

---

## Assistência da Enfermagem na Promoção da Saúde da Mulher no Climatério

Thamires Fernanda Barbosa Firmiano

Matildes José de Oliveira

*Faculdade Evangélica de Goianésia – FACEG*

---

**Resumo:** O climatério é uma importante fase da vida da mulher caracterizado por modificações fisiopatológicas, diante disso, a pesquisa objetivou a descrever a promoção da saúde da mulher no climatério e seus aspectos na qualidade de vida com o auxílio da assistência da enfermagem. Por meio do método de revisão integrativa da literatura, utilizou-se estudos publicados na Biblioteca Virtual de Saúde, nas bases de dados LILACS, MEDLINE E SCIELO, no período de 2016 e 2021. Os resultados apontaram que a mulher sofre com os impactos do climatério e necessita de atendimento adequado, visto suas dúvidas e questionamentos acerca dos sintomas corporais e psicológicos vivenciados nesse período. O enfermeiro atua nesse momento, na promoção da saúde da mulher no climatério e na qualidade de vida através de orientação e acompanhamento, estimulando práticas como manter alimentação saudável, praticar exercícios físicos, criar hábitos para qualidade de vida, além do acompanhamento e educação continuada por meio de grupos que permitem as mulheres vivenciarem o climatério e o envelhecimento saudáveis.

**Palavras-Chave:** Climatério. Cuidado de Enfermagem. Assistência Integral a Saúde da Mulher.

### Nursing Care in Promoting Women's Health in The Climacteric

**Abstract:** The climacteric is an important phase of the woman's life characterized by pathophysiological changes, according to this, the research aimed at describing the promotion of women's health in the climacteric and its aspects in quality of life with the help of nursing care. Through the integrative literature review method, we used studies published in the Virtual Health Library, in lilacs, MEDLINE and SCIELO data bases, in the period 2016 and 2021. The results showed that the woman suffers from the impacts of the climacteric and needs adequate care, given her doubts and questions about the body and psychological symptoms experienced during this period. The nurse works at this moment, in promoting women's health in the climacteric and in the quality of life through guidance and follow-up, stimulating practices such as maintaining healthy eating, practicing physical exercises, creating habits for quality of life, in addition to follow-up and continuing education through groups that allow women to experience healthy climacteric and aging.

**Keywords:** Climacteric. Nursing care. Integral Assistance to Women's Health.

## Introdução

A partir do século XXI, a saúde da mulher tornou-se preocupação dos órgãos oficiais e a fazer parte das políticas públicas de saúde em âmbito nacional. O Ministério da Saúde (MS) criou diversos manuais para garantir os direitos das mulheres, a atenção integral e priorizar suas necessidades em todas as fases da vida, que são a base para que os profissionais de saúde atuem promovendo a atenção humanizada e de qualidade (Carneiro *et al.*, 2020).

O Programa de Assistência Integral a Saúde da Mulher (PAISM) foi criado em 1984, com intuito de promover ações voltadas a prevenção, assistência, recuperação da saúde da mulher em todo seu ciclo de vida. Em 2004, a Política Nacional de Atenção Integral à Mulher (PNAISM), adveio validar e ampliar o PAISM, conforme preconizam os princípios humanizados e resolutivos, além de promover o autoconhecimento, autocuidado feminino e reivindicação dos direitos das mulheres (Silva, 2019). O Brasil apresenta uma população de 213.932.645 pessoas, aproximadamente, sendo 51% do gênero feminino. Dentre estas, 30% estão na faixa etária entre 40 e 65 anos, ou seja, mulheres no período da menopausa/climatério (IBGE, 2021).

De acordo com Carneiro *et al.* (2020), o climatério é reconhecido como a fase entre processo reprodutivo e não reprodutivo da mulher o que gera grandes mudanças em sua vida. Geralmente ocorre entre os 40 e 50 anos (pode ser tardia entre 55 e 65 anos) com diversas alterações fisiopatológicas. Sintomas fisiológicos, emocionais e físicos são recorrentes nessa fase, influenciados pela queda da produção endógena de estrogênio, decorrente da falência ovariana. Essas alterações influenciam principalmente em ordem psicossocial e afetiva, como o surgimento de tristeza, o desânimo, o cansaço, a falta de energia, o humor depressivo, a ansiedade, a irritabilidade, a insônia, o déficit de atenção, a concentração e a memória, a anedonia e a diminuição da libido (Curta & Weissheimer, 2020; Figueiredo Junior *et al.*, 2020).

Essas alterações podem comprometer a qualidade de vida da mulher podendo se tornar quadro de risco para depressão ou ansiedade crônica, sendo necessário acompanhamento e uso de terapias,

mudanças no estilo de vida pessoal, como alimentação balanceada, exercícios físicos, controle hormonal e prevenção de agravos (Figueiredo Junior *et al.*, 2020).

