

PERCEPÇÃO DA MULHER NO CLIMATÉRIO: UMA ANÁLISE BIBLIOGRÁFICA

WOMEN'S PERCEPTION IN THE CLIMATE: A BIBLIOGRAPHIC ANALYSIS

Ruan Feitosa dos Santos 1

Doriane Braga Nunes Bilac 2

Túlio Silva Luz 3

Leidiany Souza Silva 4

Mikael Henrique de Jesus Batista 5

Rafael Souza Silva 6

Rogério Carvalho de Figueredo 7

Resumo: O climatério é uma fase biológica da vida da mulher, ou seja, não sendo caracterizado como um processo patológico, mas um estado que compreende a transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo, marcando o fim da produção hormonal, e também o surgimento de alterações fisiológicas, físicas e psicológicas, que influencia na vida diária das mulheres. Este estudo tem o objetivo de descrever a percepção das mulheres que vivenciam o climatério e o papel do enfermeiro neste período. Trata-se de uma revisão bibliográfica, descritiva e exploratória, de caráter qualitativo. Foi possível identificar grande deficiência por parte das mulheres quanto ao climatério período o qual elas passam, pois as modificações influenciam diretamente nas atividades de cunho pessoal e profissional. Sendo o enfermeiro um dos profissionais que está assistindo essa parcela da população, responsável por esclarecer as dúvidas e orientar quanto às modificações vivenciadas.

Palavras-chave: Enfermagem, climatério, percepção, saúde da mulher.

Abstract: The climacteric is a biological phase of the woman's life, that is, it is not characterized as a pathological process, but a state that comprises the transition between the reproductive and non-reproductive periods, marking the end of hormonal production, and also the appearance of physiological, physical and psychological changes that influence women's daily lives. This study aims to describe the perception of women who experience climacteric and the role of nurses in this period. It is a qualitative, descriptive and exploratory bibliographic review. It was possible to identify a great deficiency on the part of women regarding the climacteric period they spend, because the changes directly influence the activities of a personal and professional nature. As the nurse is one of the professionals who is assisting this portion of the population, responsible for clarifying doubts and providing guidance regarding the changes experienced.

Keywords: Nursing, climacteric, perception, women's health.

1- Acadêmico do curso de bacharel em Enfermagem da Universidade Brasil – Faculdade de Colinas do Tocantins. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3935905987122678> ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8197-5760>

E-mail: ju-an98@outlook.com

2- Acadêmico do curso de bacharel em Enfermagem da Universidade Brasil – Faculdade de Colinas do Tocantins. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7961668190378135> ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1559-3585>

E-mail: tulioluz_@hotmail.com

3- Enfermeira (UNIRG). Mestre em Promoção da Saúde (UNASP). Especialista em Saúde Pública com ênfase em Saúde Coletiva e da Família (ITOP). Professora Assistente do curso de Bacharel em Enfermagem da Universidade Brasil – Faculdade de Colinas do Tocantins. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1908517700214366> ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9734-3699> E-mail: leidianysoouza@hotmail.com

4- Enfermeiro (UFG). Doutorando em Engenharia Biomédica (Universidade Brasil). Mestre em Ensino em Ciências e Saúde (UFT). Especialista em UTI, Urgência e Emergência (CEGESP). Professor Assistente do curso de Enfermagem da Universidade Brasil – Faculdade de Colinas do Tocantins. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/5922893922086911> ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9277-8295> E-mail: mikael.batista@ifto.edu.br

5- Enfermeiro (UNIRG). Especialista em Urgência e Emergência (ITOP). Professor Assistente do curso de Bacharel em Enfermagem Universidade Brasil – Faculdade de Colinas do Tocantins. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1643124239027051> ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3878-3912> E-mail: rafael.unirg@gmail.com

