



**PREFEITURA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO**  
**Secretaria Municipal de Saúde**  
**Subsecretaria de Promoção, Atenção Primária e Vigilância em Saúde**  
**Programa de Residência em Enfermagem de Família e Comunidade**

**JULIANA SAMRSLA**

**Enfermagem e o manejo de mulheres no período do climatério  
na atenção primária à saúde: uma revisão de literatura**

Rio de Janeiro

2023

**Enfermagem e o manejo de mulheres no período do climatério na atenção primária à saúde: uma revisão de literatura**



Trabalho apresentado como requisito para obtenção do título de Enfermeiro Especialista no Programa de Pós-Graduação em Enfermagem de Família e Comunidade da Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro.

Orientador (a) : Enfa. Ma. Walquiria Bahiense de Araújo Couto

Rio de Janeiro

2023

## RESUMO

SAMRSLA, Juliana. *Enfermagem e o manejo de mulheres no período do climatério na APS: uma revisão de literatura*. 2023. O presente estudo visa identificar o manejo adequado na conduta de enfermagem à mulher no período do climatério na atenção primária à saúde. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, descritiva, nos moldes de revisão bibliográfica de literatura. Foram utilizados descritores em ciência da saúde (DeCS) na biblioteca virtual da saúde (BVS), nas bases de dados LILACS, MEDLINE e BDENF. Após aplicados critérios de exclusão, incluindo leitura dos textos na íntegra, foram selecionados 7 artigos. Após a discussão ficou evidenciado a falta de investimento tanto no âmbito acadêmico quanto na educação continuada de profissionais atuantes na ESF sobre práticas de atividades complementares no tratamento de sintomas do período biológico do climatério. No que tange a longitudinalidade do serviço prestado pela ESF fica evidenciada a importância do profissional enfermeiro no atendimento individual e em grupo, pois este profissional detém de escuta qualificada e acolhimento diferenciado com olhar técnico e facilidade na criação de vínculo com os usuários. Podemos ressaltar ainda a necessidade de criação de políticas públicas mais acessíveis, respeitando a diversidade social dessas mulheres.

**Descritores:** enfermagem, climatério, atenção primária à saúde.

## **LISTA DE QUADROS**

Quadro 1 –	Busca de artigos com descritores isolados	7
Quadro 2 –	Busca de artigos com descritores em duplas	8
Quadro 3 –	Busca de artigos com descritores em trio	8
Quadro 4 –	Caracterização dos artigos	9

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

APS	Atenção Primária à Saúde
BDENF	Base de Dados de Enfermagem
BVS	Biblioteca Virtual de Saúde
DeCS	Descritores em Ciência da Saúde
ESF	Estratégia de Saúde da Família
LILACS	Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde
MEDLINE	Medical Literature Analysis and Retrieval System Online
OMS	Organização Mundial da Saúde
PAISM	Programa de Assistência Integral à Saúde da Mulher

## LISTA DE SÍMBOLOS

% Porcentagem

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>1</b>
<b>2 OBJETIVO.....</b>	<b>2</b>
2.1 Objetivos Específicos .....	2
<b>3 JUSTIFICATIVA.....</b>	<b>3</b>
<b>4 REFERENCIAL TEÓRICO.....</b>	<b>3</b>
4.1 O Climatério.....	3
4.2 Terapia Medicamentosa Hormonal e Não Hormonal.....	4
4.3 Manejo do Profissional Enfermeiro na APS.....	5
<b>5 METODOLOGIA.....</b>	<b>6</b>
<b>6 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....</b>	<b>11</b>
<b>7 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>12</b>
<b>REFERÊNCIA.....</b>	<b>14</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Assim como a puberdade é considerada uma fase natural da vida para as mulheres, em que ocorrem mudanças físicas, hormonais e emocionais, e tendo como marco a menarca, o climatério também deve ser tratado como uma fase natural, tendo a menopausa como principal evento (Curta, et al. 2020). O Climatério é um evento que ocorre entre 35 e 65 anos, ou antes, caso haja a remoção dos ovários, associado ou não à histerectomia. Representa uma etapa biológica na vida da mulher caracterizada pela transição entre a fase reprodutiva e a não reprodutiva. Quando essa fase está associada à ocorrência de sintomas, define-se como síndrome do climatério, podendo acarretar mudanças de ordem emocional, social e física na vida feminina (PEREIRA, et al 2016).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o climatério, é definido como uma fase biológica da vida, e não como um processo patológico, que compreende a transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo da vida da mulher, ou seja, da menacme a senectude. Considerando que no Brasil 10% das mulheres vivem um terço ou mais do total de anos de vida após a menopausa, salienta-se a atenção que deve ser dada às medidas preventivas para doenças que advém deste período. (Bezerra, et al 2016).

