa mulher, ou seja, ela passa por alterações físicas e psicológicas. Os sintomas nessas fases estão conectados aos fatores biológicos, psicológicos e sociais, eles se apresentam de forma singular, variando de acordo com as experiências pessoais de cada mulher. É importante nessa fase não reprodutiva da mulher que ela possa receber uma assistência adequada de acordo com suas necessidades. **OBJETIVO:** Elencar os principais diagnósticos de enfermagem, assim com as intervenções de enfermagem na saúde da mulher no climatério e menopausa. **METODOLOGIA:** Tratou-se de uma revisão integrativa de literatura; para a obtenção da coleta de dados e seleção dos artigos foi realizado as seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde

(LILACS), BDENF enfermagem (Brasil), Scientific Eletronic Library Online (SCIELO) e Ministério da Saúde. Os descritores foram Climatério, Enfermagem, Assistência, Qualidade de vida. Os artigos incluídos publicados na íntegra; em português, inglês e espanhol; publicados nos últimos 05anos e os artigos excluídos dissertações, teses e que não respondiam à questão norteadora da pesquisa. **RESULTADOS:** Aplicando os critérios estabelecidos obtivemos para a revisão integrativa dezoenove (19) artigos científicos. Na consulta de enfermagem é possível elencar os diagnósticos de enfermagem o que vai aumentar a segurança da mulher e melhorar a qualidade do atendimento. Entre os diagnósticos de enfermagem elencamos: Padrões de sexualidade alterado; Deficit de conhecimento; Distúrbio de imagem corporal; Distúrbio no padrão do sono Auto estima baixa; Ansiedade; Integridade da pele prejudicada; Conforto Alterado Risco para controle; ineficaz do regime terapêutico; Manutenção da saúde alterada e Nutrição alterada: risco maior que as necessidades corporais. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A identificação dos diagnósticos de enfermagem contribui para um planejamento e execução de um plano de cuidados em enfermagem direcionado a cada mulher, fundamental para a obtenção de melhor qualidade no atendimento. Alguns sintomas desagaveis relatados por mulheres na fase da não reprodutiva podem ser aliviados por intervenções de enfermagem com incentivo a mudança de hábitos como deixar de fumar, deixar a bebida alcoólica, controle da pressão arterial, controle de peso, alimentação saudável, sono tranquilo, lazer, melhor a auto estima.

Palavras-chave: Climatério, Enfermagem, Assistência, Qualidade de vida.

1 INTRODUÇÃO

Com o envelhecimento, as mulheres tende a perder parte dos folículos estimulantes que são liberados pelos ovários até à menarca, os folículos ficam reduzidos, dando início a um evento chamado falência ovariana, originado as irregularidades menstruais, caracterizando a amenorreia. A



irregularidade menstrual, fase transitória entre o período reprodutivo e o não reprodutivo é denominado como climatério, podendo ser dividida em dois períodos: o pré-menopausa e o pós-menopausa. Esse primeiro, é chamado pelo período reprodutivo anterior à menopausa, a pós-menopausa se defini ao período de tempo após a última menstruação¹.

A diminuição ou ausência na produção dos hormônios sexuais, causam diversas alterações fisiológicas em diversos órgãos e geram sinais e sintomas que são denominados como síndrome menopausal. Esse período é caracterizado por ondas intensas de calor, conhecidas como “fogochos”; que causam desconforto, diminuição do desejo sexual, sintomas emocionais seguidos da alteração de humor, depressão e ansiedade².

Vários estudos demonstraram que as mulheres consomem de maneira insuficiente as vitaminas A, C e D e nutrientes como o ferro e cálcio o que impacta juntamente com a diminuição dos hormônios como o estrogênio nessa fase, aumentam a suscetibilidade da mulher para os sinais e sintomas pré-menopausa e menopausa. A falta desses nutrientes e a ausência do hormônio também contribui para o surgimento das doenças crônicas degenerativas (DCNT) como obesidade, diabetes mellitus, doenças cardíacas e osteoporose. De acordo o Ministério da Saúde (2008), os dados publicados refletem que os sintomas e problemas da mulher nesta fase resultam dos eventos endócrinos do climatério e menopausa, sociais e pessoais¹.

Além disso, estudos realizados nos últimos anos, sugerem que a menopausa passou a ser considerada como uma condição fisiológica da mulher, que levar gerar consequências que podem ser tratadas por meio da terapia de reposição hormonal bem como por atividades físicas e associadas a uma alimentação adequada e saudável. A atividade física, alimentação saudável e a exposição solar, também, evita as doenças coronarianas e osteomusculares².

A desinformação das mulheres sobre as diferentes fases da vida pode prejudicar seu bem-estar, além de associar o climatério à doença, perdem também sua qualidade de vida, tem prejuízos na vida sexual, afetiva e conseqüentemente na sua saúde mental. É fato que alguns sintomas podem ser aliviados, além da terapia medicamentosa é necessário preparo dos profissionais que lidam com a situação para que ofereçam acolhimento, escuta qualificada e apresentem alternativas de cuidado que proporcionem não apenas melhora da sintomatologia, mas também recupere a autoestima e a qualidade de vida dessa mulher^{1,3}.

Sendo assim, essa pesquisa justifica-se pelo fato de que tal situação resultou em um interesse crescente acerca das questões relacionadas ao climatério, menopausa e as possíveis implicações para a saúde e qualidade de vida da mulher já que o perfil da população brasileira vem modificando no decorrer dos anos. Diante da problemática apresentada o estudo tem a finalidade de elucidar as competências do enfermeiro na assistência de enfermagem na saúde da mulher no período do climatério^{4,5}.



Dentro desse contexto, questiona-se: Os enfermeiros desenvolvem acompanhamento e suporte adequado nessa fase da vida? Nesse momento onde ocorre várias alterações fisiológicas, psicológicas e sociais que interferem na qualidade de vida da mulher.

2 OBJETIVO

Elencar os principais diagnósticos de enfermagem, assim com as intervenções de enfermagem na saúde da mulher no climatério e menopausa.

3 METODOLOGIA

A revisão integrativa de literatura é considerada a construção de uma análise ampla da literatura, contribuindo para discussões sobre métodos e resultados de pesquisas, assim como reflexões sobre a realização de futuros estudos. Considerado um método valioso na área da enfermagem, e permite a síntese de múltiplos estudos publicados e possibilita considerações a respeito de uma particular área de estudo⁶.

Para a obtenção da coleta de dados e seleção dos artigos foi realizado um levantamento bibliográfico no portal da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) que nela está contida as seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), BDENF enfermagem (Brasil), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Ministério da Saúde. Foi realizada uma busca dos artigos utilizando-se os descritores em português conforme DeCS (Descritores em Ciências da saúde): Climatério, Enfermagem, Assistência, Qualidade de vida. Os Critérios de inclusão foram: Artigos nacionais e internacionais; Artigos em português, inglês e espanhol; Artigos publicados na íntegra; Artigos publicados nos últimos 05anos (2017 a 2022); Artigos disponíveis gratuitamente on-line; Artigos em que o texto estivesse completo e Artigos referentes ao tema e objetivos propostos. Critérios de exclusão: Artigos duplicados; Dissertações e teses.

Ao pesquisar nas bases de dados foram necessárias combinações com os descritores: Climatério, Enfermagem, Assistência, Qualidade de vida. Todos os artigos que preencheram os critérios de inclusão foram submetidos à pré-seleção para avaliar a pertinência em relação aos objetivos do estudo obedecendo à seguinte ordem: Leitura do título, resumo e havendo dúvida foram realizadas leituras na íntegra do artigo para verificar se os estes atendiam aos objetivos da pesquisa.