Diante das interferências na qualidade de vida das mulheres na fase climatérica, verifica-se a necessidade de compreender as alterações de bem-estar desencadeadas neste período, os fatores de risco para a saúde, considerando a queda de estrogênio, fatores biopsicossociais que envolvem o processo de envelhecimento feminino. Neste período a paciente está em contato com um profissional da enfermagem que atua na realização de consultas de enfermagem. Nesse processo, esse profissional da saúde avalia o estado atual e progresso da mulher, para desenvolver ações de promoção da saúde, prevenção, assistência e encaminhamento a equipe multiprofissional conforme cada caso concreto. Além disso, o enfermeiro participa de ações coletivas, educação em saúde e visitas domiciliares (Macedo, Marques & Pereira, 2018).

Durante a consulta, o enfermeiro deve primar pela escuta qualificada para reconhecer todas as necessidades da usuária, considerando questões fisiológicas, emocionais e preventivas. A mulheres no período de climatério ficam predispostas a riscos de neoplasias, doenças cardiovasculares, neurológicas e motoras. Ao detectar problemas de saúde, deve encaminhá-la ao médico para tratamento adequado (Brasil, 2015).

Diante disso, este estudo objetivou descrever a promoção da saúde da mulher no climatério e seus aspectos na qualidade de vida com o auxílio da assistência da enfermagem.

## Método

Foi realizada uma revisão integrativa da literatura, descritiva, com base em dados científicos sobre o tema escolhido. Este método de pesquisa permite incorporar as evidências científicas e reunir e sistematizar resultados de pesquisas sobre a temática estudada, de modo ordenado, sistematizado, e sumarizar pesquisas anteriores e delas obter conclusões gerais possibilitando a análise e o conhecimento científico sobre o assunto estudado (Sousa *et al.*, 2017).

Os dados/informações foram extraídos de artigos científicos publicados em bases de dados virtuais para responder à pergunta norteadora: Quais são as intervenções sobre a promoção da saúde da mulher no climatério e seus aspectos na qualidade de vida com o auxílio da assistência da enfermagem?

As buscas procedeu-se em agosto e setembro de 2021 na base de dados da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) que contempla as revistas: *Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS)* e *Medical Literature Analysis and Retrieval System on-line (Medline)*, *Scientific Electronic Library Online (SciELO)*, utilizando por descritores: Climatério, Assistência de Enfermagem e Saúde da mulher.

Para um refinamento adequado dos artigos, foi definida uma amostra que incluiu: artigos científicos completos pertinentes ao tema e problema pesquisado publicado entre 2016 e 2021 em português ou outros idiomas (com tradução disponível). Foram excluídos: artigos incompletos, resumos, teses, monografias, dissertações, livros, ou qualquer fonte de dados que contenham informações incompletas, não pertinentes ao tema ou fora do período estipulado, e fontes que não respondem os objetivos e a problemática estudada.

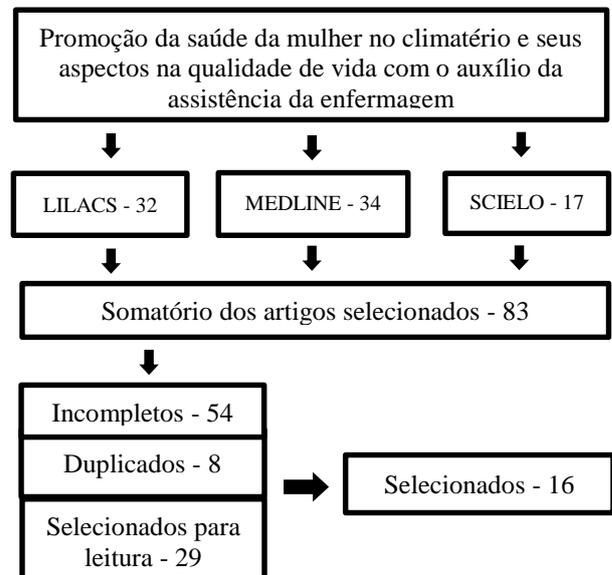
Foram encontrados, 83 artigos dos quais 34 publicados na MEDLINE, 32 LILACS, 17 SCIELO, desse total, 54 eram textos incompleto e 8 artigos estavam repetidos/duplicados nas bases de dados. Após a exclusão destes restou 29 artigos completos que foram lidos para verificar os resumos, títulos, a abordagem, métodos utilizados, restando 16 artigos que continham informações pertinentes para a revisão integrativa (Figura 1).

Após a escolha das fontes, os textos foram lidos considerando as informações do resumo, sendo descartados aqueles que não contenham resposta aos objetivos e a pergunta norteadora. Em seguida, os artigos selecionados para composição da revisão integrativa foram lidos na íntegra. Na sequência confeccionado um quadro sinótico apresentando os resultados da revisão integrativa, disponibilizado: autores, ano, título, periódico, tipo de estudo, objetivo, participantes e os principais resultados.

