

CLIMATÉRIO E MENOPAUSA, IMPACTOS NA SAÚDE DA MULHER:

Uma análise sob a ótica da assistência de enfermagem

CLIMATERIUM AND MENOPAUSE, IMPACTS ON WOMEN'S HEALTH:

An analysis from the perspective of nursing care

Karina Santana Aguiar¹
Júlia Novaes Ribeiro¹
Mábia Sousa de Jesus¹
Ms. Bruno Santos de Assis²

Resumo: O climatério e a menopausa são fases na vida da mulher, marcadas por transformações fisiológicas e psicológicas que impactam sua qualidade de vida. **Objetivo:** Este estudo teve como objetivo analisar a assistência de enfermagem voltada para mulheres nesse período, a partir de uma revisão bibliográfica de artigos publicados entre 2020 e 2024. **Método:** Foram utilizados bancos de dados como *SciELO*, *LILACS*, *PubMed* e *Revista FT*, além de sites governamentais como Ministério da Saúde e IBGE, considerando publicações em português e inglês. **Resultados e discussões:** A pesquisa revelou que a atuação dos profissionais de saúde, especialmente dos enfermeiros, é importante para oferecer suporte adequado às mulheres durante o climatério. Além disso, destacou-se a importância da formação contínua desses profissionais, visando proporcionar um atendimento humanizado e integral. A promoção da saúde da mulher deve ser uma prioridade nas políticas públicas, com foco na educação em saúde e na prevenção de doenças relacionadas ao climatério. **Conclusão:** Os resultados sugerem que uma abordagem integrativa na assistência pode contribuir para a melhoria da qualidade de vida das mulheres nessa fase, indicando a necessidade de novas pesquisas para o desenvolvimento de práticas inovadoras na área de saúde.

Palavras-chave: Climatério, Menopausa, Saúde da mulher;

¹ Acadêmicas do Curso de Enfermagem no Centro Universitário UNILS – karina.aguiar@unils.edu.br

² Orientador - Enfermeiro Mestre em Ciência Política com linhas de pesquisa em Direitos Humanos, Cidadania e Estudos sobre a Violência, Professor e Coordenador do Curso Bacharelado em Enfermagem da UNILS – bruno.assis@unils.edu.br

Abstract: Climaterium and menopause are phases in a woman's life, marked by physiological and psychological changes that impact her quality of life. This study aimed to analyze nursing care aimed at women in this period, based on a bibliographic review of articles published between 2020 and 2024. Databases such as SciELO, LILACS, PubMed and Revista FT were used, in addition to government websites such as the Ministry of Health and IBGE, considering publications in Portuguese and English. The research revealed that the work of health professionals, especially nurses, is important to offer adequate support to women during menopause. Furthermore, the importance of continuous training of these professionals was highlighted, aiming to provide humanized and comprehensive care. Promoting women's health should be a priority in public politics, with a focus on health education and the prevention of climacteric-related diseases. The results suggest that an integrative approach to care can contribute to improving the quality of life of women at this stage, indicating the need for new research to develop innovative practices in the health area

Key-words: Climaterium, Menopause, Women's health, Nursing care.

1 INTRODUÇÃO

O climatério e a menopausa são fases naturais da vida da mulher, marcadas por mudanças hormonais que podem impactar sua saúde física e emocional. O climatério se refere ao período que precede a menopausa, caracterizando-se pela redução gradual da produção hormonal, especialmente estrogênio e progesterona. (ALI *et al.*, 2020).

A menopausa, por sua vez, é definida como a cessação permanente da menstruação, ocorrendo em média entre os 45 e 55 anos. As mulheres frequentemente relatam uma variedade de sintomas, que vão desde físicos até emocionais (Carlson *et al.*, 2023). Os sintomas vasomotores, como as ondas de calor, podem afetar a qualidade de vida, causando desconforto e interferindo nas atividades diárias. Além disso, as alterações hormonais podem levar ao aumento do risco de doenças crônicas, como osteoporose, doenças cardiovasculares e alterações metabólicas (CORDEIRO; SOUZA, 2024).