Os artigos selecionados foram analisados por meio da análise de conteúdo, que consistiu em um conjunto de técnicas de análise das comunicações, que utilizam procedimentos objetivos e sistemáticos para interpretar e descrever o conteúdo da mensagem, de indicadores qualitativos ou não com intenção para que possa tirar conclusões de conhecimentos já existentes, enriquecendo a leitura dos dados coletados e conduzir a um resultado lógico.

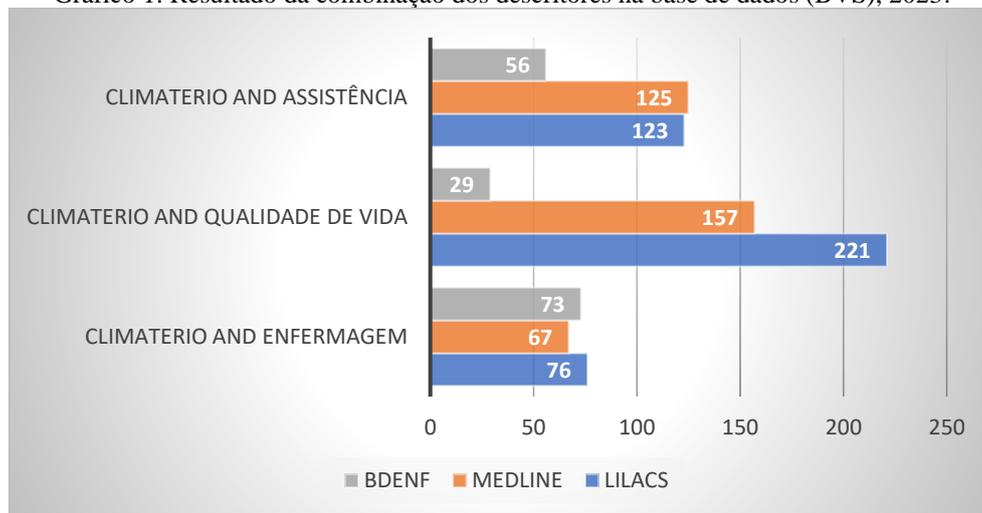


4 RESULTADOS

Com o objetivo de encontrar resolução para a pergunta norteadora, “Quais as competências do enfermeiro na assistência de enfermagem na saúde da mulher no climatério, menopausa? ”, realizamos pesquisa científica por meio do método de revisão integrativa por meio de literatura existente.

Como base para levantamento de artigos e dados que nos subsidiem foram usados referências teóricas disponíveis nas bases de dados: portal da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS/BIREME) que nela está contida as seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e no Portal Ministério da Saúde. Foi realizada uma busca dos artigos utilizando-se os descritores em português conforme DeCS (Descritores em Ciências da saúde): Climatério, Enfermagem, Assistência, Qualidade de vida. Assim obteve-se por meio da BVS as seguintes quantidades de artigos de acordo com utilização dos DeCS separados por “and” conforme é exibido nos Gráficos abaixo.

Gráfico 1: Resultado da combinação dos descritores na base de dados (BVS), 2023.

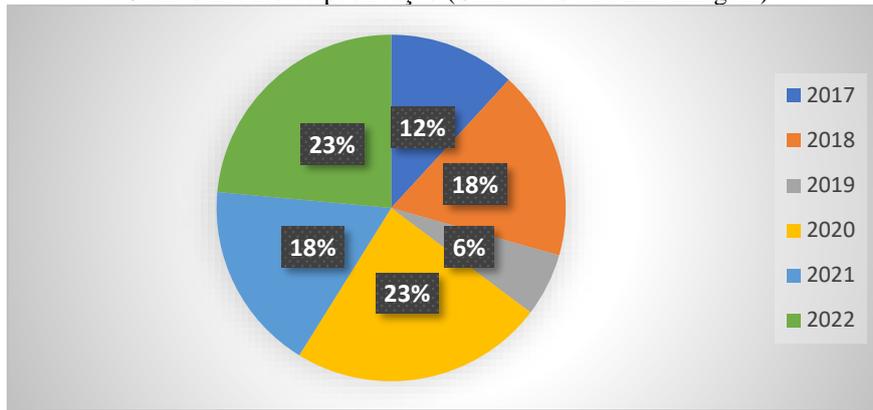


Fonte: Autores (2023)

As publicações dos últimos 05 anos foram estabelecidas como marco temporal da nossa revisão, de acordo com o critério de inclusão e exclusão dos artigos.



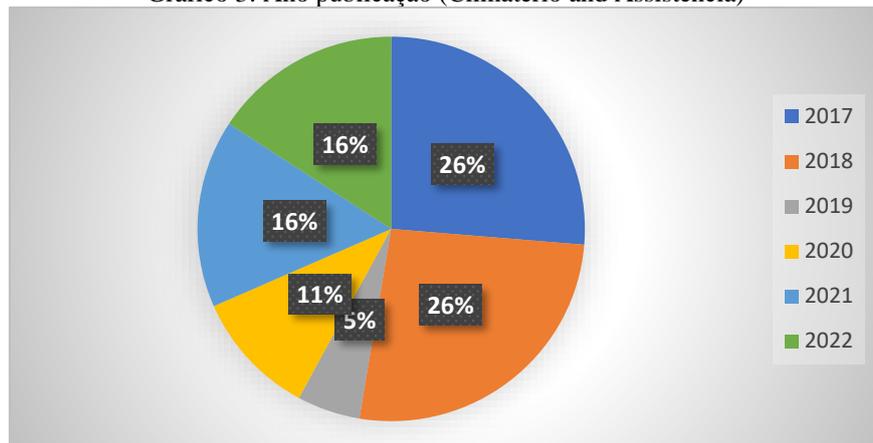
Gráfico 2: Ano de publicação (Climatério and Enfermagem)



Fonte: Autores (2023)

Percebe-se que houve um aumento na produção científica nos últimos anos. Sendo os anos de 2022 e 2020 onde houve uma maior produção de artigos científicos; acompanhados dos anos de 2021 e 2018.

Gráfico 3: Ano publicação (Climatério and Assistência)

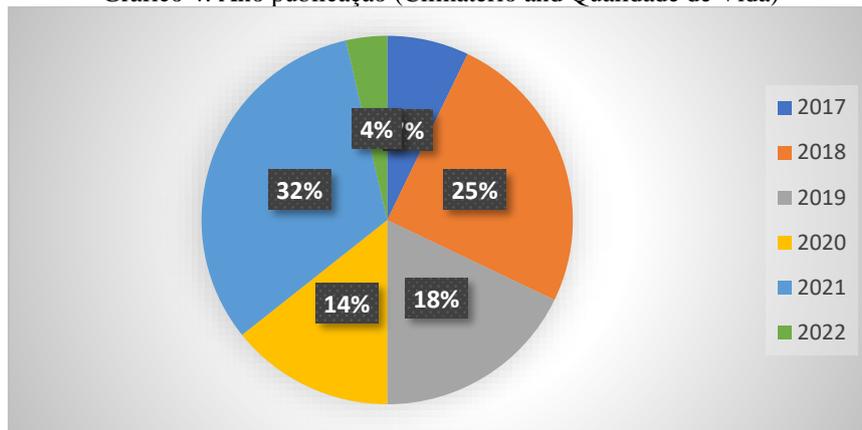


Fonte: Autores (2023)

Com os descritores Assistência and Climatério os anos de maiores produções científicas foram 2018 e 2017.



