



## A atuação do enfermeiro no climatério: aspectos históricos, fisiológicos e sociais

The nurses' role in climacteric care: historical, physiological and social aspects

El papel de lo enfermero em el climatério: aspectos historicos, fisiologicos y sociales

Jhenneff da Silva Cavalcante<sup>1</sup>, Carliene Fiel Valente<sup>1</sup>, Mauricio das Neves Pereira<sup>1</sup>, Rafaela Brito Sampaio<sup>1</sup>, Yann de Souza Santiago<sup>1</sup>, Juliane Magno da Silva<sup>1</sup>, Thaisa Silva Guimarães<sup>2</sup>, Thaís Cristina Flexa Souza Marcelino<sup>1</sup>, Allana Wellida dos Santos Oliveira<sup>1</sup>, Juliana de Nazaré Lima de Sousa<sup>1</sup>.

### RESUMO

**Objetivo:** Analisar o papel do enfermeiro no climatério em seus aspectos fisiológicos e sociais. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada entre maio a julho de 2022 nas bases de dados LILACS, MEDLINE via EBSCO, IBECs, Google scholar e BDNF, utilizando como Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Climatério, Saúde da Mulher e Enfermagem. Os critérios de inclusão foram: artigos originais disponíveis na íntegra publicados a partir de 2017 a 2021. **Resultados:** Os estudos evidenciaram que o climatério é um período de muitas alterações fisiológicas, hormonais e psicológicas que impactam diretamente na qualidade de vida da mulher em maior ou menor grau dependendo das suas condições de vida. Por conta disso, ao prestar assistência à mulher nessa fase, o profissional de enfermagem deve levar em consideração além das questões biológicas, os aspectos sociais e culturais que cercam a mulher climatérica. **Considerações finais:** Assim, a fase do climatério precisa ser abordada pelas políticas públicas de saúde para promover melhores condições de vida, tendo como base que o climatério é um período que faz parte da vida da mulher, e que a mesma em sua maioria desconhece seus sintomas e possíveis desconfortos.

**Palavras-chave:** Climatério, Saúde da mulher, Enfermagem.

### ABSTRACT

**Objective:** Analyze the nurse's role in the climacteric in its physiological and social aspects. **Methods:** This is an integrative review of the literature carried out between May and July 2022 in the LILACS, MEDLINE databases via EBSCO, IBECs, Google scholar and BDNF, using as Descriptors in Health Sciences (DeHS): Climacteric, Women's Health and Nursing. The inclusion criteria were: original articles available in full published from 2017 to 2021. **Results:** The studies showed that the climacteric is a period of many physiological, hormonal and psychological changes that directly impact the quality of life of women to a greater or lesser degree depending on their living conditions. Because of this, when providing assistance to women at this stage, the nursing professional must take into account, in addition to biological issues, the social and cultural aspects that surround the climacteric woman. **Finals considerations:** Thus, the climacteric phase needs to be addressed by public health policies to promote better living conditions, based on the fact that climacteric is a period that is part of a woman's life, and that she is mostly unaware of its symptoms and possible discomforts.

**Keywords:** Climacteric, Women's health, Nursing.

<sup>1</sup> Universidade Federal do Pará (UFPA), Belém - PA.

<sup>2</sup> Universidade do Estado do Pará (UEPA), Tucuruí - PA.

## RESUMEN

**Objetivo:** Analizar el papel de la enfermería en el climaterio en sus aspectos fisiológicos y sociales.

**Métodos:** Se trata de una revisión integrativa de la literatura realizada entre mayo y julio de 2022 en las bases de datos LILACS, MEDLINE vía EBSCO, IBECs, Google Scholar y BDNF, utilizando como Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS): Climatérico, Mujer y Enfermería. Los criterios de inclusión fueron: artículos originales disponibles en su totalidad publicados desde 2017 hasta 2021. **Resultados:** Los estudios demostraron que el climaterio es un período de muchos cambios fisiológicos, hormonales y psicológicos que impactan directamente en la calidad de vida de las mujeres en mayor o menor medida dependiendo de sus condiciones de vida. Por eso, al brindar asistencia a la mujer en esta fase, el profesional de enfermería debe tener en cuenta, además de las cuestiones biológicas, los aspectos sociales y culturales que rodean a la mujer climatérica. **Consideraciones finales:** Así, la fase climatérica necesita ser abordada por las políticas públicas de salud para promover mejores condiciones de vida, partiendo de que el climaterio es un período que forma parte de la vida de la mujer, y que en su mayoría desconoce sus síntomas y posibles molestias

