

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA  
BACHARELADO EM ENFERMAGEM

INAURA MARIA DA MOTA  
MARIA DO SOCORRO DE OLIVEIRA AGUIAR  
MARIA VIRNA RODRIGUES DE SOUSA  
MAYSA RODRIGUES JUVINO  
MÉLLANE YASMIM TRISTÃO DA SILVA

**A ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM DIANTE DA FALTA DE CONHECIMENTO  
DAS MULHERES QUANTO AO CLIMATÉRIO**

RECIFE/2022

INAURA MARIA DA MOTA  
MARIA DO SOCORRO DE OLIVEIRA AGUIAR  
MARIA VIRNA RODRIGUES DE SOUSA  
MAYSA RODRIGUES JUVINO  
MÉLLANE YASMIM TRISTÃO DA SILVA

**A ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM DIANTE DA FALTA DE CONHECIMENTO  
DAS MULHERES QUANTO AO CLIMATÉRIO**

Artigo apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharelado em Enfermagem.

Professor(a) Orientador(a): Anderson Rolim Costa.

Ficha catalográfica elaborada pela  
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

A848 A assistência de enfermagem diante da falta de conhecimento das mulheres quanto ao climatério / Inaura Maria da Mota [et al]. - Recife: O Autor, 2022.

21 p.

Orientador(a): Anderson Rolim Costa.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado em Enfermagem, 2022.

Inclui Referências.

1. Climatério. 2. Menopausa. 3. Assistência de enfermagem. I. Aguiar, Maria do Socorro de Oliveira. II. Sousa, Maria Virna Rodrigues de. III. Juvino, Maysa Rodrigues. IV. Silva, Méllane Yasmim Tristão da. V. Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA. VI. Título.

CDU: 616-083

*Dedicamos este trabalho aos nossos pais, a quem agradecemos pelos ensinamentos e por serem os pilares das nossas formações como seres humanos.*

## **AGRADECIMENTOS**

Agradecemos aos nossos pais, que nos incentivaram durante essa jornada.

Aos nossos maridos, irmãos e amigos que se fizeram presentes, nos apoiando de todas as formas possíveis.

Ao nosso orientador, que nos guiou com sabedoria durante este trabalho.

Por fim, agradecemos a todas as pessoas que contribuíram positivamente, nessa etapa tão importante das nossas vidas.

*“É impossível para um homem aprender aquilo que ele acha que já sabe.”  
(Epicteto)*

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	08
<b>2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO</b> .....	09
<b>3 REFERENCIAL TEÓRICO</b> .....	10
3.1 FISIOLOGIA DO CLIMATÉRIO.....	10
3.2 SINTOMATOLOGIA DO CLIMATÉRIO.....	11
3.3 ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM AO CLIMATÉRIO .....	12
<b>4 RESULTADOS E DISCUSSÃO</b> .....	13
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	18
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	18

## A ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM DIANTE DA FALTA DE CONHECIMENTO DAS MULHERES QUANTO AO CLIMATÉRIO

Inaura Maria da Mota  
Maria do socorro de Oliveira Aguiar  
Maria Virna Rodrigues de Sousa  
Maysa Rodrigues Juvino  
Méllane Yasmim Tristão da Silva  
Anderson Rolim Costa <sup>1</sup>

**Resumo:** Introdução: O climatério é a transição entre a fase reprodutiva e não reprodutiva na vida da mulher, sendo a menopausa o marco desse período que é caracterizado pelo fim da menstruação, confirmada com 12 meses de amenorreia. A falta de informação sobre o assunto faz com que as mulheres vejam essa fase de maneira negativa, visto que a falta de conhecimento acarreta em dificuldades no enfrentamento desse período em que ocorrem mudanças físicas e psicológicas, fazendo com que elas se sintam confusas, desamparadas e despreparadas. Objetivo: Descrever a partir da literatura científica, os problemas causados pela falta de conhecimento sobre o climatério e como a assistência de enfermagem pode melhorar isso. Metodologia: O estudo foi realizado por meio de pesquisa bibliográfica, do tipo descritiva, com buscas por artigos em português nas bases de dados Google Acadêmico, Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Literatura Latino-Americana y del Caribe em Ciências de La Salud (LILACS). As buscas ocorreram no mês de fevereiro e julho, as palavras-chave utilizadas na busca foram: climatério, menopausa e assistência de enfermagem. Resultados e Discursão: Demonstram que a falta de conhecimento das mulheres acerca do climatério causam impactos negativos na vida dessas mulheres. Ressaltando então importância da assistência de enfermagem durante esse período. Considerações Finais: Portanto, é necessário implementar medidas que proporcionem a essas mulheres um melhor compreensão do climatério, e uma assistência de enfermagem de qualidade, para que essas mulheres passem por esse período da melhor forma possível.