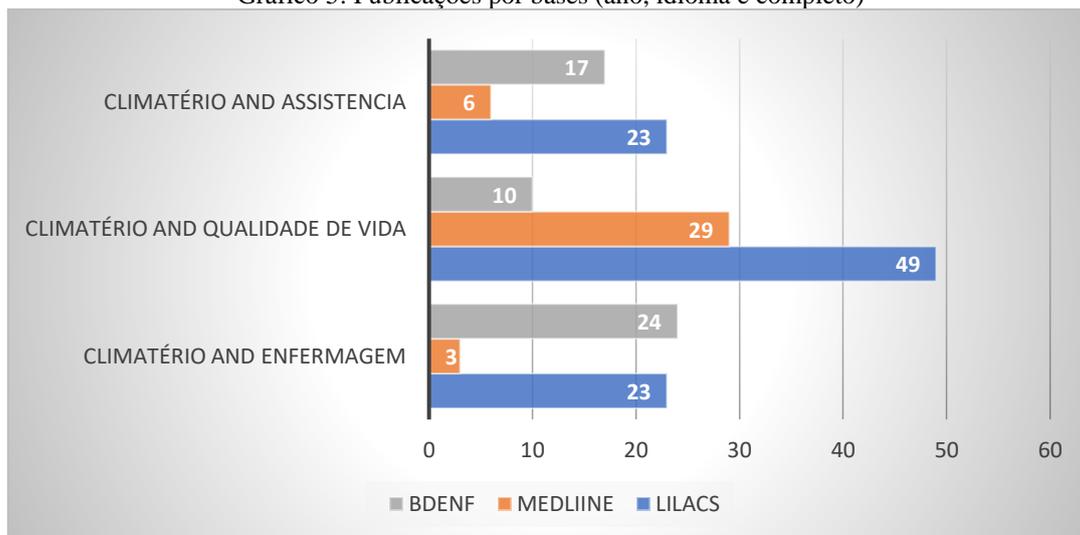
Gráfico 4: Ano publicação (Climatério and Qualidade de Vida)



Fonte: Autores (2023)

Com os descritores Climatério and Qualidade de Vida os anos de maior produção foram 2021 e 2018.

Gráfico 5: Publicações por bases (ano, idioma e completo)

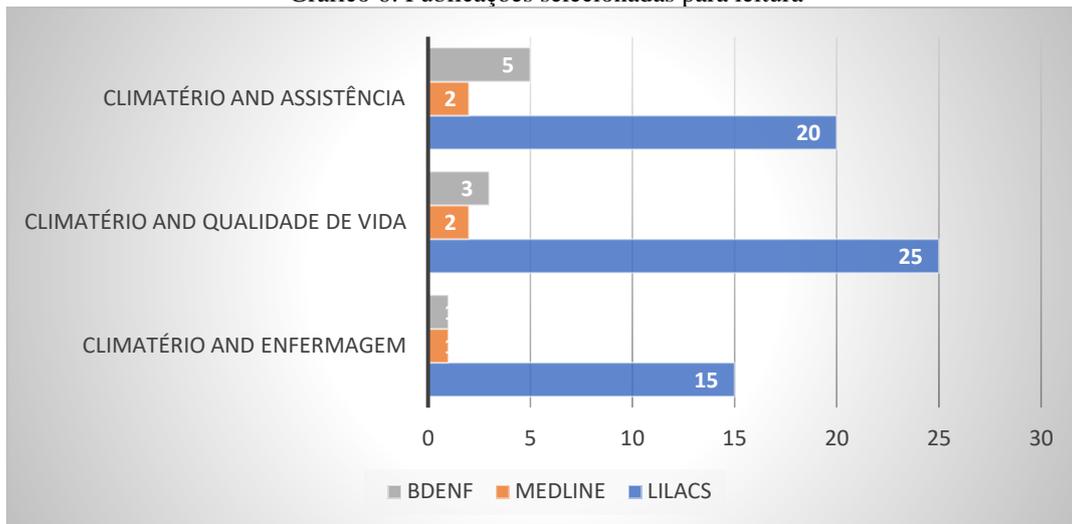


Fonte: Autores (2023)

Assim, foram incluídos todos os artigos que de forma objetiva norteiem a pesquisa, com disponibilidade na língua portuguesa, nacionalidade brasileira com recorte temporal acima citado (2017 – 2022). Não incluímos revistas, entrevistas, revisões, monografias e artigos incompletos que não correspondam ao tema abordado ou que estejam fora do marco temporal. O Gráfico 3 apresenta a disponibilidade por base conforme a utilização dos filtros de idioma, período e texto completo.



Gráfico 6: Publicações selecionadas para leitura



Fonte: Autores (2022)

Ao pesquisar nas bases de dados foram necessárias combinações com os descritores: climatério AND enfermagem, climatério AND assistência, climatério AND qualidade de vida. Todos os artigos que preencherem os critérios de inclusão foram submetidos à pré-seleção para avaliar a pertinência em relação aos objetivos do estudo obedecendo à seguinte ordem:

Leitura do título, resumo e havendo dúvida foram realizadas leituras na íntegra do artigo para verificar se estes atendiam aos objetivos da pesquisa. Os artigos selecionados foram analisados por meio da análise de conteúdo, que consiste em um conjunto de técnicas de análise das comunicações, que utilizam procedimentos objetivos e sistemáticos para interpretar e descrever o conteúdo da mensagem, de indicadores qualitativos ou não com intenção para que possa tirar conclusões de conhecimentos já existentes, enriquecendo a leitura dos dados coletados e conduzir a um resultado lógico. Para ser feita a análise do conteúdo os artigos passam por etapas que consiste em:

- Fase 1 – Pré análise (organização do material a ser analisado com o objetivo de torná-lo operacional);
- Fase 2 - Exploração do material (consiste numa etapa importante, porque possibilita ou não a riqueza das interpretações e conclusões) e
- Fase 3 - Tratamento dos resultados, inferência e interpretação.

Foram encontrados, a partir dos descritores, climatério or enfermagem, 11 artigos científicos. Já com os descritores, climatério and assistência foram encontrados 10 artigos científicos e com os descritores climatério and qualidade de vida 12 artigos. Considerando os critérios de inclusão, foram selecionados 33 artigos e após a leitura dos títulos e resumos, excluíram-se 5 que não correspondiam à temática estudada e 9 encontravam-se duplicados. Desse modo, esta revisão integrativa constatou de 19 artigos científicos.



Para a organização e a extração dos dados, assim como a análise dos artigos, foi realizado um instrumento contendo dados sobre o ano de publicação, nome dos autores e do título do artigo, tipo de pesquisa, objetivo, resultados e conclusão do estudo. Em uma segunda leitura do artigo, mais aprofundada, foi possível a verificação do nível de evidência e a realização da análise e da síntese dos estudos buscando respostas à pergunta do estudo, de modo que se obtenha uma ampla abordagem do tema.