De acordo com o Ministério da Saúde (MS), o climatério e a menopausa são definidos como um processo biológico da vida e não patológico, que abrange a passagem da fase reprodutiva da mulher, para a fase não reprodutiva, se inicia por volta dos 40 anos e cumprindo-se no geral até os 65 anos. Esse período é fortemente caracterizado por flutuações hormonais que podem levar a irregularidades menstruais até chegar à amenorreia. (BRASIL, 2023)

Esse processo pode trazer uma série de sintomas, incluindo ondas de calor, alterações de humor, insônia e mudanças no metabolismo. Compreender esses sintomas e suas implicações é importante para o cuidado integral da saúde da mulher nessa fase

Na área da assistência de enfermagem, é importante que os profissionais de saúde adotem uma abordagem integrativa e individualizada para as mulheres em climatério e menopausa (Beneventi; Lima, 2021). Isso inclui a realização de avaliações regulares de saúde, a identificação de sintomas e a oferta de orientações sobre opções de tratamento, que podem variar desde mudanças no estilo de vida até terapias hormonais (CAMPOS et al., 2022).

Também, o suporte emocional auxilia na assistência a mulheres nessa fase. Muitas vezes, as mulheres enfrentam não somente os desafios físicos, mas também questões relacionadas à autoimagem, sexualidade e relacionamentos. Os enfermeiros podem atuar como agentes de mudança, proporcionando um espaço seguro para que as mulheres expressem suas preocupações e busquem apoio (MENDES, 2022).

Considerando que as mulheres representam 51,5% da população brasileira, com 104,5 milhões em 2022, segundo o IBGE, o que reforça a relevância de estudos sobre a saúde da mulher nesse período crucial, destacando o papel da enfermagem no cuidado integral, preventivo e educativo (IBGE, 2022).

Portanto, o presente estudo justifica-se pela necessidade de uma melhor análise dos efeitos da menopausa na saúde física e mental das mulheres, uma vez que esse período representa uma transição significativa na vida feminina, marcada por mudança na vida reprodutiva e por profundas alterações hormonais. Essas mudanças impactam diversos sistemas do corpo, aumentando o risco de comorbidades, o climatério está associado a transtornos emocionais, que podem prejudicar o bem-estar psicológico. Compreender esses efeitos é essencial para promover cuidados de saúde mais integrados e personalizados, garantindo que as intervenções de enfermagem sejam assertivas no manejo dos sintomas e na promoção de uma melhor qualidade de vida.

Por fim, os objetivos propostos para esta revisão de literatura é analisar como o climatério e a menopausa afetam a saúde física e mental das mulheres, além de identificar as principais mudanças hormonais, fisiológicas e emocionais. Com isso, apresentar a enfermagem como protagonista na prevenção e manejo dos efeitos causados nas mulheres decorrentes desse complexo período.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

A presente pesquisa trata-se de uma revisão narrativa da literatura, a qual tem o objetivo de resumir e integrar as principais informações acerca de um determinado

assunto ou tema, levando em consideração assim vários autores.

Para a construção desta revisão, foram utilizados os seguintes documentos: artigos, TCC (Trabalho de conclusão de curso) e manuais do Ministério da Saúde. Para que fossem incluídos neste estudo de revisão narrativa, foram estabelecidos critérios específicos, tais como a disponibilidade eletrônica dos documentos primeiramente em língua portuguesa (outros idiomas após tradução para o português), e a presença de informações sobre os serviços oferecidos ao público estudado, bem como o funcionamento desses serviços e seus aspectos históricos.

A pesquisa foi realizada em artigos disponíveis em português e inglês, selecionando publicações que abordassem aspectos relevantes do climatério e da menopausa, bem como as implicações para a saúde da mulher e a prática de enfermagem.

A seleção dos documentos para este estudo considerou um recorte temporal de cinco anos (2020-2024) e a coleta dos dados foi realizada no segundo semestre de 2024. Inicialmente, os artigos foram selecionados a partir dos títulos e resumos, e, quando o título e/ou resumo se revelaram insuficientes, foi necessário a avaliação através da leitura na íntegra.

As bases de dados utilizadas para a seleção dos artigos foram Biblioteca Virtual da Saúde (BVS)-(DECS), Biblioteca Eletrônica Científica Online (SCIELO), Literatura Científica e técnica de Países da América Latina e Caribe (LILACS), Ministério da Saúde (MS), *PubMed* e a Revista FT, buscando garantir uma abrangência e diversidade de fontes.