6-Enfermeiro (UNIRG). Doutorando em Enfermagem (UFG). Mestre em Ciências da Saúde (UFG). Especialista em Saúde Pública com ênfase em Saúde Coletiva e da Família (ITOP). Coordenador e Professor Adjunto do curso de Bacharel em Enfermagem do Instituto Educacional Santa Catarina – Faculdade Guaraí. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/2845056129867931> ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3349-4812> E-mail: rigoh1@live.com

7-Enfermeira (ITPAC). Especialista em Enfermagem do Trabalho (UNINTER). Especialista em UTI, Urgência e Emergência (PUC-GO). Coordenadora e professora assistente do curso de Bacharel em Enfermagem da Universidade Brasil – Faculdade de Colinas do Tocantins. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1087414946106515> ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4361-7011> E-mail: marilene-ar@hotmail.com

Introdução

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define climatério como uma fase biológica da vida da mulher, ou seja, não sendo caracterizado como um processo patológico, mas como um estado de transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo, podendo esta fase influenciar ou não na vida das mulheres (VEIGA, 2016).

Durante o período climatérico a mulher sofre inúmeras mudanças biológicas, endócrinas e clínicas devido às alterações hormonais, o que acaba gerando diversos transtornos e sintomas que podem torná-las vulneráveis aos mais variados agravos à saúde (HOFFMAN *et al.*, 2015).

Os impactos negativos do climatério na vida das mulheres fazem com que elas enfrentem esse período com certo medo, sendo descrito por essas como um período difícil e desagradável. Apesar disso, algumas mulheres, descrevem este momento como um ciclo da vida que deve ser entendida e vivenciada, independentemente das condições de cada mulher. (SANTOS; SILVA e MARTINS, 2016).

Neste período o corpo das mulheres passa por inúmeras modificações, sendo mudanças de papéis no seu contexto familiar e social, questões que afetam diretamente o íntimo de suas relações conjugais, dentre outros aspectos, o que lhes causam incertezas e medo do desconhecido relacionado a este período (ALVES, *et al.*, 2015).

Diversas mulheres conseguem passar esta fase sem queixas ou sem tratamento medicamentoso, porém algumas apresentam sintomas que variam sua diversidade e intensidade. No entanto, em ambas as circunstâncias e características são fundamentais que haja, nesse período de sua vida, um acompanhamento sistemático com o intuito de promover a saúde, o diagnóstico precoce, o tratamento imediato dos agravos e a prevenção de danos (VEIGA, 2016).

Em geral, os sintomas que apresentam nas mulheres durante o climatério são os fogachos, insônia, fadiga, irritabilidade, depressão, sudorese, palpitações, cefaleia, esquecimento, problemas urinários, estresse, alterações na sexualidade, transtornos como desajustes conjugais, problemas familiares, e outros que podem dificultar este momento (ALCANTARA *et al.*, 2018).

O enfermeiro desenvolve um papel significativo durante o climatério, através da conscientização e elucidação da sintomatologia das mulheres climatéricas, por meio de ações de Educação em saúde e consultas de enfermagem, atentando as particularidades de cada uma delas (ANDRADE *et al.*, 2018).

Conhecer o período do climatério possibilita as mulheres uma boa qualidade além de favorecer na aceitação pela qual estão passando, além de ser um público frequente nas rotinas de trabalho do enfermeiro, principalmente o da Atenção Primária em Saúde. Com isso, surge a seguinte indagação: Qual atuação dos profissionais de enfermagem quanto a percepção das mulheres sobre o climatério?

O fim da vida reprodutiva das mulheres é marcado por uma gama de alterações fisiológicas, que são enfrentadas de forma individual por cada uma delas, onde a maioria das vezes é encarada de forma negativa. Assim, o presente trabalho justifica – se pela necessidade em buscar evidências que orientem estudantes e profissionais da enfermagem a proporcionar a essas mulheres um atendimento eficiente, prestando esclarecimento acerca do climatério, pois as mulheres estão expostas a diversas alterações ao longo do seu ciclo da vida. Diante disso é de grande valia para a sociedade em geral, expor diferentes alterações vivenciadas na particularidade de cada mulher durante o climatério.

