

**Qualidade de vida e a assistência de enfermagem à mulher no período climatérico: uma
revisão da literatura**

Quality of life and nursing care for women in the climacteric period: a literature review

**Calidad de vida y cuidados de enfermería para mujeres en el período climatérico:
revisión de la literatura**

Recebido: 05/11/2020 | Revisado: 10/11/2020 | Aceito: 17/11/2020 | Publicado: 21/11/2020

Jhonata Willian Amaral Sousa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1697-5465>

Centro Universitário UniSãoMiguel, Brasil

E-mail: jhonatawillian71@gmail.com

Nayara Lays França dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3529-2245>

Centro Universitário UniSãoMiguel, Brasil

E-mail: nayarinhafranca@gmail.com

Milena Pereira da Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2037-4742>

Centro Universitário UniSãoMiguel, Brasil

E-mail: milena_pereirasilva@hotmail.com

Isabella Francilayne de Jesus Lima

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5006-9522>

Centro Universitário UniSãoMiguel, Brasil

E-mail: francyjho@gmail.com

Bruna Hipólito Moreira Reis

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2943-1835>

Centro Universitário UniSãoMiguel, Brasil

E-mail: nina.rs15@hotmail.com

Soraia Silva Odílio de Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9062-3193>

Centro Universitário UniSãoMiguel, Brasil

E-mail: soraiasilvaodilio2@gmail.com

Paula Nicolý Maria de Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6821-5735>

Centro Universitário UniSãoMiguel, Brasil

E-mail: paulanicolýoliveira@gmail.com

Gabriela Virginia Sena Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0719-6283>

Centro Universitário UniSãoMiguel, Brasil

E-mail: gabrielasenvirginia@gmail.com

Amanda Regina Barros de Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2170-9663>

Centro Universitário UniSãoMiguel, Brasil

E-mail: amanda_00regina@hotmail.com

Geisyrllânia Caroliny Sousa Miguel

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9958-2095>

Centro Universitário UniSãoMiguel, Brasil

E-mail: geisy.sousa015@gmail.com

Morgana Luzia da Silva Menezes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7584-8407>

Centro Universitário UniSãoMiguel, Brasil

E-mail: morganalmeneses@hotmail.com

Jéssica Vitória dos Santos Alves

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8948-9812>

Centro Universitário UniSãoMiguel, Brasil

E-mail: jessicavitoria067@gmail.com

Maria Assunção da Silva Lemos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6473-1721>

Centro Universitário UniSãoMiguel, Brasil

E-mail: suzylemos93@gmail.com

Isabela Virgínia Idalino de Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5784-9676>

Centro Universitário UniNassau, Brasil

E-mail: isabelaete@gmail.com

Ezequiel Moura dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0082-3248>

Universidade Federal de Pernambuco, Brasil

E-mail: ezequiel_moura123@hotmail.com

Elisângela Lira de Lima Araújo

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5738-1954>

Centro Universitário UniSãoMiguel, Brasil

E-mail: elis.Lyra@gmail.com

Resumo

O climatério é um processo biológico vivenciado pela mulher que corresponde à transição do ciclo reprodutivo para o não reprodutivo, ocorrendo comumente entre 45 e 65 anos de idade, e tem como marco principal a menopausa, designada como o último ciclo menstrual. O presente estudo objetiva investigar as principais alterações do climatério na saúde das mulheres, suas implicações para a qualidade de vida das mulheres climatéricas e as principais condutas de enfermagem na assistência à saúde das mulheres no período climatérico. Estudo de revisão narrativa da literatura realizado por meio da busca de artigos na Biblioteca Virtual em Saúde, em março de 2020. A amostra do estudo foi composta por 6 estudos publicados nos últimos 5 anos. Os resultados revelaram que os sinais e sintomas vivenciados pelas mulheres no climatério são diversos, mas que os componentes psicológicos apresentam mais impacto na qualidade de vida do que os sintomas físicos. Ademais, a assistência de enfermagem à mulher climatérica é voltada para educação em saúde, embora haja lacunas e limitação dos profissionais da saúde quanto a abordagem desse tema, sendo necessária a educação continuada dos profissionais da saúde para uma assistência integral de qualidade.

Palavras-chave: Climatério; Saúde da mulher; Qualidade de vida.

