

A vivência da sexualidade feminina no climatério: uma nova perspectiva frente a esse período de transição

The experience of female sexuality in climacteric: a new perspective in this transition period

La experiencia de la sexualidad femenina en el climaterio: una nueva perspectiva en este período de transición

Luara Matos Dantas^{1*}, Hanna Queiroz Ribeiro Gonçalves¹, Mona Mirelle Castro Reis², Amanda Silva Lima³, Raiana Cunha Viana Freire³, Amanda Cruz Silva Oliveira², Márcio Chagas Ribeiro Filho⁴, Lívia Vitória Santos Ribeiro¹, Maria Gabriela Adorno Vinhático⁵, Lívia Gonçalves Brandão¹.

RESUMO

Objetivo: Compreender como a sexualidade é vivida no climatério dentro dos seus aspectos psicológicos, socioculturais e biológicos. **Revisão bibliográfica:** O climatério, por si só, propicia mudanças no físico e psíquico da mulher que, juntamente ao estigma do envelhecimento que ele carrega, pode trazer consequências negativas para que a mulher viva este período. Infere-se então que a sexualidade feminina e essa vivência no climatério vão muito além dos limites do sexo e das alterações fisiológicas deste período da vida. Analisando todo o universo que permeia a mulher climatérica, é dever também dos profissionais de saúde estarem preparados para entender, acolher e instruir essa mulher, com toda sua particularidade, e ajudá-la a viver mais essa fase da vida de maneira plena, superando as dificuldades, tabus, medos e inseguranças. **Considerações finais:** Assim, o climatério e sexualidade feminina são, ainda hoje, temas complexos e difíceis de serem abordados por toda a carga histórica, permeada de tabus, que os cercam. Para além disso, viver o climatério, em todas as suas nuances, é um processo complexo e que deva existir apoio familiar e multiprofissional.

Palavras-chave: Sexualidade, Climatério, Menopausa, Transição de fase.

ABSTRACT

Objective: To understand how sexuality is experienced in climacteric within its psychological, sociocultural and biological aspects. **Bibliographic review:** The climacteric, by itself, provides changes in the physical and psychological of women that, together with the stigma of aging that it carries, can have negative consequences for women to experience this period. It is inferred then that female sexuality and this experience in the climacteric go far beyond the limits of sex and the physiological changes of this period of life. Analyzing the entire universe that permeates the climacteric woman, it is also the duty of health professionals to be prepared to understand, welcome and instruct this woman, with all her particularity, and help her to live this phase of life more fully, overcoming the difficulties, taboos, fears and insecurities. **Final considerations:** Thus, climacteric and female sexuality are, even today, complex and difficult issues to be addressed by all the historical burden, permeated by taboos, that surround them. In addition, experiencing the climacteric, in all its nuances, is a complex process that requires family and multi-professional support.

Keywords: Sexuality, Climacteric, Menopause, Phase transition.

¹ Faculdade Santo Agostinho (FASA), Vitória da Conquista - BA. *E-mail: luamalin@outlook.com

² Faculdade Ages de Medicina, Jacobina - BA.

³ Faculdade Pitágoras de Medicina (FPME), Eunápolis - BA.

⁴ Universidade Nove de Julho, Mauá - SP.

⁵ Centro Universitário UniFTC, Salvador - BA.

RESUMEN

Objetivo: Comprender cómo se vive la sexualidad en el climaterio en sus aspectos psicológico, sociocultural y biológico. **Revisión bibliográfica:** El climaterio, por sí solo, proporciona cambios en el aspecto físico y psíquico de la mujer que, junto con el estigma del envejecimiento que conlleva, puede tener consecuencias negativas para que la mujer experimente este período. Se infiere entonces que la sexualidad femenina y esta experiencia en el climaterio van mucho más allá de los límites del sexo y los cambios fisiológicos de este período de la vida. Analizando todo el universo que impregna a la mujer climatérica, es también deber de los profesionales de la salud estar preparados para comprender, acoger e instruir a esta mujer, con toda su particularidad, y ayudarla a vivir más plenamente esta fase de la vida, superando las dificultades, tabúes, miedos e inseguridades. **Consideraciones finales:** Así, el climaterio y la sexualidad femenina son, aún hoy, temas complejos y difíciles de abordar por todo el lastre histórico, permeado de tabúes, que los envuelve. Además, vivir el climaterio, en todos sus matices, es un proceso complejo que requiere del apoyo familiar y multiprofesional.