O presente artigo tem por objetivo geral: descrever a percepção das mulheres que vivenciam o climatério e o papel do enfermeiro neste período e objetivos específicos: descrever a percepção das mulheres quanto climatério; identificar a influência do climatério na realização das atividades diárias das mulheres e relatar a atuação do enfermeiro no climatério.

Metodologia

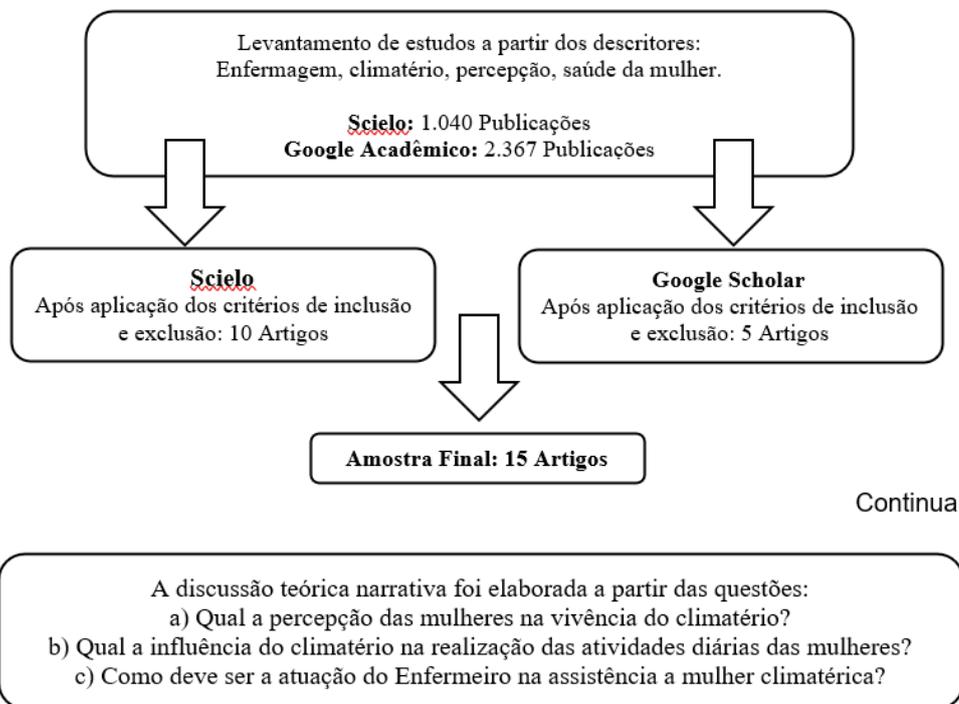
Trata-se de uma revisão bibliográfica de caráter qualitativo, descritivo e exploratório, de artigos científicos publicados em português e que estejam disponíveis nas plataformas digitais: Scielo e Google Scholar, publicados entre o período de 2014 a 2019.

A pesquisa ocorreu no decorrer do ano de 2019 entre os meses de maio e outubro, incluindo a coleta e análise a partir de materiais científicos relacionados ao tema. Foram selecionados, artigos publicados entre período de 2014 e 2019 disponíveis completos em língua portuguesa e abordem o conteúdo do tema especificado. Houve a exclusão de textos repetidos, artigos que não estejam em português, fora do período estabelecido; não conter a palavra-chave (climatério) em seu título ou resumo; textos que não se relacionavam com o conteúdo proposto pela temática.

Após a leitura e debate dos artigos selecionados, levantaram-se os seguintes questionamentos acerca do tema escolhido: a) Qual a percepção das mulheres na vivência do climatério? b) Qual a influência do climatério na realização das atividades diárias das mulheres? c) Como deve ser a atuação do Enfermeiro na assistência a mulher climatérica? Os resultados serão apresentados em forma de discussão teórica narrativa de acordo com os questionamentos.

A seguir, na figura 1, o fluxo de desenvolvimento da pesquisa com suas etapas metodológicas é apresentado.

Figura 1. Desenho do estudo.



Continua.

