



CAPÍTULO 04

DOI: <https://doi.org/10.58871/CONSAMU24.C4>

ASSISTÊNCIA INTEGRAL À SAÚDE DA MULHER DURANTE O CLIMATÉRIO E A MENOPAUSA

COMPREHENSIVE WOMEN'S HEALTH CARE DURING CLIMACTERIC AND MENOPAUSE

MARIA EMÍLIA DANTAS OLIVEIRA

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG)¹

ADRIENE DE MELO BATISTA RAMOS

Fisioterapeuta pela Universidade Tiradentes (UNIT)²

EDUARDA EGUCHI DE ANDRADE SOUZA

Graduanda em Medicina pela Universidade Tiradentes (UNIT)²

CAROLINE CARDOSO BOLINA COUTINHO

Graduanda em Medicina pela Faculdade de Ciências Médicas (AFYA)³

CHRISTIAN MAIQUE DE AQUINO

Graduando em Enfermagem pelo Centro Universitário do Distrito Federal (UDF)⁴

EDUARDO RENAN NEVES COELHO

Graduando em Enfermagem pela Universidade do Estado do Pará (UEPA)⁵

EMELY GABRIELLE NUNES DE MELO

Graduanda em Enfermagem pela Universidade do Estado do Pará (UEPA)⁵

HANNA GRAZIELLI SILVA

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA)⁶

NAYANNE VIEIRA LIMA

Graduanda em Enfermagem pela Universidade Regional do Cariri (URCA)⁶

JUVÊNIO CÉSAR LIMA DE ASSIS

Fisioterapeuta, Mestrando em Saúde e Sociedade pela Universidade do Estado do Rio Grande do Norte (UERN)⁷

LARISSA BRAGA LISBOA

Nutricionista, Mestranda em Ciências da Nutrição pela Universidade Federal Fluminense (UFF)⁸

KEYLA LIANA BEZERRA MACHADO

Farmacêutica, Mestranda em Ciências Farmacêuticas pela Universidade Federal do Piauí (UFPI)⁹



RESUMO

Objetivo: Analisar, a partir da literatura científica, quais são as implicações do climatério e menopausa para a saúde da mulher e quais as estratégias adotadas para uma assistência integral. **Metodologia:** Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura, para a construção do estudo, definiu-se as seguintes etapas: 1. Definição da questão norteadora. 2. Estabelecimento da amostra, a partir da utilização dos critérios de inclusão. 3. Categorização dos estudos. 4. Interpretação dos resultados avaliados. e 5. Apresentação da discussão referente aos resultados obtidos. A busca dos estudos ocorreu nas bases de dados: Scielo e *Biblioteca Virtual em Saúde*, considerando os descritores, identificados dos Descritores em Ciência da Saúde: saúde da mulher, climatério, assistência à saúde e menopausa. **Resultados e Discussão:** Compreende-se os impactos fisiológicos, neurológicos e sociais que as mulheres sofrem no período de climatério. O climatério propicia à mulher refletir sobre sua trajetória de vida. É uma fase que coincide com uma série de eventos como aposentadoria, saída dos filhos de casa e problemas de saúde decorrentes da idade. No que se refere às queixas sexuais, estas podem ocorrer ao longo da vida reprodutiva, no entanto, durante o climatério, as mulheres tornam-se mais vulneráveis à disfunção sexual devido à interação de diversos fatores complexos, como o hipoestrogenismo fisiológico e as dificuldades emocionais e sociais que são características desta fase. **Considerações Finais:** Diante do exposto, fica evidente que há inúmeros desafios enfrentados pelas mulheres durante o climatério e menopausa, ressaltando a importância de uma abordagem integral e humanizada na assistência, que abranja suporte emocional, manejo dos sintomas e orientação social, para promover qualidade de vida e bem-estar da mulher durante essa fase de sua vida. Ademais, a assistência requer um trabalho em equipe bem coordenado entre diferentes profissionais de saúde, evitando uma abordagem fragmentada.

Palavras-chave: climatério; saúde da mulher; menopausa.

