



## ACESSO ABERTO

**Data de Recebimento:**  
09/11/2023

**Data de Aceite:**  
18/02/2024

**Data de Publicação:**  
16/02/2024

**\*Autor correspondente:**  
Márcio de Lima,  
marciodelima.enf@gmail.com

**Citação:**  
LIMA, M. Revisão integrativa de literatura sobre a assistência de enfermagem á mulher no climatério. **Revista Multidisciplinar em Saúde**, v. 5, n. 1, 2024. <https://doi.org/10.51161/integrar/rem/4185>

# REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA SOBRE A ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM Á MULHER NO CLIMATÉRIO

Márcio de Lima<sup>a</sup>

<sup>a</sup> Graduado em Enfermagem pelo Centro Universitário Maurício de Nassau. Av. Engenheiro Roberto Freire, 1514 - Capim Macio, Natal - RN.

## RESUMO

**Introdução:** O climatério é definido como uma fase biológica e não como um estado patológico. É o período de transição entre a fase reprodutiva e não reprodutiva. O climatério pode desencadear vários sintomas prejudicando a qualidade de vida da mulher nessa fase. **Objetivo:** identificar, com base na literatura, como se dá a assistência de enfermagem para as mulheres que se encontram no período do climatério. **Método:** Trata-se de estudo de revisão integrativa de literatura realizado no mês de setembro de 2020 nas seguintes bases de dados: Banco de Dados em Enfermagem, *Scientific Electronic Library Online* e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde. A busca ocorreu no mês de setembro de 2020 e para a seleção dos artigos, utilizaram-se os seguintes descritores: “climatério”, “saúde da mulher” e “assistência de enfermagem”. 9 artigos compuseram a amostra final. **Resultados:** Evidenciou-se que a assistência de enfermagem no contexto climatérico é ampla, necessitando de um atendimento sistemático, que evidencie os aspectos psíquicos, sociais e físicos da mulher, focando em estratégias de promoção à saúde e de autocuidado. **Considerações finais:** A assistência de enfermagem em atividades de promoção, de proteção e de recuperação da saúde nas mulheres climatéricas, culmina em potenciais alterações significativas na saúde, resultando em melhoria da qualidade de vida.

**Descritores:** Climatério. Saúde da Mulher. Assistência de Enfermagem. Enfermagem.

## ABSTRACT

**Introduction:** The climacteric is defined as a biological phase and not as a pathological state. It is the transition period between the reproductive and non-reproductive phase. The climacteric can trigger several symptoms impairing the woman's quality of life in this phase. **Objective:** to identify, based on the literature, how nursing care is provided for women who are in the climacteric period. **Method:** This is an integrative literature review study carried out in September 2020 in the following databases: Database in Nursing, Scientific Electronic Library Online and Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences. The search occurred in September 2020 and for the selection of articles, the following descriptors were used: “climacteric”, “women's health” and “nursing care”. 9 articles made up the final sample. **Results:** It was evidenced that nursing care in the climacteric

context is broad, requiring systematic care, which highlights the psychological, social and physical aspects of women, focusing on strategies for health promotion and self-care. **Final considerations:** Nursing assistance in health promotion, protection and recovery activities in climacteric women, culminates in potential significant changes in health, resulting in improved quality of life.

**Descriptors:** Climacteric. Women's Health. Nursing Assistance. Nursing.

## 1 INTRODUÇÃO

O período do climatério é uma fase biológica do ciclo da mulher que tem uma queda do hormônio estrogênio ao decorrer da senilidade, muito vezes provocando sintomas indesejáveis como ondas de calor repentinas, diminuição do desejo sexual e dor durante as relações sexuais, menstruação irregular, constante alteração de humor, insônia, aumento da produção de suor, irritabilidade e cansaço (BRASIL, 2008).