Posteriormente, realizou-se discussão dos resultados corroborando ou refutando as hipóteses desse estudo e comparando com outros autores que

trataram o tema. Esta pesquisa não necessitou de apreciação de um comitê de ética devido a não realizar pesquisa com seres humanos e sim apenas manuseio de informações publicadas em textos científicos.

**Figura 1.** Fluxograma da seleção dos artigos.



A pesquisa selecionou 16 artigos que estão compilados no quadro 1 em ordem cronológica.

## Discussão

Os dados apontam estudos sobre a educação em saúde, importância do conhecimento da mulher sobre o climatério, escuta qualificada, percepções e os sentimentos das mulheres, impacto dos sintomas na vida da mulher, elaboração de programas para a saúde delas mulher nesse contexto, adoção de medidas que promovam qualidade de vida, qualidade do sono das mulheres, a visão holística do enfermeiro, entre outros. Ficou evidenciado que ocorrem diversas mudanças fisiológicas e psicológicas. Elas podem gerar desconforto nesse período e o enfermeiro tem o papel de desenvolver ações para enfrentamento dos sintomas e recuperação da saúde dessas pacientes. Além disso, a maioria dos estudos selecionados foram de abordagem qualitativa, método que possibilita compreender as percepções das mulheres que vivenciam o climatério, trazendo maior entendimento de como é esse fenômeno para a pessoa.

**Quadro 1** – Informações dos artigos sobre a assistência de enfermagem na saúde da mulher e qualidade de vida no Climatério, Goianésia, 2021.

Nº.	Autor(es)	Título	Objetivo	Tipo de Estudo/ Participantes	Resposta à Pergunta Norteadora (Resultados)
1	Freire, A.L. <i>et al.</i> Revista Eletrônica de Trabalhos Acadêmicos – Universo/Goianía Ano: 2016	Assistência de enfermagem à mulher no climatério e sua sexualidade: relato de experiência na atenção básica	Identificar na Atenção Básica as principais limitações da mulher durante o climatério e sua sexualidade através da educação em saúde visando a melhoria da qualidade de vida e descrever o papel do Enfermeiro na assistência à mulher durante o climatério e sua sexualidade	Relato de Experiência  30 mulheres	A equipe de saúde, especialmente a enfermagem, tem função elementar na adesão de atividades que proporcionem uma boa qualidade de vida durante e após o climatério a essas mulheres. Considera-se que a enfermagem pode colaborar para eliminar mitos e superstições que permeiam a sexualidade no âmbito cultural e biológico. Portanto, é aconselhável a investidora em planos, como a educação em saúde, que estimulem entre homens e mulheres a reflexão de temas relacionados à sexualidade, dentre eles, gênero, corpo e violência, planejando estimular reflexões que desconstruam preconceitos sólidos de masculinidade e feminilidade e que estabelecem a vivência da sexualidade.
2	Assunção, D.F.S. <i>et al.</i> Revista Sociedade Brasileira Clínica Médica Ano: 2017	Qualidade de vida de mulheres climatéricas	Analisar a qualidade de vida de mulheres climatéricas	Pesquisa epidemiológica transversal.  75 mulheres	Cabe aos profissionais de saúde, nos diversos níveis de atenção, com ênfase à Atenção Primária, proporcionar às mulheres climatéricas maiores informações sobre as mudanças vivenciadas neste período, oferecendo acesso ao atendimento e recomendações sobre hábitos que podem melhorar a qualidade de vida neste período.
3	Souza, S.S. <i>et al.</i> Revista da Sociedade Brasileira de Reprodução Humana Ano: 2017	Mulher e climatério: concepções de usuárias de uma unidade básica de saúde	Compreender a percepção da mulher na vivência do climatério.	Estudo de abordagem qualitativa  17 mulheres	A assistência deve valorizar a educação em saúde, a escuta, os questionamentos, as dificuldades e as experiências das mulheres, no intuito de fazer trocas de conhecimentos e assim planejar ações a serem desenvolvidas de acordo com seus conhecimentos e posteriormente vencer as fragilidades, o medo e com isso vivenciar o climatério de forma saudável.
4	Andrade, D.B.S. <i>et al.</i> Revista Científica Sena Aires Ano: 2018	O papel do enfermeiro nos cuidados de enfermagem com mulheres no período climatérico	Ressaltar o cuidado prestado pelo enfermeiro e suas ações em relação as mulheres no climatério	Pesquisa quantitativa  30 mulheres	O enfermeiro deve traçar ações para educar e orientar de forma que possa conscientizá-las do autocuidado atendendo as necessidades individuais de cada uma.
5	Vieira, T.M.M. <i>et al.</i> Revista Enfermagem em Foco	Vivenciando o climatério: percepções e vivências de mulheres	Apreender as percepções de mulheres que vivenciam o climatério	Estudo descritivo exploratório	A adoção de medidas promotoras de qualidade de vida com hábitos saudáveis como alimentação equilibrada, atividade física adequada, postura proativa perante a vida, capacidade