ABSTRACT

Objective: to analyze, based on scientific literature, the implications of climacteric and menopause for women's health and what strategies are adopted for comprehensive care. **Methodology:** This is an Integrative Literature Review, for the construction of the study, the following steps were defined: 1. Definition of the guiding question. 2. Establishment of the sample, using the inclusion criteria. 3. Categorization of studies. 4. Interpretation of the evaluated results. and 5. Presentation of the discussion regarding the results obtained. The search for studies took place in the databases: Scielo and Virtual Health Library, considering the descriptors identified from the Health Science Descriptors: women's health, climacteric, health care and menopause. **Results and Discussion:** The physiological, neurological and social impacts that women suffer during the climacteric period are understood. The climacteric allows women to reflect on their life trajectory. It is a phase that coincides with a series of events such as retirement, children leaving home and health problems resulting from age. With regard to sexual complaints, these can occur throughout reproductive life, however, during the climacteric period, women become more vulnerable to sexual dysfunction due to the interaction of several complex factors, such as physiological hypoestrogenism and emotional difficulties. and social aspects that are characteristic of this phase. **Final Considerations:** In view of the above, it is clear that there are numerous challenges faced by women during menopause and menopause, highlighting the importance of a comprehensive and humanized approach to care, which encompasses emotional support, symptom management and social guidance, to promote quality of life and well-being. -being of the woman during this phase of her life. Furthermore, assistance requires well-coordinated teamwork between different health professionals, avoiding a fragmented approach.



Keywords: climacteric; women's health; menopause.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é uma realidade demográfica em todo mundo, no Brasil em especial nas mulheres, de acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia Estatística (IBGE), a expectativa de vida da mulher é de 79,0 anos e 72,0 anos de vida do homem. Com isso espera-se que nos próximos anos haja um aumento progressivo na procura do serviço de saúde por mulheres com diversas queixas, principalmente aquelas relacionadas ao climatério (IBGE, 2022; Assunção *et al.*, 2017).

O climatério é uma fase de evolução biológica da mulher que traz grandes mudanças para o corpo feminino, sendo um processo natural do organismo, representando a transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo. A fase climatérica ocorre entre os 40 e 65 anos, estágio da vida na qual há diminuição das funções ovarianas e uma baixa na produção dos hormônios esteróides. Essa redução associada a outros fatores como emocionais e socioculturais, tornam as mulheres mais propensas à disfunção sexual, alterações cardiovasculares, cerebral, vasomotoras, geniturinárias, cutâneas e ósseas além de mudanças no humor e apetite influenciando na sua qualidade de vida (Gonçalves *et al.*, 2023).

Durante o climatério, aproximadamente 60 a 80% das mulheres experimentam algum tipo de sintoma, principalmente devido ao hipoestrogenismo resultante da diminuição da função ovariana. Em relação aos sinais e sintomas mais comuns, destacam-se a irregularidade menstrual, surgimento ou agravamento da tensão pré-menstrual e cólicas menstruais, palpitações, tonturas, cansaço, perda de memória, dores de cabeça, dores articulares, ansiedade, irritabilidade, insônia, depressão, dispareunia, urgência miccional, problemas vaginais, secura vaginal e ondas de calor. Ademais, as queixas que mais afetam a qualidade de vida das mulheres são de natureza psicossocial e afetiva, como tristeza, desânimo, cansaço, falta de energia, humor deprimido, ansiedade, irritabilidade, insônia, dificuldade de atenção, déficit de concentração e memória, aliado à diminuição do desejo sexual (Curta; Weissheimer, 2020).

A trajetória das políticas públicas de saúde voltadas para as mulheres teve início em 1984, com a instituição do Programa de Assistência Integral à Saúde da Mulher (PAISM). Essa iniciativa visou à inclusão e incorporação da perspectiva de gênero nas políticas de saúde, com ênfase na dimensão social. Anteriormente a isso, a saúde da mulher, incorporada às políticas nacionais de saúde nas primeiras décadas do século XX, se restringia às demandas relacionadas à gestação e ao parto, refletindo uma visão predominantemente focada em aspectos biológicos e no papel social da mulher como mãe e cuidadora da família. Tomando a atenção às mulheres



climatéricas, os papéis sociais de gênero em uma sociedade patriarcal que valoriza a juventude, a beleza e a fertilidade, resultam em práticas profissionais reducionistas, biológico-centradas e, sobretudo, em uma percepção negativa e angustiante desse período, tanto dos profissionais como das mulheres que o vivem. É sabida a importância de se preservar o bem-estar e a qualidade de vida em todo o ciclo vital feminino, porém, tendo em vista o aumento de mulheres climatéricas devido à mudança do perfil populacional decorrente da elevação na expectativa de vida das brasileiras e da população mundial, verifica-se a carência de políticas voltadas a da mulher nessa fase e o desconhecimento, também, da variedade de morbidades que podem acometê-las (Luz; Frutuoso, 2021; Curta; Weissheimer, 2020).