Abstract

The climacteric is a biological process experienced by women that corresponds to the transition from the reproductive cycle to the non-reproductive cycle, occurring commonly between 45 and 65 years of age, and has as its main landmark menopause, designated as the last menstrual cycle. This study aims to investigate the main changes in climacteric in women's health, its implications for the quality of life of climacteric women and the main nursing behaviors in health care for women in the climacteric period. Narrative literature review study carried out by searching for articles in the Virtual Health Library, in March

2020. The study sample consisted of 6 studies published in the last 5 years. The results revealed that the signs and symptoms experienced by women in menopause are diverse, but that the psychological components have more impact on quality of life than physical symptoms. In addition, nursing care for climacteric women is geared towards health education, although there are gaps and limitations of health professionals regarding the approach to this topic, requiring the continuing education of health professionals for comprehensive quality care.

Keywords: Climacteric; Women's health; Quality of life.

Resumen

El climaterio es un proceso biológico experimentado por las mujeres que corresponde a la transición del ciclo reproductivo al ciclo no reproductivo, que ocurre comúnmente entre los 45 y 65 años de edad, y tiene como principal hito la menopausia, designada como el último ciclo menstrual. Este estudio tiene como objetivo investigar los principales cambios del climaterio en la salud de la mujer, sus implicaciones para la calidad de vida de la mujer climaterica y los principales comportamientos de enfermería en la atención de la salud de la mujer en el período climatérico. Estudio de revisión de literatura narrativa realizado mediante la búsqueda de artículos en la Biblioteca Virtual en Salud, en marzo de 2020. La muestra del estudio estuvo formada por 6 estudios publicados en los últimos 5 años. Los resultados revelaron que los signos y síntomas que experimentan las mujeres en la menopausia son diversos, pero que los componentes psicológicos tienen más impacto en la calidad de vida que los síntomas físicos. Además, la atención de enfermería a la mujer climatérica está orientada a la educación para la salud, aunque existen vacíos y limitaciones de los profesionales de la salud en el abordaje de este tema, requiriendo la formación continua de los profesionales de salud para una atención integral de calidad.

Palabras clave: Climatérico; La salud de la mujer; Calidad de vida.

1. Introdução

O climatério é um processo biológico vivenciado pela mulher que corresponde à transição do ciclo reprodutivo para o não reprodutivo, ocorrendo comumente entre 45 e 65 anos de idade, e tem como marco principal a menopausa, designada como o último ciclo menstrual. (Galvão *et al.*, 2007).

O climatério é um evento fisiológico do ciclo biológico da mulher, no entanto, algumas delas vivenciam intensamente sintomas variados, desencadeados por alterações hormonais que se manifestam clinicamente refletindo de forma significativa no seu bem-estar (OMS, 2008). A considerada diminuição do ciclo de vida ovariano resulta na redução dos níveis hormonais, em especial o do estrogênio circulante (Valença & Germano, 2010).

Relacionados à desordem hormonal correspondente ao período climatérico estão os distúrbios vasomotores, que condicionam uma diversidade de sintomas, tais como: depressão, cefaleia, fogachos, fadigas, irritabilidade, ansiedade dentre outros que implicam em alterações na qualidade de vida (Cardoso & Camargo, 2015).

Além da interrupção dos ciclos menstruais, as mulheres no período climatérico podem apresentar elevação das taxas de colesterol, doenças cardiovasculares, diabetes mellitus, neoplasias benignas e malignas, obesidade, distúrbios urinários, osteoporose e doenças autoimune (OMS, 2008).

A diversidade das alterações hormonais pode estar associada ao processo de envelhecimento, repercutindo, assim, nos aspectos fisiológicos e psicossociais da vida da mulher (De Lorenzi, *et al.*, 2009). Modificações importantes nessa fase acontecem naturalmente, e a intensidade com que elas ocorrem influencia socio culturalmente o estilo de vida das mulheres que vivenciam o climatério (Berni, Luz & Kohlrausch, 2007).

O climatério por ser uma etapa de significativas alterações faz com que muitas mulheres não consigam o diferenciar do envelhecimento em si, isso leva algumas a se sentirem ameaçadas diante da iminente incapacidade de reprodução e a distância da feminilidade e de seus parceiros (Zampieri *et al.*, 2009).

A sexualidade é um componente da qualidade de vida em qualquer período da vida deve ser compreendida e reconhecida, portanto, quando as mulheres chegam ao climatério vivenciam as relações sexuais de maneira distinta e é necessário considerar também o contexto sociocultural ao qual elas pertencem (Araújo *et al.*, 2013).