Durante o período climatérico, cerca de 60 a 80% das mulheres referem algum tipo de sintomatologia, na sua maioria atribuída ao estado de hipoestrogenismo que ocorre pelo declínio da função ovariana, sendo os sinais e sintomas mais comuns irregularidade menstrual, aparecimento ou agravamento do quadro de tensão pré-menstrual e cólica menstrual, palpitações, tonturas, cansaço, diminuição da memória, cefaleia, dores articulares, ansiedade, irritabilidade, insônia, depressão, dispareunia, urgência miccional, cistite, incontinência urinária, secura vaginal e os “fogachos” ou ondas de calor (Curta, et al. 2020).

Muitas mulheres vivem o climatério sem queixas ou necessidade de medicamentos, outras apresentam sintomas variando em diversidade e intensidade. No entanto, em ambos os casos, é fundamental que haja um acompanhamento sistemático visando à escuta qualificada, promoção da saúde, diagnóstico precoce, tratamento imediato dos agravos e prevenção de danos (PEREIRA, et al 2016).

Do ponto de vista psicossocial, é um período de mudanças importantes, entre

as quais a independência dos filhos, que comporta a chamada síndrome do ninho vazio e a síndrome da porta giratória, que é quando o casal ou a mulher superam a partida dos filhos e eles voltam para casa, causando maior estresse emocional e sobrecarga. Da mesma forma, é uma fase em que é decidida a aposentadoria do emprego, o que determina uma mudança na condição social. (Martínez-Garduño et al.2016)

Sendo assim, a assistência à paciente no período de climatério deve ser realizada de maneira minuciosa, sendo necessária uma compreensão da estrutura fisiológica do sistema reprodutivo feminino, bem como todo o sistema endócrino, a fim de identificar os sinais e sintomas relatados. De acordo com Viana e Torre (2017), os componentes essenciais para uma avaliação correta devem incluir anamnese, exame físico e avaliação de exames laboratoriais e de imagem.

Pouco se fala da atuação da equipe de Enfermagem na assistência às mulheres no período do climatério. Nesta perspectiva, a pesquisa terá como **objeto** os dispositivos utilizados por enfermeiros da APS no manejo de mulheres no período do climatério.

## **2 OBJETIVO**

Identificar, através da revisão de literatura, qual manejo adequado à assistência à mulher no período do climatério na APS, pelo profissional Enfermeiro.

### **2.1 Objetivos Específicos**

- Elencar as intervenções realizadas no período do climatério na APS.
- Identificar quais as mais utilizadas e que trazem melhor desfecho para estas mulheres.

### 3 JUSTIFICATIVA

Culturalmente, há um impeditivo na abordagem de assuntos que envolvam a temática sexual e reprodutiva das mulheres no geral. Mulheres no período climatérico tendem a abordar sinais e sintomas isoladamente, sem ligação com a fisiologia e fases da vida feminina. Diante disso, pouco se aborda na APS de forma educativa e preventiva, pela equipe no geral, o direcionamento correto para questões que modificam o dia a dia dessas mulheres.