Dessa forma, objetiva-se com o presente estudo analisar, a partir da literatura científica, quais são as implicações do climatério e menopausa para a saúde da mulher e quais as estratégias adotadas para uma assistência integral.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura (RIL), método que possibilita a síntese de resultados de múltiplos estudos e interpretação do conhecimento científico sobre a temática em correlação com a prática. Para a construção do estudo, definiu-se as seguintes etapas: 1. Definição da questão norteadora. 2. Estabelecimento da amostra, a partir da utilização dos critérios de inclusão. 3. Categorização dos estudos. 4. Interpretação dos resultados avaliados. e 5. Apresentação da discussão referente aos resultados obtidos.

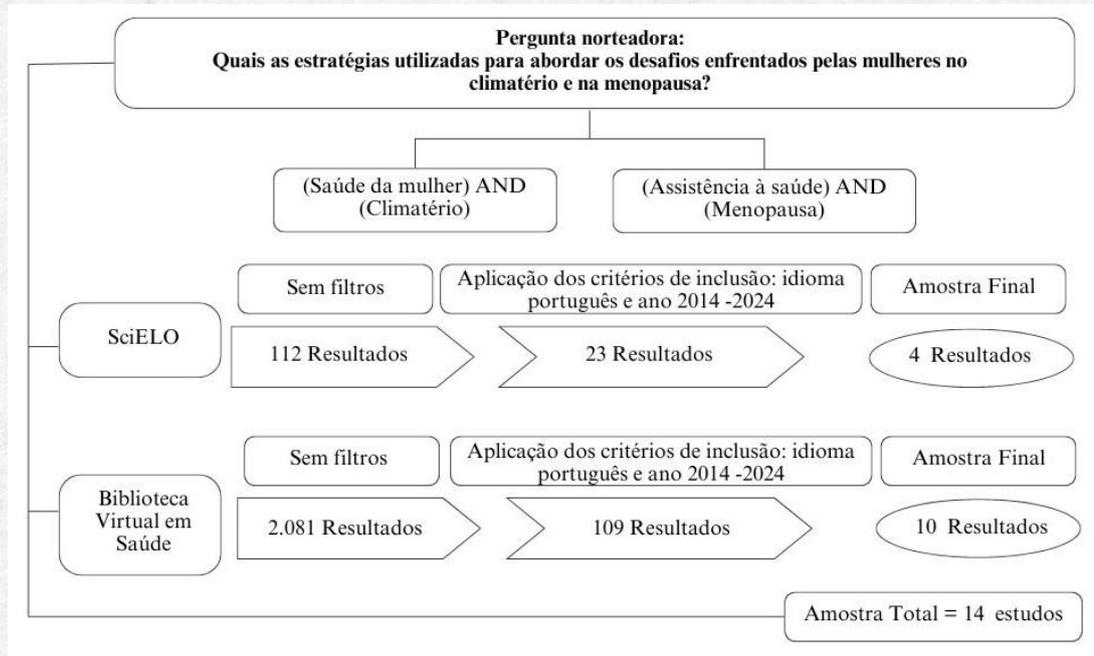
Para a definição da pergunta norteadora, foram definidos os componentes: população alvo, interesse da pesquisa e o contexto. Dessa forma, com base nestes itens, a questão norteadora foi delimitada como: “Quais as estratégias utilizadas para abordar os desafios enfrentados pelas mulheres no climatério e na menopausa?”.

A busca dos estudos ocorreu no período de 10 a 19 de maio de 2024, nas bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (Scielo) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), considerando os descritores, identificados dos Descritores em Ciência da Saúde (DECs): saúde da mulher, climatério, assistência à saúde e menopausa. Para a busca, utilizou-se a combinação dos descritores através do operador booleano “AND” da seguinte forma: (Saúde da mulher) AND (Climatério) e (Assistência à saúde) AND (Menopausa).

