



UEPB

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I – CAMPINA GRANDE
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE ENFERMAGEM
CURSO DE GRADUAÇÃO EM BACHALERADO EM
ENFERMAGEM**

ANA CAROLINE MACÊDO SILVA

**IMPORTÂNCIA DAS ORIENTAÇÕES DE ENFERMAGEM NA REDUÇÃO DOS
IMPACTOS DO CLIMATÉRIO NA VIDA DA MULHER**

**CAMPINA GRANDE - PB
2023**

ANA CAROLINE MACÊDO SILVA

**IMPORTÂNCIA DAS ORIENTAÇÕES DE ENFERMAGEM NA REDUÇÃO DOS
IMPACTOS DO CLIMATÉRIO NA VIDA DA MULHER**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo)
apresentado ao Departamento do Curso de
Enfermagem da Universidade Estadual da
Paraíba, como requisito parcial à obtenção do
título de Bacharel em Enfermagem

Área de concentração: Saúde da Mulher.

Orientadora: Profa. Me. Mayara Evangelista de Andrade

**CAMPINA GRANDE - PB
2023**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S586i Silva, Ana Caroline Macedo.

Importância das orientações de enfermagem na redução dos impactos do climatério na vida da mulher [manuscrito] / Ana Caroline Macedo Silva. - 2023.

33 p.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2023.

"Orientação : Prof. Me. Mayara Evangelista de Andrade, Coordenação do Curso de Enfermagem - CCBS. "

1. Climatério. 2. Saúde da mulher. 3. Menopausa. I. Título

21. ed. CDD 612.665

ANA CAROLINE MACÊDO SILVA

IMPORTÂNCIA DAS ORIENTAÇÕES DE ENFERMAGEM NA REDUÇÃO DOS
IMPACTOS DO CLIMATÉRIO NA VIDA DA MULHER

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo)
apresentado ao Departamento do Curso de
Enfermagem da Universidade Estadual da
Paraíba, como requisito parcial à obtenção do
título de Bacharel em Enfermagem.

Área de concentração: Saúde da Mulher.

Aprovada em: 30/10/2023.

BANCA EXAMINADORA

Mayara Evangelista de Andrade

Profª. Me. Mayara Evangelista de Andrade (Orientadora)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

Fabíola de Araújo Leite Medeiros

Profª. Dra. Fabíola de Araújo Leite Medeiros
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

Profª. Dra. Ana Cláudia Torres de Medeiros

Profª. Dra. Ana Cláudia Torres de Medeiros
Universidade Federal de Campina Grande (UFCG)

“Metade do mundo são mulheres, a outra metade, os filhos delas” (Efu Niaki).

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Fluxograma do processo de seleção dos estudos, adaptado do <i>Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analyses</i> (PRISMA).....	18
---	----

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Síntese dos estudos selecionados referentes ao período de 2013 a 2023	20
--	----

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

APS	Atenção Primária à Saúde
BVS	Biblioteca Virtual da Saúde
DeCS	Descritores em Ciências da Saúde
DCNT	Doenças Crônicas Não Transmissíveis
FSH	Hormônio Folículo-estimulante
HDL	<i>High Density Lipoproteins</i>
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
IE	Índice de Envelhecimento
ISRS	Inibidores Seletivos da Recaptação da Serotonina
LDL	<i>Low Density Lipoproteins</i>
LH	Hormônio Luteinizante
OMS	Organização Mundial da Saúde
PRISMA	<i>Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses</i>
PNPIC	Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares
RI	Revisão Integrativa
SCIELO	<i>Scientific Electronic Library Online</i>
SUS	Sistema Único de Saúde

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	9
2	REFERENCIAL TEÓRICO	10
2.1	Climatério	10
2.2	Fisiologia do climatério	11
2.3	Sintomatologia e complicações na vida da mulher	11
2.4	Tratamento	13
2.4.1	Terapia Medicamentosa Hormonal	13
2.4.2	Terapia Medicamentosa Não Hormonal	14
2.4.3	Práticas Complementares	14
2.5	Abordagem clínica	15
2.6	Assistência de enfermagem às mulheres climatéricas	16
3	METODOLOGIA	17
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO	19
4.1	Principais ações de enfermagem frente a assistência ao climatério	24
4.2	Relevância do profissional de enfermagem no contexto do cuidado às mulheres durante o período climatérico	25
4.3	Lacunas na prestação de cuidado às mulheres durante a fase do climatério	26
5	CONCLUSÃO	26
	REFERÊNCIAS	27
	AGRADECIMENTOS	33

IMPORTÂNCIA DAS ORIENTAÇÕES DE ENFERMAGEM NA REDUÇÃO DOS IMPACTOS DO CLIMATÉRIO NA VIDA DA MULHER

IMPORTANCE OF NURSING GUIDANCE IN REDUCING THE IMPACTS OF CLIMATERIC ON WOMEN LIVE

Ana Caroline Macêdo Silva¹

RESUMO

Objetivo: analisar a contextualização da produção científica da enfermagem sobre o climatério e os impactos na vida da mulher. **Metodologia:** Consiste em uma revisão integrativa realizada no mês de agosto de 2023. A busca por artigos foi conduzida de forma sistemática em bases de dados, incluindo a Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), Scielo e PubMed, utilizando os descritores DeCS "Climatério" e "Enfermagem", que foram relacionados pelo operador booleano *AND*. Inicialmente, uma ampla busca resultou na identificação de 2.264 artigos. Em seguida, foram aplicados filtros relacionados ao tempo de publicação, idioma e à temática proposta. Após a aplicação desses critérios, restaram 855 artigos. Desses, 810 foram excluídos após uma análise dos títulos, resultando em 45 artigos que foram considerados relevantes para uma análise mais aprofundada. Posteriormente, após uma leitura completa desses 45 artigos, foram selecionados 13 deles para inclusão neste trabalho. **Resultados:** Os resultados destacaram a importância do enfermeiro na assistência ao climatério, evidenciando sua contribuição por meio de medidas educativas, informações pertinentes e conhecimento técnico. Sua atuação abrangente e qualificada, em conjunto com uma equipe multidisciplinar, ressalta a relevância nesse contexto. Apesar dos avanços, existem desafios, como protocolos desatualizados e a falta de capacitações específicas, que impactam negativamente o cuidado durante esse período. **Conclusão:** O climatério, além das mudanças hormonais e físicas, pode desencadear alterações psicológicas, mentais, sociais e culturais, demandando apoio familiar e atenção dos profissionais de saúde. Apesar da discussão, o climatério e a menopausa ainda são tabus, evidenciando a importância da enfermagem em oferecer suporte e conhecimento. Desafios na qualidade da assistência, como falta de capacitação e protocolos desatualizados, ressaltam a necessidade de educação contínua e atualização de diretrizes clínicas. Recomenda-se ampliar pesquisas e programas de capacitação para aprimorar o cuidado no climatério, destacando a relevância das orientações de enfermagem para uma melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: climatério; assistência de enfermagem; saúde da mulher.

ABSTRACT

Objective: To analyze the contextualization of nursing scientific production on menopause and its impacts on women's lives. **Methodology:** This study comprises an integrative review conducted in August 2023. The search for articles was systematically conducted across databases, including the Virtual Health Library (VHL), Scielo, and PubMed, using the DeCS descriptors "Menopause" and "Nursing," connected by the boolean operator *AND*. Initially, a broad search identified 2,264 articles. Filters related to publication time, language, and the proposed theme were then applied, resulting in 855 remaining articles. Of these, 810 were

¹Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)
E-mail: anacaroliinemacedos@gmail.com

excluded after title analysis, leaving 45 articles considered relevant for a more in-depth analysis. Subsequently, after a full reading of these 45 articles, 13 were selected for inclusion in this study. **Results:** The findings underscored the importance of nurses in menopausal care, highlighting their contribution through educational measures, relevant information, and technical knowledge. Their comprehensive and qualified role, in collaboration with a multidisciplinary team, emphasizes their significance in this context. Despite advancements, challenges such as outdated protocols and a lack of specific training negatively impact care during this period. **Conclusion:** Menopause, in addition to hormonal and physical changes, can trigger psychological, mental, social, and cultural alterations, requiring family support and healthcare professional attention. Despite ongoing discussions, menopause remains a taboo, emphasizing the nursing profession's crucial role in providing support and knowledge. Challenges in the quality of care, such as inadequate training and outdated protocols, underscore the need for ongoing education and clinical guideline updates. It is recommended to expand research and training programs to enhance menopausal care, emphasizing the relevance of nursing guidance for improved quality of life.

Keywords: menopause; nursing care; women's health.

1 INTRODUÇÃO

O climatério pode ser compreendido como um processo biológico e não patológico pertencente ao ciclo de vida da mulher, é caracterizado como um período de transição que perpassa entre a sua fase reprodutiva e não reprodutiva. Em sua maioria, tem início aos meados dos 40 anos e permeia de modo geral até os 65 anos, sendo inerente ao processo de envelhecimento feminino (BRASIL, 2008). É marcado pelas grandes transformações sofridas em decorrência das alterações hormonais, metabólicas e funcionais evidenciadas durante essa etapa.

É comum que durante esse período, elevada parcela de mulheres apresente queixas quanto ao quadro sintomatológico característico, os mais manifestos são as instabilidades emocionais e vasomotoras, distúrbios menstruais, sintomas psicológicos e atrofia vulvovaginal. (PEIXOTO *et al.*, 2015; MIRANDA; FERREIRA; CORRENTE, 2014; VALENÇA; GERMANO, 2010). Nessa perspectiva, em reflexo as alterações multifatoriais que acontecem nessa fase, a mulher pode estar submetida uma gama de anseios físicos e psicoemocionais que influem de maneira intrínseca e extrínseca no seu bem-estar geral, nas relações conjugais e familiares, na sexualidade, no trabalho, em seus costumes, entre outros âmbitos (SELBAC *et al.*, 2018).

Com base nisso, a fase do climatério, assim como os seus sintomas, pode ser entendida e manifestada de formas variadas, apoiando-se em distintos aspectos culturais, físicos, sociais e demográfico (JÚNIOR *et al.*, 2020). Frente a isso, destaca-se a relevância em se elaborar uma abordagem de cuidado baseada no acolhimento através da escuta qualificada em consonância a intervenções clínicas indispensáveis, tendo o intuito de propiciar uma percepção ampla do processo crítico existencial envolvido, no qual demais lacunas relacionadas ao envelhecer pode se sobrepôr as derivações do climatério (VIEIRA *et al.*, 2018).