Fonte: Elaborado pelos autores (2019).

Discussão Teórica

Percepções das mulheres no climatério

Segundo Santos, Silva e Martins (2016), os impactos negativos do climatério na vida das mulheres, faz com que elas vivenciem esse período com medo, sendo descrito por elas como um

período difícil e desagradável. Apesar disso, algumas dessas mulheres, descrevem o climatério como uma fase do ciclo da vida que deve ser entendida e vivenciada, independentemente de suas condições.

A falta de conhecimento sobre o climatério influencia no enfrentamento, vivência e aceitação desta fase para as mulheres, assim, se faz necessário a orientação por parte de uma equipe multidisciplinar capaz de discutir os assuntos relacionados a esta fase (CARDOSO *et al.*, 2018).

Destaca-se, que há uma queda gradual na produção hormonal durante o climatério, provocando alterações físicas, fisiológicas e psicológicas, destaca-se as principais queixas: fadiga, enjoo, insônia, dor de cabeça, ondas de calor, irritação, depressão, variações de humor e suor noturno (SANTOS; SILVA e MARTINS, 2016).

A compreensão do climatério está intimamente ligada ao envelhecimento, sendo estes, períodos da vida, responsáveis por desencadear uma desordem psicológica, onde a família, amigos e algumas instituições, servirão de amparo social para as mulheres climatéricas ajudando no enfrentamento e contribuindo para uma melhor qualidade de vida (SILVA *et al.*, 2015).

Para Santos, Silva e Martins (2016), existe uma individualidade quando o assunto é climatério, pois cada mulher vivencia este período de formas diferentes. Diante disso, ressalta-se a necessidade de traçar estratégias de promoção de saúde, manutenção e reabilitação, visando à promoção de qualidade de vida para as mulheres climatéricas.

Algumas mulheres quando chegam ao período do climatério manifestam dificuldade em lidar com as questões sexuais, algumas relatam sentir-se feias, ou seja, considera-se fora dos padrões de beleza, outras não demonstram o mínimo de interesse pelas alterações psicológicas e problemas familiares vividos no momento (ALCANTARA *et al.*, 2018).

O conhecimento sobre o climatério, para algumas mulheres se deu através de saberes informais que são passados de geração em geração aos longos dos anos. E, por isso, tal prática vem favorecendo no surgimento de dúvidas e anseios em relação ao climatério (SANTOS; SILVA e MARTINS, 2016).

A influência do climatério na realização das atividades diárias das mulheres

Os sinais e sintomas associados ao climatério são vistos como fator de declínio na realização das atividades da vida diária, tanto de cunho pessoal quanto profissional, ainda, está associado ao surgimento de barreiras para busca de uma boa qualidade de vida (SANTOS; SILVA e MARTINS, 2016).

Infelizmente, algumas mulheres consideram essa nova fase como o fim de seu papel enquanto mulher frente a sociedade, família e meio social, pelo fato de coincidir com a perda da capacidade de reproduzir. Outras conseguem se adaptar tranquilamente ao novo ciclo e seguem a sua vida com serenidade (ALCANTARA *et al.*, 2018).

Geralmente, a mulher vivencia esse período de forma patológica, ou seja, como um processo de perdas, que pode interferir significativamente na sua qualidade de vida (CARVALHO *et al.*, 2015).

Segundo Silva *et al.* (2015), alguns momentos vivenciados pelas mulheres climatéricas estão associados com o surgimento de sentimentos tais como solidão, estresse, sendo estes possíveis fatores para o aparecimento de um quadro depressivo durante a vivência do climatério, limitando essas mulheres na realização das suas atividades.

As alterações fisiológicas que ocorrem na mulher neste período climatérico, mesmo com sintomas e intensidades diferentes, proporcionam consequências que podem afetar o seu bem-estar geral e autoestima. A sexualidade, por exemplo, tem o papel importante na qualidade de vida durante esse período, porque as alterações hormonais influenciam no desejo sexual das mulheres. Sendo que quanto mais presente os sintomas, mais comprometido ficará o seu desempenho sexual (ALVES *et al.*, 2015).