**Palavras-chave:** Climatério. Menopausa. Assistência de Enfermagem.

---

<sup>1</sup> Professor da UNIBRA. Mestre em Educação. E-mail: Anderson.2808@hotmail.com



## 1 INTRODUÇÃO

Até o século XX, a atenção à saúde da população feminina apenas a ajudava durante a gravidez e o parto, de modo que o modelo de atenção se limitava às mulheres no seu papel social da época, que era ser mãe e doméstica. Esse padrão não foi rompido até a década de 1980, quando o Programa de Assistência Integral à Saúde da Mulher (PAISM) foi instituído em 1984. No mesmo período, o Sistema Único de Saúde (SUS) estava em construção e contribuiu para a validação da política, visto que o sistema tinha a integridade como uma de suas diretrizes (BRASIL, 2011, apud SILVA et. al., 2021).

Por meio do PAISM foi incluso, ações de educação, prevenção, diagnóstico, tratamento e reabilitação, assistência ao pré-natal, parto e puerpério, climatério, planejamento familiar, doenças sexualmente transmissíveis, câncer de mama e colo do útero e outras necessidades identificadas a partir do perfil populacional feminino (BRASIL, 2007, apud DIAS, 2018).

O climatério pode ser definido como um período na vida da mulher, em que ocorre a transição da fase reprodutiva para a não reprodutiva, normalmente se dá início entre 40 e 65 anos e possui três fases: pré-menopausa, menopausa e pós-menopausa. Sendo a menopausa o marco desse período, que é a fase onde ocorre o fim do ciclo menstrual, identificado após 12 meses de amenorreia (STEINHEUSER, 2020).

Este fenômeno pode ocorrer de forma natural, sendo resultado de um declínio dos hormônios ovarianos, ou de forma artificiais através de intervenções cirúrgicas como histerectomia ou ooforectomia. Tratando-se de um período natural da vida que, embora não seja considerado uma doença, pode trazer uma série de sinais e sintomas que podem comprometer sua qualidade de vida e bem estar (SOUZA; ARAÚJO, 2015, apud PEIXOTO et al., 2020).

Para muitas, o início desta fase limita-se a ondas de calor, sudorese e ausência da menstruação. Por não haver uma abordagem precoce do assunto, as mulheres acabam não recebendo orientações suficientes sobre como enfrentar essas mudanças que ocorrem durante esse período e acabam não associando a maioria dos sintomas ao climatério (STEINHEUSER, 2020).

Pois nessa época, as mulheres não entendem o que estão de fato vivenciando, visto que os sinais e sintoma são confusos, existe oscilação de humor

para com a família e se sentem envergonhadas. Portanto, o climatério passa a ter um domínio negativo sobre as vidas das mulheres que se encontram nesse período, e ainda que notório a constante evolução do mundo, este assunto ainda é tratado de forma censurada no meio feminino, o que por sua vez traz desânimo na procura de uma melhor condição de vida, causando desestabilidade emocional, no trabalho e no meio familiar (PEIXOTO et al., 2020).

Dessa forma, a Assistência de enfermagem se faz muito importante na fase climatérica da mulher, exigindo que o profissional seja capacitado e apto a passar as orientações de formas adequadas, visto que a equipe de enfermagem adota o papel de orientar e educar (SILVA, 2019).

Onde o enfermeiro procura utilizar inúmeras práticas para levar essas informações, no caso conhecendo essas mulheres através da consulta de enfermagem, identificando suas queixas através de uma boa anamnese, buscando orientar e implementar para estabelecer um plano de cuidado a esta mulher (SABÓIA et al., 2021).