O período climatérico é questão de saúde pública, visto que tanto em ótica nacional e mundial a população feminina é prevalente. Além disso, deve ser considerado que esse período é diretamente proporcional ao processo envelhecimento populacional (SANTOS *et al.*, 2022). E, segundo projeções realizadas pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, entre os anos 2023 e 2050 o índice de envelhecimento (IE) tende a quase triplicar, levando isso em consideração, entende-se que a porcentagem de mulheres vivenciando o climatério pode seguir o mesmo padrão (IBGE, 2018).

A equipe multiprofissional, com destaque para o profissional de enfermagem, desempenha um papel fundamental na oferta de suporte e orientação adequada durante o climatério. O profissional de enfermagem, por estar envolvido diretamente no cuidado, deve investigar e explorar aspectos importantes durante a consulta, a fim de oferecer um direcionamento preciso e proporcionar uma assistência diferenciada, atendendo de forma específica e individualizada às demandas de cada mulher (VIEIRA *et al.*, 2018).

Partindo desse contexto, sabe-se que o primeiro ponto de contato do usuário no sistema de saúde é a atenção primária à saúde (APS), composta de ações de saúde em esfera coletiva e individual, tem o dever de desenvolver condutas de prevenção e promoção à saúde. Logo, é a atenção básica o lócus de cuidado ao manejo do climatério, devido à mesma ter vertentes pertinentes capazes de garantir o acolhimento, escuta qualificada e um plano terapêutico singular, ou seja, assegurar a integralidade da assistência (LUZ; FRUTUOSO, 2021). Nesse aspecto, a atenção integral à saúde da mulher ao climatério deve partir de feitos nesse nível de assistência, e conforme o necessário, ser ampliada para as demais linhas de cuidados.

Entretanto, embora os esforços em se elaborar feitos destinados especificamente para as mulheres em período de transição menopáusicas, os protocolos e manuais existentes sobre a temática são antigos e desatualizados, o que dificulta a execução de uma assistência de qualidade. Além disso, a escassez de capacitações e estudos científicos baseados em evidências acerca desse período deixa os profissionais atuantes com a execução de orientações e condutas limitadas, bem como não enxergando além dos sintomas apresentados, e como consequência disto, há a fragilização da assistência ofertada (SILVA *et al.*, 2015).

Dessa forma, dando importância às diversas alterações que a mulher climatérica pode estar suscetível, bem como o reconhecimento frente a necessidade de uma assistência qualificada nessa fase da vida, é interessante que o profissional de enfermagem, juntamente com os demais integrantes da equipe, estejam a par de capacitações, manuais e condutas atualizadas relacionadas ao tema, visando atendê-las de maneira qualificada e singular, porém, ao mesmo tempo, considerar as diversidades e as variadas facetas envolvidas. Além disso, é essencial a relevância do conhecimento relacionado a sintomatologia, alterações hormonais e funcionais, tal qual os impactos nas demais esferas que compõem a vida da mulher.

Logo, esse trabalho tem como objetivo analisar a contextualização da produção científica da enfermagem sobre o climatério e os impactos na vida da mulher.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Climatério

O climatério é uma fase de transição de duração variável e, inquestionavelmente, especial no ciclo biológico feminino. Nesse intervalo, ocorre a menopausa, definida como a cessação permanente da menstruação, sendo oficialmente reconhecida após 12 meses consecutivos de amenorreia (FEBRASGO, 2010).

A menopausa, marco desse período climatérico, ocorre geralmente entre os 48 e 50 anos (BRASIL, 2016). É um evento previsível e aguardado que ocorre durante o climatério, assim como o início dos ciclos menstruais na puberdade. Dessa forma, essa sucessão de eventos endócrinos ocorre de maneira fisiológica, concomitantemente com a manifestação de diversos sintomas e indicadores, assemelhando-se à fase da menarca (BRASIL, 2008). Analogamente ao período da puberdade, a menopausa demanda uma fase de adaptação para que a mulher possa lidar com as alterações hormonais e físicas que se apresentam nesse estágio.

Conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS), a população global de mulheres na fase pós-menopausa tem apresentado crescimento significativo. De acordo com projeções populacionais realizadas pela Organização das Nações Unidas (ONU), em 2021, a proporção

de mulheres com 50 anos ou mais, representava 26% de todas as mulheres e meninas ao nível mundial, denotando um incremento de 22% em relação a uma década anterior. Além disso, as mulheres estão desfrutando de maior expectativa de vida. Globalmente, uma mulher que atingiu a idade de 60 anos em 2019, tinha uma expectativa de vida média de mais 21 anos (ONU, 2019; ONU, 2021; OMS, 2022).

Esses dados ressaltam o envelhecimento populacional feminino e a relevância de questões relacionadas à saúde e qualidade de vida para mulheres após a menopausa.

2.2 Fisiologia do climatério

O período climatérico é visto como um processo multifacetado que envolve a interação complexa do eixo hipotálamo-hipófise-ovariano, com particular destaque para o ovário como estrutura de maior relevância nesse contexto (FEBRASGO, 2010). Diversas modificações acontecem na estruturação e função dos ovários, resultando em uma redução gradual da produção de estrogênio e um aumento correspondente das gonadotrofinas hipofisárias, caracterizando um estado de hipogonadismo hipergonadotrófico (BRASIL, 2008).

O climatério pode ser dividido em três fases: a pré-menopausa que corresponde a ausência da menstruação (amenorreia) por um período de 3 meses, nesta fase, os folículos que ainda restam tem dificuldade em responder aos estímulos das gonadotrofinas hipofisárias (FSH e LH), o que acarreta ciclos anovulatórios ou disovulatórios, sendo o déficit de progesterona a característica endócrina mais relevante durante esse tempo; a perimenopausa sendo uma condição clínica em que acontece a amenorreia com 3 a 11 meses de duração, em resposta a exaustão ovariana que resulta na redução do estrogênio e o aumento do FSH e o LH como mecanismo compensatório da não produção de folículos pelos ovários, sendo comum o acontecimento de ciclos irregulares, e por seguinte, há o período pós-menopausa, característico por não ocorrer a conversão dos hormônios androgênicos (testosterona e androstenediona) em estrogênios em reflexo ausência de folículos, de forma que os androgênios circulem pelo sangue (ANTUNES; MARCELINO; AGUIAR 2003; JÚNIOR *et al.*, 2020).

Os androgênios endógenos, bem como os originados nas glândulas adrenais nos tecidos periféricos, sofrem conversão pela enzima aromatase, resultando na formação de estrona, o qual é o hormônio predominante durante o período de climatério feminino. Em concentrações elevadas no sangue, o mesmo pode exercer influência sobre o metabolismo das lipoproteínas e do cálcio, afetando diretamente a homeostase lipídica e a saúde óssea (FEBRASGO, 2010; JÚNIOR *et al.*, 2020).

2.3 Sintomatologia e complicações na vida da mulher

A despeito de serem eventos fisiológicos intrínsecos à biologia feminina, o surgimento ou ausência de sintomas durante o climatério e a menopausa será influenciado não somente por flutuações hormonais características desse período, mas também por fatores externos variáveis (FEBRASGO, 2010).

Para uma apreensão mais aprofundada dos sintomas clínicos do climatério, é essencial reconhecer que alguns dos sintomas não resultam exclusivamente da deficiência estrogênica, mas estão intrinsecamente ligados a modificações psicológicas exacerbadas. Além disso, as alterações estressantes do meio e os processos inerentes ao envelhecimento operam sinergicamente para instigar ou contribuir para o surgimento das manifestações clínicas observadas nesse período (FEBRASGO, 2010).

Os indicadores e manifestações clínicas do climatério podem ser categorizados em dois grupos: transitórios, abarcando as mudanças no ciclo menstrual e a sintomatologia aguda, e não

transitórios, abrangendo os fenômenos geniturinários atroficos, bem como desordens no metabolismo lipídico e ósseo (BRASIL, 2008).

Devido à redução dos níveis de estrogênio, ocorrem disfunções menstruais, sendo evidenciados por intervalos longos ou curtos entre as menstruações, além de mais abundantes e com maior duração. (SELBAC *et al.*, 2018; BRASIL, 2016).

Entre os distúrbios neurovegetativos, os fogachos, também conhecidos como "ondas de calor", representam a manifestação predominante em mulheres ocidentais durante o climatério, tendo a possibilidade de ocorrer em todas as etapas dessa fase. Esses episódios se caracterizam por uma sensação transitória, súbita e intensa de calor na pele, especialmente nas regiões do tronco, pescoço e face, frequentemente associada a rubor cutâneo, comumente acompanhado por sudorese. (SELBAC *et al.*, 2018; FEBRASGO, 2010; BRASIL, 2008).

Essas manifestações sintomáticas não são atribuíveis a uma causa singular, mas têm sua origem na região hipotalâmica, estando associadas a disfunções neuroendócrinas e aos mecanismos de regulação térmica (SELBAC *et al.*, 2018).

Outros sintomas relacionados habitualmente identificados abrangem calafrios, insônia ou perturbações no padrão de sono, vertigens, parestesias, comprometimento da memória e fadiga (BRASIL, 2008). É relevante ressaltar que, em várias situações, esses sintomas estão vinculados a causas diversas da fase do climatério.

Durante a fase reprodutiva, o estrogênio desempenha um papel crucial na reparação de danos nas células nervosas, além de modular a atividade de enzimas envolvidas na síntese neuronal, seja ativando-as ou inibindo-as. Contudo, à medida que ocorre a menopausa e os níveis de estrogênio diminuem, há repercussões nos domínios cognitivos (SELBAC *et al.*, 2018). Devido a isso, várias regiões cerebrais que contêm receptores estrogênicos, tornam-se sujeitos a influência direta sendo suscetíveis a exacerbação de sintomas como ansiedade, nervosismo, irritabilidade, baixa de autoestima, depressão (FEBRASGO, 2010).

Além disso, tais alterações neurogênicas tendem a desencadear distúrbios degenerativos, em virtude das perdas funcionais pela diminuição do estrogênio circulante sobre o cérebro (SELBAC *et al.*, 2018). Embora o mecanismo exato permaneça incerto, demonstra uma correlação com o aumento da ocorrência de doença de Alzheimer e eventos cerebrovasculares (ANTUNES; MARCELINO; AGUIAR, 2003).

Com relação às alterações não transitórias, ocorrem mudanças histológicas e fisiológicas no trato genital, incluindo atrofia da mucosa vaginal, aumento do pH e diminuição da secreção vaginal, em consequência disso, se são explicadas as queixas frequentes apresentadas pelas mulheres climatéricas que consistem em dispareunia, aumento da frequência de infecções urinárias, sangramento vaginal, disúria entre outros. (SELBAC *et al.*, 2018; ANTUNES; MARCELINO; AGUIAR, 2003; BRASIL, 2008; BRASIL, 2016).