Palabras clave: Sexualidad, Climaterico, Menopausia, Transición de fase.

INTRODUÇÃO

Inicialmente tratada como meio meramente reprodutivo, a sexualidade ganhou ao longo dos anos novos significados, como a busca da felicidade pessoal, conhecimento do próprio corpo e prazer. No entanto, mesmo com todos os avanços e reformas sociais, a sexualidade feminina ainda é tratada com tabu e repressão para com o universo feminino. Essa situação é fruto de ações e pensamentos do passado, em que o órgão genital masculino e suas particularidades se enquadravam no marco zero da sexualidade, sendo assim o “ponto de partida”; e o órgão genital feminino marcava o lugar de menos um, ocupando posição sem importância, e sem muito conhecimento, no âmbito sexual (OLIVEIRA EL, et al., 2018).

Além disso, com o passar dos séculos a mulher passou de herdeira de Eva para filha da Virgem Maria, tendo agora o seu corpo como algo nobre, ao ter a capacidade de gerar uma outra vida, sendo a sua pureza algo extremamente valorizado. A partir disso, a educação das meninas e mulheres voltou-se para se guardarem até o casamento, relacionando o sexo e suas particularidades a algo sujo, pecaminoso e restrito à procriação (ASSUNÇÃO MRS, et al., 2020).

Entretanto, isso pode trazer consequências diversas para o exercício da sexualidade no universo feminino em todas as suas fases de vida, inclusive no climatério, fase essa de muitas dúvidas, medos e incertezas. O climatério, ou transição menopáusica, é uma mudança endócrina gradual que faz com que mulheres em idade reprodutiva, com menstruações regulares, cíclicas e contínuas, passem para o fim dos períodos menstruais, saindo então de ciclos ovulatórios para ciclos anovulatórios pela senescência ovariana. Essa fase abrange diversas alterações físicas e psíquicas no corpo dessa mulher que variam de acordo suas particularidades de vida (VIEIRA TMM, et al., 2018).

A sexualidade feminina nesse período de transição da menacme para a pós-menopausa é repleta de tabus e preconceitos, embasados nos mais diversos argumentos, muitos deles ultrapassados e sem veracidade, como, por exemplo, o mito de que a mulher perde a função sexual ao perder a capacidade reprodutiva. Apesar disso, sabe-se que existem alterações hormonais, psicológicas, culturais, sociais que repercutem negativa ou positivamente na vida da mulher climatérica (XAVIER PFP e TRINDADE APNT, 2018).

A sexualidade da mulher climatérica se torna um tema ainda mais complexo e, infelizmente, pouco trabalhado se considerarmos o número de mulheres vivendo essa fase atualmente. Em 2014, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o Brasil possui cerca de 29 milhões de mulheres no climatério, sendo 27,9% da população feminina brasileira (SELBAC MT, et al., 2018).

Entretanto, é válido ressaltar que o climatério é uma fase fisiológica da vida da mulher, e não deve ser encarado como anormal e/ou patológico, mas sim como um novo período, cheio de mudanças e descobertas. Para além disso, à medida que a expectativa de vida cresce, o climatério passa a ser um período vivenciado

por uma quantidade maior de anos, e a mulher tem o direito de vivê-lo de maneira plena, incluindo usufruir da sua sexualidade. A mulher possui direitos sexuais e reprodutivos que garantem a vivência sexual plena em todas as fases de sua vida, inclusive no climatério (SANTOS S, et al., 2018).

Ademais, os impactos hormonais no corpo da mulher climatérica influenciam não só biologicamente, mas também em seus aspectos sociais, culturais e psicológicos, e o comportamento sexual humano tende a sofrer interferência por essas áreas, estando relacionado com a saúde física e mental, com a autoestima e, conseqüentemente, com a qualidade de vida (SELBAC MT, et al., 2018).

Entender como o público feminino vive sua sexualidade no período de transição da menacme para a pós-menopausa, levando em conta toda sua particularidade, história, crenças, educação, experiências prévias e convívio social. Com isso, faz-se de extrema importância, visto que os profissionais de saúde devem estar preparados para assistir ao indivíduo de maneira holística e este, por sua vez, tem o direito à saúde (PATRÍCIO RSO, et al., 2020).