**Palabras clave:** Climatérico, La salud de la mujer, Enfermería.

## INTRODUÇÃO

Sabe-se que a expectativa de vida da população mundial cresceu consideravelmente nas últimas décadas. No Brasil, a expectativa de vida em mulheres é 72,5 anos e houve aumento significativo na faixa etária entre 40 a 50 anos, assim, mais mulheres brasileiras vivenciam a fase do climatério (JÚNIOR et al., 2020). Nessa perspectiva, conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS), o climatério é definido como um processo fisiológico, que corresponde a uma fase de transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo da vida da mulher. Cabe destacar que este período pode desencadear alterações bioquímicas no corpo feminino, além de mudanças no âmbito social, físico e psicológico (BRASIL, 2008; ARAÚJO MGM, et al, 2022).

A fase do climatério tem seu início a partir dos 35 anos, podendo se estender até os 65 anos. No climatério é possível estabelecer períodos bem característicos, sendo eles: *pré-menopausa* (período antes da última menstruação), *menopausa* (última menstruação), a *Peri menopausa* (final da pré-menopausa e início da pós-menopausa, caracterizada com ciclos menstruais irregulares e alterações endócrinas) e a *pós-menopausa* (período após a última menstruação) (OLIVEIRA AR, et al., 2021; MARTINS KMS et al., 2021).

Com relação a questão fisiológica da mulher, a falência ovariana leva à diminuição dos hormônios das mulheres, o que altera o ciclo menstrual até a menopausa, apresentando os sintomas de forma exacerbada na maioria das mulheres, apesar de algumas não apresentarem queixas (SILVA SB et al., 2016; SILVA LD, MAMEDE MV, 2020). Os principais sintomas físicos dessa fase incluem: ondas de calor, sudorese noturna, ressecamento vaginal, queda da libido, alterações de humor e insônia. Apesar desses sintomas se manifestarem em intensidades diferentes, estes acarretam consequências que podem afetar a qualidade de vida das mulheres (PATRÍCIO RSO, et al., 2020; CAMPOS CS, et al., 2021).

No que tange aos aspectos psicológicos da mulher no período do climatério, a maioria das mulheres apresentam um dos sintomas a seguir: depressão, irritabilidade, diminuição da autoestima e ansiedade (NEGREIROS et al., 2021). Outra questão nesta fase é o preconceito social, tendo em vista que se trata do período fértil, que por muitas vezes é associado a sua energia, impondo de certa forma o fim da sua vitalidade (SOARES, et al., 2018; MACIEL JBL et al, 2021). É nítido que o climatério corresponde a uma fase de mudanças e adaptações, por isso, faz-se necessário que os profissionais de saúde tenham um melhor entendimento sobre a mulher no climatério. Desse modo, esse público precisa de atendimento diferenciado nos serviços de saúde e a equipe de enfermagem deve oferecer uma assistência voltada a necessidade desta faixa etária (SOARES GRS, et al., 2018).

Diante disso, a atuação do enfermeiro é fundamental na atenção à saúde da mulher, fornecendo assistência especializada e atendimento humanizado, promovendo o bem-estar físico, psicológico e social da mulher no climatério. Desse modo, o objetivo do estudo é analisar o papel do enfermeiro no climatério em seus aspectos fisiológicos e sociais, de acordo com a literatura científica.

## MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa realizada entre maio a julho de 2022. O estudo seguiu as seguintes etapas: formulação da questão de pesquisa; definição dos critérios de inclusão e exclusão; categorização dos estudos; seleção dos estudos a serem incluídos na revisão integrativa; discussão e interpretação dos resultados comparando com os achados da literatura; síntese do conhecimento evidenciado nos artigos analisados e apresentação da revisão integrativa. Para formulação da pergunta utilizou-se o acrônimo PICO, por este permitir a recuperação de experiências humanas e de fenômenos sociais. Nessa estratégia o P corresponde a População (mulheres no climatério), o I diz respeito ao fenômeno de interesse (aspectos fisiológicos e sociais) e refere-se ao contexto (papel do enfermeiro).