As problemáticas mencionadas têm uma influência direta na saúde sexual das mulheres que atravessam o climatério, comprometendo tanto a função genital como a esfera emocional e psicológica relacionada à sexualidade.

Além disso, o metabolismo lipídico e ósseo são diretamente influenciados pela redução dos níveis hormonais, manifestando-se de formas que impactam significativamente a saúde das mulheres em climatério. As modificações associadas ao metabolismo ósseo podem conduzir ao desenvolvimento da osteoporose devido à reabsorção óssea ampliada, enquanto o metabolismo lipídico influencia o aumento dos níveis de colesterol e triglicérides. Como resultado, os níveis elevados de *Low Density Lipoproteins* (LDL) são registrados juntamente com a diminuição concomitante de *High Density Lipoproteins* (HDL), o que aumenta a predisposição ao surgimento de doenças cardiovasculares. Estas, por sua vez, representam um dos principais fatores contribuintes para a mortalidade entre as mulheres (JÚNIOR *et al.*, 2020).

Apesar da percepção comum de que mulheres na menopausa tendem a ganhar peso, parece que esse fenômeno não está intrinsecamente ligado à deficiência de estrogênio. Diversos

estudos indicam que o aumento de peso durante a menopausa está mais estreitamente relacionado a mudanças fisiológicas e comportamentais associadas ao envelhecimento do que à carência de estrogênio (ANTUNES; MARCELINO; AGUIAR, 2003).

Diversas dessas manifestações são sensíveis à influência da condição de saúde individual, comportamento e padrão de vida, podendo ter um impacto direto na intensidade dos sintomas e/ou na instigação de outras condições clínicas, incluindo o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) (MACHADO *et al.*, 2021). A compreensão dessas relações é essencial para uma abordagem holística no manejo do climatério e na promoção da saúde da mulher nessa fase da vida.

Todo esse conjunto de evidências enfatiza que mulheres no período do climatério demandam uma atenção direcionada e especializada, visando fornecer orientações pertinentes relacionadas à nutrição, práticas físicas adequadas e suporte psicológico (BENETTI *et al.* 2019).

Em síntese, as flutuações hormonais distintas deste período climatérico induzem alterações fisiológicas notáveis que abrangem todo o organismo feminino, podendo estar associadas a condições clínicas que perduram ao longo da vida da mulher. Paralelamente, o processo de envelhecimento ocorre simultaneamente, caracterizado também por uma série de mudanças. Ambos os fenômenos interagem de maneira substancial durante esta fase, exercendo um impacto significativo nas experiências, escolhas e hábitos subsequentes da mulher.

2.4 Tratamento

A instauração de modalidades de tratamento específicas, tais como intervenções medicamentosas hormonais ou não hormonais, assim como terapias não farmacológicas, pode se fazer necessária mediante uma criteriosa indicação. Independentemente da abordagem terapêutica selecionada, é fundamental reconhecer que a atenção abrangente à mulher no climatério engloba estratégias holísticas, orientações dietéticas e suporte psicológico. Nesse contexto, a mulher deve ser considerada como a figura central de sua própria trajetória, sendo-lhe atribuída a capacidade de escolher como enfrentar essa fase, desde que esteja adequadamente informada e amparada por profissionais qualificados (BRASIL, 2008).

2.4.1 Terapia Medicamentosa Hormonal

A Terapia de Reposição Hormonal (TRH) emerge como uma estratégia que pode ser adotada para mitigar os sintomas inerentes ao climatério. Essa abordagem envolve a administração de hormônios sintéticos à base de estrogênio e progesterona, visando à prevenção e ao tratamento de sintomas e patologias que se manifestam durante a menopausa. O propósito subjacente à TRH é aprimorar a qualidade de vida da mulher, revertendo e atenuando os sintomas decorrentes do climatério, que podem impactar negativamente a saúde e o bem-estar (FRIGO *et al.*, 2021; SANTOS *et al.*, 2023).

Uma proporção significativa de mulheres opta pela terapia hormonal como abordagem terapêutica primordial, sem previamente explorar alternativas mais saudáveis, como adoção de hábitos alimentares e prática de atividade física, para mitigar os sinais e sintomas relacionados (PIECHA *et al.*, 2018).

Apesar de apresentar vantagens em um cenário de curto prazo, notadamente relacionadas à redução ou alívio de sintomas vasomotores, bem como sintomas associados ao sistema nervoso central e à esfera urogenital, pesquisas têm apontado que os riscos inerentes a essa abordagem terapêutica, que englobam aspectos cardiovasculares, tromboembólicos e a ocorrência de acidentes vasculares cerebrais, somados ao potencial aumento na ocorrência de

neoplasias mamárias e endometriais, suplantam os benefícios proporcionados (FRIGO *et al.*, 2021).

É importante ressaltar que o climatério não configura uma condição patológica, e a terapia hormonal representa uma abordagem terapêutica disponível para situações em que a sintomatologia é agravada e não aliviada pelos métodos alternativos, os quais devem ser considerados como a primeira linha de tratamento (PIECHA *et al.*, 2018)

2.4.2 Terapia Medicamentosa não Hormonal

A aplicação de tratamentos medicamentosos não hormonais têm se mostrado eficazes na redução dos sintomas vasomotores, especialmente em casos de manifestações de intensidade leve a moderada. Além disso, mulheres enfrentando quadros de ansiedade e/ou depressão, independentemente de sua relação com o climatério, podem obter benefícios significativos ao adotar tais abordagens terapêuticas (BRASIL, 2008).

A presença de contraindicações para o uso de estrogênios ou a preferência da paciente em evitar essas substâncias orienta a seleção de alternativas terapêuticas visando atenuar os sintomas. Dentro desse conjunto diversificado de opções, surgem em destaque os agentes antidepressivos e os fito hormônios (SÃO PAULO, 2020).

Essas abordagens terapêuticas variadas, abrangendo uma ampla gama de ações, têm o potencial de proporcionar alívio e substancial melhoria na qualidade de vida durante o período do climatério.

No manejo dos sintomas durante o climatério, os principais antidepressivos empregados são os inibidores seletivos da recaptção da serotonina (ISRS) e da norepinefrina, com notáveis resultados. Os fármacos paroxetina, venlafaxina e fluoxetina destacaram-se como substâncias que mais notavelmente demonstraram capacidade de controlar clinicamente os sintomas associados (FÉLIX; LIMA; CAMPANER, 2009).

Por outro lado, os fitoestrógenos, compostos bioativos de origem natural e pertencentes à categoria dos compostos fenólicos, exibem propriedades que se assemelham às dos estrogênios. De maneira mais específica, eles manifestam uma ação comparável à do hormônio estrogênio humano (17 β -estradiol) em termos moleculares, estruturais e funcionais (MACHADO *et al.*, 2021; SÃO PAULO, 2020).

Enquanto os estrogênios sintéticos são substâncias farmacêuticas fabricadas em ambientes laboratoriais, os fitoestrógenos são compostos de ocorrência natural encontrados em plantas e alimentos. Essa diferenciação fundamental tem implicações relevantes no contexto da terapia hormonal e da saúde feminina. Os fitoestrógenos, devido à sua origem natural, podem proporcionar uma abordagem terapêutica que se harmoniza mais diretamente com os sistemas biológicos, evocando respostas similares às dos estrogênios endógenos (SELBAC *et al.*, 2018).

As isoflavonas e as lignanas são as duas categorias primárias de compostos bioativos que pertencem aos fitoestrógenos fenólicos, têm estrutura química análoga aos dos hormônios sexuais produzidos pelo organismo feminino (FRIGO *et al.*, 2021). Isso sugere a possibilidade de explorar os fitoestrógenos como uma estratégia potencialmente mais equilibrada para abordar os sintomas e as necessidades hormonais durante o climatério, minimizando os riscos associados à introdução de substâncias estranhas ao organismo.

2.4.3 Práticas Complementares

A substancial proporção de mulheres na fase climatérica ressalta a necessidade significativa de cuidados que possam atenuar os impactos prejudiciais dessa etapa. Nesse contexto, a adoção de uma dieta saudável e balanceada, tanto em termos de quantidade quanto de qualidade, alicerçada em refeições caseiras elaboradas a partir de alimentos mais naturais,

incluindo aqueles que são fontes substanciais de estrogênios, desempenha um papel essencial no aprimoramento dos sintomas experimentados e na promoção da saúde geral dessa população (MACHADO *et al.*, 2021).

As estratégias destinadas a promover a saúde durante o climatério não apenas englobam uma alimentação saudável, mas também incluem a promoção da prática regular de atividade física, a implementação de medidas para combater o tabagismo e moderar o consumo de bebidas alcoólicas. Além da promoção de um ambiente não violento, a atenção ao tempo e à qualidade do sono, a manutenção da saúde bucal, o cuidado com a pele, além de outras diretrizes significativas de autocuidado (BRASIL, 2016; BRASIL, 2008).

Utilizar-se de recursos terapêuticos em que se direcionam à prevenção de patologias e à restauração da saúde é acompanhada de um foco especial, na prática de uma escuta empática e acolhedora, na construção de um vínculo terapêutico sólido e na promoção da integração holística entre o indivíduo, seu ambiente e a sociedade em que está inserido.

Institucionalizadas por intermédio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde (PNPIC), essas práticas de destaque abrangem uma abordagem abrangente em suas intervenções no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), encontrando aplicabilidade em todas as etapas da Rede de Atenção à Saúde, notadamente na Atenção Primária, que se destaca pelo vasto potencial de implementação (BRASIL, 2006).

2.5 Abordagem clínica

A APS se estabelece como a esfera mais pertinente para conduzir essa prestação de cuidados, dada sua capacidade de implementar iniciativas voltadas para a prevenção de agravos e a promoção da saúde (PORTELA, 2017).

Essa abordagem se destaca, especialmente no contexto do atendimento às mulheres, ao enfatizar a importância das consultas ginecológicas. Por meio da APS, há uma fundação sólida para abordar as necessidades específicas das mulheres durante não só essa fase de transição hormonal, mas nas demais alterações fisiológicas e hormonais de sua vida.

O diagnóstico do climatério é primariamente estabelecido por meio de uma avaliação clínica que leva em conta a faixa etária da mulher, as alterações no padrão menstrual e as manifestações correlacionadas ao climatério (MIRANDA; FERREIRA; CORRENTE, 2014).

A manifestação dos sintomas climatéricos resulta em um incremento na procura pelos serviços médicos, demandando dos profissionais de saúde competências e treinamento adequados para atender a essa parcela da população (MAGANHA *et al.*, 2016).