## **2 DELINEAMENTO METODOLÓGICO**

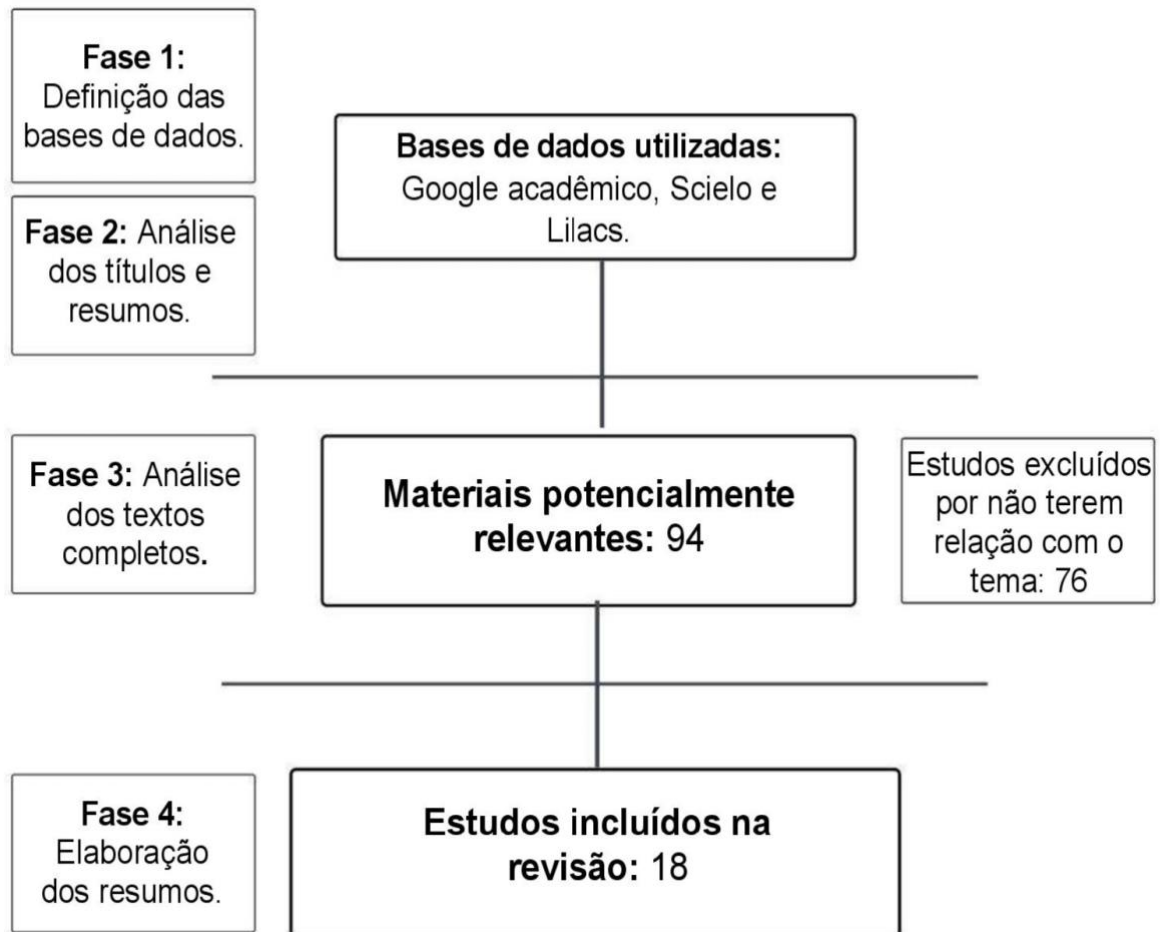
Este estudo é uma revisão de literatura. As revisões são publicações amplas destinadas a discutir o desenvolvimento de um assunto a partir de diferentes perspectivas. Esse tipo de pesquisa consiste basicamente na análise da literatura publicada em artigos científicos, livros, periódicos impressos ou eletrônicos, na interpretação e análise crítica do autor, com o objetivo de atualizar os leitores sobre o conhecimento de um tema (BATISTA; KUMADA, 2021).

Para essa revisão, foi realizada uma busca por artigos em português nas bases de dados Google Acadêmico, Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Literatura Latino-Americana y del Caribe em Ciências de La Salud (LILACS). As buscas ocorreram no mês de fevereiro e julho, as palavras-chave utilizadas foram: climatério, menopausa e assistência de enfermagem.

Como critério de inclusão dos materiais literários neste estudo, definiu-se o período de publicação de 5 anos pela possibilidade de poder encontrar artigos científicos mais atualizados sobre o tema. Como critérios de exclusão, foram rejeitados os materiais literários que não tinham relação direta com o tema proposto pelo trabalho.

Após ser realizada a busca, os materiais que atenderam aos critérios de inclusão e exclusão foram analisados e resumidos em uma tabela. O resumo foi organizado de forma a apresentar a estrutura dos trabalhos em tópicos, compostos por: ano de publicação, nome do autor, título e principais resultados obtidos. Os dados encontrados foram analisados e apresentados por meio de tabelas. A figura 1 apresenta um fluxograma que representa a busca, seleção e análise dos artigos usados no trabalho.

Figura 1: Esquema representativo do processo de seleção dos estudos.



### 3 REFERENCIAL TEÓRICO

#### 3.1 FISILOGIA DO CLIMATÉRIO

O sistema reprodutor feminino é composta por útero, duas tubas uterinas, dois ovários, vagina e vulva. Na fisiologia do climatério se destaca os ovários que são glândulas classificadas como mistas por secretar estrogênio e progesterona.

Eles também são responsáveis pela produção de óvulos que ao nascer, a mulher já tem cerca de 2 milhões óvulos, que vão diminuindo de forma gradativa até cessarem na menopausa (SILVA, 2019).

Então, quando a menopausa está chegando, a produção do Hormônio folículo-estimulante (FSH) no hipotálamo aumenta substancialmente devido à secreção de inibina, um marcador dos folículos ovarianos que leva à hiperestimulação folicular, o que pode levar à ovulação precoce. Os ovários não produzem estrogênio suficiente para sustentar o período reprodutivo feminino e garantir a função dos órgãos sexuais femininos (CALDAS et. al., 2015, apud SABÓIA et Al., 2021).

Durante a menopausa, as alterações endócrinas são causadas principalmente pela diminuição da função ovariana. Essas alterações se manifestam como insuficiência lútea, que determina irregularidades menstruais em estágio inicial. Porém, essas alterações vêm não apenas da falência ovariana, mas também de alterações no hipotálamo e hipófise e a medida que a menopausa evolui, os hormônios progesterona, estradiol e da inibina diminuem e desaparecem quase completamente (FEBRASGO, 2010, apud SILVA, 2019).