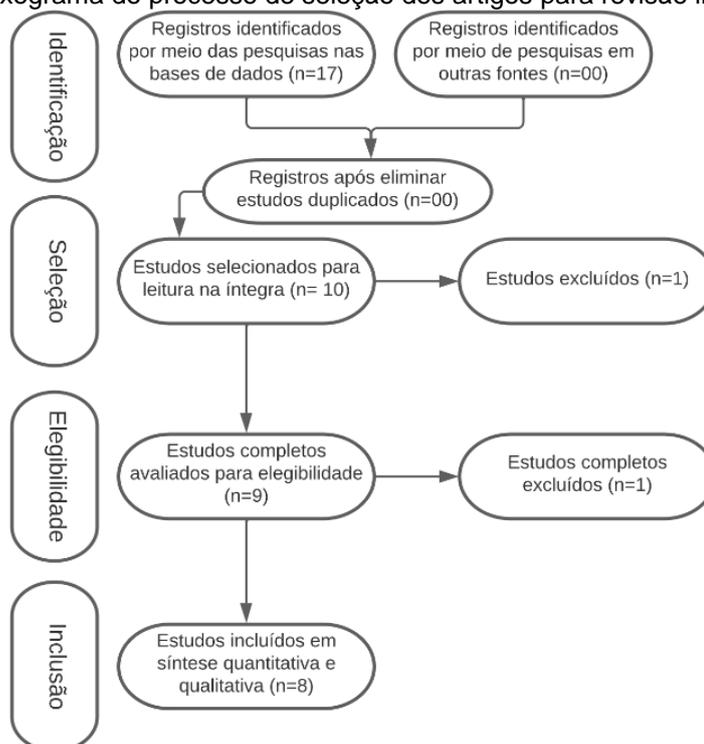
Para contribuir com a identificação do público-alvo, utiliza-se o conceito da Organização Mundial da Saúde (OMS), que circunscreve a adolescência à segunda década da vida (de 10 a 19 anos), e considera que a juventude se estende dos 15 aos 24 anos. Esses conceitos comportam desdobramentos, identificando-se adolescentes jovens (de 15 a 19 anos), e adultos jovens (de 20 a 24 anos). A coleta de dados foi realizada no mês de abril de 2022, nas bases de dados LILACS, MEDLINE via EBSCO, IBECs, Google Scholar e BDNF utilizando Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): climatério, saúde da mulher e enfermagem.

Os critérios de inclusão foram: artigos originais disponíveis na íntegra publicados a partir de 2017 a 2021, que versam sobre a temática em questão em português, inglês ou espanhol, em artigos originais. Foram excluídas dissertações, teses, editoriais, notas ao editor, opiniões de especialistas, publicações que não se enquadram no recorte temporal estabelecido e estudos que não respondiam a pergunta da pesquisa. Estudos encontrados em mais de uma base de dados foram considerados somente uma vez. Foram encontrados 17 estudos na busca pelo título do artigo, resumo e texto completo foram selecionados apenas 8, e estes 8 atenderam aos critérios de inclusão, sendo BDNF (7) e LILACS (1).

## RESULTADOS

Após busca na base de dados, foram localizados 17 artigos. Destes foram excluídos 7 artigos por não atenderem aos critérios de inclusão. Foram selecionados 10 artigos para leitura na íntegra, com amostra final de 8 artigos incluídos em síntese quantitativa e qualitativa, esquematizados no fluxograma da **Figura 1**.

**Figura 1** – Fluxograma do processo de seleção dos artigos para revisão integrativa.



Fonte: Cavalcante JS, et al., 2023.

Para a análise e posterior síntese dos artigos que atenderam aos critérios de inclusão elaborou-se o **Quadro 1** que apresenta de forma resumida os artigos incluídos na amostra final, abrangendo o periódico, os objetivos, o delineamento do estudo e os principais resultados.