O estudo torna-se relevante, pois identifica manifestações apresentadas por mulheres no período do climatério, sendo seus eventos e efeitos no organismo ainda desconhecidos até por elas mesmas, possibilitando lacunas a serem preenchidas.

Conhecer os principais métodos que podem ser utilizados pela equipe de enfermagem no manejo a pessoas no período do climatério, poderá contribuir com o planejamento do cuidado de enfermagem.

Como **questão norteadora**: Como os enfermeiros da APS realizam as consultas de enfermagem e quais suas orientações para mulheres no período do climatério? Quais orientações e manejo utilizados pela equipe de enfermagem às pessoas no período do climatério.

Face ao exposto, este estudo busca contribuir deixando aos profissionais de enfermagem informações para uma assistência de enfermagem ampla, segura e assertiva, tornando-se fundamental para auxiliar no planejamento de intervenções e cuidado para esta referida população.

### 4 REFERENCIAL TEÓRICO

#### 4.1 - O Climatério

O período do climatério se entende pela transição entre o período fértil e o período não fértil das mulheres, caracterizado pela diminuição das atividades ovarianas; diminuição da fertilidade; disfunção dos ciclos menstruais; mudanças hormonais; entre outros sintomas. (World Health Organization, 1981). A menopausa

é um marco dessa fase, correspondendo ao último ciclo menstrual, somente reconhecida depois de passados 12 meses da sua ocorrência. (BRASIL, 2008)

O climatério não é uma doença e sim uma fase natural da vida da mulher e muitas passam por ela sem queixas ou necessidade de medicamentos. Outras têm sintomas que variam na sua diversidade e intensidade, são eles: fogachos, sudorese, palpitações, tonturas, ansiedade, irritabilidade, cefaleia, depressão, insônia, incontinência urinária e secura vaginal. (PEDRO et al, 2003 e BRASIL, 2008).

#### **4.2 - Terapia Medicamentosa Hormonal e Não Hormonal**

Segundo Pardini (2014), a terapia de reposição hormonal é o método mais utilizado no tratamento dos sintomas da menopausa e do climatério, com intuito de normalizar níveis hormonais de progesterona e estrogênio. Reposição esta que pode ser feita com a utilização de géis, adesivos ou medicação oral. (SANTOS, 2018)

O ganho de peso devido a retenção de líquido associado ao uso da medicação é comum, porém há vantagens na utilização deste tratamento, como o aumento da lubrificação vaginal; melhora no aspecto da pele; diminuição dos riscos de desenvolver osteoporose e doença cardiovascular. (GUIMARÃES, 2014)

A medicalização do corpo das mulheres, com o uso sistemático de hormônios durante o climatério tem sido uma prática usual na medicina. As mulheres no climatério não sofrem de uma doença (de carência hormonal) e o tratamento hormonal deve ser encarado como uma opção terapêutica para os casos em que existam indicações específicas. É fundamental que os profissionais de saúde estejam informados e atualizados para procederem a uma abordagem menos agressiva e invasiva possível. (BRASIL,2008)

De acordo com BRASIL (2008), o tratamento medicamentoso não hormonal pode melhorar os sintomas vasomotores, sobretudo quando leves ou moderados. As principais indicações dessa modalidade terapêutica são:

- para mulheres que não desejam a hormonioterapia;

- para mulheres que apresentam efeitos colaterais durante a TH;
- contraindicação à TH;
- para mulheres sintomáticas em que a resposta à terapia hormonal é insatisfatória.