Todas essas alterações comportamentais experimentadas pela mulher durante o climatério podem contribuir negativamente para o seu relacionamento conjugal, pois, muitas vezes o parceiro não está preparado para lidar com esse período e não sabe como se portar diante dessa problemática. Com isso, pode haver afastamento do convívio afetivo, refletindo na mulher a sensação de desinteresse e abandono por parte dos seus companheiros, sem este um dos diversos problemas decorrentes das mudanças biopsicológicas do climatério e que afetam a qualidade de vida da mulher. (Leite, *et al.*, 2013).

Por meio do presente estudo espera-se contribuir para a construção do conhecimento e o compartilhamento de informações que possam embasar os profissionais da enfermagem na sua prática de educação em saúde e na assistência integral à saúde da mulher no climatério para minimizar os efeitos dos problemas que podem envolver este período.

É importante que a equipe de saúde ofereça um acompanhamento adequado, individualizado e integral, que acolha de forma humanizada, sanando suas dúvidas e minimizando seus anseios, para proporcionar por meio da assistência de enfermagem, uma satisfatória condução às melhores formas de lidar com condições orgânicas características deste período e seus possíveis desdobramentos no comportamento da mulher.

Os objetivos propostos para serem abordados no trabalho:

Descrever as alterações causadas pelo climatério na saúde das mulheres, identificar as implicações do climatério para a qualidade de vida das mulheres, identificar as principais condutas de enfermagem na assistência à saúde das mulheres no período climatérico, descritos na literatura.

2. Metodologia

O presente estudo trata-se de uma revisão narrativa da literatura, que consiste na busca, análise e descrição de um corpo do conhecimento, utilizando abordagem qualitativa. A literatura abordada na revisão narrativa envolve todo o material relevante escrito sobre um tema: livros, artigos de periódicos, artigos de jornais, registros históricos, relatórios governamentais, teses e dissertações e outros tipos. Neste caso, optou-se por utilizar apenas artigos publicados em periódicos online para compor a revisão. Como fonte de busca foi utilizada a plataforma Biblioteca Virtual da Saúde (BVS), cujos artigos escolhidos para compor a amostra foram pesquisados no período de março de 2020.

Foram adotados como critérios de inclusão: Estudos originais, disponibilizados gratuitamente na íntegra, publicados nos últimos 5 anos, publicados no idioma português.

Foram adotados como critérios de exclusão: Artigos de revisão da literatura, estudos ou provenientes de resultados de trabalhos de conclusão de curso, dissertações ou teses, artigos de opinião, capítulos de livros, cartas ao editor, estudos publicados como resumos de eventos científicos, artigos incompletos

Para o levantamento dos artigos na literatura, realizou-se uma busca na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) utilizando-se os seguintes descritores e suas combinações na língua

portuguesa: Climatério, Saúde da Mulher e Qualidade de Vida. Os artigos duplicados foram contabilizados apenas uma vez.

3. Resultados e Discussão

Após leitura minuciosa dos trabalhos selecionados foi elaborado o quadro a seguir, contendo os aspectos que serviram como objetos de estudo para identificar os pontos estabelecidos nos objetivos.

Quadro 1 - características dos estudos selecionados.

Título	Tipo de estudo	Autores	Ano	Sinais e sintomas/ Implicações na qualidade de vida	Condutas de enfermagem
Vivenciando o Climatério: Percepções e Vivências de mulheres atendidas na Atenção Básica	estudo descritivo exploratório com abordagem qualitativa	Tereza Maria Mageroska Vieira <i>et al.</i>	2018	Ondas de calor (fogachos), sudorese, calafrios, palpitações, cefaleia, tonturas, parestesias, insônia, perda da memória, diminuição da auto estima, irritabilidade, dificuldade de concentração e memória, dificuldades sexuais, insônia transitória ou permanente.	Proporcionar a mulher conhecimento com relação ao climatério e melhora dos sintomas, e as ações de autocuidado para reduzir o impacto delas na qualidade de vida.
Perfil das mulheres no climatério residentes em uma comunidade quilombola	Estudo quantitativo, descritivo, de corte transversal	Adrienny Nunes da Silva Tavares <i>et al.</i>	2018	Hipertensão, diabetes, declínio físico funcional, declínio cognitivo, risco aumentado para depressão, problemas de memória e alterações dos níveis hormonais.	Implementação da atenção voltada à saúde da mulher climatérica; Educação em saúde; Consultas direcionadas a essa fase das suas vidas.