**Quadro 1** – Artigos selecionados para esta revisão integrativa.

Autor/ano	Periódico	Objetivo	Delineamento do estudo	Principais resultados
Santos VML, et al. (2022)	Semina cienc. biol. saude	Identificar os perfis sociodemográficos, obstétricos, ginecológicos, de saúde e hábitos de vida das mulheres climatéricas atendidas na rede básica de saúde, por meio da aplicação de questionário, escalas de Hamilton de Ansiedade e Depressão, e Índice Menopausal de Kupperman e Blatt.	Transversal descritivo exploratório	As mulheres no período do climatério precisam de atenção e de profissionais capacitados, com vistas a ser atendida em sua integralidade.
Banazeski AC, et al. (2021)	Rev. enferm. UFPE on line	Analisar a atenção à saúde das mulheres acerca do manejo do climatério por enfermeiros de Atenção Primária à Saúde.	Estudo qualitativo, descritivo	A mulher no climatério ainda é atendida de forma fragmentada e os profissionais necessitam de maiores esclarecimentos científicos sobre esta período da vida, bem como compreender a elaboração de protocolos, normas e diretrizes atuais sobre a temática.
Belém D, et al. (2021)	Rev. gaúch. enferm	Descrever as características gerais das profissionais de enfermagem e avaliar como o comprometimento excessivo pode influenciar na percepção dos sintomas do climatério e na qualidade de vida dessas mulheres.	Transversal analítico	O comprometimento excessivo influencia negativamente a percepção dos sintomas do climatério, diminuindo a qualidade de vida.
Castilhos L, et al. (2021)	Rev. enferm. UFSM	Compreender as necessidades de cuidado de mulheres no climatério com Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS).	Estudo qualitativo	O climatério é uma fase que cada mulher vivencia de uma forma, necessitando de diferentes formas de cuidar. É necessário que o enfermeiro individualize o cuidado de acordo com a demanda das mulheres.
Silva LDC e Mamede MV (2020)	Rev. Pesqui. (Univ. Fed. Estado Rio J., Online)	Analisar a sintomatologia climatérica em mulheres com doença arterial coronariana.	Estudo quantitativo	Os sintomas do climatério se sobrepõem aos problemas causados pela idade e por vezes, somente são percebidos na presença de morbidades, incluindo a doença arterial coronariana.

Curta JC e Weissheimer AM (2020)	Rev. gaúch. enferm	Conhecer as percepções e sentimentos sobre as alterações corporais de mulheres climatéricas em uma cidade do Rio Grande do Sul.	Estudo qualitativo	A falta de informação sobre o climatério ainda é presente e cabe ao enfermeiro auxiliar no suporte emocional e realizar um plano de cuidados para os sinais e sintomas presentes nesta fase.
Albuquerque GPM, et al. (2019)	Rev. bras. enferm	Avaliar a qualidade de vida de enfermeiras no climatério atuantes na atenção primária.	Estudo descritivo-analítico, de corte transversal	Apesar da associação entre atividade física e idade serem, é necessário que outras variáveis sejam melhor estudadas.
Santos RCF, et al (2017)	Cogit. Enferm.	Objetivou identificar sinais, sintomas e problemas que afetam a saúde, nos relatos de mulheres que passam pelo período do climatério, quando se encontram privadas de liberdade.	Estudo exploratório, descritivo, com abordagem qualitativa.	A temática do climatério em situações de privação de liberdade deve ser mais explorado por enfermeiros e as políticas públicas de saúde devem ser elaboradas/implementadas.

Fonte: Cavalcante JS, et al., 2023.

## DISCUSSÃO

### Políticas públicas voltadas a saúde no climatério

A partir da metade do século XX teve um aumento progressivo da expectativa de vida feminina, por este motivo, a saúde da mulher passou a ser inserida nas políticas públicas nacionais, entretanto na década de 70, o foco principal era somente o ciclo gravídico puerperal. Nessa época, a mulher era vista apenas como objeto reprodutivo, logo, assuntos relacionados às desigualdades, condições de vida, relacionamentos afetivos e sexuais, contracepção, prevenção de infecções sexualmente transmissíveis, bem como a sobrecarga de trabalho feminina eram ignorados (SANTOS RCF, et al., 2017).

Na década de 80, houve a elaboração de novas políticas públicas voltadas para saúde da mulher, resultaram em leis e programas de saúde que se implantaram e desenvolveram nas décadas de 90 (BANAZESKI AC, et al., 2021).