Inicialmente, encontrou-se 2193 estudos, sendo 112 na Scielo e 2081 na BVS. Em seguida, foram utilizados os critérios de inclusão para delimitar a amostra, entre eles: estudos redigidos no idioma português e publicados no período entre 2014 e 2024. Após a aplicação

dos filtros, foram encontrados 132 estudos, os quais passaram por um processo de leitura minuciosa dos títulos e resumos, delimitando a amostra final para 14 estudos selecionados.

FIGURA 1. Fluxograma referente ao processo de seleção dos estudos.



Fonte: autoria própria, 2024.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para auxiliar a leitura e análises dos achados, foi elaborada uma tabela (TABELA 1) destacando o título e principais resultados encontrados em cada estudo.

TABELA 1. Síntese dos estudos incluídos na RIL.

TÍTULO	RESULTADOS ENCONTRADOS
Disfunção sexual no climatério e fatores associados	A prevalência de desempenho sexual insatisfatório foi maior entre as mulheres que declararam sintomas climatéricos moderados a graves e o menor grau de escolaridade.
O olhar do profissional da Atenção Primária sobre o cuidado à mulher climatérica.	Os trabalhadores reconheceram a falta de ações específicas para mulheres climatéricas e a invisibilidade de suas demandas. As equipes começaram a refletir sobre suas práticas e sugeriram a inclusão dessas mulheres em ações já existentes nos serviços/territórios.
Percepções e sentimentos sobre as alterações corporais de mulheres climatéricas.	Foram obtidos quatro temas: “Conhecimento (ou não) sobre o climatério e a menopausa (e suas diferenças)”, “Alterações percebidas”, “Alterações sentidas” e “Como lidar com o climatério e a menopausa”.
Atenção ao climatério	A maioria (80,8%) dos enfermeiros definiu climatério e



2° CONSAMU

14, 15 e 16 de Junho

REALIZAÇÃO:



APOIO:



realizada por profissionais da estratégia saúde da família.	menopausa corretamente, com menor taxa de acerto entre os outros profissionais. Deficiências na qualificação profissional foram citadas por 43,9% dos participantes. A maioria referiu realizar orientações em consultório e citaram ausência de atividades educativas multidisciplinares.
Função sexual e fatores associados à disfunção sexual em mulheres no climatério	46,2% das mulheres apresentaram disfunção sexual. Houve uma diminuição da chance de disfunção sexual para a faixa etária entre 35 e 49 anos e para as mulheres que se sentiam à vontade para falar sobre sexo. Entretanto, presença de osteoporose, incontinência urinária e correções cirúrgicas do assoalho pélvico elevaram essa chance.
Hormônios e mulheres na menopausa	As mudanças hormonais na velhice são compreendidas como um desequilíbrio, causador de calores, problemas de libido, osteoporose, problemas cardíacos, secura vaginal etc. Tais percepções levam à busca por soluções médicas, como a reposição hormonal, para que o corpo alcance novamente o equilíbrio perdido com o envelhecimento.
Vivenciando o climatério: percepções e vivências de mulheres atendidas na atenção básica	Os sintomas relatados durante a menopausa foram os fogachos, insônia, suor, cansaço e aumento do apetite. Mediante todas as transformações ocorridas, as mulheres neste período buscam diversas formas de adaptação, como mudanças na alimentação, exercícios físicos e até tratamentos de reposição hormonal ou não hormonais.
Qualidade de vida de mulheres climatéricas.	A maioria entre 35 e 45 anos, observou-se predominância de mulheres de raça parda e com companheiro marital, com menor predominância de sintomas. As mulheres que recebiam entre 2 ou mais salários mínimos apresentaram menor intensidade de sintomas, ou mesmo não os apresentaram. Evidenciou-se significativa prevalência de falta de ar, suor, calor intenso e ansiedade, sendo o comprometimento do componente mental o mais significativo. Em pacientes com sobrepeso ou obesidade, foi observada maior intensidade de sintomas.
Indicadores antropométricos, atividade física e intensidade de sintomas no climatério.	65,7% das mulheres apresentaram peso acima do ideal; 50% risco muito aumentado para complicações metabólicas; 68,7% foram classificadas como sedentárias.
Efeitos das terapias na menopausa: uma revisão narrativa da literatura.	A dose administrada da terapia de reposição hormonal deve ser a mínima eficaz para melhorar os sintomas indesejáveis, devendo ser interrompida assim que os benefícios tenham sido alcançados. Devem ser incluídos uma avaliação dos seus reais riscos para o câncer de mama, tromboembolismo ou eventos cardiovasculares.
Climatério e menopausa: conhecimento e condutas de enfermeiras que atuam na APS.	O conhecimento das enfermeiras sobre a saúde da mulher no climatério e na menopausa é limitado.
Terapias alternativas para	As principais terapias alternativas identificadas foram prática