### **4.3 - Manejo do Profissional Enfermeiro**

A mudança no estilo de vida ou utilização de métodos alternativos como a acupuntura podem ser indicados pela equipe que presta assistência como uma alternativa aos métodos hormonais, no caso de pessoas com histórico ou predisposição ao câncer de mama e trombose ou que por escolha não desejem fazer uso de métodos hormonais. (SIMÕES, 2018)

Durante atendimento inúmeras propostas podem surgir à partir do relato de sintomas apresentados, a avaliação física se faz necessária a fim de nortear orientações nutricionais para diminuição dos riscos de obesidade e osteoporose, cessação do uso do tabaco, álcool e outras drogas lícitas, incentivo à prática de atividade física, incentivo a prática de atividades sociais e atividades que lhe tragam prazer para manutenção da saúde mental, diminuição dos riscos de desenvolver depressão ou ansiedades. (MONTORO, 2018)

Neste contexto, o enfermeiro apresenta-se como importante indutor na práxis do cuidado, visto que tem em sua base de formação a educação em saúde e o cuidado voltado às necessidades humanas básicas do ser humano, incluindo aos referentes à segurança e conforto. (ARAÚJO, et al 2020).

O enfermeiro revela-se ainda como importante colaborador no atendimento às necessidades reais desta população, seja elas individuais e/ou coletivas, mediante o gerenciamento do cuidado humanizado e qualificado para todas as fases do seu ciclo de vida; não obstante, atuando como importante influenciador para a adesão de hábitos e práticas que repercutem em melhorias na saúde e qualidade de vida dessas mulheres (PASQUAL KK, et al., 2015).

A consulta de Enfermagem neste ciclo biológico de vida feminino, da visão holística e da integralidade da assistência tornando-se um grande fator de importância. Oliveira et al. afirma a relevância da consulta de enfermagem como ferramenta e fonte de estratégias da assistência integral a comunidade e ao indivíduo.

Afirmado esta informação, Benazeski diz que a consulta de enfermagem idealizada pelo enfermeiro, voltado para o período do climatério é de suma importância para o desfecho favorável da sintomatologia relatada neste período. Afirma ainda que este profissional tem grande potencial para criação de vínculo com o usuário, facilitando a abordagem de suas queixas, dúvidas e angústias, reforçando a autonomia, autocuidado, auto estima, ciência de sinais e sintomas, além de enxergar neste profissional a responsabilidade pela sensibilização das mulheres sobre a ótica natural deste processo biológico.

## **5 METODOLOGIA**

O estudo se caracteriza como uma revisão integrativa de literatura, com abordagem qualitativa e do tipo descritiva. A revisão integrativa inclui análise de pesquisas relevantes que dão suporte para a tomada de decisão e melhoria na prática clínica. (BENEFIELD 2003).

Segundo Silva & Galvão (apud Ventura; Pauletti 2010), a revisão integrativa de literatura além de proporcionar a síntese de conhecimentos produzidos sobre um determinado tema, também a visualização de lacunas de evidências na prática viabiliza a contextualização dos pesquisadores em determinada temática.

O presente estudo possui natureza qualitativa e caráter descritivo. As pesquisas descritivas têm como finalidade principal a descrição das características de determinada população ou fenômeno, ou o estabelecimento da relação entre variáveis (GIL, 1999).

Para alcançar a produção científica sobre a temática escolhida, utilizou-se como busca a Biblioteca Virtual de saúde (BVS) e as bases de dados: Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILASCS), Medical Literature Analyssis and

Retrieval Online (MEDLINE) e Base de Dados de Enfermagem (BDENF), O levantamento desses estudos para compor a pesquisa, ocorreu no segundo semestre no segundo ano da residência entre os meses de setembro a dezembro de 2022.

Durante a busca e escolha dos artigos para compor o presente estudo, selecionou-se os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “ENFERMAGEM” AND “CLIMATÉRIO” AND “ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE”.

Como critério de inclusão para a busca, incluiu-se artigos que estivessem disponíveis de forma integral e gratuita, que tivessem sido publicados entre os anos de 2018 a 2021, e que estivessem escritos na língua portuguesa, inglesa e espanhola. Como critérios de inclusão, cita-se: outras revisões, dissertações, monografia, resumos, teses e pesquisas que não respondiam a questão norteadora previamente escolhida.

No que tange aos aspectos éticos da pesquisa para as revisões, não se faz necessário a submissão ao Comitê de ética, pois o estudo não foi realizado com seres humanos e os documentos utilizados para sua escrita já passaram pela apreciação e aprovação ética.