	Ano: 2018	atendidas na atenção básica		com abordagem qualitativa 16 mulheres	de fazer projetos, atividades culturais, sociais, profissionais, lúdicas e de lazer, são capazes de proporcionar saúde e bem-estar a qualquer mulher.
6	Curta, J.C.; Weissheimer, A.M. Revista Gaúcha de Enfermagem Ano: 2020	Percepções e sentimentos sobre as alterações corporais de mulheres climatéricas	Conhecer as percepções e sentimentos sobre as alterações corporais de mulheres climatéricas em uma cidade do Rio Grande do Sul.	Pesquisa qualitativa exploratório-descritiva 16 mulheres	O principal papel da enfermagem deve ser criar um espaço para que a mulher climatérica expresse seus sentimentos acerca do momento que está vivendo, oferecendo o suporte emocional necessário e informações sobre as mudanças que o corpo feminino está passando, como forma de prevenir as alterações desagradáveis e as implicações negativas para a saúde.
7	De Souza Joventino, M. <i>et al.</i> Revista de Ciências em Saúde Nova Esperança. Ano: 2020	Conhecimento do climatério entre usuárias da Estratégia Saúde da Família	Descrever o perfil sociodemográfico de mulheres climatéricas atendidas na Estratégia de Saúde da Família e constatar o conhecimento das entrevistadas a respeito dessa fase	Pesquisa descritiva com abordagem quantitativa 894 mulheres	Os profissionais de enfermagem proporcionem a essas mulheres estratégias que possibilitem maiores conhecimento sobre o climatério, para promoção da saúde, acesso ao tratamento imediato, adotando ações como foco para prevenção de possíveis danos pelo não acesso as estratégias terapêuticas quando necessário.
8	Ebling, S.B.D. <i>et al.</i> Revista Saúde Santa Maria Ano: 2020	Sentimentos vivenciados por mulheres climatéricas: percepções de usuárias da atenção primária em saúde	Conhecer os sentimentos de mulheres que vivenciam o climatério acerca desta fase da vida.	Pesquisa Qualitativa 18 mulheres	O cuidado de enfermagem precisa consubstanciar-se nos aspectos emocionais, sociais, biológicos, sexuais, ambientais e culturais que perpassam o climatério.
9	Figueiredo Junior, J.C. <i>et al.</i> Revista Nursing Ano: 2020	A influência dos sintomas climatéricos na saúde da mulher	Descrever a influência dos sintomas climatéricos na qualidade de vida de mulheres nessa fase do ciclo reprodutivo.	Pesquisa descritiva, quantitativa, transversal e epidemiológica 177 mulheres	Os sintomas vivenciados nessa fase da vida levam a alterações na qualidade de vida. O enfermeiro precisa ter escuta ativa as queixas, que muitas vezes são inespecíficas e desenvolver um atendimento holístico e humanizado.
10	Peixoto, R. de C. <i>et al.</i> Revista de Ciências em Saúde Nova Esperança Ano: 2020	Climatério: sintomatologia vivenciada por mulheres atendidas na atenção primária	Identificar a sintomatologia vivenciada por mulheres no período do climatério, atendidas na atenção primária	Estudo exploratório e descritivo, com abordagem quantitativo 50 mulheres	Sugere-se, também, a criação de grupos educativos - terapêuticos voltados às mulheres no climatério, para que estas sejam conscientizadas sobre a possibilidade de surgimento da síndrome, de modo que a mulher entenda que, apesar disso, trata-se de uma fase natural do ciclo de vida feminino e não um processo patológico.
11	Rapkevicz, J.D. <i>et al.</i> Revista Saúde e Pesquisa	Fatores associados à qualidade de vida em mulheres	Avaliar como as alterações físicas e fisiológicas da	Estudo observacional, descritivo e transversal.	É de grande importância a elaboração de programas e estratégias que visem à prevenção e à promoção de saúde, o