Quadro 1: Artigos selecionados para análise com os descritores climatério and enfermagem (2023)

Nº	título	objetivos	método	conclusão
1	Avaliação do risco cardiovascular em mulheres docentes no fim do período reprodutivo	Avaliar o risco cardiovascular em mulheres docentes do ensino superior no fim do período reprodutivo.	Estudo quantitativo, transversal, realizado em universidade privada do Sul do Brasil, em setembro de 2018. Incluíram-se docentes no climatério ou menopausa (idade superior a 44 anos, com dosagem de colesterol no último ano e que conhecessem sua pressão arterial sistólica). Dados sociodemográficos e clínicos foram coletados a partir de questionário estruturado; o risco cardiovascular (RCV) foi mensurado por meio do escore de Framingha.	Existe relação significativa entre menopausa e aumento do RCV, justificando ser mais um fator de risco para as mulheres.
2	Perfil de mulheres climatéricas em Estratégia de Saúde da Família no interior paulista.	Identificar os perfis sociodemográficos, obstétricos, ginecológicos, de saúde e hábitos de vida das mulheres climatéricas atendidas na rede básica de saúde, por meio da aplicação de questionário, escalas de Hamilton de Ansiedade e Depressão, e Índice Menopausal de Kupperman e Blatt.	Estudo transversal descritivo exploratório de relato de experiência, desenvolvido por graduandas em Medicina e Enfermagem. As participantes apresentam idade entre 45 e 60 anos, atendidas em quatro unidades de Estratégia de Saúde da Família.	As mulheres climatéricas necessitam de um espaço para verbalizar seus sentimentos e dúvidas em relação ao climatério e ter acesso à escuta atenta por profissionais capacitados, visando o atendimento integral de saúde com resolutividade.
3	Prevalência e intensidade de sintomas climatéricos em mulheres com doença arterial coronariana	Analisar a sintomatologia climatérica em mulheres com doença arterial coronariana.	Participaram quarenta (40) mulheres, clientes do Ambulatório de Cardiologia do Hospital da Universidade Federal do Maranhão. Utilizou-se a Escala de Avaliação da Menopausa. Pesquisa aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade São Paulo sob o número 293.900.	Os sintomas climatéricos parecem ser confundidos com problemas inerentes à idade e percebidos com mais intensidade na presença de doenças, inclusive a doença arterial coronariana.
4	Percepções e sentimentos sobre	Conhecer as percepções e sentimentos sobre as alterações corporais de mulheres climatéricas em uma cidade do Rio Grande do Sul.	Pesquisa qualitativa exploratório-descritiva realizada com 16 mulheres, em setembro e	As mulheres têm poucas informações sobre o climatério; à enfermeira cabe



	as alterações corporais de mulheres climatéricas		outubro de 2018, em espaços públicos de Porto Alegre/RS, por meio de entrevistas semiestruturadas e cujas informações passaram por análise temática.	esclarecer sobre suas fases, oferecer suporte emocional e indicar atividades físicas que podem amenizar seus sinais e sintomas.
5	A percepção da mulher com relação à consulta do climatério	Descrever a percepção da consulta de enfermagem no Climatério sob a ótica das mulheres atendidas na Atenção Básica.	Estudo descritivo qualitativo com abordagem intencional realizado numa Unidade de Saúde Escola no município de Caruaru-PE, durante o período de abril e maio de 2021. Foram entrevistadas 07 mulheres usuárias do serviço na fase do climatério.	Conclui-se que as mulheres se sentem bem ao passarem pela consulta de climatério feita pela enfermagem, pois traz sentimento de alívio e entendimento. A consulta de enfermagem é um elemento chave na assistência à saúde, atingindo a proposta da PNAISM e oferecendo uma melhor qualidade de vida para as mulheres no climatério(AU)
5	Climatério e menopausa: conhecimento e condutas de enfermeiras que atuam na Atenção Primária à Saúde	Identificar o conhecimento e as condutas de enfermeiras na Atenção Primária à Saúde sobre climatério e menopausa.	Estudo descritivo exploratório, de abordagem qualitativa, realizado junto a 15 enfermeiras do município de Pesqueira, Pernambuco, Brasil. Os dados foram coletados por meio de entrevista semiestruturada e analisados pelo método de Bardin.	O conhecimento acerca do climatério é limitado nas práticas das enfermeiras na abordagem às mulheres que estão passando por esta fase. Na busca de minimizar as lacunas relacionadas ao desconhecimento profissional, é relevante a continuidade de estudos sobre a assistência a esse público.
6	Necessidades de cuidado de mulheres no climatério com hipertensão: possibilidades de trabalho do enfermeiro	Compreender as necessidades de cuidado de mulheres no climatério com Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS).	Pesquisa qualitativa desenvolvida em 21 Unidades de Saúde da Família (USFs), durante abril e junho de 2019. Participaram 15 mulheres com idade entre 40 e 69 anos; com diagnóstico referido de HAS, adstritas às USFs e que referiram não usar anticoncepcionais hormonais. Utilizou-se entrevista semiestruturada, seguida pela construção e devolução de narrativas, com análise participativa.	O climatério é vivenciado de forma distinta e as necessidades das mulheres demonstram diferentes possibilidades de aprimoramento do cuidado. Essa identificação permite que o enfermeiro desenvolva a atenção individualizada e adaptada às demandas das mulheres.
7	Influência do comprometimento excessivo na qualidade de vida e	Descrever as características gerais das profissionais de enfermagem e avaliar como o comprometimento excessivo pode influenciar na percepção dos sintomas do climatério e na qualidade de vida dessas mulheres.	Trata-se de estudo transversal analítico, que avaliou 152 auxiliares e técnicas da enfermagem, na faixa etária de 40 anos ou mais, em 3 hospitais do interior do estado de São Paulo. Em 2017, foram	Presença de comprometimento excessivo parece influenciar em uma percepção negativa da sintomatologia do climatério e em uma pior qualidade de vida.



nos sintomas do climatério de profissionais da enfermagem	coletados dados sociodemográficos e aplicados os instrumentos Índice Menopausal de Blatt-Kupperman, Questionário Saúde da Mulher, Medical Outcome Study 36-item short form Health Survey e Effort Reward Imbalance. Foi realizada análise descritiva e análise de rede.
---	---

Fonte: Autores (2023).

Quadro 2: Artigos selecionados para análise com os descritores enfermagem

Nº	título	objetivos	método	conclusão
1	Mais do que "efeitos hormonais": concepções de profissionais da atenção primária sobre a mudança climática em Santiago, Chile	Este artigo procura descobrir como os profissionais concebem a sexualidade na mulher na fase climática, enfatizando aspectos relacionados à saúde sexual, desejo sexual e problemas de sexualidade.	Abordagem qualitativa baseada em Teoria Fundamentada. Dez entrevistas em profundidade foram realizadas com profissionais de dois Centros de Saúde da Família (CESFAM) no setor sul de Santiago.	Os profissionais assumem posições críticas sobre o papel das instituições e programas de saúde, sobre as restrições de trabalho nas instalações de saúde (por exemplo, materiais, tempo, etc.) e sobre o treinamento profissional. Este artigo promove a formulação de políticas de saúde nesta área, assim como a revisão dos currículos das carreiras de saúde.
2	Diagnóstico e fluxo de encaminhamento no sistema único de saúde para mulheres climatéricas	Identificar os diagnósticos em saúde e o fluxo de encaminhamento de mulheres no climatério.	Trata-se de estudo transversal realizado no Ambulatório de Saúde da Mulher do Hospital Universitário da Universidade de São Paulo, de referência em ginecologia e de treinamento para residentes de Medicina de Família e Comunidade, entre 2017-2018. A casuística foi realizada a partir de 274 prontuários de mulheres atendidas e foram processadas informações sociodemográficas e clínicas, diagnósticos ginecológicos e distribuição dos serviços de saúde (primário, secundário e terciário). O teste qui-quadrado e razão de	As mulheres climatéricas e na pós-menopausa acima de 50 anos e tabagistas com diagnósticos de transtornos não inflamatórios do trato genital feminino e inflamatórios, bem como doenças da mama, foram as mais direcionadas para ambulatório cirúrgico na média e alta complexidade.