Influências do climatério em relacionamentos conjugais: perspectiva de gênero	Estudo qualitativo	Mariana Lustosa de Carvalho <i>et al.</i>	2018	Fogachos, insônia, irritabilidade, sintomas depressivos, além de alterações hormonais, acompanhadas de atrofia vaginal e redução da lubrificação, Diminuição da libido, dispareunia.	Incentivo à participação masculina nas consultas e atividades educativas que abordem a temática do climatério.
Qualidade de vida de mulheres climatéricas	Estudo quantitativo transversal	Darah Fontes da Silva Assunção <i>et al.</i>	2017	Falta de ar (incluindo suor e calor intenso), ansiedade, problemas musculares e nas articulações. Diminuição da libido, ressecamento vaginal e diminuição da frequência de relações sexuais, Estado de ânimo depressivo, irritabilidade e ansiedade, cansaço e desânimo. Sobrepeso e obesidade. Irritabilidade, insônia e sedentarismo	Proporcionar às mulheres climatéricas maiores informações. oferecendo acesso ao atendimento e recomendações sobre hábitos que podem melhorar a qualidade de vida.
Atuação de enfermeiros na atenção às mulheres no climatério.	estudo descritivo de abordagem qualitativa	Canã Borba da Silva <i>et al.</i>	2015	Diminuição da atividade sexual atribuída a fatores biológicos e socioculturais.	Orientações, foco na educação em saúde
Qualidade de vida e bem-estar psicológico no climatério	Estudo quantitativo	Eduarda Rezende Freitas; Altemir José Gonçalves Barbosa	2015	Fatores psicossociais e orgânicos relacionados ao próprio processo de envelhecer, sono, queda na qualidade de vida e bem estar psicológico.	Acompanhamento de Terapia Hormonal

Fonte: Os autores.

Os estudos selecionados apresentam abordagens metodológicas variadas, sendo três estudos de abordagem quantitativa e três de abordagem qualitativa.

Os estudos apresentam características semelhantes no que diz respeito às condutas que as equipes de enfermagem realizam com as pacientes que vivenciam o climatério, com o foco

das consultas na educação em saúde. A prestação de orientações foi quase unânime dentre os estudos, e apenas um referiu a presença da terapia hormonal já que era especificamente direcionado a avaliar essa terapia e relacioná-la com a qualidade de vida e o bem estar psicológico das pacientes envolvidas.

O incentivo à presença do parceiro durante as consultas para que sejam ofertados esclarecimentos ao casal acerca do climatério foi citado em apenas um trabalho (Freitas & Barbosa, 2015), salientando que a orientação que a equipe de enfermagem presta as mulheres e aos seus parceiros são necessárias para contemplar a integralidade da mulher que vivencia o climatério.

No que se refere às alterações na saúde que conseqüentemente interferem na qualidade de vida se destacaram a presença de fogachos, alterações de humor, alterações no sono principalmente insônia, alterações hormonais principalmente diminuição de estrógeno, que apesar de ser natural do período climatérico, influenciam na diminuição da libido e ressecamento vaginal que por sua vez causa diminuição da frequência sexual.

Para além de sintomas físicos foram descritos fatores psicossociais que contribuem para uma vivência conturbada desse período como diminuição da memória e características inerentes a cultura que relaciona o envelhecer com a perda do desejo sexual, perfil socioeconômico e demográfico.

A associação da perda da feminilidade esteve presente com o desconhecimento da temática por parte das mulheres e foi apresentada nos estudos contribuindo para o entendimento de que o climatério, além de um período natural da vida se torna uma etapa de enfrentamento conflitante, desgastante e traumática para a relação conjugal, visto que a qualidade da vida sexual é um aspecto intrínseco da qualidade de vida geral e que depende mais ainda da cumplicidade, companheirismo e afeto no climatério para que a feminilidade e o bem estar das relações sejam preservados. O termo climatério, de acordo com o estudo desenvolvido por Vieira, et al., (2018), corresponde a descrição de uma das fases da vida da mulher, na qual são observadas algumas alterações fisiológicas, sendo designado como a palavra científica que conceitua o período de evolução biológica que antecede a menopausa. Esta etapa é marcada pelo processo de transição entre as fases produtiva e a não produtiva feminina, levando a modificações somáticas e psíquicas, que se encerram após a menopausa.