O Manual Atenção Integral à Saúde da Mulher no Climatério/Menopausa (2008), preconiza um atendimento abrangente e humanizado, o que conecta diretamente às diretrizes com a realidade das mulheres que procuram atendimento durante o climatério. Portanto, a disposição das mulheres em buscar assistência, estabelece um ambiente propício à adoção de uma abordagem de cuidado integrado, viabilizando a disseminação de informações, o esclarecimento de dúvidas e a promoção da empatia entre mulheres que compartilham estágios de vida similares (MAGANHA *et al.*, 2016).

Além disso, a exploração de temas relacionados à saúde sexual e violência doméstica, conforme preconizado no Manual, desempenha um papel essencial para aprimorar a qualidade de vida e saúde das mulheres durante o climatério.

Essa abordagem alinha-se à premissa de atendimento integral e humanizado, representando um avanço significativo na atenção à saúde das mulheres nessa fase de vida. Compreender a importância de um atendimento individualizado implica reconhecer que, para certas mulheres, esta fase é interpretada como um período favorável para concretizar aspirações, enquanto para outras, simboliza o luto pela juventude e produtividade (CURTA; WEISSHEIMER, 2020).

Deve ser destacado que todas as transformações ocorrentes nesta fase estão intrinsecamente ligadas à história de vida da mulher, necessitando, portanto, de uma avaliação que considere as modificações fisiológicas, econômicas, sociais e culturais (JÚNIOR *et al.*, 2020; BISOGNIN *et al.*, 2022). Nesse contexto, torna-se evidente a importância de uma intervenção conduzida por profissionais capacitados, visando aprimorar a qualidade de vida por meio de um atendimento abrangente que reconheça e respeite a singularidade de cada indivíduo.

Portanto, um entendimento global desse período não apenas promove o bem-estar individual, mas também contribui para a criação de um ambiente social mais inclusivo e informado, no qual as mulheres possam enfrentar essa transição de maneira mais saudável e empoderada.

2.6 Assistência de enfermagem às mulheres climatéricas

A consulta de enfermagem em ginecologia é uma parte essencial dos cuidados prestados às mulheres em várias fases da vida, incluindo o climatério e a menopausa. No contexto dessa consulta, uma avaliação clínica completa é conduzida, englobando múltiplos domínios da saúde feminina. O propósito central reside na identificação de necessidades específicas e na oferta de assistência global e eficaz, almejando a promoção do bem-estar e a melhoria da qualidade de vida da paciente (CAMPOS *et al.*, 2022).

A mulher é um produto da sua família e cultura, e sua vida é influenciada por diversos eventos que contribuem para a formação das suas abordagens em relação aos cuidados (PRATES *et al.*, 2018).

A apreensão do contexto sociocultural específico de cada mulher é fundamental para orientar o desenvolvimento das práticas de enfermagem pelo profissional, baseando-se numa compreensão ampla dos fatores que influenciam o processo saúde-doença (BISOGNIN *et al.*, 2022).

O enfermeiro deve estar adequadamente capacitado para identificar essas manifestações, reduzindo seus efeitos por meio de orientações adaptadas às circunstâncias individuais de cada mulher. É essencial promover um diálogo esclarecedor para abordar as dúvidas desse grupo, enquanto se prepara para fornecer uma assistência de alta qualidade, considerando os aspectos emocionais, sociais e individuais de cada mulher (ANDRADE *et al.*, 2018).

Durante a consulta de enfermagem, é oportuno que o profissional conheça o cotidiano destas mulheres, por exemplo, durante a anamnese, em que a escuta atenta deve ser considerada, e durante o exame clínico, que inclui a medição do peso, altura, circunferência abdominal e pressão arterial, bem como na solicitação de exames complementares (SOUSA *et al.*, 2012).

Além disso, a educação em saúde pode ser desenvolvida, percebendo-se que a implementação de atividades de ensino e educação contínua destinadas às mulheres em climatério, são altamente eficazes na promoção do autocuidado e adoção de práticas saudáveis. Além disso, há a sanção de dúvidas sobre o período enfrentado, bem como orientações sobre a saúde sexual e mental (FEITOSA *et al.*, 2015).

A importância da consulta de enfermagem na vida das mulheres é notável, pois os profissionais de saúde devem reconhecer que as necessidades femininas transcendem as meras queixas ou condições de saúde específicas. É essencial adotar uma abordagem de cuidado holístico e especializado para atender plenamente a essas necessidades. Nesse contexto, durante o período do climatério, é fundamental esclarecer e desmistificar essa fase da vida da mulher, o que contribui para que a transição seja percebida com leveza, marcando o início de uma nova etapa em sua vida.

3 METODOLOGIA

O presente estudo se caracteriza como uma revisão integrativa (RI), abordagem metodológica abrangente que viabiliza a incorporação tanto de estudos experimentais quanto não experimentais, com o propósito de adquirir uma compreensão ampla do fenômeno em análise (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

Para essa finalidade, foi empregado um processo composto por seis etapas. Inicialmente, a definição do tópico de interesse e a formulação da pergunta norteadora foram realizadas. Em sequência, critérios foram estabelecidos para determinar a elegibilidade dos estudos a serem incorporados na revisão. A busca por artigos foi então conduzida em bases de dados relevantes. Após a coleta dos materiais, informações específicas a serem extraídas de cada estudo identificado foram definidas. A avaliação e interpretação dos resultados dos estudos incluídos possibilitaram a obtenção de uma apreensão mais abrangente e contextualizada do tema. Por fim, a síntese do conhecimento, conduzida após a análise dos estudos, teve como finalidade consolidar as principais constatações e conclusões derivadas da literatura existente sobre o tópico em questão (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

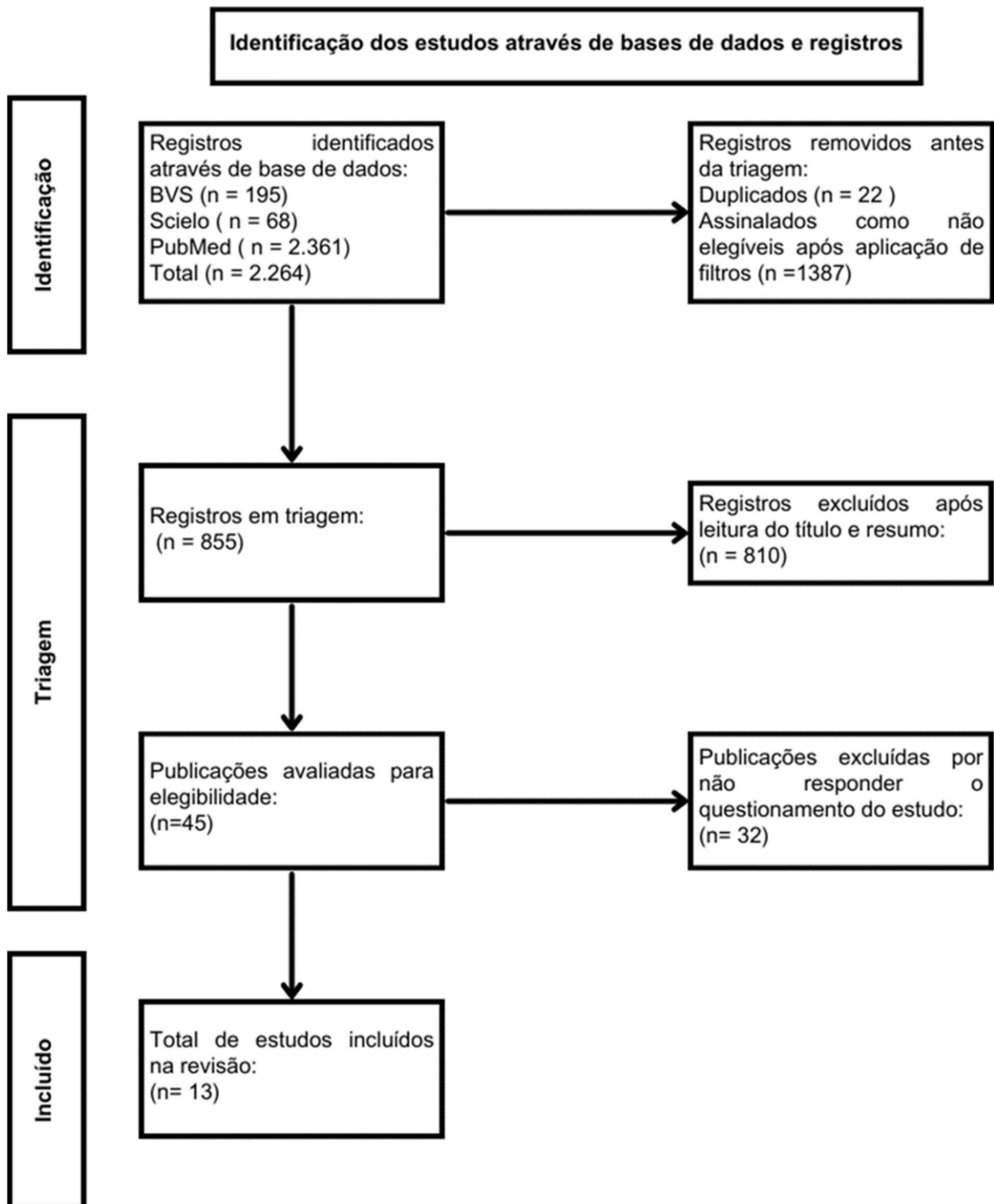
Elaborou-se, na primeira fase, a questão norteadora da pesquisa por meio do acrônimo PICO, sendo considerado o “problema” (P) os impactos na vida da mulher, o fenômeno de “interesse” (I) a importância das orientações de enfermagem e o “contexto” (Co) sendo o período climatérico (DONATO; DONATO, 2019). Mediante a estratégia aplicada, consolidou-se a indagação direcionadora: “Como a literatura científica aborda a importância das orientações de enfermagem, visando a redução dos seus impactos na vida da mulher?”.

Partindo para a segunda etapa, como estratégia de busca foram utilizados os descritores em ciências da saúde (DeCS) “Climatério” e “Enfermagem” e seus equivalentes em idioma inglês e espanhol, nas seguintes bases de dados: Biblioteca Virtual da Saúde (BVS) que engloba demais bibliotecas, *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) e PUBMED, através do operador booleano “AND”. Nesse contexto, adotou-se uma metodologia com o propósito de ampliar o escopo da pesquisa, concomitantemente à mitigação de possíveis vieses que pudessem emergir durante a fase de formulação do processo de revisão integrativa.

Após a aplicação dos filtros de pesquisa consoante os critérios estabelecidos para inclusão e exclusão, foram selecionados artigos completos nos idiomas inglês, espanhol e português, que relacionasse climatério e orientações de enfermagem na assistência integral à mulher, publicados no intervalo de tempo entre 2013 e 2023. Essa seleção se justifica devido à escassez de discussões sobre a temática, sendo possível encontrar estudos relevantes dentro desse período determinado. Foram excluídos artigos que não atenderam o questionamento do estudo, duplicados, teses, dissertações, editoriais, cartas e similares.