os cuidados dos sintomas da menopausa: delineando possibilidades e desafios.	de exercício físico, acupuntura, hidroterapia, plantas medicinais, yoga e imaginação guiada. Cada uma das terapias possui benefícios positivos em relação à redução dos sintomas da menopausa.
Inserção de um programa de treinamento dos músculos do assoalho pélvico na ABS para mulheres na pós-menopausa.	Houve melhora significativa na qualidade de vida e nos sintomas urinários com a adição de um programa de treinamento dos músculos do assoalho pélvico, sendo bem aceito pelas participantes.
O impacto da menopausa na função sexual das mulheres e seus cônjuges.	Pontuações baixas nas subescalas do FSFI nas participantes do sexo feminino prejudicaram principalmente a satisfação sexual e a satisfação geral dos seus cônjuges

Fonte: autoria própria, 2024.

Segundo a leitura e análise dos estudos científicos coletados, pode-se compreender os impactos fisiológicos, neurológicos e sociais que as mulheres sofrem no período de climatério. Ocorrem modificações do hipotálamo e da hipófise, que ocasionam a desregulação das produções de hormônios, o folículo estimulante (FSH) luteinizante (LH), como também o liberador de gonadotrofina (GnRH), além da redução de progesterona, estradiol e da inibina e, quando o climatério se encerra, estes tendem a diminuir. A redução hormonal ovariana contribui com o decréscimo da taxa metabólica em repouso comum nessa fase colabora com ganho de peso e aumento da adiposidade abdominal, bem como doenças crônicas não transmissíveis, além disso, podem surgir outras mudanças decorrentes de condicionantes sociodemográficos, econômicos e culturais podendo agravar mais ainda o estado geral das mulheres que vivenciam essa fase, tornando-as mais vulneráveis (Campos *et al.*, 2022; Gonçalves *et al.*, 2015).

O climatério propicia à mulher refletir sobre sua trajetória de vida. É uma fase que coincide com uma série de eventos como aposentadoria, saída dos filhos de casa e problemas de saúde decorrentes da idade. Entretanto, afeta cada uma de modo diferente, repercutindo nos seus sentimentos e na sua qualidade de vida; é preciso que elas estejam bem consigo mesmas e que procurem balancear as frustrações e conquistas. Considerando esta uma fase que corresponde a cerca de um terço da vida da mulher, permeada de desconhecimentos, e que pode trazer às mulheres desconfortos e sintomas desagradáveis, é necessária melhor compreensão delas sobre esta fase e, também, dos profissionais de saúde, em especial da enfermagem, para poder ajudá-las a viver e entender melhor esta fase. Geralmente, as mulheres vivenciam essa etapa solitariamente, de forma silenciosa e com informações insuficientes, por esse motivo,



considera-se que a qualidade de vida seja o fundamento da implementação de intervenções no climatério, sendo valorizados, também, os aspectos subjetivos e culturais das queixas (Pereira *et al.*, 2016; Curta; Weissheimer, 2020).

A interrupção da menstruação resulta em múltiplos sentidos para a mulher, gerando ao mesmo tempo sensações de alívio e de apreensão: acabam as restrições, desconfortos e preocupações, como, por exemplo, o risco de engravidar; mas se instala o receio, consciente ou não, da perda da feminilidade, do valor social e da saúde. O papel feminino de fertilidade e maternidade dita estereótipos que podem levar a percepções e vivências negativas relacionadas à sexualidade durante o climatério, marcado pelo fim do período fértil. O papel dos profissionais de saúde, principalmente na atenção primária à saúde, é essencial para o acolhimento, assistência e orientação às mulheres no climatério, contribuindo para a romper o estigma com a transmissão de conhecimento. (Vieira *et al.*, 2018).