Dessa forma, essa transição é marcada pela falência dos ovários e diminuição gradual da progesterona e estrogênio. Conseqüentemente resultam em sinais e sintomas que afetam as mulheres de diversas formas e intensidades que variam de acordo com cada organismo (SILVA et al., 2021).

### 3.2 SINTOMATOLOGIA DO CLIMATÉRIO

O climatério tem três fases: pré-menopausa, caracterizada pela irregularidade menstrual, devido à exaustão ovariana, que reduz o estrogênio e o FSH e o LH como forma compensatória dos folículos através dos ovários. A menopausa, caracterizada por 12 meses de amenorreia. Nessa fase o climatério se manifesta com maior intensidade, destacando fogachos, suores noturnos e atrofia urogenital. Em seguida, vem o período pós-menopausa, em que ocorre o declínio hormonal mais drástico e perdas funcionais significativas. Devido ao déficit hormonal e envelhecimento, a aceleração dos fenômenos de osteoporose e aterosclerose (STEINHEUSER, 2020).

Durante o climatério, as mulheres geralmente passam a apresentar diversas manifestações clínicas que se caracterizam, como alterações neurológicas, psicológicas, metabólicas, urogenitais, osteoarticulares e cutâneas. Quando todas essas mudanças fisiológicas se manifestam, as mulheres experimentam muitas perdas que afetam seu social. Por isso, as mulheres também terão maior probabilidade de desenvolver doenças congênitas (MEDEIROS, 2019).

Além dessas mudanças, as mulheres tendem a ter sintomas, que são reconhecidos pelo conhecimento popular que vai sendo passado de geração em geração. Sendo eles, fogachos, tontura, palpitações, redução das mamas, diminuição da elasticidade, libido e lubrificação, dificuldade em manter relações sexuais, todos esses sintomas são falados por pessoas que os experimentaram, mesmo não tendo o conhecimento científico (SANTOS, 2021).

Mesmo havendo vários sintomas, o climatério não deve ser considerado uma doença, pois é uma alteração fisiológica no organismo, que toda mulher passará, algumas têm mais sintomas e outras apresentam menos ou nenhum sintoma. Desta maneira ressalta se a importância do diagnóstico do climatério que pode fazer com que essa mulher passe por esse momento tão delicado de uma maneira mais fácil (SANTOS, 2021; MEDEIROS, 2019).

### 3.3 ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM AO CLIMATÉRIO

O climatério é visto de uma forma negativa pela maior parte das mulheres, visto que a falta de conhecimento acarreta em dificuldades no enfrentamento desse período em que ocorrem mudanças físicas e psicológicas e fazem com que elas se sintam confusas, desamparadas e despreparadas por não entenderem e conhecerem previamente os sinais e sintomas (PIECHA et al. 2018).

O cuidado com a saúde da mulher no período do climatério é um problema que atinge uma grande parte da população feminina do Brasil. Desta forma, o cuidado adequado é essencial, pois várias doenças poderão aparecer no decorrer do climatério como: depressão, obesidade, cardiopatias, diabetes, osteoporose, entre outras (FIRMIANO, 2021).

Dessa forma, o conhecimento sobre o processo do climatério é um fator-chave na intensificação da qualidade de vida da mulher, pois auxiliam no enfrentamento dos sintomas, portanto, potencializam as ações de satisfação sexual,

envelhecimento saudável e aceitação desse período tão sensível (LEITE et al., 2020).

Assim, demonstra-se a grande responsabilidade que o enfermeiro tem diante dessas mulheres, uma vez que o profissional deve esclarecer as dúvidas, oferecer informações, apoio emocional, promover ações educativas em saúde com objetivo de fornecer informações adequadas sobre os efeitos do climatério, deve ajudar a mulher na prevenção, passando orientações quanto a importância de se manter uma boa alimentação, praticar exercícios e buscar consultas, tomando assim conhecimento dos sinais e sintomas (VIEIRA et al., 2018; MOTA; MATOS; AMORIM, 2021).

Portanto, é de grande importância que a atenção básica tenha profissionais capacitados para cuidar da mulher no climatério durante todo o período, realizando consultas qualificadas e promovendo a atenção integral para que elas tenham uma melhor qualidade de vida (DIAS, 2018).

#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A tabela 1 apresenta a caracterização dos artigos analisados, compostos por: ano de publicação, nome do autor, título e principais resultados obtidos.

Tabela 1: Resumo dos estudos utilizados na revisão.