Assim, esse constructo teve como objetivo compreender como a sexualidade é vivida no climatério dentro dos seus aspectos psicológicos, socioculturais e biológicos.

REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Com o passar dos anos vários estudos foram surgindo sobre a temática climatério e sexualidade, e percebeu-se que o desejo sexual move todas as ações do ser humano, e que a “pulsão” vai além da reprodução e do prazer. Mas, a sexualidade ainda continua sendo marginalizada. As mulheres são criadas para serem filhas e mães não podendo expressar sua feminilidade, ao contrário dos homens que são criados desde criança para exibirem sua masculinidade, sendo exaltados por este ato (ALBUQUERQUE GPM, et al., 2019).

A mulher é ensinada a se comportar bem, não ceder aos seus desejos mais íntimos, e se sentir culpada por senti-los; além de não receber ou receber de forma incompleta instrução relacionada ao sexo. Além disso, a mulher vive a maior expressão da sua atividade sexual durante a menacme, momento em que também ela vai sofrer o maior número de problemas relacionado a essa temática, pois sua saúde não se restringe ao perfeito funcionamento de seus órgãos, mas abarca também o contexto sexual vivido, que vai muito além do coito (CASTILHOS L, et al., 2021).

Ademais, a sexualidade possui influencia na forma de sentir tudo ao seu redor a medida que tem potencial de permear a subjetividade de um ser em diversas perspectivas. O ser humano viu na sexualidade uma maneira de receber e dar prazer, não se restringindo meramente ao ato sexual em si (FARINHA AJQ e COMIN FS, 2018).

Assim, muitas mulheres sentem dificuldade em exercer a sexualidade, e isso é reflexo do cenário discutido aqui até então, da mulher servir ao homem, deixando o próprio prazer em segundo plano. Além disso, mulheres que dizem não sentir prazer por nunca terem tido um orgasmo, o que deve ser desmistificado uma vez que cada pessoa possui a sua própria forma de sentir prazer, sendo o orgasmo obrigatório uma convenção social de sucesso no sexo. Outro ponto a ser discutido, também com raízes históricas, é a falta de diálogo, em relação à sexualidade, entre a mulher e seu parceiro, por acreditar que o homem sabe tudo em relação ao sexo, e dizer a ele a sua opinião sobre seria como colocá-lo em posição passiva em relação à mulher (ROSENBAUM SDG e SABBAG SP, 2020).

Percebe-se que a sexualidade feminina sempre foi reprimida e ainda permanece repleta de tabus, não apenas por parte da sociedade em geral, mas também pelas próprias mulheres, à medida que se sentem inferiores para se posicionarem em relação a um assunto até então dominado pelo universo masculino e/ou por acharem vergonhoso e impróprio falarem sobre sua sexualidade. A análise de toda essa problemática da “mulher-mãe”, da submissão feminina, e outras como a intensa cobrança social pela boa e jovial aparência da mulher, e a necessidade do ser sensual para atrair seus maridos ao sexo, nos traz uma outra demanda: a mulher que passa pelo climatério (SILVA NA, et al., 2020).

O Brasil era um país predominantemente jovem até pouco tempo. Dessa forma, a jovialidade e a beleza são ainda consideradas exigências para as mulheres, independentemente da fase de sua vida. Com isso, as mulheres tendem a associar climatério/menopausa à velhice, visto que as alterações pertinentes a essa fase da vida levam-nas a perder sua fertilidade, diminuir o turgor da pele, e a sofrerem com o preconceito velado da sociedade (ROCHA BM, et al., 2018).

As mulheres nesse período tendem a se embasarem em valores pré-estabelecidos e antigos, e adquirindo o medo do envelhecer, por acreditarem que não mais serão desejadas e olhadas como um ser completo. A menstruação recorda a mulher da sua jovialidade e feminilidade, e dá a possibilidade de um futuro maternal, tendo a sensação de fertilidade preservada. Sendo assim, a mulher climatérica pode ser afetada psicologicamente por conflitos acerca do fim de seus ciclos menstruais, que vão além das mudanças biológicas (ALCÂNTARA LL, et al., 2020).

A mulher peri e pós-menopausa enfrenta diversas emoções em relação ao seu papel de mulher, mãe, esposa. No entanto, o climatério marca apenas a transição do período fértil para o não fértil da mulher, e não deve ser encarado como o fim da vida muito menos da sexualidade. A mulher climatérica sofre diante de um mito perpetuado pela sociedade: o de que, ao finalizar seu ciclo reprodutivo, há uma perda considerável do seu desejo sexual, o que não pode se considerar como verdade absoluta (ROCHA BMA, et al., 2018).