#### **Quadro 1: Busca de artigos com descritores isolados**

Descritores	Base: LILAcS	Base: BDENF	Base: MEDLINE
Enfermagem	256548	29615	9079905
Climatério	254	60	127
Atenção Primária à Saúdes	8278	2867	32973

Samrsla J. 2023.

Devido ao grande número de artigos encontrados na busca individualizada, foi realizado uma busca com descritores em duplas:

### Quadro 2: Busca de artigos com descritores em duplas

Descritores	Base: LILAcS	Base: BDENF	Base: MEDLINE
Enfermagem + Climatério	31	35	4
Enfermagem + Atenção Primária à Saúde	1940	1778	2842
Climatério + Atenção Primária à Saúde	20	11	3

Samrsla J. 2023.

Para refinar ainda mais a busca nas bases de dados foi utilizado os descritores em trio:

### Quadro 3: Busca de artigos com descritores em trio

Descritores	Base: LILAcS	Base: BDENF	Base: MEDLINE
Enfermagem + Climatério + Atenção Primária à Saúde	9	11	3

Samrsla J.2023.

Através da utilização de descritores: Enfermagem; Climatério; Atenção Primária à Saúde (APS), foram encontrados 23 artigos. Seguindo os critérios de seleção: texto completo, ano de publicação à partir de 2013, com assunto principal Enfermagem; Assistência de Enfermagem; Idioma: português e espanhol.

Sendo assim, restaram 7 artigos para elaboração da discussão e levantamento de resultados.

**Quadro 4: Caracterização dos artigos**

	Fonte	Título	Autores	Edição, volume, número, ano, páginas	Objetivos
1	BDEF	Atuação de Enfermeiros na Atenção às Mulheres no Climatério	<u>Silva, Canã Borba da;</u> <u>Busnello, Grasielle Fátima;</u> <u>Adamy, Edlamar Kátia;</u> <u>Zanotelli, Silvana dos Santos</u>	Rev enferm UFPE on line., Recife, 9(supl.1):312-8, jan., 2015.	Conhecer as estratégias utilizadas pelos enfermeiros acerca da atenção às mulheres no período do climatério.
2	LILACS	Atuação do Enfermeiro no Gerenciamento do Programa de Assistência Integral à Saúde da Mulher	Fernandes, Leiliane Teixeira Bento; Abreu, Sthephanie de Santana; Romão, Tainá de Araújo; Araújo, Edna Marília Nóbrega Fonseca de; Costa, Maria Bernadete de Sousa.	Rev. bras. ciênc. saúde; 20(3): 219-226, 2016. tab	Investigar as atividades desenvolvidas pelos enfermeiros que atuam no Programa de Atenção Integral à Saúde da Mulher (PAISM) e mensurar a frequência das ações de assistência à saúde da mulher na ESF
3	BDEF	Cuidado de Enfermagem no Climatério: Perspectiva Desmedicalizada na Atenção Primária de Saúde	Zulmerinda Meira Oliveira, Octavio Muniz da Costa Vargens, Sonia Acioli, Rosângela da Silva Santos	Rev enferm UFPE on line., Recife, 11(Supl. 2):1032-43, fev., 2017	Analisar a contribuição do cuidado da Enfermagem à autonomia da mulher que vivencia o climatério, no contexto da APS numa perspectiva desmedicalização