O enfermeiro tem o objetivo de orientar e atuar nesta fase da mulher, com ideias de proporcionar um período de mudanças com mais conforto. O ministério da saúde estabelece uma faixa etária. “Estatisticamente a menopausa ocorre, em média, aos 50 anos. O climatério tem início por volta dos 40 anos e se estende até os 65 anos”. Assim, considera-se o climatério uma fase biológica da mulher reprodutiva e não reprodutiva, ocorre à diminuição do hormônio circulante no organismo estrogênio, causando as sintomatologias (BRASIL, 2008).

Reflete-se sobre a importância do profissional de saúde nesta fase, na vida da mulher, visando uma melhoria neste período, enfatizando que é um assunto muito delicado, em alguns casos a mulher passa esta fase sem orientação dos profissionais da saúde como ela deve agir nas sintomatologias da menopausa, Assim, tornado necessário e fundamental troca de experiências, acesso a informações em uma assistência holística, para que a mulher climatérica alcance a autovalorização e a autoestima, fundamentais ao bem-estar e à longevidade com saúde e dignidade (HOFFMAN et al., 2015).

O climatério é definido pela organização mundial da saúde em 2008 como fase biológica da vida e não um processo patológico, que compreende a transição entre o período reprodutivo da vida da mulher (BRASIL, 2008).

A crença de que distúrbios do comportamento estavam relacionados com suas manifestações do trato reprodutivo feminino, embora muito antigo, persistiu em nossos tempos. Dados atuais têm mostrado que o aumento dos sintomas e problemas na mulher de meia idade reflete circunstâncias sociais e pessoais, e não somente eventos endócrinos do climatério e menopausa (LIMA et al., 2019).

De acordo com estimativas públicas realizadas pelo instituto Brasileiro de Geografia e estatísticas (IBGE), em 2014, calcula-se que Brasil tem hoje aproximadamente 29 milhões de mulheres entre climatério e menopausa, o que totaliza 27,9% da população feminina brasileira (IBGE, 2014).

Um dado que chama atenção é o aumento da expectativa de vida da mulher na pós-menopausa. Em 1940, a expectativa de vida da mulher brasileira era de 44,9 anos, ou seja, ela nem chegava à menopausa! Considerando que atualmente a expectativa de vida da mulher no Brasil é de 78,6 anos, isso significa que ela viverá a proximamente 28 anos após entrar na menopausa. Essa estatística serve para alertar as mulheres a cuidarem cada vez mais da saúde, para que possam desfrutar dos muitos anos que seguem o climatério e a menopausa com qualidade de vida e disposição (IBGE, 2014).

Estudos mostram que as mulheres pouco sabem sobre o climatério e que o assunto gera um misto de

curiosidade e constrangimento, principalmente entre as mulheres que possuem menos grau de escolaridade. Dessa maneira, trabalhar questões que envolvam climatério, devem considerar os aspectos emocionais, psicológicos, além da sexualidade e a repercussão clínica das transformações que acompanham essa fase (BRASIL, 2008).

Desse modo, objetiva-se identificar, com base na literatura, como se dá a assistência de enfermagem para as mulheres que se encontram no período do climatério.

## 2 MÉTODO

Trata-se de estudo de revisão integrativa de literatura, a forma de investigar estudos já publicados, visando a obter conclusões a respeito de um tópico particular (WHITEMORE; KNAF, 2005).

É considerada uma estratégia utilizada para identificar as evidências existentes, fundamentando a prática de saúde nas diferentes especialidades. Foram adotados os seguintes procedimentos metodológicos: 1. Formulação da questão e dos objetivos da revisão; 2. Estabelecimento de critérios para seleção dos artigos; 3. Categorização dos estudos; 4. Avaliação dos estudos incluídos na revisão integrativa; 5. Análise dos dados e apresentação dos resultados.

Como questão norteadora adotou-se: quais as principais intervenções de enfermagem voltadas para a mulher no período do climatério? Para isso, foram analisadas as seguintes bases de dados: Banco de Dados em Enfermagem (BDENF), *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). A busca ocorreu no mês de setembro de 2020 e para a seleção dos artigos, utilizaram-se os seguintes descritores: “climatério”, “saúde da mulher” e “assistência de enfermagem”.

health)

Os critérios de inclusão para a seleção das referências foram: artigos disponíveis em formato eletrônico para acesso gratuito em texto completo; estudos disponíveis em espanhol e português; estudos de pesquisa e aqueles publicados nos últimos cinco anos (2015-2020). Foram excluídos: artigos que não abordassem a temática do estudo e artigos duplicados nas bases pesquisadas. 9 artigos compuseram a amostra final do estudo.