O climatério favorece o surgimento de uma gama de alterações tanto no corpo físico

quanto na parte psicológica das mulheres. Além disso, é frequente o surgimento de sintomas como dispaurenia e diminuição da lubrificação em decorrência da diminuição da produção hormonal, tais fatores influenciam diretamente na vida sexual das mulheres climatéricas (ALMEIDA *et al.*, 2016).

Para minimizar todos esses transtornos pode se utilizar a Terapia de Reposição Hormonal (TRH), considerada como um recurso para mulheres neste período, neste caso são prescritos e indicados hormônios considerando as características específicas de cada mulher. Estudos afirmam que a TRH ameniza alguns sintomas do climatério, proporcionando às mulheres uma qualidade de vida melhor. Portanto, devem ser analisadas as particularidades de cada climatérica, pois não são todas que se adaptam com esse tipo de recurso, ou seja, tratamento medicamentoso, sendo necessário considerar suas vantagens e desvantagens (OLIVEIRA, 2014).

Um estudo com 75 mulheres no estado do Pará mostrou que as mudanças na menopausa têm impacto significativo na qualidade de vida das mulheres, por exemplo, a incidência de sintomas psicológicos (como irritabilidade e ansiedade) é maior. A intensidade dessas mudanças é afetada por diversos fatores, como baixa escolaridade, renda entre um ou dois salários-mínimos e parceiro estável (ASSUNÇÃO *et al.* 2017).

A atuação dos enfermeiros no climatério

Os profissionais de saúde que assiste a clientela feminina devem estar atentos para que ocorra maior efetividade no serviço de saúde, para isso, se faz necessário adotar estratégias que possibilite uma atenção qualificada as mulheres no período do climatério. Trata-se, de evitar ocasiões em que as mulheres entram em contato com os serviços e não recebem orientações dos profissionais ou ações de promoção, prevenção e ou recuperação, de acordo com o perfil epidemiológico deste grupo populacional (VEIGA, 2016).

Percebe-se, que as mulheres no período do climatério necessitam da assistência dos profissionais de saúde principalmente onde se refere a planos de cuidados para o alívio dos sintomas que elas apresentam nesse período, sendo necessário que o enfermeiro trace metas de cuidados promovendo ações frente a toda sintomatologia que ocorre neste período climatérico (SILVA *et al.*, 2016).

A maioria das pesquisas realizadas com os profissionais enfermeiros destaca que os relatos dos fatores que mais influenciam no atendimento à mulher em climatério, predominam a falta de qualificação profissional, em seguida as deficiências na infraestrutura e a falta de recursos materiais (PEREIRA, 2014).

Partindo deste contexto, entende-se que é papel do enfermeiro é orientar e informar adequadamente as mulheres quando recorrem a algum serviço de saúde em busca de minimizar as alterações desagradáveis que ocorrem no climatério, priorizando sempre o bem-estar geral e melhoria da qualidade de vida e saúde da mulher (VEIGA, 2016).

Segundo, Silva *et al.* (2015), os enfermeiros necessitam priorizar o cuidado as mulheres climatéricas, através de promoção de saúde que enfatizam a compreensão deste período como algo natural, favorecendo a valorização de uma vida social e saudável para as mulheres.

Nota-se, que mesmo diante de algumas dificuldades seja estrutural ou profissional é necessário, realizar um acompanhamento específico da mulher no período do climatério para que esta fase seja vivenciada de forma tranquila, possibilitando melhor qualidade de vida. Entende-se, que o enfermeiro tem o papel de suma importante durante essa fase, pois é o profissional qualificado para passar orientações que permitem com que a mulher pratique o autocuidado melhorando seu estilo de vida (ANDRADE *et al.*, 2018).