Ano de Publicação	Autor	Título	Principais Resultados Obtidos
2020	CARNEIRO et al.	Assistência de enfermagem a mulher climatérica: estratégias de inclusão na rotina das Unidades Básicas de Saúde.	Oferece uma assistência de enfermagem de qualidade, tornando-se um meio para que as próprias mulheres acessem essas informações e aprendam a viver essa fase paradoxal conscientemente, sabendo que não se trata de uma patologia, mas de uma passagem natural pela qual todas as mulheres passam, assim definida como períodos de inúmeras experiências que de alguma forma são eficazes no amadurecimento feminino.
2020	CURTA e WEISSHEIMER	Percepções e sentimentos sobre as alterações corporais de mulheres climatéricas	As mulheres são pouco informadas sobre o climatério e necessitam que a enfermagem ofereça suporte emocional, tire suas dúvidas e identifique suas queixas nas consultas de enfermagem fazendo com que esse período seja o mais natural possível.

<b>2018</b>	DIAS	Climatério: atuação do enfermeiro na atenção às mulheres.	A atuação do enfermeiro frente à mulher no climatério deve ocorrer de forma preventiva, promovendo esclarecimento e autoconhecimento. Portanto, há a necessidade de estimular e capacitar os profissionais de enfermagem nas ações relacionadas ao climatério, que podem ser abordadas por meio de estratégias de educação de longo prazo nas unidades de saúde.
<b>2021</b>	FIRMIANO	Assistência da enfermagem na promoção da saúde da mulher no climatério.	Os resultados indicaram que as mulheres sofrem com os impactos causados pelos sinais e sintomas do climatério por conta da falta de conhecimento. Por isso, ressalta-se a importância da consulta de enfermagem nesse período tão delicado que a mulher necessita de cuidados adequados.
<b>2020</b>	JÚNIOR et al.	A influência dos sintomas climatéricos na saúde da mulher.	Os sintomas vivenciados nesse período causam alterações na qualidade de vida das mulheres. Por tanto, o enfermeiro deve escutar as queixas dessa mulher, buscar-lhes oferecer um atendimento holístico e humanizado. Assim levando essas mulheres a ter uma melhor qualidade de vida.
<b>2020</b>	LEITE et al.	Conhecimento de mulheres jovens sobre a menopausa e sintomas climatéricos	Demonstrar que o conhecimento sobre o climatério e menopausa é pouco ou insuficiente pela população feminina, especialmente mulheres jovens. E ressalta a importância desse conhecimento para uma melhor qualidade de vida.
<b>2019</b>	MEDEIROS	A perda de memória na menopausa devido à supressão do efeito neuroprotetores dos estrogênios: uma revisão bibliográfica.	Ressalta-se a importância da Ampliação e investimento em pesquisas visando avaliar a evolução da memória da mulher menopausada e para o desenvolvimento de moléculas agonistas de estrogênio que tenha pouco ou nenhum risco à Saúde da Mulher em tratamento.
<b>2021</b>	MOTA et al.	Impactos do climatério em mulheres do sudoeste baiano.	Destaca a importância de incentivar a educação em saúde, para que a haja uma melhor na saúde e bem-estar da mulher durante esse período. Levando informações para que essas mulheres possam lidar com as manifestações clínicas e alterações fisiológicas como psicológicas, vasomotoras e físicas.
<b>2020</b>	PEIXOTO et al.	Climatério: sintomatologia vivenciada por mulheres atendidas na atenção primária	Denunciam a necessidade de um programa de educação continuada com os profissionais de saúde, com assistência integral, holística e multidimensional, ressaltando os sintomas evidenciados por essas mulheres, visando promover condições

			de aperfeiçoamento e melhoria a saúde da mulher no climatério tornando essa fase o menos traumática possível.
<b>2018</b>	PIECHA et al.	Percepções de mulheres acerca do climatério	Elementos que emergem da compreensão das mulheres sobre a menopausa exibem percepções que se concentram em emoções negativas, envelhecimento físico, desequilíbrios emocionais e sintomas manifestados durante esse período.
<b>2018</b>	ROCHA MITIDIERI	O impacto dos sintomas climatérios na qualidade de vida e função sexual.	Avaliam-se os impactos das alterações sob a qualidade de vida das mulheres que se encontram nas fases do climatério e menopausa e a necessidade da contribuição para uma atuação preventiva e educativa da parte dos profissionais de saúde.
<b>2021</b>	SABÓIA et al.	Assistência de enfermagem à mulher no climatério e menopausa: estratégia de inclusão na rotina das unidades básicas de saúde	Mostra-se que a assistência de enfermagem possui papel muito importante no enfrentamento da mulher na fase do climatério e menopausa, através da competência e autonomia, trazendo conforto, conhecimento, auxílio e Incentivo a mulher para que ela tenha melhor qualidade de vida.
<b>2021</b>	SANTOS	Abordagem do enfermeiro frente à sexualidade das mulheres que estão no climatério	Entende-se a necessidade de o enfermeiro desenvolver uma abordagem baseada em criar vínculo desde o momento do acolhimento interagindo com as mulheres climatéricas e assim ofertar um atendimento em que a mulher se sinta acolhida.
<b>2019</b>	SILVA	A importância da consulta de enfermagem ginecológica à mulheres no climatério	Os autores observam que a menopausa é um momento de grandes transformações e mudanças na vida da mulher, com mudanças físicas, psicológicas e sociais. Portanto, é necessário estimular e capacitar os profissionais de enfermagem para a realização de ações relacionadas ao climatério.
<b>2021</b>	SILVA et al.	Aspectos que influenciam a vivência da sexualidade pela mulher climatérica.	Descrever a necessidade de maior abordagem nos aspectos que influenciam na vivência da sexualidade da mulher climatérica, discutindo assim as melhores formas de intervenções que o enfermeiro pode realizar na tentativa de proporcionar a qualidade de vida sexual destas.
<b>2022</b>	SOUZA et al.	O impacto do período do climatério na saúde da mulher	Demonstra-se a importância de que as mulheres climatéricas tenham acesso a informações apropriadas para que elas possam lidar com os impactos por elas vivenciados devido os sinais e sintomas. Sendo importante também incentivar as