4	LILACS / BDEFN	Terapias Alternativas Para Os Cuidados Dos Sintomas Da Menopausa: Delineando Possibilidades E Desafios	Araujo, Aline Rodrigues de; Chagas, Rayane Kelly Ferreira das; Lima, Israel Coutinho Sampaio Lima.+.	Rev Fun Care Online.2020. jan./dez.; 12:1267-1273. DOI: <a href="http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v12.7967">http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v12.7967</a>	Analisar as principais terapias alternativas que podem diminuir os sintomas da menopausa e apresentar os desafios enfrentados pela enfermagem diante desta prática
5	BDEFN	Percepções de enfermeiros sobre a atenção ao climatério	Banazeski, Ana Claudia; Luzardo, Adriana Remião; Rozo, Ana Júlia; Sinski, Kassiano Carlos; Palombit, Mateus Rodrigo; Conceição, Vander Monteiro da.	Rev. enferm. UFPE on line ; 15(1): [1-11], jan. 2021.	Analisar a atenção à saúde das mulheres acerca do manejo do climatério por enfermeiros de Atenção Primária à Saúde.
6	LILAC/ BDEFN	Necessidades de cuidado de mulheres no climatério com hipertensão: possibilidades de trabalho do enfermeiro	Castilhos, Lara; Schimith, Maria Denise; Silva, Laís Mara Caetano da; Prates, Lisie Alende; Girardon-Perlini, Nara Marilene Oliveira.	Rev. enferm. UFSM ; 11: e15, 2021	Compreender as necessidades de cuidado de mulheres no climatério com Hipertensão Arterial Sistêmica.
7	LILACS	Atenção ao climatério realizada por profissionais da estratégia saúde da família	Angela Bete Severino Pereiral ; Cleusa Alves MartinsII; Milca Severino Pereiralll;	Rev enferm UERJ, Rio de Janeiro, 2016; 24(1):e13122	Analisar o perfil dos profissionais, conhecimento, dificuldades e atividades realizadas na atenção à

			Jacqueline Rodrigues de LimaIV; Adenícia Custódia Silva e Santos Ferreira ReamVISouza V ; Priscilla		mulher climatérica na Estratégia Saúde da Família (ESF).
--	--	--	---	--	--

SAMRSLA J. 2023

## 6 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Após a leitura dos resultados, Oliveira 2017 constatou em seu estudo que as mulheres possuem um déficit de conhecimento do autocuidado e do processo fisiológico do próprio corpo nessa fase da vida. A criação de espaços que fomentem o debate sobre o climatério é de fundamental importância. Afinal, nestes espaços, as mulheres podem ouvir e falar sobre suas vivências e consolidar informações importantes sobre este processo do ciclo vital e outros assuntos que envolvam a saúde da mulher.

Castilhos 2021, afirma que tratando do trabalho do enfermeiro, as mulheres identificaram que esses profissionais realizavam o cuidado de forma individual e pontual, sendo necessária uma ampliação da forma como o cuidado era produzido. Vale salientar que a escassez de serviços e ações de saúde à mulher no climatério na atenção primária em saúde pode provocar reações e impactos negativos nesta fase do seu ciclo vital. Por isso, necessita-se de um maior compromisso e envolvimento com a qualidade da assistência nessa fase da vida, por parte dos enfermeiros.

Durante a construção deste estudo foi possível perceber ainda que a atenção à saúde no contexto da prática do enfermeiro ainda andam na contramão no que tange ao cuidado à mulher no climatério em várias regiões do país, ressaltando que a escassez de serviços e ações podem provocar reações e impactos negativos, nessa fase do seu ciclo vital. Pereira 2017, evidenciou-se uma compreensão da assistência à saúde oferecida no âmbito individual, em uma perspectiva médico-centrada e os cirurgiões-dentistas não se percebem integrantes da equipe, quando se trata do atendimento à mulher climatérica. Atividades interdisciplinares de educação

em saúde desenvolvidas em grupos e direcionadas à saúde da mulher ou ao climatério são pouco priorizadas pela equipe multiprofissional.

Silva 2015, afirma que os enfermeiros entrevistados possuem déficit de conhecimento em relação ao tema pesquisado, embora a maioria dos entrevistados referiu trabalhar com mulheres climatéricas, por estar inserido no contexto da saúde da mulher. Entretanto Bento 2016, relata que as atividades desenvolvidas pelas profissionais voltadas especificamente à educação foram as mais enfatizadas

De acordo com Araújo 2020, o enfermeiro possui autonomia e conhecimento para identificar sintomas e melhora dos mesmos, com a realização de implementação de terapias alternativas de baixo custo como: acupuntura, musicoterapia, imaginação guiada, dieta balanceada, atividade física moderada, participando das orientações e proporcionando o acompanhamento e estimulação de tais práticas.