De acordo com Assunção *et al.* (2017) é preciso propor mudanças no estilo de vida às mulheres climatéricas, principalmente: prática de atividades físicas, redução do excesso de peso e abandono do tabagismo, além de outras medidas que contribuam para a melhora dos sintomas, e prevenção de outros agravos, como hipertensão arterial sistêmica e diabetes.

Em relação aos desafios da vida das mulheres climatéricas, além das manifestações clínicas nesse período, é evidente que as estas ainda precisam suportar o preconceito nessa fase, seja na fertilidade ou na vida sexual. Nesse sentido, ainda vivem dificuldades relacionadas ao desconhecimento desse período, o que também pode estar relacionado ao despreparo dos profissionais para utilizar estratégias adequadas para entregar as informações e orientações necessárias (SILVA, FREIRE, NASCIMENTO, 2019).

Ainda neste contexto, estudos realizados com enfermeiros que atuam em Unidades Básicas de Saúde (UBS), afirmam que há uma necessidade de incentivo e Educação permanente aos enfermeiros, que atuam na estratégia de saúde da família (ESF), com isso, possibilita o desenvolver ações voltadas ao climatério através de educação em saúde (CHAMPE DA SILVA *et al.*, 2016).

No entanto, nota-se que embora exista a falta de atualização e recursos caracterizados como problema, percebe-se que mesmo diante das dificuldades, alguns profissionais enfermeiros conseguem desenvolver o seu papel, que é orientar as mulheres sobre as questões que envolvem o climatério (SANTOS; MOREIRA, 2014).

Estudos sugerem que o enfermeiro deve oferecer uma escuta mais atenta às queixas da mulher climatérica, buscando entender o sentido oculto das queixas, já que são muitas vezes inespecíficas. Assim, acredita-se ser possível derrubar mitos para que a assistência seja cada vez mais holística e humanizada, e que ofereça verdadeiras condições farmacológicas ou não, que aumentem a sua qualidade de vida (FIGUEIREDO JÚNIOR, 2020).

Outros autores afirmam e fazem sugestões que a enfermagem deve se utilizar de práticas de educação permanente, possibilitando perspectivas de construção coletiva, promovendo estratégias que permitam a troca de experiências entre a equipe multiprofissional, centradas na resolução de problemas (MEKARO; OGATA e FRANÇA, 2014).

Sabe-se, que atuando na ESF, o enfermeiro necessita desenvolver o seu processo de trabalho em dois campos essenciais, sendo, primeiro na unidade de saúde, junto com a equipe de profissionais, e conseqüentemente na comunidade, apoiando e supervisionando o trabalho dos Agentes Comunitários de Saúde (ACS), bem como assistindo às pessoas que necessitam de atenção de enfermagem (SILVA *et al.* 2015).

Enfatiza-se que conforme a expectativa de vida aumenta, a expectativa de vida das mulheres após a menopausa pode corresponder a um terço da vida. Portanto, é importante reconhecer esses sintomas para melhor se preparar para a menopausa e vivenciar os anos subsequentes sem afetar sua qualidade de vida. Portanto, o tema menopausa identificou a necessidade de novas pesquisas para fornecer mais conhecimento sobre esta fase da vida da mulher (SILVA, FREIRE, NASCIMENTO, 2019).

Em um levantamento bibliográfico, percebeu-se que o Ministério da Saúde apresenta vários materiais didáticos e de apoio profissional relacionados à saúde da mulher, que podem ser utilizados como base para planejar e oferecer uma atenção humanizada em cada fase do ciclo vital. Com isso, se torna viável que o enfermeiro utilize essas ferramentas, para ampliar seus conhecimentos, e subsidiar ações e consultas de qualidade para as usuárias do SUS, projetando seu potencial em consulta de enfermagem no climatério. Assim, o enfermeiro será capaz de modificar a realidade de sua UBS, proporcionando as mulheres a conhecer o tema, e com a ajuda do profissional de enfermagem buscar os cuidados específicos necessários, e principalmente promover seu estado de saúde. Cabe aos enfermeiros então, estarem atentos a importância dos processos de educação permanente (CARNEIRO *et al.* 2020).