Em 1984, foi criado o Programa de Assistência Integral à Saúde da Mulher, o que abrangia todos os ciclos femininos, incluindo, o período do climatério, contudo não atendia a mulher de forma integral. Por esse viés, lançou-se em 2004, pela Organização Mundial da Saúde (OMS), a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher, que trouxe princípios e diretrizes voltados à integralidade na saúde da mulher no climatério. Desta forma, a Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher retratou um avanço para a saúde feminina, uma vez que inseriu a integralidade do cuidado e a promoção da saúde como princípios que iriam direcionar, principalmente para as mulheres que vivenciam o climatério, servindo, por exemplo, como contribuição para a elaboração do Manual de Atenção Integral à Saúde da Mulher no Climatério/Menopausa (BANAZESKI AC, et al., 2021).

Desse modo, as políticas e ações voltadas para a saúde da mulher no climatério são recentes no Brasil, já que se oficializaram em 1994, quando o Ministério da Saúde divulgou a Norma de Assistência ao Climatério, abordando sobre determinantes biológicos, sociais e psicológicos no processo saúde-doença. Partindo desse contexto, pôde-se verificar que as mulheres no climatério necessitam de um espaço para verbalizar seus sentimentos e dúvidas em relação ao climatério e trocar experiências com outras mulheres (SANTOS VML, et al., 2022).

Percebe-se ainda que as linhas de cuidado permanecem voltadas às mulheres em idade reprodutiva com ações normativas nos programas de pré-natal, parto e puerpério, planejamento familiar, câncer de colo do útero e de mama, sendo o climatério menos contemplado, contradizendo a Política Nacional de Atenção Básica que define a organização de Rede de Atenção à Saúde como estratégia para um cuidado integral. Torna-se necessária, portanto, uma atenção à saúde não apenas na fase reprodutiva, mas também no desenvolvimento de ações voltadas à saúde não reprodutiva (ALBUQUERQUE, et al., 2018; SANTOS RCF, et al., 2017; BANAZESKI AC, et al., 2021).

A maioria das mulheres no período do climatério referem alguma sintomatologia, caracterizando cerca de 60 a 80% dos casos. Por isso, é necessário ressaltar os planejamentos e estratégias que devem ser realizados, como a promoção da saúde, identificação e detecção precoce de sinais, com implicações na satisfação e utilização dos cuidados de saúde (CURTA e WEISSHEIMER, 2020; SANTOS RCF, et al., 2017).

Apesar de muitos avanços na área de saúde da mulher, ainda se observa a falta de implantação de políticas públicas voltadas para o climatério e o desconhecimento dos profissionais a respeito desse assunto, o que pode gerar também certas morbidades que podem prejudicar sua saúde (BANAZESKI AC, et al., 2021). Logo, torna-se imprescindível que estes profissionais da saúde realizem capacitações sobre a temática em questão, com objetivo de melhorar a qualidade da assistência e priorizar ações individuais, com foco nas necessidades de cada região de saúde.

Ressalta-se que alterações neuroendócrinas são comuns nesse período do climatério. O estresse durante a jornada de trabalho, é um elemento que culmina para uma diminuição da qualidade de vida (BÉLEM D, et al., 2021). Ademais, verifica-se também a falta de estratégias específicas e projetos voltados para mulheres no climatério, conseqüentemente muitas mulheres não procuram o serviço de saúde e dessa forma, não realizam tratamento. Existe também a necessidade por novos estudos que relacionem a avaliação da qualidade de vida das mulheres aos sintomas do climatério, de forma a possuir orientações específicas de tratamento e cuidados de enfermagem sobre essa fase (ALBUQUERQUE GPM, et al., 2018; CURTA JC E WEISSHEIMER AM, 2020).

A sexualidade das mulheres no climatério também deve ser assistida, pois muitas se preocupam com as mudanças que ocorrem em seu corpo, prazer sexual e com sua finalidade reprodutiva. Dessa maneira, torna-se importante a inclusão de serviço psicológico na rede de saúde, que possibilite atendimento eficiente desde os sintomas iniciais do climatério/ menopausa, oferecendo suporte emocional necessário, prevenindo alterações desagradáveis, com objetivo de promover o envelhecimento com qualidade de vida (CURTA JC e WEISSHEIMER AM, 2020).

Os grupos femininos com especificidades na fase do climatério devem ser incluídos, como: mulheres com transtornos mentais, moradoras de rua, profissionais do sexo, ou as mulheres institucionalizadas em hospitais psiquiátricos, conventos e privadas de liberdade devem ser incluídas nesta rede de saúde (SANTOS RCF, et al., 2017).