			chance foram utilizados para estatística.	
3	Aspectos éticos e sociais da sexualidade feminina no climatério e na pós-menopausa	Determinar os aspectos éticos e sociais da sexualidade da mulher no climatério e na menopausa.	Foi realizado um estudo descritivo transversal em mulheres que participaram da consulta sobre climatério e menopausa no Município de Playa, com idade entre 40 e 64 anos. O estudo foi realizado entre 1 de julho de 2017 e 30 de setembro de 2018. Variáveis estudadas Idade, estágio climatérico, estado civil, principais sintomas referidos e fatores sociais.	A maioria dos pacientes tem dúvidas, bem como sintomas relacionados à sexualidade, e não fazem consultas por estes motivos. O aspecto ético é de grande importância para estas mulheres, por isso é recomendável que elas recebam aconselhamento sobre sexualidade quando vierem para consulta, independentemente do motivo de sua visita.
4	Influencia de la etnia mapuche sobre la indicación de terapia hormonal de la menopausia según aplicación escala de calidad de vida (mrs), en población rural de la araucanía	Relacionar as indicações da etnia mapuche e os sintomas climatéricos da terapia hormonal menopausal (HTM) em uma população do setor rural de Boyeco, região de La Araucanía.	Estudo observacional realizado em mulheres rurais no controle sanitário no CESFAM Boyeco entre outubro de 2016 e janeiro de 2017. Nenhum dos participantes avaliados estava recebendo THM. Para o estudo, foi considerado o número de sobrenomes Mapuche. O instrumento validado para a população chilena, "Escala MRS" (Menopause Rating Scale), foi utilizado, o que permite discriminar os diferentes domínios sintomáticos do climatério.	As pacientes mapuches têm maior sintomatologia nos domínios somático e psicológico, especialmente aquelas com menos de 50 anos de idade. Todas as mulheres estudadas com menos de 50 anos de idade necessitam de terapia, sem variação estatisticamente significativa por etnia.
5	Demandas de mulheres no climatério na Estratégia Saúde da Família: estudo descritivo	Conhecer as principais demandas de mulheres no climatério, atendidas na Atenção Primária à Saúde, a partir dos relatos dos profissionais de saúde.	pesquisa de caráter descritivo com abordagem qualitativa desenvolvida em uma unidade de Estratégia Saúde da Família do município do Rio de Janeiro. Através de um roteiro de entrevista semiestruturado foram entrevistados 17 profissionais de saúde, entre médicos e enfermeiros, finalizando a coleta com a utilização da técnica de amostragem por saturação teórica. As entrevistas foram tratadas	Recomenda-se atualização dos profissionais quanto aos conceitos e aos aspectos relacionados ao climatério, visando que suas ações atendam essas mulheres integralmente. IMPLICAÇÕES PRÁTICAS a atenção à saúde deve considerar questões do âmbito da sexualidade para poder contribuir para a saúde sexual das



			por meio da análise de conteúdo temático-categorial.	mulheres na fase do climatério.
6	Vivenciando o climatério: percepções e vivências de mulheres atendidas na atenção básica	Apreender as percepções de mulheres que vivenciam o climatério.	Estudo descritivo exploratório com abordagem qualitativa, realizado na Unidade Básica de Saúde de um município do Noroeste do Paraná. Os dados foram coletados por meio de entrevista semiestruturada junto a 16 mulheres em dezembro de 2016 e submetidos a análise de conteúdo, modalidade temática.	O acolhimento e atendimento integral à mulher deve fazer parte da rotina de cuidado dos profissionais, em especial da Atenção Básica, oportunizando o conhecimento das necessidades particulares e o planejamento de ações de cuidado.

Fonte: Autores (2023)

Quadro 3: Artigos selecionados para análise com os descritores climatério and qualidade de vida

Nº	Título	Objetivo	Método	Conclusão
1	Síntomas climatéricos y calidad de vida mediante índice de Kupperman-Blatt y escala de Cervantes	Determinar a gravidade dos sintomas climatéricos em mulheres perimenopausadas usando o índice Kupperman-Blatt e a Escala Cervantes.	Este foi um estudo quantitativo, descritivo, observacional e correlacional de pacientes atendidos no Centro de Saúde Las Moras no Departamento de Huánuco, Distrito de Huánuco, Peru. A amostra consistiu de 60 mulheres que preenchem os critérios de inclusão. Foram aplicados o Índice Menopausal Kupperman-Blatt e a Escala de Qualidade de Vida de Cervantes.	Com um nível de significância de $p < 0,05$, foi demonstrado que durante o estágio climatológico ambos os testes mostram uma correlação positiva entre a intensidade da sintomatologia medida com o Índice Menopausal Kupperman-Blatt e a qualidade de vida avaliada com a Escala de Cervantes (AU).
2	Prevalência das disfunções sexuais no período do climatério em uma clínica especializada na saúde da mulher em Caruaru/PE	Verificar a prevalência das disfunções sexuais em mulheres climatéricas contribuindo com evidências para profissionais que lidam com a saúde da mulher.	Estudo de corte transversal descritivo e analítico, realizado na clínica especializada da mulher em Caruaru/PE, com 99 mulheres, de 40 a 65 anos e que tinham vida sexual ativa. Foram avaliadas através dos questionários Sociodemográfico, Questionário da Saúde da Mulher, Quociente Sexual Versão Feminina e Índice de Função Sexual Feminino.	A maioria apresenta bom desempenho sexual, entretanto possuem baixa qualidade de vida e alto indicativo para disfunções sexuais. Sendo assim, propõe-se desenvolvimento de pesquisas, gerando conhecimentos para profissionais que lidam com essa temática, visando saúde e qualidade de vida. (AU)
3	Conhecimento das mulheres sobre a terapia de reposição hormonal	Analisar o conhecimento básico de mulheres de Curitiba-PR entre 45 e 60 anos sobre terapia de reposição	Estudo transversal com mulheres de Curitiba-PR entre 45 e 60 anos sobre terapia de reposição	Esses dados corroboram a premissa de que ainda faltam orientações



		hormonal através de questionário autoaplicado	hormonal através de questionário autoaplicado.	e medidas voltadas para o cuidado integral das mulheres no climatério
4	Influência do comprometimento excessivo na qualidade de vida e nos sintomas do climatério de profissionais da enfermagem	Descrever as características gerais das profissionais de enfermagem e avaliar como o comprometimento excessivo pode influenciar na percepção dos sintomas do climatério e na qualidade de vida dessas mulheres.	Trata-se de estudo transversal analítico, que avaliou 152 auxiliares e técnicas da enfermagem, na faixa etária de 40 anos ou mais, em 3 hospitais do interior do estado de São Paulo. Em 2017, foram coletados dados sociodemográficos e aplicados os instrumentos Índice Menopausal de Blatt-Kupperman, Questionário Saúde da Mulher, Medical Outcome Study 36-item short form Health Survey e Effort Reward Imbalance. Foi realizada análise descritiva e análise de rede.	Presença de comprometimento excessivo parece influenciar em uma percepção negativa da sintomatologia do climatério e em uma pior qualidade de vida.
5	Função sexual e qualidade de vida em mulheres climatéricas	Analisar a relação da função sexual e a qualidade de vida em mulheres climatéricas.	Trata-se de um estudo observacional, de corte transversal, analítico. A coleta de dados foi realizada com 20 mulheres climatéricas com faixa etária de 38 a 60 anos. Como instrumentos foram utilizados questionários contendo dados sociodemográficos, o Female Sexual Function Index para avaliar a função sexual e o World Health Organization Quality of Life (WHOQOLBREF) para analisar a qualidade de vida.	Constatou-se que nas mulheres que possuem uma qualidade de vida reduzida os impactos da disfunção sexual são maiores. (AU)
6	A influência dos sintomas climatéricos na saúde da mulher	Este estudo objetivou descrever a influência dos sintomas climatéricos na qualidade de vida de mulheres nessa fase do ciclo reprodutivo.	Trata-se de uma pesquisa descritiva, quantitativa, transversal e epidemiológica que iniciou após parecer favorável do Comitê de ética pela numeração 1.655.600.	Nos resultados pode-se observar que a maioria das mulheres apresentam ou sintomas entre moderados e acentuados, totalizando 60,9% de acordo o Índice de Kupperman e Blatt, e que a maioria das participantes, 52,9%, apresentaram médias de resposta no QSM acima da média geral da população estudada, o que aponta que