Para seleção dos artigos foi construído a estratégia de busca com os seguintes descritores: Climatério, Menopausa, Climatério e Menopausa, Prática da enfermagem no climatério e Enfermagem na saúde da mulher.

Os critérios de inclusão foram definidos para considerar somente estudos que apresentassem informações pertinentes e atualizadas sobre os sintomas, as condutas de enfermagem e as estratégias de cuidado durante essas fases da vida da mulher.

Após a seleção inicial dos artigos, foi realizada uma leitura para extrair informações que pudessem contribuir para a compreensão do tema. Os dados coletados foram organizados e analisados, permitindo uma reflexão crítica sobre as práticas de enfermagem e os desafios enfrentados pelas mulheres durante o climatério e a menopausa.

3. DESENVOLVIMENTO

Primeiramente, para favorecer a compreensão dos estudos foi criado uma tabela com

o resumo de todos os materiais utilizados para essa revisão.

Tabela 1 - Resumo dos Estudos sobre Climatério e Menopausa (2020-2024)

Autores	Título do Estudo	Ano	Tipo de Estudo	Contribuição Principal
Ali, A. M. <i>et al.</i>	Psychological climacteric symptoms and attitudes toward menopause among Emirati women	2020	Estudo Descritivo	Analisa os sintomas psicológicos do climatério e as atitudes das mulheres em relação à menopausa.
Lins, L. M. R. <i>et al.</i>	Impactos da Menopausa na saúde da mulher	2022	Revisão integrativa	Principais sintomas da menopausa e aspectos psicológicos.
Sampaio e Medrado	Hormônios e Mulheres na Menopausa	2021	Cartografia de Controvérsias	Construção e análise de vídeos sobre a percepção das mulheres sobre a menopausa e reposição hormonal.
Botelho T. A. <i>et al.</i>	Saúde da mulher no climatério, aspectos biológicos e psicológicos	2022	Revisão integrativa	Revisão dos aspectos fisiológicos e psicológicos
Lemos B. A. R. <i>et al.</i>	Qualidade de vida das mulheres no climatério e na pós-menopausa	2022	Estudo Observacional	Avaliação da qualidade de vida de mulheres no climatério e pós-menopausa e relacionar com as mudanças ocorridas no período
SANTOS, A S. <i>et al.</i>	Prevalência e severidade de sintomas em mulheres na menopausa: um estudo descritivo	2023	Estudo descritivo	Descrição dos sintomas físicos e psicológicos na menopausa
TEDESCO, K e MARINHO S. M.	Autoestima, autoimagem, qualidade de vida e de saúde de mulheres na pós-menopausa	2021	Pesquisa quantitativa, transversal e descritiva, com amostra	Avaliação das mulheres com sua autoimagem e autoestima, na avaliação da menopausa
Silva, A. P. A.; Pontes, L. de S.	Assistência de enfermagem às mulheres no climatério	2020	Trabalho de Conclusão de Curso	Analisa as práticas de enfermagem voltadas para as mulheres no climatério.

Mattos-Pimenta, C. A. <i>et al.</i>	Prática avançada em enfermagem na saúde da mulher: formação em mestrado profissional	2020	Estudo de Caso	Discute a formação em enfermagem e sua aplicação na saúde da mulher.
Beneventi, M. C. T.; Lima, S. M. R. R.	Morbidities and medications used by practicing nurses during the climacteric	2021	Estudo Qualitativo	Investiga as comorbidades e os medicamentos utilizados por enfermeiros no climatério.
Alvarenga, A. N. <i>et al.</i>	A vivência da mulher no período do climatério: revisão integrativa	2021	Revisão Integrativa	Explora as experiências vividas pelas mulheres durante o climatério.
Sampaio, J. V. <i>et al.</i>	Hormônios e na menopausa	2021	Estudo Qualitativo	Discute o papel dos hormônios na saúde das mulheres durante a menopausa.
Sabóia, B. A. <i>et al.</i>	Assistência de enfermagem à mulher no climatério e menopausa: estratégia de inclusão	2021	Estudo Aplicado	Propõe estratégias para incluir a assistência de enfermagem nas unidades de saúde.
Campos, P. F. <i>et al.</i>	Climatério e menopausa: conhecimento e condutas de enfermeiras que atuam na Atenção Primária	2022	Estudo Transversal	Avalia o conhecimento e as práticas das enfermeiras sobre climatério e menopausa.
Baccaro, L. F. C. <i>et al.</i>	Initial evaluation in the climacteric	2022	Estudo Observacional	Avalia a condição inicial de mulheres no climatério e suas necessidades de saúde.
Pompei, L. M. <i>et al.</i>	Profile of Brazilian climacteric women: results from the Brazilian Menopause Study	2022	Estudo Epidemiológico	Descreve o perfil das mulheres climatéricas no Brasil.
Maul, S. M. V. <i>et al.</i>	Atuação da enfermagem frente ao processo do climatério e menopausa: uma revisão integrativa	2022	Revisão Integrativa	Examina a atuação da enfermagem no cuidado de mulheres durante o climatério.
Carlson, K. <i>et al.</i>	Menopause	2023	Revisão	Fornecer uma visão geral sobre a menopausa e suas