Portanto, embora sejam notáveis os avanços na área, dada a incipiência desse movimento no âmbito das políticas e ações programáticas do Ministério da Saúde, as ações das políticas e programas voltados ao climatério ainda se encontram subdesenvolvidas. Ainda persiste a ideia, na sociedade que, ao chegar ao climatério, a mulher tem a finitude de fecundidade e de sua capacidade produtiva, o que representaria o fim da sexualidade, além de outras questões. Dessa forma, permanecem ações de saúde fragmentadas e reduzidas para as mulheres no climatério (BANAZESKI AC, et al., 2021; CURTA JC e WEISSHEIMER AM, 2020).

### **Aspectos fisiológicos, saúde mental e cultura**

As manifestações fisiológicas presentes no climatério são influenciadas por diversos fatores, que variam entre as alterações nos níveis hormonais individuais até a forma como estas mulheres vivenciam essa fase de suas vidas. Os principais sinais e sintomas são: os fogachos conhecidos popularmente como as ondas de calor, contribuintes para a insônia, fadiga e alterações de humor, sintomas urogenitais, como a nictúria, urgência miccional, ressecamento vaginal, dispareunia, ganho ponderal e substituições teciduais mamárias (CASTILHOS L, et al., 2021; SANTOS RCF, et al., 2017).

Concomitante às modificações hormonais, as mulheres também sofrem com alterações de cunho psicológico como: esquecimento, melancolia, depressão e alterações da libido. Logo, é necessário que a mulher compreenda sobre as mudanças de natureza física e psicológica que podem ser vivenciadas durante o climatério e possa ser acompanhada pela equipe de saúde. Aqui, ressalta-se a importância do enfermeiro, profissional responsável pela elaboração do plano de cuidado do paciente (SOARES GRS, et al., 2018; CURTA JC E WEISSHEIMER AM, 2020).

Um estudo afirma que existe uma predominância de ânimo depressivo e ansiedade de intensidade moderada no climatério. Tendo em vista esse cenário, o estado emocional pode funcionar como um gatilho para o aparecimento de diversas doenças devem ser identificadas e tratadas precocemente, principalmente no contexto do climatério, pois as mulheres estão vivenciando intensas alterações fisiológicas e psicológicas (SANTOS VML, et al., 2022).

Além dos aspectos tratados anteriormente, torna-se de suma importância estar atento aos aspectos sociais e culturais que interferem diretamente no período do climatério, uma vez que, mudanças sofridas variam dependendo do status socioeconômico, como rede de apoio, condição econômica, escolaridade, crenças, religião, origem social, dentre outros (SANTOS VML, et al., 2022; SANTOS RCF, et al., 2017; CASTILHOS L, et al., 2021).

Estudos realizados por antropólogos e sociólogos interculturais têm contestado o conceito de climatério atual, tratando-o como um fenômeno biopsicossocial e a depender da cultura podem ter diferentes percepções, tendo em vista, que os estudos têm revelado uma ampla variação de percepções entre as mulheres de diferentes etnias que vivem em países e cenários culturais diferentes. Estilo de vida, diferenças nos padrões reprodutivos, crenças e atitudes, posição social das mulheres tem significativo efeito nos processos biológicos, por isso, é necessário entender o contexto em que a mulher está inserida (SANTOS RCF, et al., 2017).

### **O enfermeiro e o climatério**

O papel do enfermeiro é fundamental na atenção à mulher no climatério, uma vez que ele é o responsável por articular, coordenar e conduzir as práticas do cuidado. A partir disso, tem-se a consulta de Enfermagem que serve como ferramenta de cuidado às mulheres que vivenciam essa fase, no momento do atendimento aborda-se sobre as mudanças que podem ocorrer, tais como ciclo menstrual, aumento de peso, sudorese e ondas de calor intenso. Entretanto, percebe-se, que o enfermeiro não se sente confiante para ter uma abordagem integral à mulher no climatério. Assim, deve-se, nas consultas de Enfermagem, o profissional criar um vínculo, proporcionando, a elas, a compreensão desejada (CASTILHOS L, et al., 2021).