			mulheres a irem a consultas ginecológica, terem alimentação adequada, procurar atendimento especializado a fim de proporcionar a essas mulheres uma qualidade de vida recomendada.
<b>2020</b>	STEINHEUSER	Vivenciando o climatério	Mesmo com a tecnologia a falta de conhecimento sobre o período climatérico ainda é muito deficiente. Assim destaca se a necessidade de uma maior abordagem nos serviços de saúde sobre o assunto, diferenciado o climatério da menopausa, quais os principais sinais e sintomas e como lidar com essa fase, de forma natural, para ter uma melhor qualidade de vida.
<b>2018</b>	VIEIRA et al.	Vivenciando o Climatério: percepções e vivências de mulheres atendidas na Atenção Básica.	Observou-se que algumas mulheres climatéricas desconhecem o climatério apesar de vivenciarem os inúmeros sinais e sintomas que acompanham a fase, sendo assim necessário o acompanhado dos profissionais da atenção básica de modo que venham passar as informações apropriadas fazendo-as receberem o período de forma mais seguras possível.

De acordo com Carneiro et al. (2020), o climatério é identificado como a passagem do processo reprodutivo para o não reprodutivo da mulher, gerando eventuais mudanças em sua vida. O qual traz consigo impactos vivenciados geralmente com diversas alterações fisiopatológicas. Sintomas fisiológicos, emocionais e físicos são comuns nessa fase, induzidos pela queda da produção endógena de estrogênio, resultante da falência ovariana.

Também sofrem impactos no desejo sexual, onde associam a situação ao envelhecimento. Como resultado, essas mulheres podem se sentir menos atraentes, menos desejadas, podendo assim interferir em suas relações familiares, conjugais, sexuais e em todo o ambiente em que essa mulher vive (ROCHA; MITIDIERI, 2018).

Para Piecha et al. (2018) cada mulher que vivência o climatério passa por manifestação de sinais e sintomas de forma diferente, dependendo de como foi instruída e preparada para receber essas mudanças que o seu corpo irá passar, em seu estudo descreve que as mulheres passam por esse período silenciosas por não possuírem conhecimento das alterações fazendo com que o período não seja bem visto impactando ainda mais a vida da mulher.

O que pode prejudicar a qualidade de vida da mulher, gerando desordem psicossocial e afetiva, como o surgimento de tristeza, desânimo, cansaço, falta de

energia, o humor depressivo, a ansiedade, a irritabilidade, a insônia, o déficit de atenção, a concentração, memória, a anedonia e a diminuição da libido (CURTA; WEISSHEIMER, 2020; JÚNIOR et al., 2020).

Rocha e Mitidieri (2018), destaca há a necessidade de se avaliar os impactos gerados diante destas alterações na qualidade de vida de mulheres que se encontram nas fases de climatério e menopausa, objetivando buscar métodos para uma atuação preventiva e educativa por parte dos profissionais da saúde. Sendo assim de extrema importância para que se tenha melhor aceitação das alterações decorrentes desses períodos, uma vez que este é considerado fase natural da vida das mulheres e não uma doença.

Segundo Souza e Martínez (2022), as mulheres por muita das vezes acabam desviando o devido cuidado com a saúde, deixando de fazer exames de rotinas, se alimentando de maneira incorreta, não praticando exercícios e muitas ainda sentem vergonha de conversar com profissionais da saúde ou então de realizar a consulta (preventiva) com uma ginecologista.

Diante disto, Firmiano (2021), observa que o público feminino sofre com os impactos do climatério, daí a necessidade de atendimento adequado, objetivando sanar as dúvidas e questionamentos em relação aos sintomas corporais e psicológicos vivenciados nesse período. Muitos dos sintomas psíquicos citados nesse estudo acontecem por falta de conhecimento e relacionados há questões sociais, especialmente ao padrão de beleza e desvalorização da pessoa ao envelhecer.

Dias (2018), afirma que atuação do enfermeiro é essencial, pois esses profissionais trabalham preparando essas mulheres para passarem por essa fase da vida, além de estimulá-las ao autocuidado, orientando as como lidar com os sinais e sintomas, cujo objetivo é fazê-las viverem o mais saudável possível nesse período do climatério.