Para Carvalho, et al., (2018), devido ao aumento da expectativa de vida, mais mulheres têm alcançado a faixa etária na qual os sintomas do climatério surgem. No Brasil, no que se refere a população feminina, que representa 51,5% da população total, 32% encontram-se inseridas na faixa de idade entre 35 e 65 anos, e diante disso, estão susceptíveis

a enfrentar a diminuição das funções ovarianas, e queda nas concentrações de estrógeno e progesterona.

Considera-se importante explicitar, que o climatério não é sinônimo de menopausa, sendo os referidos termos voltados a apresentação de etapas diferentes da vida reprodutiva da mulher. Freitas e Barbosa (2015), salientam que a menopausa consiste na última fase do processo de encerramento do período reprodutivo, processo este que recebe a denominação de climatério, logo, é o nome que representa o último ciclo menstrual, que costuma acontecer em torno dos 48 aos 50 anos, sendo reconhecida após passados 12 meses da última menstruação.

Em relação às principais alterações que incidem na saúde da mulher durante o climatério, Tavares, et al., (2018), observou-se a presença de um elevado número de sintomas advindos desta fase, sendo apontado como o de maior frequência o esquecimento, implicação relatada por 63,92% do total de mulheres participantes do estudo.

Além do esquecimento, as mulheres também podem sofrer com outros problemas, como por exemplo: dores articulares, irritabilidade, dor de cabeça, ansiedade, alterações no sono, baixa disposição física, palpitação, tonturas, sudorese, depressão, calorões, ressecamento da mucosa vaginal, diminuição do desejo sexual, dores musculares, menstruação espontânea irregular, dor ou desconforto durante o ato sexual, e em casos específicos, com o passar dos anos, a osteoporose e doenças cardiovasculares (Assunção, et al., 2017).

Assunção, et al. (2017) apontam que pode haver relação entre o estado marital e a falência ovariana por constatarem que as mulheres sem companheiro fixo apresentaram maior frequência de sintomas, e ressaltaram ainda que os sintomas psicológicos causaram maiores prejuízos que o físicos. Além disso, sugeriram que profissionais de saúde, nos diversos níveis de atenção, com ênfase à Atenção Primária, devem estimular medidas saudáveis de mudanças no estilo de vida, prática de atividades físicas, redução do peso e interrupção do tabagismo para a melhora dos sintomas.

A fase climatérica traz consigo diferentes mudanças no organismo feminino, provocando perturbações físicas, hormonais e psicológicas, que influenciam negativamente na qualidade de vida da mulher. Carvalho, et al., (2018), expôs que o conjunto desses fatores pode impactar, dentre várias situações, a sexualidade feminina, atrapalhando assim o relacionamento conjugal. Estes autores explicam que ao citar a sexualidade, não estão se referindo apenas ao sexo, mas também outros aspectos ligados ao contato, afeto e outros elementos culturais que são particulares do casal.

Os impactos negativos do climatério na sexualidade também são explicitados na pesquisa desenvolvida por Andrade, et al., (2015), na qual destacaram que as mudanças apresentadas nessa área da vida acabam afetando também aspectos psicológicos da mulher, elevando sua insegurança em relação ao seu corpo, que habitualmente passa por transformações decorrentes do envelhecimento. É uma fase complicada, na qual surgem reflexões sobre desejo sexual, beleza e feminilidade, conduzindo às inquietações e incertezas que somadas aos demais problemas oriundos do climatério, dificultam o enfrentamento do processo e por consequência atrapalham as atividades diárias.

Vieira, et al., (2018), por sua vez, detalha um pouco mais acerca da influência que os sintomas enfrentados causam no cotidiano da mulher, segundo os autores, as manifestações sintomatológicas do período provocam prejuízos à saúde, ao mesmo tempo em que predis põem à fadiga, irritabilidade, desconforto, dificuldades no sono e no descanso, dentre outros desequilíbrios, que oriundos do hipoestrogenismo, surgem em cascata e quando não tratados corretamente elevam as chances de interferências negativas no ambiente profissional e familiar da pessoa.