Além disso, salienta-se que enfermeiros e equipe multidisciplinar devem aproximar a família no processo de cuidado da mulher no climatério. A família constitui um universo de relações diferenciadas entre seus membros e precisa ser valorizada na busca por um cuidado integral, além de influenciar a forma de como a mulher vivencia o climatério, sendo fundamental a inclusão desse núcleo nas medidas de cuidados à mulher. (SOARES, et al., 2018; CASTILHOS L, et al., 2021).

Os enfermeiros também podem intervir e/ou colaborar de modo a amenizar o estado de vulnerabilidade, desmistificando concepções errôneas, preconceituosas e excludentes sobre esse momento, apropriando-se da educação em saúde como uma estratégia, envolvendo as mulheres e parceiros para que compreendam melhor esta nova fase na vida feminina. Essas ações educativas, constituem uma relevante dimensão no trabalho do enfermeiro, com a finalidade de aumentar a qualidade do cuidado prestado e ampliar a rede de conhecimento do usuário, frente a identificação de falhas na assistência. (BANAZESKI, et al., 2021; SANTOS RCF, et al., 2017).

As práticas do cuidado precisam ir além da execução de saberes técnicos, sendo necessário à articulação de diferentes práticas com vistas à promoção da saúde. A partir dessa visão, o enfermeiro da APS deve assumir a responsabilidade de associar saberes e práticas diversas de tal maneira que deixe, em suas ações de cuidado, as marcas de atitudes esclarecedoras sobre as mudanças dessa nova fase da vida da mulher para que ela mesma possa vivenciar o climatério como um processo natural da vida. (CASTILHOS L, et al., 2021).

É necessário que o enfermeiro seja o protagonista no processo de cuidado, promova educação em saúde, além de avaliar o impacto do climatério na saúde da mulher, possibilitando assim a prevenção de doenças e possíveis agravos. Então, é fundamental o acesso à escuta atenta por profissionais capacitados, visando o atendimento integral de saúde com resolutividade às necessidades da saúde feminina. Dessa forma, é relevante que as equipes de saúde motivem as mulheres aos hábitos saudáveis, como a prática regular de atividade física e bons hábitos alimentares. (SANTO RCF, et al., 2017; CASTILHOS L, et al., 2021).

Outro ponto importante é a construção de um vínculo entre os profissionais e os usuários, a fim de lidar com a complexidade do processo saúde-doença. A partir dessa confiança mútua, a mulher deverá expressar seus sentimentos, e o enfermeiro deve oferecer o suporte emocional necessário e informar sobre as mudanças corporais e psíquicas. Além disso, o enfermeiro deveria reunir mulheres em idade aproximada ao climatério para orientá-las sobre sinais e sintomas vindouros (BANAZESKI AC, et al., 2021; SANTOS RCF, et al., 2017).

Reforça-se que as ações do enfermeiro devem promover ações pautadas na realização de orientações compreensíveis e acessíveis, em um espaço acolhedor, com profissionais que realizem a escuta qualificada, orientações acerca da temática em questão, de modo a minimizar o desconforto decorrente de alterações desagradáveis e possíveis implicações negativas para a saúde. (BANAZESKI AC, et al., 2021; SANTOS RCF, et al., 2017; CURTA JC E WEISSHEIMER AM, 2020).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considera-se que há uma quantidade incipiente de estudos publicados com essa temática no Brasil, o que dificulta a divulgação de informações a respeito do assunto, o que faz ser de extrema importância o desenvolvimento de novos estudos sobre a temática em questão, abordando sobre qualidade de vida das mulheres nessa fase da vida, os sinais e sintomas recorrentes e de que maneira que o enfermeiro deve orientar e auxiliar pessoas nesta situação de climatério. Nota-se também que a fase do climatério precisa ser mais abordada pelas políticas públicas de saúde para que se possa promover melhores condições de vidas às mulheres, pois o climatério é um período que faz parte da vida da mulher, e que existem mulheres que desconhecem seus sinais e sintomas.