Considerações Finais

É possível identificar que diversas mulheres desconhecem esta fase da vida ao qual vivenciam, passando a caracterizar o climatério como algo negativo que faz parte do cotidiano de várias mulheres. A desmistificação a certa desta temática, proporciona a essa parcela da população uma boa qualidade de vida, pois, poderão entender o período pelo qual estão vivenciando e que o mesmo não se trata de um processo patológico e sim de uma fase fisiológica

normal no corpo das mulheres.

O enfermeiro é um dos profissionais que está intimamente ligado ao cuidado das mulheres climatéricas, tanto em âmbito hospitalar quanto em nível primário de saúde, agindo na promoção, prevenção e recuperação a saúde. Muitos profissionais relatam possuir dificuldade em desenvolver atividades que visem orientar as mulheres durante este período, enquanto outros destacam a importância de aproveitar a presença das mulheres no estabelecimento de saúde, para informar e esclarecer quaisquer dúvidas relacionadas ao climatério.

Referências

ALCÂNTARA *et al.* A vivência do climatério por mulheres atendidas em uma Unidade Básica de Saúde no município de Gurupi-TO. **Revista Amazônia Science & Health**. v6 n1 p43-47, 2018 Jan/Mar. Disponível em: <ojs.unirg.edu.br/index.php/2/article/view/1735>. Acesso em: 04 Jun. 2019.

ALMEIDA *et al.* Influências do climatério na atividade sexual feminina. **Rev Rene**. 2016 maio-jun; 17(3):422-6. Disponível em: <http://www.periodicos.ufc.br/rene/article/view/3485/2728>. Acesso em: 16 out 2019.

ANDRADE *et al.* O papel do enfermeiro nos cuidados de enfermagem com mulheres no período climatérico. **Rev. Cient. Sena Aires**. 2018; 7(1): 18-22. Disponível em: <<http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/view/299>>. Acesso em: 04 Jun. 2019.

ALVES, E. R. P. *et al.* Climatério: a intensidade dos sintomas e o desempenho sexual. **Texto Contexto Enfermagem**. Florianópolis, 2015 Jan-Mar; 24(1): 65 p. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/tce/v24n1/pt_0104-0707-tce-24-01-00064.pdf>. Acesso em 04 Jun. 2019.

ASSUNÇÃO, D. F. S. *et al.* Qualidade de vida de mulheres climatéricas. **Rev Soc Bras Clin Med**. 2017 abr-jun;15(2):80-3. Disponível em: <<http://www.sbcm.org.br/ojs3/index.php/rsbcm/article/view/261/244>> Acesso em: 16 maio 2021.

CARDOSO *et al.* A integralidade no atendimento à saúde: percepções e sugestões na perspectiva de mulheres climatéricas. Atas CIAIQ2018. Investigação Qualitativa em Saúde. Volume 2. p338-346. 2018. Disponível em: <<https://www.proceedings.ciaiq.org/index.php/ciaiq2018/article/view/1794>>. Acesso em: 04 Jun. 2019.

CARVALHO *et al.* Prevalência de cervicite, vaginites e vaginose bacteriana em mulheres climatéricas e não climatéricas. **Journal of Health Sciences**. 2015. Disponível em: <http://revista.pgsskroton.com.br/index.php/JHealthSci/article/view/1553>>. Acesso em: 04 de Jun. 2019.

CARNEIRO, M. E. S. G. *et al.* Assistência de enfermagem a mulher climatérica: estratégias de inclusão na rotina das unidades básicas de saúde. *Revista Extensão - 2020 - v.4, n.2, p115-126*. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/extensao/article/view/4210/1913> Acesso em: 16 maio 2021.

CHAMPE DA SILVA, T. *et al.* Práticas de cuidado à saúde realizadas por enfermeiros às mulheres no climatério: uma revisão narrativa. *Revista Contexto & Saúde, [S. l.]*, v. 16, n. 30, p. 21-27, 2016. Disponível em: <https://www.revistas.unijui.edu.br/index.php/contextoesaude/article/view/5603> Acesso em: 16 maio. 2021.