**Tabela 01** – Seleção da amostra. Natal, RN, 2020

Base de dados	Artigos encontrados	Artigos excluídos	Artigos selecionados
BDENF	7	5	2
SCIELO	6	3	3
LILACS	21	17	4
<b>TOTAL</b>			<b>9</b>

## 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O quadro 01 apresenta a caracterização dos estudos que compuseram a amostra. Evidenciou-se pesquisas predominantemente descritivas de abordagem qualitativa.

**Quadro 01** – Caracterização das amostras que compuseram o estudo.

ID	Autor	Ano	Periódico	Objetivo
1	Oliveira et al.	2017	Revista de Enfermagem UFPE on line	Analisar a contribuição do cuidado da Enfermagem para a autonomia da mulher que vivencia o climatério, no contexto da APS, na perspectiva da desmedicalização.
2	Pereira et al.	2016	Revista Enfermagem UERJ	Analisar o perfil dos profissionais, o conhecimento, as dificuldades e as atividades realizadas na atenção à mulher climatérica na ESF.
3	Albuquerque, Almeida e Andrade	2019	Revista Brasileira de Enfermagem	Avaliar a qualidade de vida de enfermeiras que estão vivenciando o período do climatério e atuam na atenção primária de uma capital do Nordeste do Brasil.
4	Silva et al.	2015	Revista de enfermagem UFPE online	Conhecer as estratégias utilizadas pelos enfermeiros acerca da atenção as mulheres no período climatério.
5	Andrade et al.	2016	Revista Mineira de Enfermagem	Discutir o cuidado oferecido por profissionais de enfermagem às mulheres no climatério em relação à sexualidade das mesmas à luz da percepção fenomenológica.
6	Alves et al.	2015	Texto & Contexto - Enfermagem	Verificar a associação entre as intensidades dos sintomas no climatério e o padrão do desempenho sexual de mulheres neste período ciclo vital.
7	Fernandes et al.	2016	Revista Brasileira de Ciências da Saúde	Caracterizar o perfil dos enfermeiros que atuam na Estratégia Saúde da Família (ESF); investigar as atividades desenvolvidas pelos enfermeiros que atuam no Programa de Atenção Integral à Saúde da Mulher (PAISM).
8	Lopes-Júnior et al.	2016	Revista Latino-Americana de Enfermagem	Identificar e sintetizar as evidências oriundas de ensaios clínicos randomizados que testaram a efetividade da acupuntura tradicional chinesa em relação à sham acupuntura para o tratamento dos fogachos em mulheres com câncer de mama no climatério
9	Soares et al.	2015	Revista Cubana de Enfermería	Compreender o significado que a mulher trabalhadora atribui à vivência do climatério e suas interfaces em relação à Saúde Mental.

Fonte: Autoria própria (2020)

O quadro 02 apresenta as principais intervenções de enfermagem voltadas para a mulher no contexto climatérico, segundo os estudos analisados.

**Quadro 02** – Aspectos necessários para a assistência de enfermagem a mulher no climatério.

Assistência à mulher no climatério	ID
Acompanhamento sistemático pelo enfermeiro com mulheres que vivencia o climatério	1
Promoção de estratégias para educação permanente e intervenções direcionadas à integralidade da assistência no climatério.	2