				implicações na saúde da mulher.
Oliveira, V. C.	Climatério e menopausa na atenção primária à saúde: avanços e desafios das políticas públicas	2023	Revisão	Avalia as políticas públicas relacionadas ao climatério e à menopausa.
Aggarwal, N. <i>et al.</i>	Menopause management: A manual for primary care practitioners and nurse practitioners	2022	Revisão	Proporciona diretrizes para a gestão da menopausa em cuidados primários.
Mendes, A. J. L.	Assistência de enfermagem à mulher no climatério	2022	Trabalho de Conclusão de Curso	Apresenta a assistência de enfermagem às mulheres no climatério.

Para o alcance dos objetivos propostos para este trabalho e favorecer a compreensão da leitura, o desenvolvimento a seguir encontra-se sistematizado em três eixos do saber, os quais se descrevem a seguir:

3.1 Climatério e Menopausa: impactos na saúde mental e física da mulher.

Ao nascer, a mulher apresenta cerca de um milhão de folículos primordiais, que é reduzido aproximadamente cem mil no período da menarca. Essa diminuição natural segue se intensificando ao longo da vida culminando na senescência ovariana, essa transição é chamada de climatério (LINS et al, 2020).

No climatério ocorre uma diminuição gradual na produção de hormônios pelos ovários, com isso, as mulheres poderão apresentar sinais e sintomas desagradáveis, denominados como síndrome do climatério (BOTELHO et al, 2022).

Segundo Sampaio e Medrado (2021), existe uma complexidade no modo como o corpo feminino envelhece, da forma que o sangue menstrual que representa a juventude e a capacidade reprodutiva, dá lugar a uma ausência do fluxo menstrual, trazendo a deterioração do corpo da mulher, ou seja, o corpo feminino é regido pela presença do hormônio estrógeno e também por sua ausência.

Com diminuição da fertilidade em mulheres com ciclos menstruais regulares ou com padrão menstrual similar ao ocorrido durante a vida reprodutiva; perimenopausa que se inicia dois anos antes da última menstruação e vai até um ano após (com ciclos menstruais irregulares e

alterações endócrinas); pós-menopausa que começa um ano após o último período menstrual (Tedesko e Silveira, 2021, p. 3).

Ainda na visão de Tedesko e Silveira (2021) a forma como as pessoas veem sua imagem corporal têm impactos de grande relevância em sua qualidade de vida. “No decorrer do ciclo vital, as mulheres, provavelmente, movidas por razões culturais, apresentam maior interesse, aflição e desagrado com a autoimagem” (TEDESKO E SILVEIRA, 2021).

Diversos fatores interferem na vivência da fase climatérica e menopáusica, além dos impactos fisiológicos existem os psicológicos e sociais, haja vista que existem percepções (mal)construídas que acabam moldando negativamente as atitudes nessa fase da vida (SAMPAIO E MEDRADO 2021).

3.2 As principais mudanças vivenciadas durante o climatério e menopausa

O hipoestrogenismo conduz a mulher a passar por uma série de sintomas fisiológicos e psicológicos. “O climatério é visto de forma negativa pela maioria das mulheres que estão vivenciando esta fase. As mesmas afirmam não estarem preparadas para enfrentá-lo.” (LEMOS et. al, 2022)

Ainda na visão de Lemos et. Al. (2022), existe uma relação entre as dificuldades fisiológicas dessa etapa, “mas também à visão do envelhecimento na sociedade atual, na qual a senescência, associada a menopausa, está atrelada a uma atribuição de perda das funções sociais e físicas” (LEMOS et. al, 2022).