Em vários estudos é possível observar que devido a ardência vaginal durante a relação sexual no período de menopausa as mulheres evitam as relações sexuais. Na menopausa haverá o declínio do estrogênio, causando diversas consequências como a dispareunia que é a dor na relação sexual, causadas pela secura vaginal, diminuição da elasticidade tecidual e a atrofia urogenital que podem afetar a vida sexual das mulheres. (Khalesi *et al.*, 2020)

De acordo com o estudo realizado por Alves *et al.*, (2016), ao avançar da idade, principalmente no período da menopausa, a prevalência de incontinência urinária (IU) é de aproximadamente 30% a 50%. Essa disfunção, apesar de não apresentar graves riscos à saúde física, pode gerar consequências psicológicas para a mulher, levando ao isolamento, sentimento de angústia e vergonha, baixa autoestima e perda da qualidade de vida. Portanto, durante essa fase climatérica, é essencial utilizar-se de estratégias para a prevenção e tratamento da IU. Segundo os resultados obtidos, o treinamento dos músculos do assoalho pélvico (TMAP) foi essencial para a melhora significativa dos sintomas urinários e da força muscular. Dessa forma, o TMAP apresenta-se como uma ferramenta eficaz, de baixo custo e recomendada para diminuição da UI, e que deve ser inserido nos programas de atenção básica por profissionais de saúde, a fim de propiciar a autogestão da saúde das mulheres climatéricas.

No que se refere às queixas sexuais, estas podem ocorrer ao longo da vida reprodutiva, no entanto, durante o climatério, as mulheres tornam-se mais vulneráveis à disfunção sexual devido à interação de diversos fatores complexos, como o hipoestrogenismo fisiológico e as dificuldades emocionais e sociais que são características desta fase. Além disso, a função sexual prévia da mulher durante a idade reprodutiva também é um elemento fundamental para a função sexual no climatério. Nessa perspectiva, no Brasil, a prevalência de disfunção sexual atinge até



49% das mulheres com 18 anos ou mais e 67% daquelas na meia-idade. Ademais, 60% das brasileiras relatam uma diminuição na atividade sexual após a menopausa (Cavalcanti *et al.*, 2014).

Segundo Araujo, Chagas e Lima (2020), o tratamento para os sintomas das mulheres em fase de climatério consiste em uma intervenção farmacológica do tipo reposição hormonal à base de compostos sintéticos ou naturais com fitoestrógenos. Porém, há também as terapias alternativas como opção para aliviar os sintomas e desconforto das pacientes durante a transição para a menopausa. A acupuntura é capaz de aliviar ondas de calor; A hidroginástica possibilita uma melhora na força e flexibilidade; a musicoterapia e prática da yoga possibilitam um controle da insônia e promovem um conforto mental das pacientes. Consoante a isso, no que se refere a terapia de reposição hormonal, é relevante pontuar os riscos e efeitos nocivos que estão associados, sendo estes os principais motivos que resultaram na diminuição de prescrições médicas e motivou que as mulheres buscassem outras terapias alternativas; entre os riscos, os cânceres de mama e endométrio são os mais evidentes (Manica; Bellaver; Zancanaro, 2019).

Ademais, o envelhecimento feminino transformou-se em um distúrbio que deve ser tratado de maneira farmacológica, a fim de restaurar sua jovialidade e disposição; assim, a reposição hormonal durante o climatério tem sido convertido e associado a uma exigência em que a mulher precisa permanecer sempre jovem e atraente sexualmente ao sexo masculino (Sampaio; Medrado; Monegon, 2021). Essa configuração social não reconhece o processo de envelhecimento como um ciclo natural e inevitável, impondo moldes a figura feminina, perpetuando estereótipos e inseguranças nessa fase da vida.

As recomendações do MS enfatizam o trabalho em equipe no qual a assistência aos usuários deve ser planejada e executada conjuntamente, de acordo com as competências de cada profissional, evitando, dessa forma, a assistência fragmentada por disciplinas. A APS é essencial para que proporcione o acolhimento e assistência adequada às mulheres no climatério, devido a mesma ser a base para a realização dos cuidados de saúde, prevenção e promoção da saúde de forma que atenda todas as necessidades individuais da população, sendo esta, a principal porta de entrada para o sistema público de saúde, tornando-se necessário analisar a integralidade da assistência prestada às usuárias. Portanto, reitera-se a necessidade dos profissionais da APS em acolher e atender essa demanda de modo a proporcionar à mulher conhecimento com relação ao climatério e melhora dos sintomas, uma vez que influenciam diretamente na qualidade de vida (Vieira *et al.*, 2018; Pereira *et al.*, 2016).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS



Diante de todas essas considerações, percebe-se que, na concepção da assistência, há uma necessidade urgente de apoiar a mulher que vivencia o climatério, além de promover uma mudança de paradigmas na abordagem da assistência, visando um atendimento integral. No entanto, na prática, essas ações ainda não são plenamente implementadas, pois as unidades de saúde continuam a priorizar medidas curativas e medicamentosas para tratar os sintomas das mulheres nesse período. O acolhimento, a escuta ativa, a formação de grupos de apoio e o fortalecimento da relação entre os profissionais de saúde e as mulheres climatéricas são ferramentas fundamentais para transformar esse modelo de assistência.

A complexidade e a multifacetada natureza dessa fase da vida feminina revelam que o climatério impacta significativamente a saúde fisiológica, neurológica, psicológica e social das mulheres, exigindo uma abordagem de cuidado integral e personalizada, valorizando tanto os aspectos físicos quanto os emocionais e socioculturais. Dentre os principais impactos, as mudanças hormonais e fisiológicas durante o climatério e a menopausa afetam não apenas a saúde física das mulheres, mas também sua saúde mental e qualidade de vida. A compreensão dessas mudanças é essencial para a prestação de um cuidado eficaz.

Além disso, há uma carência de conhecimento entre as mulheres sobre o climatério, levando a uma vivência solitária e silenciosa dessa fase. A educação e o acolhimento por parte dos profissionais de saúde, especialmente na atenção primária, são fundamentais para melhorar a qualidade de vida dessas mulheres. Intervenções não medicamentosas, como acupuntura, hidroginástica, musicoterapia e yoga, mostraram-se eficazes no alívio dos sintomas do climatério, oferecendo alternativas acessíveis e complementares aos tratamentos convencionais.

Ademais, a assistência integral às mulheres no climatério requer um trabalho em equipe bem coordenado entre diferentes profissionais de saúde, evitando uma abordagem fragmentada e garantindo um cuidado contínuo e holístico. Sem desconsiderar os progressos alcançados, nota-se que ainda há um longo percurso a ser trilhado para que a mulher possa desfrutar plenamente e de forma prática dos conceitos e princípios propostos pela Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher.

O estudo encontrou algumas limitações, como a heterogeneidade das pesquisas, a falta de dados longitudinais e variações metodológicas, incluindo limitações nas amostras e métodos de coleta de dados.

Para futuros estudos, sugere-se: pesquisas longitudinais que acompanhem as mudanças nas mulheres ao longo do climatério e da menopausa; estudos de intervenção em culturas



específicas para adaptar estratégias de cuidados efetivos; avaliações da eficácia de novas terapias, oferecendo tratamentos diversificados e abordagens multidisciplinares para integrar cuidados de saúde física, mental e social durante o climatério, impacto das políticas de saúde na qualidade de vida, percepção e experiência dos profissionais de saúde, estratégias de educação e conscientização.

Em resumo, a assistência integral à saúde da mulher durante o climatério e a menopausa é crucial para que as mulheres possam vivenciar esta fase com dignidade e bem-estar. Investimentos em educação, capacitação profissional, políticas públicas específicas e a continuidade das pesquisas nesta área são fundamentais para desenvolver intervenções mais eficazes e abrangentes, que atendam às diversas necessidades femininas nesse período da vida.

REFERÊNCIAS

ALVES, F. K. *et al.*. Inserção de um programa de treinamento dos músculos do assoalho pélvico na Atenção Básica à Saúde para mulheres na pós-menopausa. **Fisioterapia Brasil [s.l.]** v. 17, n. 2, p. 131-139, 2016. Disponível em: <<http://fi-admin.bvsalud.org/document/view/cn9wk>>. Acesso em: 18 maio 2024.

ARAÚJO, A. R. DE. CHAGAS, R. K. F. DAS. LIMA, I. C. S. Terapias alternativas para os cuidados dos sintomas da menopausa: delineando possibilidades e desafios. **Rev. pesq. cuid. fundam. online**, Rio de Janeiro, v. 12, p. 1267-1273, 2020. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/bvsmms/resource/pt/biblio-1121982>>. Acesso em: 16 maio 2024.