Dos estudos que se propuseram a analisar a qualidade de vida das mulheres, o estudo de Assunção *et al.* (2017) utilizou um formulário próprio de Avaliação da Qualidade de Vida, que abrangia somente sinais e sintomas do climatério. Freitas & Barbosa (2015) analisaram a qualidade de vida de mulheres climatéricas utilizando a versão abreviada de um questionário desenvolvido pelo Grupo de Qualidade de Vida da Organização Mundial de Saúde em 1998, e que não é um instrumento desenvolvido especificamente para a população de mulheres no climatério, mas que avaliava a QV de maneira geral. Este estudo evidenciou que 77,97% (n = 46) das mulheres pesquisadas apresentaram médias mais altas em todas as medidas de qualidade de vida e que Mulheres climatéricas que não faziam uso de TH (33,33%; n=10) apresentaram níveis mais baixos de qualidade de vida.

A Terapia de Reposição Hormonal no tratamento de diminuição de sinais e sintomas relacionados à menopausa necessita de monitoração rigorosa e possui relação risco-benefício favorável para mulheres que estão em períodos próximos aos da menopausa, mas este benefício diminui com o envelhecimento. Porém este tratamento com fármacos deve ser individualizado, levando-se em consideração o quadro clínico apresentado por cada mulher (Freitas & Barbosa, 2015).

As mulheres que enfrentam os problemas em relação ao climatério, precisam de acompanhamento de profissionais da saúde, para que realizem abordagens e intervenções que favoreçam a diminuição dos efeitos prejudiciais à saúde que permeiam o período climatérico.

Segundo Silva, et al., (2015), o apoio ofertado pela equipe de trabalhadores da saúde deve elevar o conhecimento da mulher acerca do assunto, ajudando-a a entender que as mudanças não representam o fim da vida, o que facilitará o convívio com os acontecimentos que fazem parte deste ciclo.

Andrade, et al., (2016), destacam que a equipe de enfermagem desempenha relevante papel na assistência prestada às mulheres no climatério e podem contribuir para o melhoramento da qualidade de vida da mulher neste período. Os profissionais de enfermagem desenvolvem atividades significativas ao tratamento, realizando, ações educativas voltadas a orientação acerca das principais dificuldades enfrentadas pela mulher.

Segundo Silva, et al., (2015), há um déficit no conhecimento dos enfermeiros sobre a Política do Ministério da Saúde com relação à assistência no climatério, além da não realização de estratégias específicas nesta fase da vida. Os enfermeiros, técnicos e auxiliares têm a incumbência de realizar o acolhimento da mulher; por meio da consulta de enfermagem, os enfermeiros podem diagnosticar as necessidades básicas de cada pessoa de forma individual. Com a identificação das demandas, o profissional passa a acompanhar a paciente, realizando o planejamento e implementação de medidas consideradas adequadas ao quadro, ofertando uma assistência, que pautada na proteção, auxilie na diminuição dos impactos negativos ocasionados pelo climatério.

O acolhimento e orientação executados pelo profissional da enfermagem, também são referidos por Vieira, et al., (2018), como sendo assistências primordiais a mulher no período climatérico. O atendimento integral é uma das necessidades da paciente, e precisa ser desenvolvido de forma conjunta pela a equipe multidisciplinar da saúde, na qual a enfermagem tem o papel de acolher as queixas e realizar orientações sobre cada uma delas, objetivando prevenir ou minimizar os efeitos que impactam na vida deste recorte populacional.

O incentivo à participação masculina nas consultas e atividades educativas que abordem a temática do climatério pode beneficiar, não só a mulher, mas também o casal durante as mudanças advindas do climatério. Carvalho *et al.*, (2018) constataram influências positivas do climatério em relacionamentos conjugais, com relatos de mulheres sobre intensificação, de atitudes de carinho, companheirismo, compreensão, respeito e diálogo por parte do cônjuge. Porém, também foi evidenciado neste estudo mudanças na atividade sexual, principalmente devido à, redução da libido e da frequência das atividades sexuais e dispareunia, que contribuiram para o distanciamento conjugal.

Para que se alcance os resultados esperados, faz-se imprescindível que os profissionais que compõem a equipe de enfermagem desenvolvam suas funções de forma humanizada e holística no cuidado às mulheres no climatério. A educação continuada sobre esta temática é importante para manter o profissional atualizado. Prestar assistência direcionada ao referido público deve estar pautado no entendimento de que a saúde não consiste apenas na ausência de enfermidades, mas sim, num conjunto de fatores biológicos, físicos e psicossociais, que também precisam ser trabalhados, de forma a elevar sua qualidade de vida (Andrade, et al., 2016).