**Continuando Quadro 2**

Promoção de estratégias para a melhoria da qualidade de vida das enfermeiras climatéricas que atuam na atenção básica.	3
Realização de ações referentes ao climatério, por meio de estratégias de educação permanente na UBS.	4
O profissional de enfermagem deve interagir mais com a mulher climatérica, não só na promoção a saúde e prevenção à doença, mas ajudá-la a cuidar mais de si e a enfrentar essa fase do ciclo da vida com mais segurança e tranquilidade.	5
Recomenda-se que o planejamento das ações oferecidas às mulheres no climatério nos serviços de saúde incluindo a prática regular de atividades física, para diminuir a intensidade dos sintomas e do desempenho sexual.	6
A assistência à saúde da mulher no climatério deve considerar as especificidades das mulheres climatéricas valorizando os aspectos psicobiológicos, o incentivo e capacitações profissionais para realização de estratégias específicas, e promover ações necessárias. Gerenciar a assistência, qualificar profissionais. Prestar em serviço holístico e humanizado, respeitando e se enquadrando aos programas de saúde ofertados.	7
As terapias complementares para diminuir efeitos colaterais do tratamento a mulheres com sintomas vasomotores do climatério, em especial os fogachos.	8
Profissionais devem repensar sua atuação quanto ao preparo da mulher adulta para o climatério/menopausa. Mudando de atendimento assistência, para um atendimento holístico e humanizado.	9

**Fonte:** Autoria própria (2020)

O climatério é definido como período da vida reprodutiva da mulher durante o qual a menopausa ocorre. Já a menopausa é um fenômeno que se define retroativamente, pois representa a cessação permanente das menstruações por um período de doze meses, ocorrendo por perda da função dos ovários (ALVES et al., 2015).

De acordo com *Internacional Menopausa Society* (IMS) e a Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO), o climatério marca a transição da fase reprodutiva para outra, não reprodutiva. Trata-se de um processo que algumas vezes se associa com sinais e sintomas, quando então caracteriza a síndrome climatérica. O início do climatério, assim como seu fim, é variável, por ser extremamente diverso em relação às características individuais, influências raciais, hereditárias, constitucionais e socioeconômicas da mulher.

A área biomédica trata o climatério como um distúrbio endócrino, uma deficiência de hormônios esteroides sexuais, resultante da insuficiência ovariana secundária ao consumo de folículos primordiais que constituem o patrimônio genético de cada mulher (LOPES-JÚNIOR et al., 2016).

Embora seja uma condição fisiológica presente em todas as mulheres de meia-idade, pode ter consequências patológicas em considerável proporção, sob a forma de manifestações genitais e extragenitais, a aceleração do processo de envelhecimento sabidamente modulado, pelos esteroides sexuais. É clássico o conhecimento de fontes alternativas de produção destes esteroides, em busca da manutenção da homeostase orgânica, quando declina a função ovariana (FERNANDES et al., 2016).

As alterações climatéricas que provocam modificações urogenitais, sociais, psicológicas podem afetar também a sexualidade feminina. As manifestações psicológicas presentes nesta fase quase sempre são aspectos associados ao envelhecimento do corpo, à perda da função reprodutiva e, por consequência, a

uma menor qualidade da atividade sexual (ALBUQUERQUE; ALMEIDA; ANDRADE, 2019).

Estudos demonstram que a percepção dos sintomas durante o climatério difere entre as mulheres e são decorrentes da carência estrogênica, e das experiências vividas, das expectativas existentes, sinais psicológicos relativos a outros eventos reprodutivos ao longo da vida, bem como dos fatores culturais envolvidos com tais experiências. Trata-se de um período de adaptação e conhecimento em relação às mudanças na vida (SILVA et al., 2015).

O climatério é percebido por um grande contingente da população como um período desconhecido e misterioso. Lembra o envelhecimento e todas as perdas e ameaças que este representa, criando um tabu em torno deste período. Isto pode levar a mulher a sentir constrangimento e se manter no anonimato - atitudes que a deixam vulnerável e limitam suas chances de conduzir esta fase de forma mais saudável (SILVA et al., 2015).

Conforme Landerdahl (2002), o climatério é definido como um marco biológico no qual a mulher passa por uma experiência existencial profunda no âmbito das relações sociais, na vida conjugal, profissional e espiritual, sofrendo influências do contexto sociocultural e, principalmente, da família em que vive.