A triagem inicial dos artigos foi conduzida por meio da análise preliminar de títulos e resumos. Os estudos pré-selecionados passaram por uma leitura completa para a seleção definitiva dos artigos que serão submetidos à análise. O relatório da revisão foi elaborado conforme as diretrizes estabelecidas pelo *Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analyses* (PRISMA), visando assegurar a estruturação e relevância do estudo, conforme ilustrado na figura 1 (PAGE *et al.*, 2021; DONATO; DONATO, 2019).

Figura 1 – Fluxograma do processo de seleção dos estudos, adaptado do *Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analyses* (PRISMA)



Fonte: Elaborado pela autora, 2023.

Na etapa subsequente e final do processo, os dados foram organizados e analisados de acordo com a temática, visando responder à pergunta central, apoiando-se na literatura relevante. Para sumariar e sistematizar as informações provenientes dos estudos e criar um banco de dados incorporado nesta revisão integrativa, foi desenvolvido um quadro (Quadro 1)

contendo detalhes de identificação, seleção e critérios de elegibilidade, compreendendo tópicos como título do artigo, autores, ano de publicação, revista de publicação, delineamento metodológico, nível de evidência (MELNYK; FINEOUT-OVERHOLT, 2005), e principais resultados. Essa abordagem permitiu uma análise mais precisa e embasada dos dados obtidos.

Foram analisados treze artigos que atenderam aos critérios de inclusão previamente estabelecidos. A discussão dos mesmos foi apresentada em um panorama dos artigos avaliados e agrupados em três categorias: “Principais ações de enfermagem frente a assistência ao climatério”, “Relevância do profissional de enfermagem no contexto do cuidado às mulheres durante o período climatérico” e “Lacunas a prestação de cuidados às mulheres durante a fase do climatério”.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Mediante a leitura crítica dos artigos que constituem a amostra, identificados de A1 a A13, foram obtidos os resultados da caracterização e análise. No que diz respeito ao idioma, o português predominou com uma taxa de (84,6%), seguido pelo inglês (7,7%) e espanhol (7,7%).

Em relação ao ano de publicação, a maioria dos artigos pertence aos anos de 2013, 2016 e 2021 (61,5%), seguidos pelos anos 2015, 2018, 2020 e 2022 (38,5%).

No que diz respeito à classificação do nível de evidência, foi considerado setes níveis, sendo eles: nível I, estudos provenientes de revisões sistemáticas ou metanálises que analisam todos os ensaios clínicos randomizados relevantes, ou diretrizes clínicas que se fundamentam em revisões sistemáticas de ensaios clínicos randomizados controlados; nível II, evidências derivadas de pelo menos um ensaio clínico randomizado controlado bem conduzido; nível III, evidências obtidas de ensaios clínicos bem conduzidos, mas sem randomização; nível IV, estudos de coorte e caso-controle bem conduzidos; nível V, evidências de revisão sistemática de estudos descritivos e qualitativos; nível VI, evidências de um único estudo descritivo ou qualitativo; nível VII, evidências baseadas na opinião de autoridades e/ou relatórios de comitês de especialistas (MELNYK; FINEOUT-OVERHOLT, 2005; GALVÃO, 2006). Os resultados desta pesquisa indicam predominantemente estudos de nível de evidência VI (76,9%), com registros também de nível de evidência IV, V e VII (23,1%). Os demais níveis (I, II, III) não foram incluídos nesta revisão.

Quadro 1 - Síntese dos estudos selecionados referentes ao período 2013 a 2023, Campina Grande, PB, Brasil, 2023.

TÍTULO	AUTOR/ ANO	PERIÓDICO	DELINEAMENTO	RESULTADOS DO ESTUDO	NE
A1- O papel do enfermeiro nos cuidados de enfermagem com as mulheres no climatério	ANDRADE <i>et al.</i> , 2018.	Rev. Cient. Sena Aires.	Estudo observacional analítico de caso-control.	O enfermeiro desempenha um papel fundamental na identificação e redução de manifestações específicas, fornecendo orientações personalizadas, promovendo diálogos informativos e oferecendo assistência de qualidade que considera aspectos emocionais, sociais e individuais. Além disso, pode fornecer orientações que capacitam a mulher a adotar práticas de autocuidado, resultando na melhoria de seu estilo de vida e qualidade de vida.	IV
A2 - Cuidado de enfermagem à sexualidade da mulher no climatério: reflexões sob a ótica da fenomenologia	ANDRADE <i>et al.</i> , 2016.	Ver. Min. Enferm.	Estudo reflexivo.	O profissional de enfermagem, além ser responsável na promoção da saúde e prevenção de doenças, pode cultivar relacionamentos de confiança, demonstrando disponibilidade e acolhimento às mulheres durante o climatério, proporcionando apoio e fortalecimento à mulher com respeito e consideração, ajudando-a a assumir um papel ativo em sua própria saúde e a enfrentar essa fase do ciclo de vida com segurança e serenidade.	VII
A3 - Climatério e menopausa: conhecimento e condutas de enfermeiras que atuam na Atenção Primária à Saúde	CAMPOS <i>et al.</i> , 2022.	Rev. Enferm. UFSM.	Estudo do tipo descritivo exploratório qualitativo.	O enfermeiro tem um papel ativo em oferecer orientações abrangentes durante o climatério, o que pode aprimorar a capacidade das mulheres de enfrentar essa fase. Essas orientações abrangem aspectos como alimentação saudável, atividade física, saúde mental, sexualidade e relações familiares e sociais. Essa abordagem integral promove a saúde, estimula a autonomia e o	VI

				autocuidado, resultando em uma melhoria na qualidade de vida das mulheres durante o climatério.	
A4 - Necessidades de cuidado de mulheres no climatério com hipertensão: possibilidades de trabalho do enfermeiro	CASTILHOS <i>et al.</i> , 2021.	Rev. Enferm. UFSM.	Estudo qualitativo.	O enfermeiro, ao criar um ambiente de atendimento para mulheres no climatério, oferece escuta atenta, orientações sobre mudanças no corpo, apoio emocional e desafia mitos relacionados à sexualidade. Durante a consulta, aborda questões de doenças crônicas, como hipertensão, diabetes e dor crônica, proporcionando orientações para que as mulheres enfrentem o climatério com mais tranquilidade.	VI
A5 - Atuação do Enfermeiro do Programa de Assistência Integral à Saúde da Mulher	FERNANDES <i>et al.</i> , 2016.	Revista Brasileira de Ciências da Saúde.	Estudo descritivo quanti-qualitativo.	O enfermeiro desenvolve ações importantes em assistência à mulher climatérica, sendo algumas delas: atividades educativas, encaminhamento para a realização de exames e para especialista, consulta de enfermagem, realização de exame de citologia oncológica, acompanhamento de terapia hormonal e práticas integrativas complementares.	VI
A6 - <i>Menopause is a natural stage of aging: a qualitative study</i>	ILANKOON; SAMARASINGH E; ELGÁN, 2021.	BMC Women's Health.	Estudo exploratório e descritivo qualitativo.	Enfermeiros podem oferecer informações consistentes e confiáveis sobre a terapia hormonal, encaminhar para um ginecologista e, posteriormente, facilitar o acompanhamento e a avaliação.	VI
A7 - Percepções de enfermeiros sobre a atenção ao climatério	BANAZESKI <i>et al.</i> , 2021.	Rev. Enferm. UFPE.	Estudo qualitativo descritivo.	Na consulta de enfermagem é possível sanar dúvidas e anseios relacionados às diversas vertentes do climatério, como os sintomas, hábitos alimentares, aspectos emocionais, e autocuidado.	VI
A8 - O climatério na perspectiva de mulheres	BISOGNIN <i>et al.</i> , 2015.	Rev. eletrônica trimestral de Enfermaría.	Estudo de campo, descritiva qualitativa.	O enfermeiro juntamente com a equipe multidisciplinar tem a oportunidade de encorajar mulheres que estão passando pelo climatério a	VI

				praticarem o autocuidado, incluindo terapias alternativas. Eles podem também promover a busca pela elevação da autoestima, cuidados com a aparência e saúde do corpo, assim como a exploração de atividades de lazer que possam melhorar a qualidade de vida das mulheres nesse período.	
A9 - Percepções e sentimentos sobre as alterações corporais de mulheres climatéricas	CURTA; WEISSHEIMER, 2020.	Rev. Gaúcha Enferm.	Estudo qualitativo, com caráter exploratório-descritivo.	O papel principal da enfermagem para as mulheres no climatério é criar um ambiente propício para a expressão de seus sentimentos e oferecer suporte emocional. Além disso, é importante fornecer informações sobre as mudanças no corpo durante essa fase para prevenir problemas de saúde. Recomendar a prática de atividade física é um cuidado essencial, pois foi observado que ela alivia os sintomas e melhora a qualidade de vida das mulheres nesse período.	VI
A10 - Ações de atenção primária dirigidas às mulheres de 45 a 60 anos de idade	GARCIA; GONÇALVES; BRIGAGÃO, 2013.	Rev. Eletr. Enf.	Estudo descritivo e exploratório.	Na abordagem das mulheres durante o climatério, o enfermeiro pode oferecer acolhimento e identificar tanto as queixas objetivas quanto as subjetivas de cada paciente. Isso permite avaliar os riscos e vulnerabilidades individuais relacionados a doenças crônicas, desequilíbrios hormonais e possíveis casos de câncer.	VI
A11 - Saberes e práticas de cuidado à saúde no climatério	BISOGNIN <i>et al.</i> , 2022.	J. nurs. Health.	Pesquisa qualitativa, de campo e descritiva.	O enfermeiro torna-se um profissional imprescindível ao possibilitar reuniões onde ocorre a troca de conhecimentos e ações, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida das mulheres climatéricas. Além de incentivar as pequenas conquistas individuais relacionadas ao	VI

				autocuidado durante a transição para o climatério, por meio da oferta de espaços sociais.	
A12 - <i>Intervención educativa de enfermería para fomentar el autocuidado de la mujer durante el climaterio</i>	GARDUÑO <i>et al.</i> , 2016.	Enfermaría Universitária.	Estudo quantitativo, quase experimental e transversal.	As orientações de enfermagem destinadas às mulheres durante o climatério induziram alterações no autocuidado, ampliando o conhecimento acerca do climatério e facilitando a tomada de decisões e a adoção de mudanças comportamentais.	V
A13 - Assistência à mulher no climatério: discurso de enfermeiras	LOPES <i>et al.</i> , 2013.	Rev enferm UFPE on line.	Estudo exploratório, com abordagem qualitativa.	A assistência de enfermagem às usuárias climatéricas assegura o sigilo profissional, respeita a privacidade, autonomia e individualidade da mulher, considerando seus valores sociais, religiosos e nível de escolaridade. Além disso, oferece acolhimento por meio da escuta qualificada, valorizando suas queixas, anseios e necessidades. Adicionalmente, proporciona assistência de alta qualidade, com orientações adequadas, atividades educativas e encaminhamento para consulta especializada com médico ou psicólogo quando necessário.	VI

Fonte: Elaborado pela autora, 2023.