4. Considerações Finais

O climatério, portanto, é entendido como um processo natural que demanda atenção às suas particularidades para que não seja danoso para quem o vivencia e para suas relações sociais, a abordagem ampla adquirida com o estudo permite encarar os pontos de observação fundamentais no que diz respeito a alterações de saúde e impacto da qualidade de vida, desse modo foi proporcionada uma elevação considerável no conhecimento acerca da temática advinda da literatura descrita.

Considerando os achados desta pesquisa a reflexão acerca da situação da saúde da mulher que vivencia o climatério ainda é defasada em alguns aspectos em relação ao conhecimento e assistência prestada, a ausência de estratégias específicas para essa carência e a restrição a orientações no atendimento.

É preciso que a educação continuada de profissionais da saúde e estratégias integradas sejam incorporadas durante o atendimento às mulheres no climatério para atender esta demanda como é preconizado na Política Nacional de Atenção Integral à saúde da Mulher para que a assistência seja realmente holística e humanizada condizentes com as especificações do Sistema Único de Saúde.

Por fim, ressalta-se a importância da realização de estudos que avaliem a qualidade de vida das mulheres no climatério para posteriores reflexões necessárias ao caminho para construção do saber no entendimento deste assunto, a compreensão do processo do climatério é necessária para os profissionais da saúde em especial da Enfermagem, colaborando para que o climatério seja encarado naturalmente pelas mulheres e pela sociedade.

Referências

Andrade, A. R. L., Freitas, C. M. S. M., Riegert, I. T., Arruda, H. N. A., Costa, D. A. & Costa, A. M. (2016). Cuidado de enfermagem à sexualidade da mulher no climatério: Reflexões sob a ótica da fenomenologia. *Rev. Min Enferm.* 20, 1-4. <https://doi.org/10.5935/1415-2762.20160034>

Araújo, I. A., Queiroz, A. B. A., Moura, M. A. V. & Penna, L. H. G. (2013). Representações sociais da vida sexual de mulheres no climatério atendidas em serviços públicos de saúde. *Texto Contexto Enferm*, 22(1), 114-22. <http://doi.org/10.1590/S0104-07072013000100014>

Assunção, D. F. S., Pires, D. H. K., Barreto, E. L., Gonçalves F. A. & Dias, R. S. (2017). Qualidade de vida de mulheres climatéricas. *Rev. Soc Bras Clin Med*; 15(2), 80-3. Resgatado de: http://docs.bvsalud.org/biblioref/2017/11/875548/152_80-83.pdf

Berni, N. I. O., Luz, M. H. & Kohlraush, S. C. (2007). Conhecimento, percepções e assistência à saúde da mulher no climatério Conhecimento, percepções e assistência à saúde da mulher no climatério. *Rev Bras Enferm*, 60(3), 299-306. <https://doi.org/10.1590/S0034-71672007000300010>.

Brasil. Ministério da Saúde (BR). Secretaria de Atenção à saúde. Departamento de ações Programáticas Estratégicas. Manual de atenção à mulher no climatério/menopausa. 2008. Resgatado de: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_atencao_mulher_climaterio.pdf

Brasil. Ministério da Saúde (BR) Secretaria de Atenção à saúde. Departamento de Atenção Básica n. 26. Saúde sexual e saúde reprodutiva. 2013. Recuperado de http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_sexual_saude_reprodutiva.pdf

Cardoso, M. R. & Camargo, M. J. G. (2015). Percepções sobre as mudanças nas atividades cotidianas e nos papéis ocupacionais de mulheres no climatério. *Cad. Ter. Ocup. UFSCar, São Carlos*, 23(3), 553-569. <http://doi.org/10.4322/0104-4931.ctoAO0574>

Carvalho, M. L., Júnior, F. J. G. S., Parente, A. C. M. & Sales, J. C. S. (2018). Influências do climatério em relacionamentos conjugais: perspectiva de gênero. *Rev. Rene*; 2018;19. <http://doi.org/10.15253/2175-6783.20181932617>

De Lorenzi, D. R. S (2008). Avaliação da qualidade de vida no climatério. *Rev. Bras. Ginecol. Obstet.*, 30(3), 103-6. <https://doi.org/10.1590/S0100-72032008000300001>

De Lorenzi, D. R. S., Catan, L. B., Moreira K. & Ártico G. R. (2009). Assistência à mulher climatérica: novos paradigmas. *Rev Bras Enferm*, 62(2), 287-93. <https://doi.org/10.1590/S0034-71672009000200019>.