De acordo Lins et al (2020); e Santos, et. al. (2023), os principais sintomas que ocorrem em algumas mulheres são vasomotores, psicológicos e urogenitais, ondas de calor, irregularidade menstrual, aparecimento ou agravamento do quadro de tensão pré-menstrual e cólica menstrual, palpitações, tonturas, cansaço, diminuição da memória, cefaleia, dores articulares, déficit de atenção, concentração e memória, transpiração durante o sono, diminuição da musculatura do assoalho pélvico, desânimo, humor alterado pela elevação dos níveis de cortisol, secura vaginal, dispareunia (dor nas relações sexuais), insônia devido ao alto pico de estresse, osteopenia e osteoporose, perturbações psiquiátricas, disfunções sexuais, lesões cutâneas, alterações metabólicas como dislipidemia, resistência à insulina, hiperinsulinemia, diabetes tipo 2 e obesidade, devido ao hipoestrogenismo, aumento de peso e elevado risco de hipertensão, alterações lipídicas, aumento da resistência à insulina, diabetes e doença cardiovascular dentre

3.3 O protagonismo da enfermagem na assistência as mulheres no climatério e na menopausa

A discussão sobre o climatério e a menopausa na saúde da mulher é bastante abordada na literatura científica recente, evidenciando a necessidade de uma abordagem integrada na assistência de enfermagem. Segundo Ali *et al.* (2020), as mulheres em climatério frequentemente enfrentam sintomas psicológicos que impactam sua qualidade de vida, como ansiedade e depressão, corroborando a necessidade de suporte emocional durante essa fase. Nesse sentido, Mendes (2022) destaca que o papel do enfermeiro vai além da simples gestão dos sintomas físicos, devendo incluir uma escuta ativa e um espaço seguro para que as mulheres compartilhem suas preocupações, refletindo sobre sua autoimagem e sexualidade.

Além disso, Baccaro *et al.* (2022) ressaltam a importância da educação em saúde como um instrumento para as mulheres durante o climatério. Essa educação deve incluir informações sobre as mudanças fisiológicas que ocorrem e as diversas opções de tratamento disponíveis, desde intervenções farmacológicas até mudanças no estilo de vida. Campos *et al.* (2022) complementam essa perspectiva, destacando que enfermeiras que atuam na Atenção Primária à Saúde devem estar bem informadas sobre as condutas e práticas que podem melhorar a experiência da mulher nessa fase da vida.

Entretanto, os estudos de Sabóia *et al.* (2021) e Mattos-Pimenta *et al.* (2020) apontam que as intervenções de enfermagem devem ser abrangentes e personalizadas, considerando não apenas os sintomas físicos, mas também o contexto emocional e social das mulheres. A aplicação de estratégias preventivas pode ajudar a mitigar os riscos de complicações futuras, como osteoporose e doenças cardiovasculares, que são frequentemente associadas à menopausa. Assim, a atuação integrada dos profissionais de saúde é relevante para promover um envelhecimento saudável, conforme evidenciado por Aggarwal *et al.* (2022), que enfatizam a importância da prevenção e do cuidado contínuo.

Assim, a pesquisa de Oliveira (2023) destaca os avanços e desafios das políticas públicas na atenção à saúde das mulheres durante o climatério e a menopausa. É evidente que a formação dos profissionais de saúde, especialmente dos enfermeiros, é importante para enfrentar essas implicações e incentivar uma assistência de qualidade. Dessa forma, a colaboração entre diferentes áreas da saúde é relevante para garantir que as mulheres recebam o cuidado necessário, respeitando suas particularidades e necessidades individuais.

Assim, essa discussão evidencia os aspectos da assistência de enfermagem no climatério e na menopausa, reafirmando a importância de uma técnica integrativa que considere os aspectos físicos, emocionais e sociais das mulheres nessa fase importante de suas vidas.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A abordagem integrada na assistência à saúde das mulheres durante o climatério e a menopausa é de suma importância. Este estudo destaca que esse período da vida feminina é marcado por mudanças fisiológicas e psicológicas que impactam a qualidade de vida. É essencial que os profissionais de saúde, especialmente os enfermeiros, estejam capacitados para oferecer suporte emocional, educativo e clínico adequado.