Segundo a OMS, o climatério é o período de vida da mulher que abarca o final da fase reprodutora e a senilidade, variando dos 40 aos 65 anos. Nesse período acontece a menopausa, que é a data da última menstruação da vida da mulher (ALCÂNTARA LL, et al., 2020).

A etiopatogenia do climatério envolve o eixo hipotálamo-hipófise-ovariano, mas os órgãos com maiores influências são os ovários. Eles são sede de inúmeras atresias foliculares que acontecem durante toda a vida da mulher, e no climatério a redução dessas células germinativas se acentuam, o que culminará com o desaparecimento completo dos folículos, determinando a esterilidade definitiva da mulher. A redução dos folículos ovarianos gera um desequilíbrio nos ciclos, encurtando ou alongando, e muitas vezes cursando com ciclos anovulatórios. Com essa diminuição, após o pico inicial, o estrógeno e a inibina tendem a declinar progressivamente; em consequência, o Hormônio Folículo-estimulante (FSH) e o Hormônio Luteinizante (LH) se elevam com o intuito de manter a foliculogênese (SABÓIA BA, et al., 2021).

Na menacme, o volume médio dos ovários é de 8 a 9 cm³, e passa a ser de 2 a 3 cm³ na pós-menopausa. Entretanto ainda existe uma produção basal hormônios como a estrona, testosterona e androstenediona e uma mínima de progesterona e estradiol, que podem ser suficientes para manter o equilíbrio clínico e endocrinológico dessa mulher. A apresentação de algum sinal ou sintoma no climatério é bem comum, seja ele brando ou intenso, e sofre influência de diversos fatores internos ou externos. As alterações hormonais, as mudanças morfofuncionais e neuropsíquicas repercutem na saúde da mulher, e podem alterar sua qualidade de vida e autoestima (SANTOS MA, et al., 2021).

Além dos sintomas consequentes da redução do estrogênio, algumas mulheres podem ter elevação das concentrações do estrogênio no sangue, principalmente na perimenopausa, e cursarem com distensão abdominal e mastalgia. Isso demonstra a intensa flutuação hormonal dessa fase. É válido dizer que os sintomas não são específicos e universais deste período da vida, embora a redução estrogênica seja. Conclui-se a partir disso que nem toda mulher será afetada ou terá os mesmos sintomas relacionados à deficiência estrogênica (SANTOS RHBR, et al., 2022)

Mas, existe alguns sinais e sintomas que podem ocorrer como: alterações menstruais, como o alargamento e/ou encurtamento dos ciclos, aumento e/ou diminuição do fluxo, ciclos anovulatórios; manifestações neurogênicas (sintomas mais comuns no climatério), como fogachos, palpitações, tonturas, cefaleia e insônia. Manifestações no metabolismo ósseo, podendo cursar com osteoporose, e no metabolismo lipídico, fator de risco para doenças cardiovascular e cerebrovascular isquêmica; alterações urogenitais, como ressecamento vaginal, disúria e urgência miccional; manifestações tegumentares, podendo apresentar perda da elasticidade cutânea, aparecimento de rugas, aumento de manchas, enfraquecimento muscular (PEIXOTO RCA, et al., 2020).

Além disso, a mulher pode cursar com manifestações psicogênicas e sexuais como, por exemplo, diminuição da autoestima, labilidade emocional, irritabilidade, dificuldades sexuais podem ocorrer perante às alterações fisiológicas do climatério, além da insegurança própria de um período de transição. É válido ressaltar que essas manifestações podem ocorrer em outras fases da vida, e que não há como comprovar que somente o hipoestrogenismo seja a causa dessas alterações. Ademais, fatores ambientais e do estilo de vida podem influenciar diretamente os sintomas (ARAUJO JE e LAGE OC, 2018).

Os problemas relacionados ao âmbito sexual estão muito, mas não apenas, associados às alterações anatomo-funcionais, em virtude dos fenômenos de hipotrofia ou atrofia geniturinárias, podendo ocasionar diminuição da libido, frequência e resposta orgástica. Em virtude da influência biopsicossocial, a mulher climatérica tende a ter maior prazer sexual e vivenciar melhor sua sexualidade ao receber maior apoio social e praticar bons hábitos de vida, como alimentação equilibrada e exercícios físicos (MOTA LJ, et al., 2021).