	Ano: 2020	idosas pós-menopausa	menopausa influenciam a qualidade de vida das mulheres	100 mulheres	alívio dos sintomas e o controle sobre as doenças secundárias mais frequentes nesse período.
12	Schmalfuss, J.M., Sehnem, G.D., Rossetto, M. Research, Society and Development Ano: 2020	A sexualidade de mulheres durante o climatério: percepções e vivências	Conhecer as percepções e vivências de mulheres acerca da sexualidade durante o climatério.	Estudo de campo, descritivo, exploratório, de abordagem qualitativa 10 mulheres	É fundamental que o enfermeiro contemple, no desenvolvimento de ações de saúde, um olhar mais atento e singular em relação à sexualidade das mulheres climatéricas para que elas consigam vivenciar esta fase de forma saudável e qualitativa.
13	Vincensi, I.F. <i>et al.</i> Brazilian Journal of Development Ano: 2020	Educação em saúde com mulheres da atenção básica em vivência sexual durante o climatério	Aconselhar e auxiliar nos questionamentos e dificuldades enfrentadas pelo público feminino no climatério diante das associações entre vivência sexual e os modos de vida, proporcionando assim um envelhecimento mais sadio	Estudo transversal 180 mulheres	Ficou evidenciado que mulheres com acesso às informações tendem a vivenciar a fase de uma forma melhor, assim, é de extrema importância uma compreensão de quais fatores garantem uma melhor ou pior concepção.
14	Banazeski, A.C. <i>et al.</i> Revista de Enfermagem UFPE online Ano: 2021	Percepções de enfermeiros sobre a atenção ao climatério	Analisar a atenção à saúde das mulheres acerca do manejo do climatério por enfermeiros de Atenção Primária à Saúde	Pesquisa qualitativa Oito enfermeiros	O enfermeiro tem um papel ativo no cuidado, promova educação em saúde, avalie o impacto do climatério na saúde da mulher e que possibilite a prevenção de doenças e agravos. Sabe-se que a orientação e a sensibilização das mulheres irão futuramente prepará-las para vivenciar possíveis adversidades relacionadas a esta nova fase da vida.
15	Mota, L.J.; Matos, G.V.; Amorim, A.T. Research, Society and Development Ano: 2021	Impactos do climatério em mulheres do sudoeste baiano	Analisar os principais impactos do climatério na qualidade de vida das mulheres residentes em um município do Sudoeste da Bahia	Estudo de abordagem quantitativa descritiva transversal 42 mulheres	O incentivo à educação em saúde é essencial para o bem-estar da mulher no período do climatério. Através da informação é possível amenizar as manifestações clínicas e alterações fisiológicas, como as menstruais, emocionais, vasomotoras e corporais. O autocuidado é uma estratégia que deve ser incentivada pelos profissionais de saúde, pois através de medidas terapêuticas, atividade física e cuidados gerais com o corpo é possível manter o bem-estar nessa etapa da vida.
16	Santos, M.A. <i>et al.</i> Revista Brasileira de Enfermagem Ano: 2021	Qualidade do sono e sua associação com os sintomas de menopausa e climatério.	Avaliar a qualidade do sono em mulheres menopausa das e sua associação com os sintomas relacionados a esse período	Estudo transversal, analítico e correlacional 261 mulheres	O enfermeiro deve oferecer uma escuta mais atenta às queixas da mulher climatérica, buscando entender o sentido oculto das queixas, já que são muitas vezes inespecíficas. Assim, acredita-se ser possível derrubar mitos para que a assistência seja cada vez mais holística e humanizada, e que ofereça verdadeiras condições farmacológicas ou não, que aumentem a sua qualidade de vida.

Nesse contexto, o enfermeiro pode atuar em vários processos quanto a mulher no climatério. Desde a realização de consultas de enfermagem, educação em saúde, ações coletivas e visitas domiciliares. Ele atua na realização de consultas de enfermagem onde avalia o estado atual da mulher, para desenvolver ações de promoção da saúde, prevenção, assistência e encaminhamento a equipe multiprofissional conforme cada caso concreto. Além disso, esse profissional da saúde participa de ações coletivas, educação em saúde e visitas domiciliares (Macedo, Marques & Pereira, 2018).

A mulher sofre com os impactos do climatério e necessita de atendimento adequado, visto que possui dúvidas e questionamentos acerca dos sintomas corporais e psicológicos vivenciados nesse período. Muitos dos sintomas psíquicos foram apontados nesse estudo como decorrentes da falta de conhecimento e de questões sociais, especialmente a padronização de beleza e desvalorização da pessoa ao envelhecer (Ferreira, 2017).

Freire *et al.* (2016) apontaram que a assistência a mulher no climatério deve estar voltada a programas educativos, grupos de autoajuda, ações preventivas, curativas e de reabilitação e apoio psicológico. A enfermagem pode promover a melhoria na qualidade de vida delas, especialmente a partir da educação em saúde. O estudo realizado por esses autores demonstrou que muitas mulheres desconhecem os sintomas e as formas de tratamento. O enfermeiro pode criar grupos onde as mulheres tem a oportunidade de conhecer todos os aspectos que envolvem o climatério, identificar os tipos de cuidados e tratamento e ainda conhecer a realidade vivenciada por outras mulheres (Araújo, Ferreira & Sampaio, 2020).