4.1 Principais ações de enfermagem frente a assistência ao climatério

No contexto das práticas de atendimento à saúde da mulher durante o climatério, a enfermagem assume a responsabilidade de coordenar o cuidado, desempenhando um papel educativo ao fornecer orientações embasadas nos sintomas e relatos das pacientes. É fundamental que o enfermeiro conduza essa abordagem de forma colaborativa, trabalhando em conjunto com outros profissionais de saúde, a fim de desenvolver estratégias que atendam às necessidades específicas das mulheres no climatério (ANDRADE *et al.*, 2018).

Dessa forma, a função do enfermeiro consiste em fornecer orientações, dados informativos e instrução apropriada com o objetivo de prevenir ou mitigar as adversidades que ocorrem durante o climatério. Isso implica em abordar os desafios em sua totalidade, contribuindo, assim, para a promoção da saúde das mulheres e proporcionando possíveis melhorias em seu bem-estar durante essa fase (FEITOSA *et al.*, 2015).

Dentre as principais ações educativas, o enfermeiro, além de colaborar com informações pertinentes sobre as transformações anatômicas e fisiológicas que ocorrem no corpo feminino durante essa fase, pode prontamente oferecer orientações imediatas sobre as estratégias terapêuticas disponíveis utilizadas para amenizar os impactos oriundos do climatério. Adicionalmente, é importante destacar que o enfermeiro pode oferecer orientações relacionadas à modificação do estilo de vida, incluindo a adoção de práticas de exercícios físicos e hábitos alimentares saudáveis, justificando-se devido à comprovada correlação entre a adesão a essas orientações e a melhoria na qualidade de vida durante o período do climatério (CURTA; WEISSHEIMER, 2020; SABÓIA *et al.*, 2021).

Ainda nesse viés, a enfermagem pode integrar consultas para todas as mulheres em idade aproximada ao climatério, abrangendo consultas relacionadas à hipertensão, diabetes mellitus e dor crônica, permitindo fornecer instruções abrangentes sobre os sinais e sintomas do climatério, bem como informações sobre as definições do climatério e menopausa, preparando assim as mulheres para enfrentar essa fase com maior preparo e conhecimento (CURTA; WEISSHEIMER, 2020).

Conclui-se que é essencial que os cuidados direcionados a essa parte da população incluam a educação em saúde, tornando necessário a identificação pelo enfermeiro das capacidades e desafios da mulher para compreender seu diagnóstico. É fundamental que caso haja alguma outra condição clínica, se ofereça o cuidado necessário, fornecendo orientações sobre o uso de medicamentos, seus benefícios e efeitos colaterais, bem como destacar os possíveis impactos negativos da falta de adesão ao tratamento na condição médica em questão (CASTILHOS *et al.*, 2021).

Alinhado a essas atividades, a enfermagem deve reconhecer as demandas que requerem encaminhamento para outros membros da equipe de saúde. Paralelamente, ele deve coordenar consultas direcionadas à realização de exames citopatológicos e oferecer orientações relacionadas ao exame em si e à condição de saúde da paciente (CASTILHOS *et al.*, 2021).

Todas essas atividades devem ser guiadas pelo princípio da preservação do sigilo das informações, o que contribui para assegurar a segurança das pacientes durante as consultas de enfermagem no contexto do climatério. Essas ações estão em sintonia com a prioridade do enfermeiro em preservar a autonomia e a individualidade das pacientes, ao mesmo tempo, em que manifesta respeito pelos seus valores socioeconômicos e religiosos (LOPES *et al.*, 2013).

São identificadas várias possibilidades de intervenções de enfermagem direcionadas às mulheres climatéricas, porém, é amplamente reconhecido que sua eficácia está diretamente ligada à realização prévia de uma escuta qualificada, visto que permite a identificação precisa das necessidades reais da mulher durante esse período de transição hormonal, isso possibilita a

adequada orientação e assistência por parte dos profissionais de enfermagem para melhor atender às demandas específicas das pacientes nessa fase da vida (LORENZI *et al.*, 2009).

4.2 Relevância do profissional de enfermagem no contexto do cuidado às mulheres durante o período climatérico

O profissional de enfermagem ocupa, de modo geral, um papel essencial no gerenciamento do cuidado durante o climatério, visto que é capacitado no fornecimento de orientações relevantes, em colaboração com os demais membros da equipe de saúde, assegurando uma abordagem completa, longitudinal e eficaz para atender às necessidades das mulheres nesse período.

A prática assistencial do enfermeiro se materializa de maneira efetiva durante a consulta de enfermagem, que possibilita a identificação das necessidades básicas que afetam as mulheres. Além disso, o enfermeiro possui a competência para aplicar intervenções de enfermagem voltadas para a promoção da saúde e a reabilitação das mulheres durante o climatério. É relevante destacar que as pessoas, com um vínculo próximo com a paciente, podem igualmente participar desse processo, contribuindo para a equipe de saúde e favorecendo o bem-estar biopsicossocial da mulher (SOUSA *et al.*, 2012).

É de extrema importância enfatizar que os cuidados adotados pelas mulheres estão intrinsecamente entrelaçados com as suas condições de vida, ocupação, vivências anteriores, contexto social e sua identidade cultural (BISOGNIN *et al.*, 2022). Como resultado, a maneira como elas enfrentam o processo de saúde-doença é profundamente moldada por esses elementos.

Tal compreensão reforça a relevância em trazer o protagonismo da mulher em seu próprio cuidado, respeitando suas singularidades e capacidades. Além disso, proporcionar espaços de convivência e encontros para compartilhar conhecimentos e ações, é uma maneira de contribuir para a qualidade de vida. Com isso, o papel do enfermeiro é fator potencializador ao viabilizar essa assistência direcionada (BISOGNIN *et al.*, 2022).

O enfermeiro transmitirá a esta paciente a ideia de que enfrentar o climatério e a menopausa é possível, tratando os sinais e sintomas para melhorar a qualidade de vida, ressaltando que o processo de envelhecimento pode ser uma vivência saudável e gratificante (SABÓIA *et al.*, 2021).

A promoção da educação em saúde é um aspecto fundamental, na prática, profissional do enfermeiro, abrangendo de modo abrangente os três níveis de assistência à saúde: promoção, proteção e recuperação. Nesse cenário, é de extrema relevância que o enfermeiro possua a capacidade de desenvolver estratégias educacionais ajustadas às necessidades específicas de indivíduos e grupos sociais, como exemplificado no contexto das mulheres no climatério, com o propósito de facilitar uma consciente transformação da realidade (SOUSA *et al.*, 2012).

Conclui-se que o profissional de enfermagem ao possuir a habilidade de conduzir uma escuta qualificada, possibilita a identificação das demandas individuais de cada mulher. Através dessa abordagem, é possível adotar condutas resolutivas em resposta às suas queixas físicas e mentais. Além disso, a avaliação adequada é realizada para determinar o melhor curso de ação em termos de tratamento, aconselhamento e encaminhamento, visando ao bem-estar integral das pacientes durante o climatério. Essa prática ressalta a importância da atuação do enfermeiro como parte essencial da equipe de saúde, contribuindo para uma abordagem holística e personalizada no cuidado às mulheres nessa fase da vida.

4.3 Lacunas na prestação de cuidados às mulheres durante a fase do climatério

No Brasil, a mulher climatérica nem sempre encontra o acolhimento necessário ao atendimento de suas necessidades. Dessa forma, é preciso que os profissionais de saúde busquem o que está oculto por trás da queixa referida, quais os seus anseios e necessidades não explicitados pela mulher climatérica que os procura, como esta vive e quais as suas expectativas nos anos seguintes a menopausa. Tal prática se encontra ainda distante do cotidiano da maioria dos serviços de saúde brasileiros, sejam estes públicos ou privados, pois a assistência à mulher está direcionada ao pré-natal e ao planejamento familiar (MARON *et al.*, 2011).

No que se refere à integralidade, é possível afirmar que este representa um dos principais desafios nas práticas clínicas e políticas de saúde contemporâneas. Isso se deve ao fato de que alcançar a integralidade demanda uma ruptura com o processo tradicional de intervenções em saúde, uma vez que, em geral, a assistência é fragmentada (LORENZI *et al.*, 2009).

Além disso, em conformidade com essa constatação, observa-se que os serviços de saúde estão predominantemente voltados para a prevenção e controle do câncer ginecológico, bem como para fornecer orientações e esclarecimentos sobre a prevenção e controle da hipertensão e do diabetes. Portanto, é compreensível que as mulheres no climatério demandem cuidados específicos, pois atravessam um período caracterizado por mudanças tanto psicológicas quanto orgânicas, além de estarem mais suscetíveis ao câncer do colo do útero e demais patologias (LOPES *et al.*, 2013; DIÓGENE; LINARD; TEIXEIRA, 2010).

Para oferecer uma atenção voltada para o bem-estar das mulheres durante o climatério, é imperativo reconhecer a necessidade de compreender a complexidade dessa fase e seu impacto significativo em suas vidas. Isso implica não apenas em abordar as questões físicas, mas também em considerar as dimensões emocionais, sociais e psicológicas que permeiam esse período de transição. Portanto, adotar uma abordagem holística se mostra essencial para promover uma assistência de qualidade e integral às mulheres nessa fase da vida.

Potencializada esta questão, observa-se uma considerável falta de segurança e um conhecimento insuficiente em relação ao climatério e às alterações associadas a esta fase por parte da equipe de enfermagem (SILVA *et al.*, 2015). Além disso, é essencial ressaltar a insuficiência e a desatualização dos protocolos vigentes, o que mina a habilidade de oferecer orientações baseadas em abordagens verdadeiramente validadas e eficazes. Portanto, torna-se imperativo atualizar e ampliar o conhecimento nessa área, a fim de aprimorar a assistência às mulheres durante o climatério.

Adicionalmente, e o aspecto mais desafiador, a resistência das mulheres no climatério em buscar assistência específica enfraquece consideravelmente a conexão entre o profissional de saúde e a paciente, o que torna ainda mais complexa a tarefa de melhorar o atendimento em situações que demandam cuidados especializados (FERNANDES *et al.*, 2016).