E Sabóia et al. (2021), destaca que a assistência de enfermagem é uma ferramenta muito valiosa, pois este será o momento onde o profissional conhecerá suas queixas, realizando uma anamnese para poder orientar e elaborar um plano de cuidados para esta mulher, para que ela possa ter uma melhor qualidade de vida e esteja ciente de todas as fases do climatério e saiba como passar por esse período da melhor forma possível.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo nos mostrou que o período climatérico é determinado pelos sintomas fisiológicos e psicológicos que afetam as mulheres a partir dos 45 anos. E sua identificação se dá de forma clínica considerando alteração nos padrões menstruais, faixa etária e sintomatologia.

Seu aparecimento pode ser associado aos fatores hormonais, socioeconômicos, culturais e familiares. Observou-se que o público feminino sofre com ausência de informações apropriadas em tal período, tornando-se um dos maiores fatores contribuintes para uma visão negativa do climatério e da menopausa, entendendo assim que grande parte das mulheres não receberam orientações adequadas para auxiliar no enfrentamento desse período.

Portanto, faz-se necessária uma visão holística por parte dos profissionais de saúde, objetivando passar informações e exercer atividades voltadas para esse grupo específico, onde muitas vezes não recebem uma assistência direcionada as suas particularidades. Deste modo é muito importante que a mulher seja acompanhada por profissionais preparados para ajudá-la encontrar meios efetivos que venham minimizar os efeitos negativos desta fase, considerando a sua integralidade e individualidade.

Nesse sentido, a realização deste estudo tem o objetivo de ajudar na compreensão de como as mulheres vivenciam o climatério, período que se torna difícil quando não se tem as informações necessárias. Desta forma, os profissionais da saúde e em especial os enfermeiros devem possuir o conhecimento apropriado para oferecer a essas mulheres climatéricas uma atenção adequada, garantindo meios para que elas entendam as mudanças que estão sendo vivenciadas e passem por essa fase com menos limitações e mais qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS

BATISTA, L. S.; KUMADA, K. M. O. Análise metodológica sobre as diferentes configurações da pesquisa bibliográfica. **Revista Brasileira de Iniciação Científica** v. 8, e021029, p. 1-17, 2021. Disponível em: <<https://periodicoscientificos.itp.ifsp.edu.br/index.php/rbic/article/view/113>>. Acesso em: 16 fev. 2022.

CARNEIRO, M.E.S.G.; SILVA, P.A.; MARKUS, G.W.S.; PEREIRA, R.A.; COUTO, G.B.F.; DIAS, A.K. Assistência de enfermagem a mulher climatérica: estratégias de inclusão na rotina das Unidades Básicas de Saúde. **Revista Extensão**, v.4, n.2, p.

115-126, 2020. Disponível em: <<https://revista.unitins.br/index.php/extensao/article/view/4210>>. Acesso em: 22 jul. 2022.

CURTA, J. C.; WEISSHEIMER, A. M. Percepções e sentimentos sobre as alterações corporais de mulheres climatéricas. **Revista Gaúcha Enfermagem**. Porto Alegre, v. 41, n. spe, e20190198, 2020. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rngenf/a/PNXLw4JH78y8T64t6fRQ6NB/?lang=en>>. Acesso em: 16 fev. 2022.

DIAS, G. E. **Climatério: atuação do enfermeiro na atenção às mulheres**. Orientador: Mariana Ferreira Alves de Carvalho. Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em Enfermagem) - Faculdade de Educação e Meio Ambiente. Rondônia, 2018. Disponível em: <<https://repositorio.faema.edu.br/handle/123456789/2293>>. Acesso em: 16 fev. 2022.

FIRMIANO, T.F.B. **Assistência da enfermagem na promoção da saúde da mulher no climatério**. Orientação de Matildes José de Oliveira; Goianésia: Faculdade Evangélica de Goianésia, 2021, 23p. Artigo de Graduação. Disponível em: <<http://repositorio.aee.edu.br/jspui/bitstream/aee/18620/1/TCC%20%20FINAL%20THAMIRES%20.pdf>>. Acesso em: 22 jul. 2022.

JÚNIOR, J. C. F.; MORAES, F. V.; RIBEIRO, W. A.; PEREIRA, G. L. F. L.; FELICIO, F. C.; ANDRADE, D. L. B.. A influência dos sintomas climatéricos na saúde da mulher. **Nursing** (São Paulo), v. 23, n. 264, p. 3996–4007, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.36489/nursing.2020v23i264p3996-4007>>. Acesso em: 22 jul. 2022.

LEITE, T. A. S.; NUNES, J. S. S.; PEREIRA, A. J. L.; SILVA, M. L.. Conhecimento de mulheres jovens sobre a menopausa e sintomas climatéricos. **Brazilian Journal of health Review**. v.3, n.3, p.7204-7212 may./jun. 2020. DOI:10.34119/bjhrv3n3-249. Disponível em: <<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/12459>>. Acesso em: 16 fev. 2022.