Assunção *et al.* (2017) corroboram no sentido de que o enfermeiro deve proporcionar a mulher climatérica todas as informações sobre essa fase, as mudanças corporais que serão vivenciadas e oferecem atendimento voltado as recomendações quanto as mudanças no cotidiano dessas mulheres para melhorar a saúde e sua qualidade de vida. O climatério atinge cada mulher de modo específico, visto que, dependerá do estilo de vida dela, da fisiologia e cuidados de sua rotina diária. As mulheres tabagistas, hipertensas, obesas, necessitam adquirir

novos hábitos alimentares, praticar exercícios físicos, abandonar vícios para alcançar qualidade de vida.

Souza *et al.* (2017) explicam que o atendimento à mulher deve ser integral. Devem ser traçadas estratégias direcionadas ao acompanhamento, visto que muitas mulheres procuram os serviços de saúde apenas quando tem sintomas e desconforto. Muitas mulheres alegaram a falta de atendimento especializado voltado ao climatério, demonstrando a importância programas específicos nas unidades de saúde para este público, como mencionado por Freire *et al.*, 2016.

Além do enfermeiro promover educação em saúde fornecendo informação adequada quanto aos efeitos do climatério, deve ajudar a mulher na prevenção, orientando quanto a importância dela manter boa alimentação, praticar exercícios, realizar consultas e conhecer os sintomas. Ou seja, esse profissional também deve estar bem-preparado para atender a mulher climatérica (Vieira *et al.*, 2018; Mota, Matos & Amorim, 2021).

A atividade física é relatada como recurso terapêutico positivo para aumentar a qualidade de vida no climatério, visto que, “aumenta a densidade mineral óssea, melhora o perfil lipídico, a gordura corporal, além de normalizar a pressão arterial, contribuindo assim para uma menor incidência de comorbidades ósseas e cardiovasculares” (Curta & Weissheimer, 2020, p. 7). Outro aspecto relatado que afeta a vida das mulheres é qualidade do sono, devido a ansiedade, sintomas somáticos (irritabilidade) e vasomotores (fogachos), e algumas mulheres também apresentam incontinência urinária (Figueiredo Júnior *et al.*, 2020).

De acordo com De Souza Joventino *et al.* (2020) o enfermeiro deve traçar as metas relacionadas ao atendimento das mulheres no climatério considerando questões sociodemográficas, visto que, cada mulher manifesta sintomatologia diferente e seu ambiente de convívio tem impacto na sua qualidade de vida. O acolhimento deve ser pautado no diálogo, orientação de dúvidas e preparo do acompanhamento da mulher.

Nesse sentido, os estudos de Ebling *et al.* (2020) e Figueiredo Junior *et al.* (2020) asseveram que o cuidado prestado pelo enfermeiro deve considerar a escuta ativa para detectar aspectos emocionais, sociais, biológicos, sexuais, ambientais e culturais

que transcorrem no climatério, pois assim atenderá todas as questões pessoais delas e pode contribuir para manter a saúde e bem-estar. No mesmo sentido foi relatado pelos autores Schmalfluss, Sehnem e Rossetto (2020) e Vincensi *et al.* (2020) quanto a importância da forma como o enfermeiro faz o reconhecimento das situações que necessitam ser trabalhadas para melhoria da qualidade de vida das mulheres.

Esses autores apontam a necessidade de programas de educação continuada para os profissionais de enfermagem, especialmente o enfermeiro, pois lida diretamente com as pacientes. A atuação deles é essencial e para que atenda às necessidades da mulher, isto requer compreensão dos sintomas e todos os aspectos relacionados ao climatério (Peixoto *et al.*, 2020; Banazeski *et al.*, 2020).

A educação em saúde é utilizada para fornecer conhecimento as usuárias quanto ao autocuidado e qualidade de vida no climatério. O enfermeiro cria estratégias de assistência humanizada, tais como: consulta elaborada para identificar as necessidades e demandas da mulher, oferecer informações sobre o período de climatério com abrangência em questões sociais, culturais, psicológicas e emocionais (Costa, 2018).

Rapkevicz *et al.* (2020) constataram que sintomas como dores musculares, falta de lubrificação vaginal, e alterações fisiológicas, como falta de concentração e de memória, não afetaram a qualidade de vida das mulheres pós-menopáusicas. Confirmando a importância do atendimento individualizado e integral, pois cada mulher apresenta sintomas diferentes e a forma de se posicionar diante do climatério. Isto é possível a partir de um programa de prevenção, cuidado dos sintomas, alívio de outras doenças secundárias apresentadas pelas mulheres a partir do atendimento. Desse modo, contribuir para o envelhecimento saudável delas.

Santos *et al.* (2021) realizaram estudo com 261 mulheres e constataram que os sintomas do climatério influenciam a qualidade do sono. O estudo menciona que quanto aquelas que possuem sintomas climatéricos mais intenso tem insônia. O estudo mostrou que é essencial o manejo e tratamento dos distúrbios do sono e dos sintomas associados nesse ciclo de vida. Confirmando a importância de os

programas assistenciais ter atendimento especializado para essas mulheres.