5 CONCLUSÃO

Com base em todas essas considerações, torna-se evidente que, na concepção da assistência de enfermagem durante o climatério, há um reconhecimento da importância da perspectiva da mulher que está vivenciando essa fase, juntamente com a necessidade de uma mudança de paradigma em relação ao cuidado. Nesse contexto, é essencial abordar a paciente de forma integral, considerando não apenas aspectos físicos, mas também emocionais, sociais e psicológicos para proporcionar uma assistência mais eficaz e adequada.

Além das alterações hormonais e físicas, o climatério pode desencadear uma série de modificações psicológicas, mentais, sociais e culturais. É perceptível que, na ausência do apoio familiar ou conjugal adequado e da atenção necessária por parte dos profissionais de saúde,

essas mudanças podem aumentar o risco de surgimento de doenças associadas. Portanto, é de suma importância proporcionar suporte e assistência adequados às mulheres nesse período, a fim de minimizar o impacto adverso dessas transformações em sua saúde.

Nesse contexto, enfermeiros e outros profissionais da equipe multidisciplinar têm a responsabilidade de envolver os membros da família no processo de conhecimento, compreensão, acompanhamento e tratamento das sintomatologias transitórias que podem afetar a mulher durante o climatério/menopausa.

Embora o climatério e a menopausa sejam tópicos frequentemente discutidos, eles permanecem tabus na sociedade, com muitas mulheres desconhecendo os sinais, sintomas, tratamentos e estratégias para melhorar sua saúde durante essa fase. Isso ressalta a importância do papel da enfermagem na assistência às mulheres, com profissionais capacitados e autônomos para conduzir consultas de enfermagem. Esses encontros devem oferecer conforto, conhecimento, apoio e incentivo às mulheres, visando melhorar sua qualidade de vida durante o climatério e a menopausa.

Adicionalmente, é importante destacar a existência de lacunas na qualidade da assistência oferecida às mulheres durante o climatério, devido à insuficiente capacitação dos profissionais de saúde, bem como à obsolescência dos protocolos e diretrizes clínicas. Esses desafios podem impactar negativamente a eficácia do cuidado prestado e, conseqüentemente, a qualidade de vida das mulheres nessa fase da vida. Portanto, é essencial investir em educação contínua e na atualização de diretrizes para garantir uma assistência mais efetiva e adequada.

Quanto às limitações desta pesquisa, entre as quais se destaca o pequeno número de publicações na área da enfermagem relacionadas a esse tema, especialmente no que diz respeito à literatura recente. Isso ocorre, na maioria, devido ao enfoque predominante dessas publicações em aspectos fisiopatológicos do climatério e seu manejo, em detrimento de abordagens mais abrangentes que envolvam aspectos holísticos e de assistência integral. Além disso, nota-se que a maioria dos artigos explorava as percepções das mulheres no climatério em relação à fase em que se encontravam, além de abordar temas relacionados ao tratamento medicamentoso.

Nesse contexto, é recomendável a expansão das pesquisas relacionadas a essa temática, bem como o investimento em programas de capacitação que aprimorem a conduta clínica diante das demandas específicas das mulheres durante o climatério. Isso deve ser acompanhado pela elaboração de protocolos e ferramentas atualizadas para a sistematização da assistência às mulheres nessa fase da vida. Esse conjunto de medidas contribuirá para a otimização da assistência e a melhoria da qualidade de vida das mulheres climatéricas.

Em geral, significativa parcela dos estudos mencionados nesta pesquisa apresenta resultados e avaliações que suscitam reflexões sobre a importância das orientações de enfermagem às mulheres durante o período do climatério.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, D. B. S. *et al.* O papel do enfermeiro nos cuidados de enfermagem com mulheres no período climatérico. **Revista de Divulgação Científica Sena Aires**, v. 7, n. 1, p. 18-22, 2018. Disponível em: <http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/view/299/209>. Acesso em: 15 set. 2023.

ANDRADE, Â. R. L. *et al.* Cuidado de enfermagem à sexualidade da mulher no climatério: reflexões sob a ótica da fenomenologia. **REME rev. min. enferm**, v. 20, p. 1-4, 2016. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-27622016000100603&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em: 10 set. 2023.

ANTUNES, S.; MARCELINO, O.; AGUIAR, T. Fisiopatologia da menopausa. **Revista Portuguesa de medicina geral e familiar**, v. 19, n. 4, p. 353-357, 2003. Disponível em: <https://rpmgf.pt/ojs/index.php/rpmgf/article/view/9957>. Acesso em: 18 ago. 2023.

BENETTI, I. C. *et al.* Climatério, enfrentamento e repercussões no contexto de trabalho: vozes do Extremo Norte do Brasil. **Revista Kairós-Gerontologia**, v. 22, n. 1, p. 123-146, 2019. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/43180>. Acesso em: 20 ago. 2023.

BANAZESKI, A. C. *et al.* Percepções de enfermeiros sobre a atenção ao climatério. **Revista de Enfermagem UFPE online**, v. 15, n. 1, p. e245748, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/245748/37522>. Acesso em: 13 set. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Manual de Atenção à Mulher no Climatério/Menopausa**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2008. Disponível em: https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/protocolos_atencao_basica_saude_mulheres.pdf. Acesso em: 07 ago. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS**. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: <https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>. Acesso em: 07 ago. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolos da Atenção Básica: Saúde das Mulheres**. Ministério da Saúde, Instituto Sírio-Libanês de Ensino e Pesquisa – Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2016. Disponível em: https://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/publicacoes/protocolos_atencao_basica_saude_mulheres.pdf. Acesso em: 07 ago. 2023.

BISOGNIN, P. *et al.* Saberes e práticas de cuidado à saúde no climatério. **Journal of Nursing and Health**, v. 12, n. 2, p. e2212220445, 2022. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2023/02/1415800/1.pdf>. Acesso em: 13 set. 2023.

BISOGNIN, P. *et al.* O climatério na perspectiva de mulheres. **Enfermería Global**, v. 14, n. 3, p. 155-180, 2015. Disponível em: https://scielo.isciii.es/pdf/eg/v14n39/pt_docencia3.pdf. Acesso em: 15 set. 2023.

CAMPOS, P. F. *et al.* Climatério e menopausa: conhecimento e condutas de enfermeiras que atuam na Atenção Primária à Saúde. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v. 12, p. e41-e41, 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/68637/48774>. Acesso em: 13 set. 2023.

CASTILHOS, L. *et al.* Necessidades de cuidado de mulheres no climaterio com hipertensão: possibilidades de trabalho do enfermeiro. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v. 11, n. 15, p. 1-20, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/42948/html>. Acesso em: 14 set. 2023.

CURTA, J. C.; WEISSHEIMER, A. M. Percepções e sentimentos sobre as alterações corporais de mulheres climatéricas. **Revista gaúcha de enfermagem**, v. 41, n. esp, p. e20190198, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/PNXLw4JH78y8T64t6fRQ6NB/?lang=pt>. Acesso em: 15 set. 2023.

DIÓGENES, M. A. R.; LINARD, A. G.; TEIXEIRA, C. A. B. Comunicação, acolhimento e educação em saúde na consulta de enfermagem em ginecologia. **Rev Rene**, v. 11, n. 4, p. 38-46, 2010. Disponível em: <http://periodicos.ufc.br/rene/article/view/4586/3439>. Acesso em: 20 set. 2023.

DONATO, H.; DONATO, M. Etapas na condução de uma revisão sistemática. **Acta Médica Portuguesa**, v. 32, n. 3, p. 227-235, 2019. Disponível em: <https://www.actamedicaportuguesa.com/revista/index.php/amp/article/view/11923/5635>. Acesso em: 20 set. 2023.

FEDERAÇÃO BRASILEIRA DAS ASSOCIAÇÕES DE GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA. **Manual de Orientação em Climatério**. Brasília: FEBRASGO, 2010. Disponível em: https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/4236559/mod_page/content/3/Climaterio.pdf. Acesso em: 17 ago. 2023.

FEITOSA, J. C. M. *et al.* Assistência de enfermagem à mulher no climatério. **Revista Coopex**, v. 6, n. 6, p. 1-10, 2015. Disponível em: https://www.researchgate.net/profile/Milena-Sousa/publication/318456810_Assistencia_de_enfermagem_a_mulher_no_climaterio/links/596bb1eda6fdcc18ea7925aa/Assistencia-de-enfermagem-a-mulher-no-climaterio.pdf. Acesso em: 20 set. 2023.

FÉLIX, L. M. C.; LIMA, S. M. R. R.; CAMPANER, A. B. Terapêutica não hormonal no tratamento de distúrbios do climatério. **Femina**, v. 37, n. 10, p. 543-546, 2009. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/0100-7254/2009/v37n10/a005.pdf>. Acesso em: 07 set. 2023.

FERNANDES, L. T. B. *et al.* Atuação do enfermeiro no gerenciamento do programa de assistência integral à saúde da mulher. **Revista Brasileira de Ciência da Saúde**, v. 20, n. 3, p. 219-226, 2016 Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/0100-7254/2009/v37n10/a005.pdf>. Acesso em: 07 set. 2023.

FRIGO, M. *et al.* Isoflavonas como tratamento alternativo na sintomatologia climatérica: uma revisão sistemática. **Revista do Instituto Adolfo Lutz**, v. 80, p. 1-e37249, 2021. Disponível em: <https://periodicos.saude.sp.gov.br/index.php/RIAL/article/view/37249/35396>. Acesso em: 28 ago. 2023.

GALVÃO, C. M. Níveis de evidência. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 19, p. 5-5, 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/JXrfXqCfD4vPztQFQBrkB7g/?lang=pt>. Acesso em: 28 ago. 2023.

GARCIA, N. K.; GONÇALVES, R.; BRIGAGÃO, J. I. M. Ações de atenção primária dirigidas às mulheres de 45 a 60 anos de idade. **Revista eletrônica de enfermagem**, v. 15, n.

3, p. 711-9, 2013. Disponível em: <http://www.revenf.bvs.br/pdf/ree/v15n3/13.pdf>. Acesso em: 28 set. 2023.

GARDUÑO, M. D. M. *et al.* *Intervención educativa de enfermería para fomentar el autocuidado de la mujer durante el climaterio.* **Enfermería universitaria**, v. 13, n. 3, p. 142-150, 2016. Disponível em: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-70632016000300142&lang=en. Acesso em: 28 set. 2023.

IBGE - INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. *Projeção da população*. Rio de Janeiro: IBGE, 2018. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pesquisa/53/49645?ano=2060>. Acesso em: 13 set. 2023.

ILANKOON, I. M. P. S.; SAMARASINGHE, K.; ELGÁN, C. *Menopause is a natural stage of aging: a qualitative study.* **BMC women's health**, v. 21, p. 1-9, 2021. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7849153/#Sec2title>. Acesso em: 29 set. 2023.