				os sintomas vivenciados nesta fase da vida levam à alterações na sua qualidade de vida.(AU)
--	--	--	--	---

Fonte: Autores (2023)

5 DISCUSSÃO

5.1 MUDANÇAS COMPORTAMENTAIS E FISIOLÓGICAS DETERMINADAS PELO CICLO BIOLÓGICO FEMININO; CLIMATÉRIO E MENOPAUSA

A queda do nível de estrogênio no sangue durante o período do climatério leva a mulher ter sintomas que variam de acordo com cada mulher, os sintomas incluem a insuficiência ovariana, o término da capacidade reprodutiva, instabilidade vasomotora, diminuição da função psicológica, esquecimento, infecções do trato urinário. Em relação às diferenças culturais e étnicas, a gravidade e a frequência desses sintomas variam em diferentes países⁷.

Os fatores como genética, hábitos alimentares, nível de atividade e exercícios diários causam diferenças na idade natural da menopausa em várias comunidades. Baixa autoeficácia, extensos conflitos culturais e desigualdades socioeconômicas, desigualdades de crença e gênero, conhecimento do processo da menopausa e estressores são os fatores que podem influenciar a qualidade de vida (QV) na menopausa⁵.

Uma grande parte da população feminina apresenta sintomas na fase do climatério e na menopausa, sendo algum desses sintomas considerados graves o suficiente para ter um impacto na saúde física e mental. Esses sintomas impactam na QV das mulheres e incluem ondas de calor, secura vaginal, dor nas articulações, fadiga, falta de sono, irritabilidade e depressão. Muitas mulheres experimentam um conjunto idiossincrático de tais sintomas⁷.

O baixo status econômico pode ser considerado como um dos principais fatores que contribuem para o aumento da gravidade dos sintomas do climatério/ menopausa ou uma duração mais longa dos sintomas da menopausa. Seu achado também é semelhante ao relatado por Alves et al. (2015)⁴ que afirma que a dependência da nicotina e o tabagismo podem causar a gravidade dos sintomas da menopausa entre as mulheres pós-menopáusicas fumantes. No entanto, o tabagismo tem propriedades antiestrogênicas, que podem causar riscos à saúde associados aos sintomas da menopausa⁷.

Um alto nível de atividade física pode reduzir os sintomas da menopausa; assim como o relaxamento e a meditação. O exercício aeróbico, induz à perda de peso e aumenta a gravidade das ondas de calor e reduz o risco de problemas de memória. Deve-se notar que o exercício e a atividade física neste grupo de mulheres levam ao aumento das relações sociais, e o exercício aeróbico em grupo leva à melhoria da qualidade de vida das mulheres⁸.



A terapia hormonal da menopausa (THM) pode efetivamente diminuir esses sintomas, diminuindo ou eliminando 80% a 90% dos sintomas em comparação com outras intervenções médicas. No entanto, essa terapia requer acesso médico e meios econômicos que nem sempre estão disponíveis para todas as mulheres, principalmente nas áreas de maior vulnerabilidade. Mesmo quando os pacientes têm acesso a um médico, nem sempre os médicos sabem prescrever as terapias de reposição hormonal ou se sentem seguros devido ao aumento do risco de doenças cardíacas, câncer de mama, câncer de endométrio e eventos tromboembólicos, como acidente vascular cerebral⁹.

As mulheres latino americanas na menopausa pontuaram mais nos sintomas da menopausa do que as mulheres americanas. Cerca de 72% das mulheres latino-americanas não consultaram um médico e preferiram aceitar os sinais e sintomas da menopausa como inevitáveis e imutáveis ou como algo com o qual simplesmente têm que conviver¹⁰.

Estima que mais de 70% da população do mundo em desenvolvimento ainda depende dos sistemas complementares e da medicina alternativa¹⁴. As práticas culturais, crenças, dificuldade em acesso levam ao autocuidado ou aos medicamentos caseiros. Mesmo em uma área urbanizada do primeiro mundo 22,1% das mulheres em uma pesquisa de base populacional relataram o uso de uma das oito terapias alternativas para melhorar os sintomas da menopausa¹¹.

A atividade física pode não ser considerada quando se discute “medicina complementar e alternativa”, mas seu amplo espectro de benefícios à saúde está bem documentado. Confirmamos que há evidências da eficácia da atividade física regular na prevenção primária e secundária de várias doenças e redução dos sinais e consequências da menopausa⁹.

A caminhada e ioga foram eficazes para melhorar o afeto positivo e a qualidade de vida relacionada a fase do climatério e fase da menopausa e reduzir o afeto negativo. As mulheres que experimentaram diminuições nos sintomas da menopausa durante o estudo também experimentaram melhorias em todos os resultados positivos de saúde mental e qualidade de vida e reduções nos resultados negativos de saúde mental. Mulheres que se exercitam regularmente relatam melhor diminuição nas ondas de calor¹².

Apesar da atividade física impactar positivamente na qualidade de vida durante a fase do climatério e menopausa, poucos estudos têm sido realizados de como se incentivar mulheres sedentárias a praticar atividades nessa fase da vida¹². Mulheres que não praticam atividade física, terão um desfecho, com sintomas físicos mais vivenciados e reclamados, entre outras dimensões no período pós-menopausa e com mais frequência durante esse período como dores musculares e articulares. Parece que fatores como hormônios reprodutivos desempenham um papel importante a esse respeito. Como resultado, ocorrem mudanças drásticas nos hormônios, incluindo uma redução severa no estrogênio, levando a sintomas físicos durante esse período¹².



5.2 OS FATORES ASSOCIADOS À QUALIDADE DE VIDA EM MULHERES NO CLIMATÉRIO

A OMS define qualidade de vida como “a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistemas de valores em que vive e em relação a seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. ”A qualidade de vida é um fenômeno que atinge de maneira complexa a saúde física, estado psicológico, nível de independência, relações sociais e crenças pessoais de um indivíduo, e a sua relação com as suas características marcantes de seu ambiente¹³.

A qualidade de vida significa desempenhar um papel significativo na condução e avaliação das intervenções de saúde. Um estudo sobre qualidade de vida pode significar um caminho para elaborar programas de reabilitação mais eficazes. Novos desenvolvimentos nas ciências médicas e sociais sugerem que a expectativa de vida aumentou mundialmente. Hoje, muitas mulheres passam um terço de suas vidas após a menopausa. Portanto, a qualidade de vida de mulheres na pós-menopausa é de grande interesse para a saúde pública^{12,13}.