É necessária uma atuação mais assertiva dos profissionais da enfermagem, principalmente do enfermeiro. Durante o estudo, a partir da revisão da literatura, foi possível identificar que as mulheres possuem poucas informações sobre o climatério, assim como, verifica-se que cada mulher vivencia o climatério de uma forma diferente e as queixas de sintomas podem ser mais intensas, a depender da mulher. Desse modo, o enfermeiro tem o papel fundamental de resgatar a autonomia da mulher, incentivando aos hábitos de vida saudáveis, como por exemplo, a alimentação e prática regular de exercícios físicos com vistas a prevenir potenciais riscos de saúde futuros. Além disso, as mulheres em fase de climatério podem participar de atividades de educação em saúde, para que a partir dessa estratégia, possa ocorrer uma escuta sensível por meio dos profissionais enfermeiros, respeitando a autonomia, vivência, individualidade e cultura.

---

## REFERÊNCIAS

1. ALBUQUERQUE GPM, et al. Qualidade de vida no climatério de enfermeiras atuantes na atenção primária. Revista eletrônica de Enfermagem, 2019; 72(3): 154-61.
2. ARAÚJO MGM, et al. O impacto do período do climatério na saúde da mulher. Revista eletrônica Conjecturas, 2022; 22(8): 316-25.
3. BANAZESKI AC, et al. Percepções de enfermeiros sobre a atenção ao climatério. REUOL, 2021; 15: e245748.
4. BELÉM D, et al. Influência do comprometimento excessivo na qualidade de vida e nos sintomas do climatério de profissionais da Enfermagem. Revista eletrônica Gaúcha de Enfermagem, 2021; 42: e20190374.
5. BRASIL. Manual de Atenção à Mulher no Climatério/Menopausa. 2008. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual-atencao-mulher-climaterio.pdf>. Acessado em: 13 de janeiro de 2023.

6. CAMPOS CS, et al. Sintomas do climatério/menopausa em mulheres ribeirinhas na Amazônia. *Revista Kairós-Gerontologia*, 2021; 24 (1): 531-46.
7. CURTA JC, WEISSHEIMER AM. Percepções e sentimentos sobre as alterações corporais de mulheres climatéricas. *Revista eletrônica Gaúcha de Enfermagem*, 2020; 37(4): e 70485.
8. JÚNIOR JCF, et al. A influência dos sintomas climatéricos na saúde da mulher. *Nursing*, 2020; 23 (264): 3996-4001.
9. MACIEL JBL. Violência e concepção da mulher acerca do climatério: uma revisão bibliográfica. *Research, society and development*, 2021; 10(6): 1-8.
10. MARTINS KMS, et al. o climatério e suas implicações psicológicas na saúde da mulher-uma revisão bibliográfica. *Revista Científica Multidisciplinar*, 2021; 2(11): e211927.
11. MENDES KS, et al. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto enfermagem*, 2008; 17(4): 758-64.
12. NEGREIROS BA, et al. Transtornos psicóticos associados ao período do climatério. *Research, Society and Development*, 2021; 10(10): e371101018061-e371101018061.
13. OLIVEIRA AR, et al. Promoção à saúde da mulher: desmistificando o climatério. *Brazilian Journal of Development*, 2019; 5 (10): 21431-42.
14. PATRÍCIO RSO, et al. Ações de enfermagem na promoção da saúde e qualidade de vida de mulheres no climatério. *Revista Eletrônica Acervo Enfermagem*, 2020; 4: e4782.
15. SANTOS RCF, et al. Saúde de mulheres no climatério em sistema prisional. *Revista eletrônica Cogitare enfermagem*, 2017; 22(1): 1-8.
16. SANTOS VML, et al. Perfil de mulheres climatéricas em Estratégia de Saúde da Família no interior paulista. *Semina: ciências biológicas e da Saúde*, 2022; 43(1): 3-14.
17. SILVA LD, MAMEDE MV. Prevalência e intensidade de sintomas climatéricos em mulheres com doença arterial coronariana. *Revista Pesqui. (Univ. Fed. Estado Rio J., Online)*, 2020; 12: 311- 8.
18. SILVA SB, et al. Representações sociais elaboradas por enfermeiras acerca da assistência à mulher climatérica na atenção Primária. *Revista Rene*, 2016; 17 (3): 363-71.
19. SOARES GRS, et al. O conhecimento produzido acerca de climatério, família e envelhecimento. *Revista Enfermagem UERJ*, 2018; 26: e32588.
20. CASTILHOS L, et al. Necessidades de cuidado de mulheres no climatério com hipertensão: possibilidades de trabalho do enfermeiro. *Rev.Enferm. UFSM*, 2021; 11(15):1-20.