Ademais, o desejo pelo sexo e a frequência das relações podem diminuir com o aumento da idade na mulher, porém o interesse e o potencial para o prazer perduram por toda a vida. Associado a isso, há estudos mostrando que a testosterona conseguiu aumentar a libido e a consequente resposta sexual, entretanto, a capacidade orgástica e a frequência do coito não foram afetadas. Pode-se inferir, assim, que os efeitos hormonais são mais evidentes quando há uma relação íntima satisfatória entre os envolvidos no sexo e suas particularidades (OLIVEIRA JG e GONÇALVES KAM, 2021).

Quando se trata sobre climatério, os aspectos negativos são, na maioria das vezes, ressaltados, não destacando as novas oportunidades e vivências consequentes das experiências adquiridas até então. Para compreender positivamente a mulher climatérica, é preciso entender a vida dela antes do climatério. Ao mudar a pirâmide etária no Brasil, o climatério passa a ser uma fase da vida vista comumente, e por isso é preciso desbravar seus limites e suas particularidades para entender esse processo contínuo do envelhecer (PERONE GA, et al., 2019).

Além disso, as mulheres que associam a reprodução como importância máxima do sexo e têm a crença de que a sexualidade acaba no pós-climatério e pauta o atrativo sexual na beleza viverão o climatério de maneira mais angustiante. Em nossa cultura, a beleza é relacionada à juventude e ao vigor físico, logo se infere que o sexo seria exclusivo dos jovens, uma vez que o climatério representaria assim o fim da jovialidade. Nem todas as mulheres nesse período terão desejo sexual hipotativo; algumas podem experimentar exatamente o contrário, a liberação do desejo e dos conflitos sexuais. Por ter mais experiência do que quando adolescente, sua visão do satisfatório, o grau de maturidade e o conhecimento do próprio corpo são outros, o que pode levar a mulher a buscar novidades nessa vivência (AQUINO KSJ, et al., 2018).

Assim, mulheres climatéricas entendem que as vivências tidas no decorrer dos anos fazem com que esse momento da vida seja complexo, ambíguo e bem individual. A quantidade e a qualidade das informações recebidas sobre climatério e menopausa, sobre o corpo e suas mudanças e sobre a própria sexualidade, as expectativas e incertezas frente a essa fase, e o apoio social ou a falta dele foram pontos levados em consideração para a compreensão do que é viver a sexualidade na transição do período reprodutivo para o não reprodutivo (CREMA IL, et al., 2017).

Há estudos com relatos de que a menopausa representa uma baixa na atração, desejo e prática sexual, havendo também um afastamento dos padrões estéticos antes tidos durante a menacme, contribuindo para que a própria satisfação sexual seja deixada de lado e o sexo fique como “obrigatório” com o intuito de satisfazer o parceiro. Entretanto, corroborando com o fato de que cada mulher é única e vivencia suas fases de maneira particular, foram encontrados relatos de mulheres dizendo que se sentem mais dispostas a se redescobrir e “aventurar” em novas possibilidades, aproveitando da bagagem de experiências adquiridas durante a vida, e do fim dos ciclos menstruais e da possibilidade de engravidar (SILVA NA, et al., 2020).

As modificações orgânicas próprias do climatério não afetam obrigatoriamente o prazer, mas tendem a influenciar a resposta sexual, podendo ser mais retardada; e reforçam que essas alterações pouco influenciam na sexualidade, mas podem limitar na qualidade e quantidade da resposta sexual. A sexualidade na pós-

menacme é envolta por mudanças físicas, psíquicas, e exige que a mulher se reencontre nesse novo ciclo, o que pode causar insegurança e desconforto com a situação, havendo a possibilidade dela abandonar áreas de sua vida, antes tidas como “essenciais”, como o sexo (ALMEIDA MJS, et al., 2018).

Com a queda hormonal a lubrificação vaginal e suas mudanças anatômicas em circunferência e comprimento tendem a diminuir, podendo levar à dispareunia, o que diminui a satisfação sexual e leva à ansiedade. O clitóris também diminui sua sensibilidade, além de outras alterações por todo o corpo da mulher, positivas e negativas. Aproveitando a ocasião, esse é um bom momento para descobrir outras zonas de prazer e permitir-se aproveitar das diversas possibilidades na vivência sexual (TRENTO SRSS, et al., 2021).