Como visto, a menopausa é um episódio na vida da mulher que traz consequências físicas, psicológicas, culturais e sociais, afetando a QV. Os sintomas vivenciados durante a menopausa e as características sociodemográficos afetam a QV em mulheres na pós-menopausa. Os efeitos primários da menopausa estão associados à diminuição da produção estrogênio¹⁴.

Os principais problemas apresentados pelas mulheres na pós-menopausa incluem sintomas vasomotores, atrofia urogenital, osteoporose, doenças cardiovasculares, câncer, insônia, diminuição da função cognitiva e problemas sexuais^{13,14}. As alterações hormonais iniciam durante a transição entre o climatério e a menopausa e resultam em alterações fisiológicas e incluem vários sintomas. Os sintomas podem ser angustiantes, principalmente porque ocorrem em um momento em que as mulheres desempenham papéis importantes na sociedade, na família e no local de trabalho¹⁵.

As condições relacionadas à menopausa levam à redução da qualidade de vida entre as mulheres. Vários estudos têm revelado um conjunto de fatores que podem estar associados à QV. Contradições podem, no entanto, ser encontradas em diferentes estudos; pois podem estar relacionadas aos aspectos culturais, sociais e econômicos e até mesmo políticos em que as mulheres estão inseridas^{14,15}.

5.3 OS PRINCIPAIS DIAGNÓSTICOS DE ENFERMAGEM E INTERVENÇÕES DE ENFERMAGEM NA SAÚDE DA MULHER NO CLIMATÉRIO.

Muitas mulheres não percebem a necessidade de procurar uma assistência no período perimenopausa; pois uma necessidade surge quando se vê uma diferença entre a situação considerada ótima e a situação real observada. A necessidade sentida diz respeito à percepção que as pessoas têm sobre seus problemas de saúde ou o que desejam receber dos serviços de saúde. Ao contrário de uma



necessidade que não é sentida, existe uma necessidade que as pessoas não percebem, mas que deve ser satisfeita para manter, restaurar ou melhorar sua saúde¹⁶.

A maioria das mulheres não percebe a necessidade prevenção ou detecção precoce de problemas de saúde. O ato de não prevenção por sua vez representa um fardo significativo para os sistemas de saúde e para a sociedade devido aos altos custos dos cuidados de saúde, diminuição da qualidade de vida e morte prematura¹. As mulheres passam a procuram os serviços de saúde quando apresentam sintomas que impactam na qualidade de vida².

Um número de mulheres na fase do climatério experimenta importantes mudanças biológicas, psicológicas e sociais; 50-70% relatam sintomas do climatério, 45,6% depressão e outros distúrbios do humor e do sono, 31,1% sofrem de hipertensão, 16,7% sofrem de diabetes; a prevalência de fraturas de quadril secundárias à osteoporose é de 169 por 10.000 mulheres-ano, de câncer de mama é de 27,4 por 100.000 mulheres-ano e de câncer cervical é de 19,2 por 100.000 mulheres-ano¹⁷.

A situação pode ser agravada se pensarmos que a maioria das mulheres tem pouco conhecimento sobre o climatério e sobre a medidas de prevenção necessárias, e o baixo incentivo dos profissionais da saúde em dialogar sobre o assunto com as mulheres e incentivar mudanças de comportamento e práticas de vida saudáveis¹⁷. A transição para a fase da menopausa ligada à presença de fatores de risco clínicos afeta consideravelmente a vida das mulheres, a intervenção de enfermagem com suporte tecnológico pode ser uma estratégia não farmacêutica promissora, segura e de baixo custo para enfrentar esse problema nos serviços de saúde. Entre as intervenções de enfermagem temos o controle do peso, controle da pressão arterial, incentivo a atividade física, melhor qualidade de vida³.

A educação em saúde surge como estratégia nas unidades básicas de saúde, podendo ser realizadas também em feiras ou espaços onde possamos falar sobre o climatério com as mulheres e assim levar o conhecimento no primeiro nível de atenção¹⁸. Estudo realizado com mulheres que receberam intervenções de enfermagem e apoio tecnológico, reeducação alimentar, atividade física, aconselhamento individual tiveram como resultado, diminuição da pressão arterial, diminuição da circunferência abdominal, melhoraram a qualidade de vida e melhores níveis de atividade de atividade física¹⁷.

A literatura recomenda que os desenhos de intervenções que utilizam tecnologias leves e integrem uma base teórica relevante, que possibilite entender e explicar as barreiras aos comportamentos de saúde, utilizando metodologias de design de serviços centrados no cliente e princípios de design de sistemas persuasivos. Mas, são poucos os estudos de intervenção que integram a interação entre os componentes dos sintomas do climatério e menopausa e da qualidade de vida em mulheres na fase do climatério na América Latina, evidenciando a necessidade de abordar esse grupo de mulheres¹⁹.



Quadro 4: Diagnósticos de Enfermagem, resultados de enfermagem e intervenções de enfermagem no Climatério e Menopausa; São Paulo, 2023.

DIAGNÓSTICOS DE ENFERMAGEM	RESULTADOS ESPERADOS	INTERVENÇÕES DE ENFERMAGEM
Padrões de sexualidade alterado	Aumento de libido e lubrificação	Fornecer um ambiente terapêutico que conduza à saúde sexual do cliente incluindo os componentes psicológico, emocional, social, cultural, espiritual e não apenas à genitália e seu funcionamento
Déficit de conhecimento	Mudança na rotina	Orientar para que entendam o que é um diafragma, como é inserido o dispositivo intra-uterino (DIU), como é utilizada a pílula e se o hormonal injetável é confiável.
Distúrbio de imagem corporal	Aumento de auto estima	Orientações e mudanças de hábitos
Distúrbio no padrão do sono	Padronização de sono	Investigar e observar os sinais de cansaço e presença de insônia, aspectos importantes a serem observados na mulher;
Auto estima baixa	Aumento da QV	lazer e o esporte
Ansiedade	Controle emocional	Enfrentamento/tolerância ao estresse, a reação da cliente diante de um problema conjugal e de uma crise.
Integridade da pele prejudicada	Hidratação	Orientar para eliminação, dados sobre a evacuação, micção, perspiração/sudorese e eliminação vaginal
Conforto Alterado	Aumento de QV	Ouvir e orientar sobre relações entre a paciente e o parceiro, a família, os amigos e os filhos, além da existência de violência;
Risco para controle Ineficaz do regime terapêutico	Controlar e adequar o tratamento	Auxiliar no processo de compreensão do apoio terapêutico
Manutenção da saúde alterada	Aumento da resposta imune	Realização do auto-exame das mamas, exame cérvico-uterino, programas de exercícios regulares
Nutrição alterada: risco maior que as necessidades corporais.	Mudança de hábitos alimentares	Controle de peso com boa nutrição, dieta baixa em colesterol, aconselhamento sobre o planejamento familiar, as práticas sexuais, a importância do exercício regular, as conseqüências do uso de álcool e drogas

Fonte: Autores (2023)

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O climatério é mais uma fase de vida da mulher, devendo ser tratada e respeitada. Uma fase com significados, mudanças fisiológicas, psicológicas e sociais. Cada mulher vai vivenciar de maneira diferente. E os aspectos pessoais, sociais, culturais, econômicos e políticos podem influenciar nesse período que é único para cada mulher.

A atenção Primária de Saúde é a porta de entrada o atendimento das mulheres nessa fase, cabe o enfermeiro como integrante da equipe de saúde acolher essa mulher, pois tem o embasamento teórico prático necessário para possibilitar o desenvolvimento das ações.