ASSUNÇÃO, D. F. DA S. *et al.*. Qualidade de vida de mulheres climatéricas. **Rev. Soc. Bras. Clín. Méd. [s.l.]** v. 15, n. 2, p. 80-83, 2017. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2017/11/875548/152_80-83.pdf>. Acesso em: 18 maio 2024.

CAMPOS, P. F. *et al.*. Climatério e menopausa: conhecimento e condutas de enfermeiras que atuam na Atenção Primária à Saúde. **Rev. Enferm. UFSM [s.l.]** v. 12, n. 41, p. 1-21, 2022. Disponível em: <<https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/68637/48774>>. Acesso em: 17 maio 2024.

CAVALCANTI, I. F. *et al.*. Função sexual e fatores associados à disfunção sexual em mulheres no climatério. **Rev. Bras. Ginecol. Obstet. [s.l.]** v. 36, n. 11, p. 497-502, 2014. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0100-720320140004985>. Acesso em: 18 maio 2024.

CURTA, J. C.; WEISSHEIMER, A. M.. Percepções e sentimentos sobre mudanças físicas em mulheres climatéricas. **Rev. Gaúcha Enferm. [s.l.]** v. 41, p. 1-9, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2020.20190198>. Acesso em: 18 maio 2024.

GONÇALVES, J. T. T. *et al.*. Disfunção sexual no climatério e fatores associados. **Rev. Bras. Saúde Mater. Infantil**. Recife, v. 23, p. 1-8, 2023. DOI: <https://doi.org/10.1590/1806->



2º CONSAMU

14, 15 e 16 de Junho

REALIZAÇÃO:



APOIO:



9304202300000079-en. Acesso em: 19 maio 2024.

GONÇALVES, J. T. T. *et al.*. Indicadores antropométricos, atividade física e intensidade de sintomas no climatério. **Rev. Enferm. UFPE on line**, Recife, v. 9, n. 9, p. 9207-9215, 2015. Disponível em:

<<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/10719/11807>>. Acesso em: 17 maio 2024.

IBGE, Brasileiro de Geografia e Estatísticas. Censo brasileiro 2022. Disponível em:

<https://censo2022.ibge.gov.br/panorama/?utm_source=ibge&utm_medium=home&utm_campaign=portal>. Acesso em 17 maio 2024.

KHALESI, K. B. *et al.* The impact of menopause on sexual function in women and their spouses. **Afr Health Sci.** v. 20, n. 4, p. 1979-1984, 2020. Disponível em:

<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8351832/>>. Acesso em: 18 maio 2024.

LUZ, M. M. F.; FRUTUOSO, M. F. P.. O olhar do profissional da Atenção Primária sobre o cuidado à mulher climatérica. **Interface**, São Paulo, v. 25, p. 1-15, 2021. DOI:

<https://doi.org/10.1590/interface.200644>. Acesso em: 19 maio 2024.

MANICA, J.; BELLAVER, E. H.; ZANCANARO, V.. Efeitos das terapias na menopausa: uma revisão narrativa da literatura. **J. Health Biol. Sci.** Online, v. 7, n. 1, p. 82-88, 2019.

Disponível em: <<https://periodicos.unichristus.edu.br/jhbs/article/view/2064/816>>. Acesso em: 18 maio 2024.

PEREIRA, A. B. S. *et al.*. Atenção ao climatério realizada por profissionais da estratégia saúde da família. **Rev. Enferm. UERJ**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 1, p. 1-8, 2016. DOI:

<https://doi.org/10.12957/reuerj.2016.13122>. Acesso em: 19 maio 2024.

SAMPAIO, J. V.; MEDRADO, B.; MENEGON, V. M.. Hormônios e Mulheres na Menopausa. **Psicol. Cienc. Prof. [s.l.]** v. 41, p. 1-13, 2021. DOI:

<https://doi.org/10.1590/1982-3703003229745>. Acesso em: 18 maio 2024.

VIEIRA, T. M. M. *et al.*. Vivenciando o climatério: percepções e vivências de mulheres atendidas na atenção básica. **Enfem. foco**, Brasília, v. 9, n. 2, p. 40-45, 2028. Disponível em:

<<http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/1084/443>>. Acesso em: 18 maio 2024.