Comorbidades e sintomas fora do período do climatério também podem ser fatores potencialmente influenciadores negativamente para a má vivência da sexualidade neste período, como depressão, alterações cardiovasculares e metabólicas, incontinência urinária, e a própria menopausa cirúrgica por histerectomia. Além de pontos como qualidade dos relacionamentos interpessoais, nível de escolaridade, ressaltando a importância de se conhecer holisticamente a mulher climatérica para a melhor assistência neste período (ALMEIDA MJS, et al., 2018).

Além disso, a maioria das mulheres relatam que a satisfação sexual aumentou com o passar dos anos, especialmente para aquelas que se encontravam emocionalmente saudáveis e em um relacionamento, destacando que demonstrações de amor vindo de seus parceiros foram fatores relevantes para o melhor enfrentamento desse processo de transição. Assim, a resposta sexual feminina tende a ser o oposto da masculina, saindo de uma situação neutra até atingir o desejo sexual. A mulher pode ser motivada para tal ato apenas com um carinho, afeto ou a sensação de pertencimento a alguém (SILVA NA, et al., 2020).

Assim, o climatério, por si só, propicia mudanças no físico e psíquico da mulher que, juntamente ao estigma do envelhecimento que ele carrega, pode trazer consequências negativas para que a mulher viva este período. Infere-se então que a sexualidade feminina e essa vivência no climatério vão muito além dos limites do sexo e das alterações fisiológicas deste período da vida. As experiências adquiridas com o decorrer dos anos, os relacionamentos vividos, as informações sobre o climatério, o conhecimento do próprio corpo, o apoio social, os bons hábitos de vida, os hobbies, a espiritualidade são fatores muito importantes, tão quanto os fisiológicos (SABÓIA BA, et al., 2021).

Associado a isso, a sexualidade feminina tão reprimida pela sociedade e aceita sem tabus apenas para fins reprodutivos corrobora para que essa vivência durante esse período necessite de uma atenção maior por parte dos profissionais da saúde, visto que a saúde engloba não apenas o bom funcionamento dos órgãos corporais, mas também a qualidade de vida do ser humano. Analisando todo o universo que permeia a mulher climatérica, é dever também dos profissionais de saúde estarem preparados para entender, acolher e instruir essa mulher, com toda sua particularidade, e ajudá-la a viver mais essa fase da vida de maneira plena, superando as dificuldades, tabus, medos e inseguranças (PERONE GA, et al., 2019).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Assim, o climatério e sexualidade feminina são, ainda hoje, temas complexos e difíceis de serem abordados por toda a carga histórica, permeada de tabus, que os cercam. Para além disso, viver o climatério, em todas as suas nuances, é um processo complexo. Analisando a vertente alvo deste trabalho, a vivência da sexualidade feminina no climatério, percebe-se que essa dificuldade, em muitos casos, se eleva. Sendo assim, é de extrema importância que as mulheres climatéricas sejam acolhidas e ouvidas pelas equipes de saúde, que devem buscar conhecer cada uma na sua particularidade para a melhor assistência neste período. Entender como são seus relacionamentos, sua rotina de trabalho, suas perspectivas sobre o que a aguarda e suas ideologias são pontos importantes para entender um pouco melhor sobre a mulher que se encontra, muitas das vezes, fragilizada e que necessita de apoio e boas instruções para viver bem o climatério e desfrutar da sua sexualidade, sem tabus, julgamentos e entraves, envelhecendo de maneira saudável, feliz e com prazer.