Neste mesmo sentido, o Ministério da Saúde afirma que o climatério não é um evento puramente biológico e hormonal; está inserido num contexto psicossocial e é influenciado por uma série de mitos difundidos entre as mulheres. A visão do climatério varia de acordo com a cultura, o nível socioeconômico e fatores individuais (BRASIL, 2008).

O fim das menstruações resulta em múltiplos significados para a vida da mulher, gerando sensação de alívio e apreensão (VALENÇA; NASCIMENTO FILHO; GERMANO, 2010). Ela está livre de restrições, constrangimentos, desconforto e preocupações com a fertilidade. Mas experimenta receio de perda da feminilidade, do valor social e da saúde. Parece que no climatério há perda de beleza, vigor e fertilidade ganhos durante a puberdade. As mulheres podem sentir ser um peso para sua família e experimentam a necessidade de buscar alguém que as auxilie a enfrentar os seus problemas e conseguir um equilíbrio emocional-afetivo (OLIVEIRA et al., 2017).

Alguns estudos apontam que as mudanças ocorridas no climatério têm importância marcante no comportamento tanto do homem quanto da mulher. Pode haver interferência no ritmo de vida pessoal, social e conjugal, sendo o climatério entendido nesse viés como fator de interferência humana (OLIVEIRA et al., 2017).

A cultura no climatério está voltada em mudanças em todo sentido, envolvendo cultura, aspecto físico e emocional, em muitas mulheres a sintomatologia interfere na sua vida pessoal e social, sem entender como agir com a sintomatologia, restringindo do social.

Ao mesmo tempo em que o corpo adquire significado na experiência social, ele também é um discurso a respeito da sociedade, passível de leituras diferenciadas por diferentes agentes sociais. Sua postura, sua forma, sua disposição, suas manifestações, suas sensações emitem significados, os quais são compreendidos através de uma imagem construída também por um interlocutor. Desta forma existe um corpo culturalmente modelado como uma representação e por outro lado a leitura desta imagem do corpo (OLIVEIRA et al., 2017).

Nas sociedades emergentes, o climatério é apresentado com imagens que o retratam como uma etapa da vida em que a juventude, a vitalidade, a sexualidade e a atratividade podem ser mantidas mediante mudanças nos hábitos de vida e condutas de promoção de saúde. Alguns estímulos, como exercícios físicos,

equilíbrio alimentar, controle de peso, controle do tabagismo e outros, bem como a inclusão de reposição hormonal são citados como fundamentais para a reorientação à qualidade de vida das mulheres nesta etapa de vida (SILVA et al., 2015).

Desse modo, resta claro a necessidade de estratégias de ações que permitam abordar o cuidado das mulheres no período do climatério de maneira integral, resgatando sua autonomia e autocuidado. A enfermagem apresenta diversas ações voltadas para esse contexto que culminam no aumento da qualidade de vida da mulher climatérica.

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Tem-se que o enfermeiro tem o papel importante nesse período da mulher, bem como orientar e educar as mulheres permitindo com que a mesma pratique o autocuidado melhorando seu estilo e qualidade de vida. Constatou-se a importância que o enfermeiro tem de promover a conscientização dessas mulheres na fase do climatério.

Com base nas pesquisas pode-se observar a sintomatologia das mulheres climatérica e identificar planos de ações que o enfermeiro deve traçar para educar e orientar de forma que possa conscientizá-las do autocuidado e atendendo as necessidades individual de cada uma.

Desse modo, a importância da atuação do enfermeiro nas atividades de promoção, de proteção e de recuperação da saúde nas mulheres climatéricas, se dá através dos potenciais alterações significativas esperadas, principalmente no aumento da qualidade de vida.

Destaca-se a consulta de enfermagem como uma estratégia para identificar as necessidades afetadas. Com isso, não há dúvida que a assistência de enfermagem tenha seu papel fundamental no período climatério, visando um olhar holístico e crítico na perspectiva de orientar e enfatizar no cuidado de enfermagem, adequado para a mulher climatérica.