MOTA, L. J.; MATOS, G. V.; AMORIM, A. T. Impactos do climatério em mulheres do sudoeste baiano. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 10, n. 7, p. e22710716563, 2021. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/16563>>. Acesso em: 22 jul. 2022.

MEDEIROS, M. F.. A perda de memória na menopausa devido à supressão do efeito neuroprotetores dos estrogênios: uma revisão bibliográfica. **Revista eletrônica Estácio saúde**, Rio de Janeiro, V8, pp. 57-64, 2019. Disponível em: <<http://revistaadmmade.estacio.br/index.php/saudesantacatarina>>. Acesso em: 22 jul. 2022.

PEIXOTO, R. C. A.; TOLENTINO, T. S.; SILVA, W.; FERREIRA, A. F.; CÉSAR, E. S. R.; ALVES, E. R. P.. Climatério: sintomatologia vivenciada por mulheres atendidas na atenção primária. **Revista de ciências da saúde nova esperança**. v.18, n.1, 2020. DOI: 10.17695/revcsnevol18n1p18-25. Disponível em: <<https://revista.facene.com.br/index.php/revistane/article/view/147/422>>. Acesso em: 16 fev. 2022.

PIECHA, V. H.; EBLING, S.B.D.; PIESZAK, G. M.; SILVA M. M.; SILVA S. O. Percepções de mulheres acerca do climatério. **Rev Fun Care Online**. 2018 out/dez; 10(4):906-912. Disponível em: <<http://seer.unirio.br/cuidadofundamental/article/view/6259>>. Acesso em: 16 fev. 2022.

ROCHA, A. S. G.; MITIDIARI, A. M. S. O impacto dos sintomas climatérios na qualidade de vida e função sexual. **Revista Saúde UniToledo**, Araçatuba, São Paulo, v. 02, n. 01, p. 141-155, ago. 2018. Disponível em: <<http://ojs.toledo.br/index.php/saude/article/viewFile/2838/327>>. Acesso em: 22 jul. 2022.

SABÓIA, B. A.; ROSA, M. C. S.; COUTO, G. B. F.; DIAS, A. K. D.; MARKUS, G. W. S.; SANTOS, J. M. S.; PEREIRA, R. A.; SILVA, K. C. C. 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://www.sustenere.co/index.php/sciresalutis/article/view/5648>>. Acesso em: 16 fev. 2022.

SANTOS, J. S. D. **Abordagem do enfermeiro frente à sexualidade das mulheres que estão no climatério**. Orientador: Fábio Luiz Oliveira de Carvalho. 2021. Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em Enfermagem) – Centro Universitário AGES, Paripiranga, 2021. Disponível em: <<https://repositorio.Animaeeducacao.com.br/handle/ANIMA/14278#:~:text=Assim%2C%20%20%20%A9%20importante%20destacar%20que,e%20humanizada%20por%20meio%20da>>. Acesso em: 22 jul. 2022.

SILVA, M. F. **A importância da consulta de enfermagem ginecológica à mulheres no climatério**. Orientador: Angélica Lima Brandão Simões. 2019. Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em Enfermagem) - Centro Universitário de Anápolis, Anápolis, 2019. Disponível em: <<http://repositorio.aee.edu.br/jspui/handle/aee/8529>>. Acesso em: 16 fev. 2022.

SILVA, G. R. R.; ACÁCIO, J. S. S.; SILVA, A. M. P.; SANTOS, L. F. M.; FERREIRA, D. C. Aspectos que influenciam a vivência da sexualidade pela mulher climatérica. **Revista Rede Cuidados em Saúde**; 15(2): [115-125], dez. 2021. Disponível em: <<http://publicacoes.unigranrio.edu.br/index.php/racs/article/view/6243/3537>>. Acesso em: 22 jul. 2022.

SOUZA, M. G. M. A.; MARTÍNEZ, N. I. P. O impacto do período do climatério na saúde da mulher. **Conjecturas**, v. 22, n. 8, p. 316–325, 2022. DOI: 10.53660/CONJ-1119-Q51. Disponível em: <<https://conjecturas.org/index.php/edicoes/article/view/1119>>. Acesso em: 22 jul. 2022.

STEINHEUSER, S. **Vivenciando o climatério**. Orientador: Heloisa Pereira de Jesus 2020. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Ciências biológicas) - Centro universitário Para o Desenvolvimento do Alto Vale do Itajaí, Rio do Sul, 2020. Disponível em: <<https://www.unidavi.edu.br/bibliotecatrabalhos/consultatrabalho/trabalho/53987/arquivo/53986/download>>. Acesso em: 16 fev. 2022.

VIEIRA, T.M.M.; ARAÚJO, C.R.; SOUZA, E.C.S.; COSTA, M.A.R.; TESTON, E.F.; BENEDETTI, G.M.S.; MARQUETE, V.F. 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>>. Acesso em: 22 jul. 2022