A formação contínua e a atualização dos conhecimentos dos enfermeiros são fundamentais para garantir que estejam preparados para lidar com os desafios dessa fase, oferecendo intervenções personalizadas e centradas na paciente. A implementação de políticas públicas que priorizem a saúde da mulher, com foco na educação em saúde e na prevenção de doenças associadas ao climatério, é vital para promover um envelhecimento saudável.

Os resultados desta revisão bibliográfica evidenciam que a assistência de enfermagem deve ir além do tratamento dos sintomas, incluindo a promoção de um ambiente de apoio e acolhimento, onde as mulheres se sintam à vontade para compartilhar suas preocupações e vivências. Ao considerar as dimensões físicas, emocionais e sociais da saúde feminina, é possível contribuir significativamente para a melhoria da qualidade de vida das mulheres no climatério e na menopausa.

Além disso, enfatiza-se a necessidade de futuras pesquisas que explorem intervenções efetivas e abordagens inovadoras na assistência ao climatério. A continuidade das investigações nessa área é crucial para o desenvolvimento de práticas de enfermagem que atendam às demandas específicas desse público, promovendo um atendimento cada vez mais humano e qualificado.

REFERÊNCIAS

AGGARWAL, N. *et al.* **Menopause management: A manual for primary care practitioners and nurse practitioners.** Journal of Midlife Health, v. 13, suppl. 1, p. S2–S51, jul. 2022. DOI: 10.4103/jmh.jmh_85_22. Epub 2022 jul 22. PMID: PMC9490892.

ALI, A. M. *et al.* **Psychological climacteric symptoms and attitudes toward menopause among Emirati women.** International Journal of Environmental Research and Public Health, v. 17, n. 14, p. 5028, 2020. DOI: 10.3390/ijerph17145028. PMID: 32668726; PMCID: PMC7400692.

ALVARENGA, Alanna Nascimento *et al.* **A vivência da mulher no período do climatério: revisão integrativa.** Research, Society and Development, v. 10, n. 13, e184101321093, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i13.21093>. Acesso em: 15 out. 2024.

BACCARO, L. F. C. *et al.* **Initial evaluation in the climacteric.** Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia, v. 44, n. 5, p. 548-556, mai. 2022. DOI: 10.1055/s-0042-1750282. Epub 2022 jun 13. PMID: 35697068; PMCID: PMC9948047.

BENEVENTI, Maria Cristina Tani; LIMA, Sônia Maria Rolim Rosa. **Morbidities and medications used by practicing nurses during the climacteric.** Revista da Associação Médica Brasileira, v. 67, n. 11, nov. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1806-9282.20210773>. Acesso em: 15 out. 2024.

BOTELHO T. A.; SANTOS G. P. de O.; SANTOS T. P. P.; OLIVEIRA R. F.; Monteiro B. I. A. S.; Bastos L. P. **Saúde da mulher no climatério, aspectos biológicos e psicológicos: uma revisão integrativa.** Revista Eletrônica Acervo Saúde, v. 15, n. 4, p. e10088, 21 abr. 2022.

CAMPOS, Poliana Ferreira *et al.* **Climatério e menopausa: conhecimento e condutas de enfermeiras que atuam na Atenção Primária à Saúde.** Revista de Enfermagem da UFSM, v. 12, e41, p. 1-21, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.5902/2179769268637>. Acesso em: 12 out. 2024.

CARLSON, K. *et al.* **Menopause.** In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2023 jan. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK507826/>. Acesso em: 15 out. 2024.

LEMONS B. A. R.; GUIMARÃES L. C. R.; SENNE T. H. de. **Qualidade de vida das mulheres no climatério e na pós-menopausa.** Revista Eletrônica Acervo Médico, v. 12, p. e10503, 30 jun. 2022.