Freitas, E. R. & Barbosa, A. J. G. (2015). Qualidade de vida e bem-estar psicológico no climatério. *Arquiv Bras de Psicologia*; 67(3), 112-124. Recuperado de <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/arbp/v67n3/09.pdf>

Galvão, L. L. L. F., Farias, M. C. S., Azevedo, P. R. M., Vilar, M. J. P. & Azevedo, G. D. (2007). Prevalência de Transtornos Mentais Comuns e Avaliação da Qualidade de Vida no Climatério. *Rev Assoc Med Bras*; 53(5), 414-20. <https://doi.org/10.1590/S0104-42302007000500017>.

Leite, M. T., Taschetto, A., Hildebrandt, L. M. & Van der sand, I. C. P. (2013). O homem também fala: o climatério feminino na ótica masculina. *Rev. Eletr. Enf.* 15(2), 344-51. <https://doi.org/10.5216/ree.v15i2.15424>

Silva, C. B., Busnello G. F., Adamy E. K. & Zanotelli S. S. (2015). Atuação de enfermeiros na atenção às mulheres no climatério. *Rev. enferm UFPE on line*; 9(1), 321-8. <https://doi.org/10.5205/reuol.5221-43270-1-RV.0901supl201508>

Tavares, A. N. S., Almeida, A. M., Abrão, F. M. S. & Costa, A. M. (2018). Perfil das mulheres no climatério residentes em uma comunidade quilombola. *Rev. Enferm UFPE on line*; 12(12), 3352-9. <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v12i12a238468p3352-3359-2018>.

Valença, C. N. & Germano, R. M. (2010). Concepções de Mulheres Sobre Menopausa e Climatério. *Rev. Rene. Fortaleza*, 11(1), 161-171. Recuperado de: http://www.repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/12315/1/2010_art_cnvalenca.pdf

Valença, C. N., Filho, J. M. N. & Germano, R. M. 2010. Mulher no climatério: reflexões sobre o desejo sexual, beleza e feminilidade. *Saúde Soc., São Paulo*, 19(2), 273-285. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-12902010000200005>.

Vieira, T. M. M., Araujo, C. R., Souza, E. C. S., Costa, M. A. R., Teston, E. F., Benedetti, G. M. S. & Marquete V. F. (2018). Vivenciando o Climatério: Percepções e vivências de mulheres atendidas na atenção básica. *Rev. Enferm. Foco*; 09(2), 40-45. Resuperado de: <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/1084/443>

Zampieri, M. F. M. Tavares, C. M. A., Hames, M. L. C., Falcon G. S., Silva, A. L. & Gonçalves, L. T. (2009). O processo de viver e ser saudável das mulheres no climatério. *Esc Anna Nery Ren Enferm*, 13(2), 305-12. <https://doi.org/10.1590/S1414-81452009000200010>

Zanette, V.C., Rosatto, A. E., Citadini-zanette, V. & Bernardi, F. B. C. (2011). Prevalência do uso da fitoterapia para alívio e sintomas apresentados em pacientes climatéricas. *Arq. Catarinenses de Med.*, 40. Recuperado de <http://www.acm.org.br/revista/pdf/artigos/840.pdf>

Porcentagem de contribuição de cada autor no manuscrito

Jhonata Willian Amaral Sousa - 24%
Nayara Lays França dos Santos - 13%
Milena Pereira da Silva - 4%
Isabella Francilayne de Jesus Lima - 4%
Bruna Hipólito Moreira Reis - 4%
Soraia Silva Odílio de Oliveira - 4%
Paula Nicolý Maria de Oliveira - 4%
Gabriela Virginia Sena Silva - 4%
Amanda Regina Barros de Oliveira - 4%
Geisyrândia Caroliny Sousa Miguel - 4%
Morgana Luzia da Silva Menezes - 4%
Jéssica Vitória dos Santos Alves - 4%
Maria Assunção da Silva Lemos - 4%
Isabela Virgínia Idalino de Oliveira - 4%
Ezequiel Moura dos Santos - 4%
Elisângela Lira de Lima Araújo 11%