Os estudos apontam que faltam empatia por parte dos profissionais de saúde para a escuta qualificada, humanização no atendimento, conhecimento, divulgação de práticas preventivas e aplicação de tratamentos. As mulheres procuram atendimento somente após apresentarem sintomas, não fazem prevenção e se sentem envergonhadas do processo que estão vivenciando.



Na consulta de enfermagem é possível elencar os diagnósticos de enfermagem o que vai aumentar a segurança da mulher e melhorar a qualidade do atendimento. Entre os diagnósticos de enfermagem elencamos: Padrões de sexualidade alterado; Deficit de conhecimento; Distúrbio de imagem corporal; Distúrbio no padrão do sono Auto estima baixa; Ansiedade; Integridade da pele prejudicada; Conforto Alterado Risco para controle; ineficaz do regime terapêutico; Manutenção da saúde alterada e Nutrição alterada: risco maior que as necessidades corporais.

A identificação dos diagnósticos de enfermagem contribui para um planejamento e execução de um plano de cuidados em enfermagem direcionado a cada mulher, fundamental para a obtenção de melhor qualidade no atendimento.

A fase da perimenopausa e caracterizada pelo declínio dos hormônios que causam desconfortos que podem ser aliviados por intervenções de enfermagem com incentivo a mudança de hábitos como deixar de fumar, deixar a bebida alcoólica, controle da pressão arterial, controle de peso, alimentação saudável, sono tranquilo, lazer, melhor a auto estima.

Para concluir e responder aos objetivos propostos foi elaborado uma cartilha com a finalidade de esclarecer as mulheres sobre a fase do climatério, o período perimenopausa e menopausa e a algumas medidas de prevenção e qualidade de vida nessa fase não reprodutiva.



REFERÊNCIAS

- NOGUEIRA C. V.; MEDEIROS J. N. F.; MEDEIROS R. G.; Mulher no Climatério: reflexões sobre desejo sexual, beleza e feminilidade. *Saúde Soc. São Paulo*; Junho. 2010.
- MORI M. F. L.; FERNANDA M. P. F.; O olhar do profissional da Atenção Primária sobre o cuidado à mulher climatérica. *Interface. São Paulo*; Julho. 2021.
- RIGUETE. S. S. G.; FARIA. S. SM.; SILVEIRA F. KL.; HALASZ. C. F.; ANTUNES. C. E. O viver de mulheres no climatério: revisão sistemática da literatura. *Revista electrónica trimestral de Enfermería. Janeiro. 2012.*
- ALVES, E. R. P. et al. Climatério: a intensidade dos sintomas e o desempenho sexual. *Texto & Contexto-Enfermagem*, v. 24, p. 64-71, 2015.
- ACUNA SAN MARTIN, M. et al. Influencia de la etnia mapuche sobre la indicación de terapia hormonal de la menopausia según aplicación escala de calidad de vida (mrs), en población rural de la araucanía. *Rev. chil. obstet. ginecol. Santiago*, v. 83, n. 5, p. 464-470, nov. 2018.
- BROOME M.E. Integrative literature reviews for the development of concepts. In: Rodgers BL, Knafelz KA, editors. *Concept development in nursing: foundations, techniques and applications*. Philadelphia (USA): W.B Saunders Company; 2000. p.231-50.
- BELÉM, D., DA SILVA FILHO, C. R., JACINTO, A. F., FRANÇA, A. B., & CONTERNO, L. O. Influence of overcommitment on the quality of life and on climacteric symptoms in nursing professionals. *Revista Gaúcha De Enfermagem*, 42. 2021 42, e20190374.
- CAMPOS, P. F., MARÇAL, M. E. A., ROCHA, L. DOS S., CARVALHO, V. P. DA S., & SILVA, J. M. DE O. E. (2022). Climatério e menopausa: conhecimento e condutas de enfermeiras que atuam na Atenção Primária à Saúde. *Revista De Enfermagem Da UFSM*, 12, e41.
- CASTILHOS, L., SCHIMITH, M. D., SILVA, L. M. C. DA, PRATES, L. A., & GIRARDON-PERLINI, N. M. O. (2021). Necessidades de cuidado de mulheres no climatério com hipertensão: possibilidades de trabalho do enfermeiro. *Revista De Enfermagem Da UFSM*, 11, e15.
- CURTA, J. C.; WEISSHEIMER, A. M. Percepções e sentimentos sobre as alterações corporais de mulheres climatéricas. *Revista Gaúcha de Enfermagem. Rio Grande do Sul*, Maio. 2020.
- FIGUEROA SANCHEZ, Ibeth Catherine et al. Sintomas climatéricos e qualidade de vida usando o índice de Kupperman-Blatt e a escala de Cervantes. *Cuban Journal of Comprehensive General Medicine*, [SI], v. 38, nº. 2, maio de 2022. ISSN 1561-3038.
- FONSECA, G. M. DA S. et al. Prevalência das disfunções sexuais no período do climatério em uma clínica especializada na saúde da mulher em Caruaru/PE. *Fisioterapia Brasil*, v. 22, n. 1, p. 72–85, 19 mar. 2021.
- MACIEL, MAYARA RIBEIRO, et al. "Demandas de mulheres no climaterio na Estrategia Saude da Familia: estudo descritivo." *Online Brazilian Journal of Nursing*, vol. 17, no. 3, Sept. 2018, pp. 1D+.
- ROMAN A.R, Friedlander MR. Revisão integrativa de pesquisa aplicada à enfermagem. *Cogitare Enferm.* 1998 Jul-Dez; 3(2):109-12.



MEIRA, L. F. et al. Função sexual e qualidade de vida em mulheres climatéricas. *Fisioterapia Brasil*, v. 20, n. 1, p. 101–108, 19 fev. 2019.

PAULA A. F.; FÁTIMA M. N. M.; LOURDES M. N. S.; ALMEIDA M. R.; Fatores associados à obesidade geral e ao percentual de gordura corporal em mulheres no climatério da cidade de São Paulo, Brasil. *Ciência saúde coletiva*. São Paulo; Novembro. 2018..

SAMPAIO, J. V.; MEDRADO, B.; MENEGON, V. M. Hormônios e Mulheres na Menopausa. *Psicologia: Ciência e Profissão*. Brasília, Out. 2021.

SANTOS, V.M.L.; VIDAL, M.I.S.; SILVA, A.C.; CARMO, A.M.G.; CHAGAS, E.F.B. Perfil de mulheres climatéricas em Estratégia de Saúde da Família no interior paulista. *Semin. Cienc. Biol. Saúde*. 13º de janeiro de 2022, 43(1):3-14.

SANTOS, T.T.; BARILLI, S.L.; PORCIÚNCULA, M.B.; ALMEIDA, R.D.; SPECHT, A.M. Avaliação do risco cardiovascular em mulheres docentes no fim do período reprodutivo. *Revista de Enfermagem da UFSM*. 2020.

SILVA, L.D.C.; MAMEDE, M.V. Prevalence and severity of menopausal symptoms in women with coronary artery disease / Prevalência e intensidade de sintomas climatéricos em mulheres com doença arterial coronariana. *R. pesq. cuid. fundam*. 1º de maio de 2021; 12:305-12

VALENZUELA-ADAROS, K.; ABARCA-BROWN, G. Más allá de la «falla hormonal». Concepciones de profesionales de atención primaria sobre el climaterio en Santiago, Chile. *Rev. chil. obstet. ginecol*. Santiago, v. 87, n. 1, p. 19-25, feb. 2022.