Ressalta-se a necessidade de mais estudos, principalmente aqueles que avaliem a saúde física, emocional e social desse importante segmento da mulher no período climatério, particularmente nessa complexa fase da vida das mulheres, a fim de que os resultados possam trazer novas perspectivas de assistência a esse público.

## REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, G.P.M.; ABRÃO, F.M.S.; ALMEIDA, A.M.; et al. Qualidade de vida no climatério de enfermeiras atuantes na atenção primária. **Rev Bras Enferm**, v. 72, n. sup. 3, p. 154-161, 2019.

ALVES, E.R.P.; COSTA, A.M.; BEZERRA, S.M.M.S.; et al. Climatério: a intensidade dos sintomas e o desempenho sexual. **Texto Contexto Enferm**, v. 24, n. 1, p. 64-71, 2015.

ANDRADE, A.R.L.; FREITAS, C.M.S.M.; RIEGERT, I.T.; et al. Cuidado de Enfermagem à sexualidade da mulher no climatério: reflexões sob a ótica da Fenomenologia. **Rev Min Enferm**, v. 20, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Manual de Atenção à Mulher no Climatério/Menopausa**. Brasília: MS, 2008.

FERNANDES, L.T.B.; ABREU, S.S.; ROMÃO, T.A.; et al. Atuação do enfermeiro no gerenciamento do programa de assistência integral à saúde da mulher. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**, v. 20, n. 3, p. 219-226, 2016.

HOFFMANN, M.; MENDES, K.G.; CANUTO, R.; et al. Dietary patterns in menopausal women receiving outpatient care in Southern Brazil. **Cien Saude Colet**, v. 20, n. 5, p. 1565-1574, 2015.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Contagem da População 2015**. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/estatitica/população/domcavati/default.shtm>. Acesso em: 01 out. 2020.

LANDERDAHL, M.C. Buscando novas maneiras de pensar o climatério feminino. **Texto & Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 6, n. 1, p. 130-134, 1997.

LIMA, A.M.; ROCHA, J.S.B.; REIS, V.M.C.P.; et al. Perda de qualidade do sono e fatores associados em mulheres climatéricas. **Ciênc saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 7, p. 2667-2678, 2019.

LOPES-JÚNIOR, L.C.; CRUZ, L.A.P.; LEOPOLDO, V.C.; et al. Effectiveness of Traditional Chinese Acupuncture versus Sham Acupuncture: a Systematic Review. **Rev Latino-Am. Enfermagem**, v. 24, 2016.

OLIVEIRA, Z.M.; VARGENS, O.M.C.; ACIOLI, S.; et al. Cuidado de enfermagem no climatério: perspectiva desmedicalizadora na atenção primária de saúde. **Rev Enferm. UFPE**, v. 11, n. sup. 2, p. 1032-1043, 2017.

PEREIRA, A.B.S.; MARTINS, C.A.; PEREIRA, M.S.; et al. Atenção ao climatério realizada por profissionais da estratégia saúde da família. **Rev enferm UERJ**, v. 24, n. 1, 2016.

SILVA, C.B.; BUSNELLO, G.F.; ADAMY, E.K.; et al. Atuação de enfermeiros na atenção às mulheres no climatério. **Rev Enferm UFPE on line**, v. 9, n. 1, p. 312-318, jan. 2015.

SOARES, R.S.; CORTEZ, G.S.; COSRA, R.M.; et al. O cuidar em saúde mental: contribuições fenomenológicas acerca de mulheres trabalhadoras em situação de climatério. **Rev Cuba Enferm**, v. 31, n. 2, 2015.

VALENCA, C.N.; NASCIMENTO FILHO, J.M.; GERMANO, R.M. Mulher no climatério: reflexões sobre desejo sexual, beleza e feminilidade. **Saude Soc.**, São Paulo, v. 19, n. 2, p. 273-285, 2010.

WHITEMORE, R.; KNAF, K. The integrative review: update methodology. **J Adv Nurs**, v. 52, n. 5, p. 546-53, 2005.