REFERÊNCIAS

1. ALBUQUERQUE GPM, et al. Qualidade de vida no climatério de enfermeiras atuantes na atenção primária. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2019; 72: 154-161.
2. ALCÂNTARA LL, et al. Conhecimento das mulheres e dos homens referente ao climatério e menopausa. *Enfermagem em Foco*, 2020; 11(1): 44-49.
3. ALMEIDA MJS, et al. Terapia cognitivo-comportamental em grupo para a disfunção sexual na pós-menopausa. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, 2018; 67(4): 231-238.
4. ARAUJO JE, LAGE OC. Edentulismo em Mulheres no Climatério: Percepção de Políticas Públicas. *Revista Ciências e Odontologia*, 2018; 2(2): 28-32.
5. ASSUNÇÃO MRS, et al. A sexualidade feminina na consulta de enfermagem: potencialidades e limites. *Revista de Enfermagem da UFSM*, 2020; 10: 68.
6. AQUINO KSJ, et al. Fatores associados a disfunções sexuais no climatério. *Revista Brasileira de Sexualidade Humana*, 2018; 29(2): 36-46.
7. CASTILHOS L, et al. Necessidades de cuidado de mulheres no climatério com hipertensão: possibilidades de trabalho do enfermeiro. *Revista de Enfermagem da UFSM*, 2021; 11: 15.
8. CREMA IL, et al. Repercussões da Menopausa para a Sexualidade de Idosas: Revisão Integrativa da Literatura. *Psicologia: Ciências e Profissão*, 2017; 37(3): 753-769.
9. FARINHA AJQ, COMIN FS. Relações entre não maternidade e sexualidade feminina: revisão integrativa da literatura científica. *Revista de Psicologia da IMED*, 2018; 10(1): 187-205.
10. MOTA LJ, et al. Impactos do climatério em mulheres do sudoeste baiano. *Research, Society and Development*, 2021; 10(7): e22710716563.
11. OLIVEIRA EL, et al. História da sexualidade feminina no Brasil: entre tabus, mitos e verdades. *Revista Ártemis-Estudos de Gênero, Feminismos e Sexualidades*, 2018; 26(1): 303-314.
12. OLIVEIRA JG, GONÇALVES KAM. Climatério e menopausa: orientações do farmacêutico e o impacto na saúde da mulher. *Research, Society and Development*, 2021; 10(14): e509101422327.
13. 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.
14. PEIXOTO RCA, et al. Climatério: sintomatologia vivenciada por mulheres atendidas na atenção primária. *Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança*, 2020; 18(1): 18-25.
15. PERONE GA, et al. Percepção das mulheres no climatério em relação à sexualidade, à prevenção de doenças sexualmente transmissíveis e à qualidade da assistência pelos profissionais da saúde. *Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba*, 2019; 21(2): 77-82.
16. ROCHA BM, et al. Terapias complementares: fitoterapia como opção terapêutica no climatério e menopausa. *Revista de ciências da saúde nova esperança*, 2018; 16(1): 16-25.
17. ROCHA BMA, et al. Abordagem sobre as alterações psicofísicas do climatério e menopausa: representações e significados na saúde da mulher. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online*, 2018; 10: 140-141.
18. ROSENBAUM SDG, SABBAG SP. Questionamentos contemporâneos sobre a sexualidade feminina: considerações a respeito dos aspectos culturais, sociais, biológicos e emocionais. *International Journal of Health Management Review*, 2020; 6(1): 1-12.
19. SABÓIA BA, et al. Assistência de enfermagem à mulher no climatério e menopausa: estratégia de inclusão na rotina das unidades básicas de saúde. *Scire Salutis*, 2021; 11(3): 80-89.
20. SANTOS MA, et al. Qualidade do sono e sua associação com os sintomas de menopausa e climatério. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2021; 74: 1-7.
21. SANTOS RHBR, et al. Qualidade de vida das mulheres em período de climatério/menopausa atendidas no serviço pública do sudeste do Pará. *Brazilian Journal of Development*, 2022; 8(1): 217-228.
22. SANTOS S, et al. O Climatério e suas Implicações na Sexualidade. *Revista Enfermagem Atual*, 2018; 86(24): 1-10.
23. SELBAC MT, et al. Mudanças comportamentais e fisiológicas determinadas pelo ciclo biológico feminino: climatério à menopausa. *Aletheia*, 2018; 51: 177-190.
24. SILVA NA, et al. Sexualidade feminina na menopausa: um olhar de maior visibilidade. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 2020; (51): e3413.
25. TRENTO SRSS, et al. Função sexual e fatores associados em mulheres na pós-menopausa. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, 2021; 43: 522-529.
26. VIEIRA TMM, et al. Vivenciando o climatério: percepções e vivências de mulheres atendidas na atenção básica. *Enfermagem em foco*, 2018; 9(2): 1-6.
27. XAVIER PFP, TRINDADE APNT. Avaliação do risco de queda e equilíbrio em mulheres no climatério. *Revista Kairós-Gerontologia*, 2018; 21(2): 155-170.