FIGUEIREDO JÚNIOR, J. C. *et al.* A influência dos sintomas climatéricos na saúde da mulher. **Nursing (São Paulo)**, [S. l.], v. 23, n. 264, p. 3996-4007, 2020. Disponível em: <http://www.revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/revistanursing/article/view/703>. Acesso

em: 16 maio. 2021.

HOFFMANN et al. Padrões alimentares de mulheres no climatério em atendimento ambulatorial do Sul do Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, 20(5):1565-1574, 2015. Disponível em: < <http://www.scielo.br/pdf/csc/v20n5/1413-8123-csc-20-05-01565.pdf>>. Acesso em: 04 Jun. 2019.

MEKARO, K.S.; OGATA, M. N.; FRANÇA, Y. Concepções das práticas educativas dos enfermeiros da estratégia saúde da família. **Revista Ciência, Cuidado e Saúde**, v.13, n. 4, p. 749- 755, 2014. Disponível em: < <http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/21942>>. Acesso em: 04 Jun. 2019

OLIVEIRA Junior, ML. **Climatério: principais alterações fisiológicas, emocionais e sociais que ocorrem nas mulheres** [Monografia] [Internet]. Governador Valadares: Universidade Federal de Minas Gerais; 2014. Disponível em: < <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/3455.pdf>>. Acesso em: 04 Jun. 2019.

PEREIRA, A. B. S. **Atenção à mulher no climatério realizada por profissionais da estratégia da saúde da família**. 2014.81 f. Dissertação (Mestrado em Ensino na Saúde) - Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2014. Disponível em: < <https://repositorio.bc.ufg.br/tede/handle/tede/4062>>. Acesso em: 04 Jun. 2019.

SANTOS, D. A. S.; MOREIRA, M. A. Ações das enfermeiras em unidades de saúde da família sobre a saúde da mulher climatérica. **Revista Arquivos de Ciências da Saúde**, v. 21 n.1, p.36-41, 2014. Disponível em: < [http://repositorio-racs.famerp.br/racs_ol/vol-21-1/ID-564-21\(1\)-\(Jan-Mar%202014\).pdf](http://repositorio-racs.famerp.br/racs_ol/vol-21-1/ID-564-21(1)-(Jan-Mar%202014).pdf)>. Acesso em 04 Jun. 2019.

SANTOS; SILVA e MARTINS. Percepção das mulheres no município de Paulo Afonso-Bahia sobre as mudanças corporais e emocionais no período do climatério. **Estação Científica (UNIFAP)** Macapá, v.6, n.1, p.91-104, jan./abr. 2016. Disponível em: <<https://periodicos.unifap.br/index.php/estacao/article/view/1983>>. Acesso em: 04 Junho 2019.

SILVA et al. Atuação de enfermeiros na atenção às mulheres no climatério. **Rev enferm UFPE on line.**, Recife, 9 (supl. 1):312-8, jan, 2015. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/download/10341/11047>. Acesso em 25 de maio de 2019.

SILVA, J. K M.; FREIRE, M. B. B.; NASCIMENTO, E. G .C. O conhecimento como estratégia de enfrentar os desafios de conviver com o climatério. **Almanaque Multidisciplinar em Pesquisa**. Universidade UNIGRANRIO. Ano 6, vol.1 n.1 2019. Disponível em: <http://publicacoes.unigranrio.edu.br/index.php/amp/article/view/5369/2973> Acesso em: 16 maio 2021.

VEIGA, A. S. **Plano de intervenção para mulheres no climatério elaborado pela equipe de Saúde da Família 1 em Dom Cavati - Minas Gerais**. Universidade Federal de Minas Gerais. Faculdade de Medicina. Núcleo de Educação em Saúde Coletiva. Belo Horizonte, 2016. 26f. Monografia (Especialização em Estratégia Saúde da Família).

Recebido em 18 de abril de 2020.

Aceito em 15 de abril de 2021