LINS, L. M. R.; REGIS, B. C.; FERNANDES, A. S. T.; OLIVEIRA, G. M. de F.; ARAUJO, I. M. de; AGRA, I. K. R.; LOPES, L. P.; CRUZ, C. M. da. **Impactos da menopausa na saúde da mulher / Impacts of menopause on women's health.** Brazilian Journal of Health Review, [S. l.], v. 3, n. 5, p. 12018–12031, 2020. DOI: 10.34119/bjhrv3n5-053. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/16326>. Acesso em: 21 oct. 2024.

MATTOS-PIMENTA, Cibele Andruccioli de *et al.* **Prática avançada em enfermagem na**

saúde da mulher: formação em mestrado profissional. Acta Paulista de Enfermagem, v. 33, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2020AE01235>. Acesso em: 15 out. 2024.

MAUL, Samara Melissa Vidal *et al.* **Atuação da enfermagem frente ao processo do climatério e menopausa:** uma revisão integrativa. Anais do IX CIEH... Campina Grande: Realize Editora, 2022. Disponível em: <https://www.editorarealize.com.br/artigo/visualizar/86473>. Acesso em: 15 out. 2024.

MENDES, Alessandro Jhordan Lima. **Assistência de enfermagem à mulher no climatério.** In: Anais I Seminário Internacional de Saúde da Família e Democracia. Anais... Porto Seguro, BA: Porto Seguro, 2022. Disponível em: <https://www.even3.com.br/anais/saudeedemocracia/533293-ASSISTENCIA-DE-ENFERMAGEM-A-MULHER-NO-CLIMATERIO>. Acesso em: 15 out. 2024.

Ministério da saúde. **Menopausa marca processo de mudanças físicas e mentais** <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2023/janeiro/menopausa-marca-processo-de-mudancas-fisicas-e-mentais>. Acesso em 25 setembro de 2024

OLIVEIRA, Vanessa Cristina de. **Climatério e menopausa na atenção primária à saúde:** avanços e desafios das políticas públicas. Saúde Coletiva, v. 27, edição 119, fev. 2023. Registro DOI: 10.5281/zenodo.7647210.

POMPEI, L. M. *et al.* **Profile of Brazilian climacteric women: results from the Brazilian Menopause Study.** Climacteric, v. 25, n. 5, p. 523-529, out. 2022. DOI: 10.1080/13697137.2022.2088276. Epub 2022 jul 8. PMID: 35801642.

QUANTIDADE DE HOMENS E MULHERES. Censo Demográfico 2022. <https://educa.ibge.gov.br/jovens/conheca-o-brasil/populacao/18320-quantidade-de-homens-e-mulheres.html> Acesso em 25 setembro de 2024

SABÓIA, Bruna Aguiar *et al.* **Assistência de enfermagem à mulher no climatério e menopausa:** estratégia de inclusão na rotina das unidades básicas de saúde. Scire Salutis, v. 11, n. 3, p. 80-89, jun. 2021. DOI: 10.6008/CBPC2236-9600.2021.003.0011.

SAMPAIO, J. V.; MEDRADO, B.; MENEGON, V. M.. **Hormônios e Mulheres na Menopausa. Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 41, p. e229745, 2021.

SAMPAIO, Juliana Vieira *et al.* **Hormônios e mulheres na menopausa.** Psicologia: Ciência e Profissão, v. 41, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003229745>. Acesso em: 20 set. 2024.

SANTOS, Adrielle de Souza; MOREIRA, Amanda Brito; SOUZA, Marcio Leandro Ribeiro de. **Prevalência e severidade de sintomas em mulheres na menopausa: um estudo descritivo.** DEMETRA: Alimentação, Nutrição & Saúde, [S. l.], v. 18, p. e72182, 2023. DOI: 10.12957/demetra.2023.72182. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/demetra/article/view/72182>. Acesso em: 19 out. 2024.

SILVA, Ana Paula Andrade Almeida; PONTES, Lucélia de Souza. **Assistência de enfermagem às mulheres no climatério.** 2020. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) – Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos, Gama, 2020.

TEDESCO, Kelyn; MARINHO DA SILVEIRA, Michele. **Autoestima, autoimagem,**

qualidade de vida e de saúde de mulheres na pós-menopausa. Espaço para a Saúde, [S. l.], v. 22, 2021. DOI: 10.22421/1517-7130/es.2021v22.e788. Disponível em: <https://espacoparasaude.fpp.edu.br/index.php/espacosaude/article/view/788>. Acesso em: 21 out. 2024.