É essencial a assistência prestada pelo enfermeiro que seja capaz de ver a usuária de modo individualizado, por meio de uma visão holística considerando que o climatério necessita de atenção integral, contribuindo para a mulher viver de modo saudável e com qualidade de vida em todos os aspectos. Diante disso, pressupõe que os profissionais devem estar bem-preparados e capacitados para desenvolver esse atendimento compreendendo as necessidades individuais de cada paciente (Ferreira, 2017).

Outrossim, a Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (Febrasgo, 2010) apontam que o climatério não é doença, mas uma fase da vida que ocorre naturalmente, que pode ser vivenciada sem queixas ou necessidade de tratamento medicamentoso. De fato, cada mulher deve vivenciar essa fase de modo individualizado especialmente quando necessitar de acompanhamento e intervenção terapêutica. Para a Organização Mundial da Saúde (OMS) é de suma importância evitar erros no atendimento a mulheres no climatério e efetivar ações de promoção de saúde para essa faixa etária. É essencial detectar precocemente a possibilidade de doenças e os riscos de agravos, pois a prevenção e o tratamento precoce podem levar a longevidade e permitir qualidade de vida (Cunha *et al.*, 2021).

### Considerações finais

O estudo apontou que o climatério é determinado pelos sintomas fisiológicos e psicológicos que atinge mulheres a partir dos 45 anos. A identificação desta fase é realizada de forma clínica considerando alteração nos padrões menstruais, faixa etária e sintomatologia. Seu aparecimento pode ter variação devido aos fatores hormonais, socioeconômicos, culturais e familiares.

Diante do exposto, esta pesquisa mostrou que o enfermeiro atua na orientação e acompanhamento dessas mulheres, estimulando práticas como alimentação saudável, praticar exercícios físicos, criar hábitos para qualidade de vida, além do acompanhamento e educação continuada por meio de grupos que permitem as mulheres vivenciar o

climatério e o envelhecimento saudáveis.

Ficou evidenciado que a consulta de enfermagem é a principal ação do enfermeiro no atendimento à mulher no climatério. Desse modo, nessa consulta, ele avaliará o estado de saúde completo que abrange aspectos físicos, psíquicos, emocionais. Realiza exames preventivos e orientações para saúde e o acompanhamento. Este profissional por meio da comunicação pode conhecer as queixas da mulher e interagir, repassar informações claras e objetivas, prestar acolhimento e atendimento qualificado evitando intervenções desnecessárias. É essencial que a assistência prestada pelo enfermeiro seja capaz de

ver a usuária de modo individualizado, por meio de uma visão holística considerando que o climatério necessita de atenção integral, contribuindo para a mulher viver de modo saudável e com qualidade de vida em todos os aspectos.

Vale dizer que o incremento de programas ou ações educativas pode exercer papel relevante na atenção à mulher no climatério. Assim, o enfermeiro cumpre seu papel de cuidador e educador, assumindo a responsabilidade de associar conhecimento e prática diversos e promover a qualidade de vida para essas mulheres.

## Referências

- Andrade, D.B.S. *et al.* (2018). O papel do enfermeiro nos cuidados de enfermagem com mulheres no período climatérico. *Revista de Divulgação Científica Sena Aires*, v. 7, n. 1, p. 18-22,
- Araujo, R.A.; Ferreira, R.K. C.; Sampaio, I.L.C. (2020). Terapias alternativas para os cuidados dos sintomas da menopausa: delineando possibilidades e desafios. *Rev. Pesquisa: Cuidado e Fundamental*, v. 12, n. 1.
- Assunção, D.F. *et al.* (2017). Qualidade de vida de mulheres climatéricas. *Rev. Soc. Bras. Clin. Med.*, v. 15, n. 2, p. 80-3.
- Banazeski, A.C. *et al.* (2021). Percepções de enfermeiros sobre a atenção ao climatério. *Rev. enferm. UFPE on line.*, v. 15:e245748.
- Brasil, Secretaria da Saúde. (2015). *Manual técnico: saúde da mulher nas Unidades Básicas de Saúde*. Coordenação da Atenção Básica. Estratégia Saúde da Família. 2. ed., São Paulo: SMS,
- Carneiro, M.E.S.G *et al.* (2020). Assistência de enfermagem a mulher climatérica: estratégias de inclusão na rotina das Unidades Básicas de Saúde. *Revista Extensão*, v.4, n.2, p. 115-126.
- Costa, M.L.L.S. (2018). *Assistência de enfermagem à mulher no climatério: Uma Revisão de Literatura*. Monografia (Bacharelado em Enfermagem) Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, Campus Cuité.
- Cunha, M.A.L. *et al.* (2021). Atendimento à mulher climatérica em unidades básicas de saúde: a integralidade em questão. *HRJ*, v.2, n.11.
- Curta, J.C., & Weissheimer, A.M. (2020). Percepções e sentimentos sobre as alterações corporais de mulheres climatéricas. *Revista Gaúcha Enferm.*, v. 41, esp., e-20190198.
- De Souza Joventino, M. *et al.* (2020). Conhecimento do climatério entre usuárias da estratégia saúde da família. *Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança*, v. 18, n. 3, p. 166-175, 21.
- Ebling, S. B. D. *et al.* (2020). Sentimentos vivenciados por mulheres climatéricas: percepções de usuárias da atenção primária em saúde. *Revista Saúde (Sta. Maria)*, v. 46, n.1, p. 1-11.
- Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia - FEBRASGO. (2010). *Manual de orientação em climatério*. Rio de Janeiro: FEBRASGO.