JÚNIOR, J. C. F. *et al.* A influência dos sintomas climatéricos na saúde da mulher. **Revista Nursing**, v. 23, n. 264, p. 3996-4007, 2020. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/703/686>. Acesso em: 18 ago. 2023.

LOPES, M. E. L. *et al.* Assistência à mulher no climatério: discurso de enfermeiras. **Rev. enferm. UFPE online**, v. 7, n. 1, p. 665-671, 2013. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/703/686>. Acesso em: 18 ago. 2023.

LORENZI, D. R. S. *et al.* Assistência à mulher climatérica: novos paradigmas. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 62, n. 2, p. 287-293, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/cyjGG4CsVRcZqzRtvZTHTSd/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 29 set. 2023.

LIMA, A. M. *et al.* Perda de qualidade do sono e fatores associados em mulheres climatéricas. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 2667-2678, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/DvyPVTRh79y77cnKS6jzykb/?lang=pt>. Acesso em: 28 set. 2023.

LUZ, M. M. F.; FRUTUOSO, M. F. P. O olhar do profissional da Atenção Primária sobre o cuidado à mulher climatérica. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 25, p. 1-15, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/RpT5XMjvwmdLph79pW8Wq8J/>. Acesso em: 15 ago. 2023.

MACHADO, T. S. *et al.* Fitoestrógenos no climatério: proposição de um cardápio rico em fitoestrógenos para mulheres climatéricas. **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, v. 26, n. 2, p. 59-84, 2021. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/article/view/102040/65739>. Acesso em: 08 set. 2023.

MAGANHA, C. R. *et al.* Aplicação do Índice Menopausal de Kupperman: um estudo transversal com mulheres climatéricas. **Espaço para a Saúde**, v. 17, n. 2, p. 41-50, 2016. Disponível em: <https://espacoparasaude.fpp.edu.br/index.php/espacosaude/article/view/283/2>. Acesso em: 01 out. 2023.

MARON, L. *et al.* A assistência às mulheres no climatério: um estudo bibliográfico. **Revista Contexto & Saúde**, v. 11, n. 20, p. 545-550, 2011. Disponível em: <https://www.revistas.unijui.edu.br/index.php/contextoesaude/article/view/1576>. Acesso em: 28 set. 2023.

MELNYK, B. M.; FINEOUT-OVERHOLT, E. *Making the case for evidence-based practice. A guide to best practice*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, p. 3-24, 2005. Disponível em: [https://www.scirp.org/\(S\(351jmbntvnsjt1aadkposzje\)\)/reference/referencespapers.aspx?referenceid=938118](https://www.scirp.org/(S(351jmbntvnsjt1aadkposzje))/reference/referencespapers.aspx?referenceid=938118). Acesso em: 13 set. 2023.

MIRANDA, J. S.; FERREIRA, M. L. S. M.; CORRENTE, J. E. Qualidade de vida em mulheres no climatério atendidas na Atenção Primária. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 67, p. 803-809, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/zdhPfkBMNfQmzbBtJyLxyBs/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 15 ago. 2023.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS – ONU. Departamento de Assuntos Econômicos e Sociais, Divisão de População. **Perspectivas da População Mundial 2022**, Edição Online. Disponível em: <https://population.un.org/wpp/Download/Standard/Population/>. Acesso em: 06 ago. 2023.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS – ONU. Departamento de Assuntos Econômicos e Sociais, Divisão de População. **Perspectiva da População Mundial 2019**, Edição Online. Disponível em: <https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WorldPopulationAgeing2019-Highlights.pdf>. Acesso em: 06 ago. 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE – OMS. Menopausa, 2022. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/menopause>. Acesso em: 28 ago. 2023.

PAGE, M. J. *et al.* *The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews*. **International journal of surgery**, v. 88, p. 105906, 2021. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1743919121000406>. Acesso em: 20 set. 2023.

PEIXOTO, L. N. *et al.* Perfil e intensidade de sintomas de mulheres no climatério avaliadas em unidades básicas de saúde de Presidente Prudente. **Colloquium Vitae**, v. 7, n.1, ISSN: 1984-6436, p. 85-93, 2015. Disponível em: <https://revistas.unoeste.br/index.php/cv/article/view/1267>. Acesso em: 15 ago. 2023.

PIECHA, V. H. *et al.* Percepções de mulheres acerca do climatério. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, v. 10, n. 4, p. 906-912, 2018. Disponível em: <https://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/6259/pdf>. Acesso em: 30 ago. 2023.

PRATES, L. A. P. *et al.* Significados atribuídos por mulheres quilombolas ao cuidado à saúde. **Rev. pesqui. cuid. fundam. (Online)**, v. 10, n. 3, p. 847-855, 2018. Disponível em: <https://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/6250/pdf>. Acesso em: 13 set. 2023.

PORTELA, G. Z. Atenção Primária à Saúde: um ensaio sobre conceitos aplicados aos estudos nacionais. **Physis: Revista de saúde coletiva**, v. 27, p. 255-276, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/GRC4bkWgdyGnGfcvczDByNh/>. Acesso em: 06 ago. 2023.

SABÓIA, B. A. *et al.* Assistência de enfermagem à mulher no climatério e menopausa: estratégia de inclusão na rotina das unidades básicas de saúde. **Scire Salutis**, v. 11, n. 3, p. 80-89, 2021. Disponível em: <https://sustenere.co/index.php/sciresalutis/article/view/5648/3052>. Acesso em: 25 set. 2023.

SANTOS, A. S.; MOREIRA, A. B.; SOUZA, M. L. R. Prevalência e severidade de sintomas em mulheres na menopausa: um estudo descritivo. **DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 18, p. 72182, 2023. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/view/72182/45781>. Acesso em: 28 ago. 2023.

SANTOS, V. M. L. *et al.* Perfil de mulheres climatéricas em Estratégia de Saúde da Família no interior paulista. **Semina: ciências biológicas e da Saúde**, v. 43, n. 1, p. 3-14, 2022. Disponível em: <https://ojs.uel.br/revistas/uel/index.php/seminabio/article/view/42309>. Acesso em: 11 ago. 2023.

SÃO PAULO. Secretaria Municipal de Saúde. Departamento de Atenção Básica. Área Técnica de Saúde da Mulher. **Climatério abordagem da mulher na peri e pós-menopausa**. São Paulo: Secretaria Municipal de Saúde, 2020. Disponível em: https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/saude/PROTOCOLO_SAUDE_DA_MULHER_CLIMATERIO.pdf. Disponível em: 07 set. 2023.

SELBAC, M. T. *et al.* Mudanças comportamentais e fisiológicas determinadas pelo ciclo biológico feminino–climatério à menopausa. **Aletheia**, v. 51, n. 1-2, p.177-190, 2018. Disponível em: <http://www.periodicos.ulbra.br/index.php/aletheia/article/view/4921>. Acesso em: 20 ago. 2023.

SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, v. 8, p. 102-106, 2010. Disponível em: https://journal.einstein.br/wp-content/uploads/articles_xml/1679-4508-eins-S1679-45082010000100102/1679-4508-eins-S1679-45082010000100102-pt.pdf. Acesso em: 18 set. 2023.

SOUZA, J. L. *et al.* Educação em saúde como ferramenta para mulheres no climactéria: bolsas para cuidados de enfermagem. **Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online**, v. 3, n. 4, p. 2616-2622, 2012. Disponível em: https://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/1485/pdf_471. Acesso em: 13 set. 2023.

VALENÇA, C. N.; GERMANO, R. M. Concepções de mulheres sobre menopausa e climatério. **Rev Rene**, v. 11, n. 1, p. 161-171, 2010. Disponível em: <http://www.periodicos.ufc.br/rene/article/view/4498>. Acesso em: 01 out. 2023.

VIEIRA, T. M. M. *et al.* Vivenciando o climatério: percepções e vivências de mulheres atendidas na atenção básica. **Enfermagem em foco**, v. 9, n. 2, p. 40-45, 2018. Disponível em: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/1084/443>. Acesso em: 10 ago. 2023.

AGRADECIMENTOS

Dedico este trabalho primeiramente a Deus, pois Ele me fortaleceu ao longo de toda a minha jornada acadêmica. Sem a Sua bondade e misericórdia na minha vida, nada disso teria sido possível. Toda honra e glória seja dada à Ele.

À minha família, em especial, meus pais, meu avô Nonato e minha tia Céó, por todo suporte todos esses anos, não consigo mensurar em palavras o quão sou grata por absolutamente tudo que fizeram e ainda fazem por mim. Obrigada mil vezes, prometo retribuir tudo o que fizeram por mim. Eu amo muito vocês!

Ao meu amor, meu namorado João Victor, agradeço por estar sempre ao meu lado, sendo minha fonte de calma em todos os momentos. Sua companhia e amor são inestimáveis para mim. Obrigada pelo incentivo e apoio de sempre. Te amo!

Aos meus queridos amigos, em especial à Wilma, Clara, Victor e Jefferson, desejo expressar minha profunda gratidão a Deus pela preciosa amizade de cada um de vocês. Obrigada pelo suporte e carinho em todos os momentos. Tenho plena convicção de que cada um de vocês foi essencial na minha jornada e na pessoa que me tornei. Mais uma vez, de todo o coração, obrigada. Amo cada um de vocês.

Aos demais amigos e colegas que conheci ao longo desses cinco anos de graduação, em especial, Thalysa e Eloá, gostaria de expressar minha sincera gratidão. A amizade e apoio de vocês trouxeram uma dose extra de leveza e satisfação a cada etapa desse processo acadêmico.

À minha orientadora, gostaria de expressar minha profunda gratidão pelo acolhimento, paciência e pela valiosa oportunidade de aprendizado que me proporcionou ao longo de todo esse período dedicado à elaboração do trabalho de conclusão de curso. Seu apoio e orientação foram fundamentais para o meu crescimento acadêmico e pessoal, e sou imensamente grato a por isso.

À minha querida UEPB, que por muitos momentos foi minha segunda casa, gostaria de expressar minha profunda gratidão a todo o corpo docente que esteve presente ao longo da minha trajetória acadêmica. Vocês não apenas forneceram conhecimento valioso, mas também moldaram meu pensamento e me ajudaram a crescer como pessoa. Obrigada por proporcionarem ensinamentos que ficarão para sempre gravados em minha mente e coração.

Por fim, sinto uma imensa gratidão por todas as experiências que me foram proporcionadas ao longo de todos esses anos de graduação. Cada desafio enfrentado, cada aula frequentada e cada amizade construída contribuíram para o meu crescimento pessoal e acadêmico. Estou verdadeiramente agradecida por todas as oportunidades de aprendizado e crescimento que essa jornada me ofereceu. Já estou com saudades!