- Ferreira, D.M.G. (2017). *Assistência a mulher climatérica na atenção primária à saúde: revisão integrativa de literatura*. Monografia (Bacharel em Enfermagem) Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Universidade Federal de Campina Grande-PB.
- Figueiredo Júnior, J. C. *et al.* (2020). A influência dos sintomas climatéricos na saúde da mulher. *Nursing* (São Paulo), [S. l.], v. 23, n. 264, p. 3996–4007.
- Freire, A.L. *et al.* (2016). Assistência de enfermagem à mulher no climatério e sua sexualidade: relato de experiência na atenção básica. *Revista Eletrônica de Trabalhos Acadêmicos – UNIVERSO/Goiânia*, v. 1, n. 1, p. 1-12.
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE. (2021). *Projeção da população do Brasil e das Unidades da Federação*.
- Macedo, D.A., Marques, G.C.M., & Pereira, T.B. (2018). Educação em saúde para mulheres climatéricas um relato de vivências na extensão universitária. *Anais (...) XX REDOR*.
- Mota, L. J.; Matos, G. V., & Amorim, A. T. (2021). Impactos do climatério em mulheres do sudoeste baiano. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 10, n. 7, p. e22710716563,
- Peixoto, R.C. *et al.* (2020). Climatério: sintomatologia vivenciada por mulheres atendidas na atenção primária. *Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança*, v. 18, n. 1, p. 18-25, 30 abr.
- Rapkevicz, J.D. *et al.* (2020). Fatores associados à qualidade de vida em mulheres idosas pós-menopausa. *Saúde e Pesqui.*, v. 13, n. 4, p. 779-787, out./dez.
- Silva, M.F. (2019). *A importância da consulta de enfermagem ginecológica à mulheres no climatério*. Monografia (Bacharel em Enfermagem) UniEvangélica - Centro Universitário de Anápolis/GO.
- Santos, M.A. *et al.* (2021). Qualidade do sono e sua associação com os sintomas de menopausa e climatério. *Rev. Bras. Enferm.*, v. 74(Suppl 2):e20201150.
- Sousa, L.M.M. *et al.* (2017). Metodologia de Revisão Integrativa da Literatura em Enfermagem. *Rev. Investigação em enferm.*, v. 17, n. 26, p.: 17-26, nov.
- Souza, S.S. *et al.* (2017). Mulher e climatério: concepções de usuárias de uma unidade básica de saúde. *Reprod. clim.*, v. 32, n. 2, p.85–89.
- Schmalfuss, J. M., Sehnem, G. D., & Rossetto, M. (2020). A sexualidade de mulheres durante o climatério: percepções e vivências. *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 9, n. 9, p. e227996852,
- Vieira, T.M.M. *et al.* (2018). Vivenciando o Climatério: percepções e vivências de mulheres atendidas na Atenção Básica. *Enferm. Foco*, v. 9, n. 2, p. 40-45.
- Vincensi, I.F. *et al.* (2020). Educação em saúde com mulheres da atenção básica em vivência sexual durante o climatério. *Brazilian Journal of Development*, v. 6, n. 9, p. 68378-68385, sep.

*Thamires Fernanda Barbosa Firmiano*

Graduanda do curso de Enfermagem pela Faculdade Evangélica de Goianésia – FACEG.

E-mail: [thamiresf37@gmail.com](mailto:thamiresf37@gmail.com)

 <http://orcid.org/0000-0002-6104-5347>

*Matildes José de Oliveira*

Profª. Orientadora do curso de Enfermagem da Faculdade Evangélica de Goianésia – FACEG.

E-mail: [matildes.oliveira@evangelicagoianesia.edu.br](mailto:matildes.oliveira@evangelicagoianesia.edu.br)

 <https://orcid.org/0000-0003-1553-1448>

*Recebido em: 12/12/2021*

*Aceito em: 14/12/2021*