Levando-se em conta a experiência pessoal e de acordo com a realidade do território, o enfermeiro realiza abordagem específica para esse público, fundamentado cientificamente com educação permanente atualizada e efetiva, consistente, integral e ao mesmo tempo diferenciada. Em contrapartida, Banazeski 2021 refere que a abordagem às mulheres nessa fase não é realizada a partir de fundamentação científica rigorosa e nem de educação permanente atualizada oferecida pela gestão dos referidos serviços.

## **7 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Diante das análises obtidas neste estudo, fica evidenciado a necessidade da elaboração de protocolos, normas e diretrizes focadas nos ciclos de vida feminino, conclui-se ainda que, a atenção à saúde da mulher ocorre de forma fragmentada. Dentre os métodos mais utilizados, podemos citar as orientações quanto a mudança do estilo de vida, tais como: prática de atividade física; cessação de tabagismo; diminuição da ingestão de álcool, café e refrigerante; alimentação saudável e rica em vitamina D e cálcio. E práticas integrativas, tais como: musicoterapia, acupuntura, fitoterapia.

Fica evidenciado ainda que, tanto na formação acadêmica quanto em programas de educação permanente, há uma lacuna nas abordagens de práticas

integrativas. A eficácia do tratamento fica evidenciada quando a assistência é prestada pelo profissional Enfermeiro, condutas como a escuta qualificada e terapias alternativas são implementadas em sua maioria por este profissional.

Conclui-se ainda que os serviços de saúde precisam adotar estratégias que evitem a ocorrência de oportunidades perdidas de atenção às mulheres no climatério. A escuta qualificada, o acolhimento e a criação de vínculos trazidos pela longitudinalidade do servidor prestado na ESF podem facilitar a abordagem de sinais e sintomas e por consequência um melhor planejamento de oferta de mecanismos que visam solucionar as questões levantadas.

Finalmente, além da criação de políticas pública de saúde considera-se a necessidade da criação de programas voltados para esta temática. A articulação busca garantir a concretização e implementação dos serviços no cotidiano da ESF. Ressaltando ainda a consideração das diversidades da população durante o planejamento dessas ações em saúde.

**REFERÊNCIAS:**

ARAÚJO AR, Chagas RKF, Lima ICS. **Terapias alternativas para os cuidados dos sintomas da menopausa: delineando possibilidades e desafios.** Rev Fun Care Online.2020.jan./dez.; 12:1267-1273. DOI: <http://dx.doi.org/10.9789/21755361.rpcfo.v12.7967>

BANAZESKI, A. C. et al. **Percepções de enfermeiros sobre a atenção ao climatério.** Rev de Enfermagem UFPE On Line, v. 15, n.1, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/245748>.

BEZERRA, M. L. R. et al. **Diagnósticos de enfermagem do domínio promoção da saúde em mulheres climatéricas com osteoporose.** Rev de Enfermagem UFPE On Line, v.13, n.3, p.969-76, 2016. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1031564>.

BENEFILD, L. E. **Implementing evidence-based practice in home care.** Home Healthcare Nurse 2003 Dec; 21(12):804-11.

BRASIL. **Ministério da Saúde. Secretária de Atenção à Saúde. Manual de Atenção à Mulher no Climatério/Menopausa.** Brasília, DF, 2008. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual\\_atencao\\_mulher\\_climaterio.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/manual_atencao_mulher_climaterio.pdf).

CASTILHOS, L. et al. **Necessidades de cuidado de mulheres no climatério com hipertensão: possibilidades de trabalho do enfermeiro.** Revista de Enfermagem da UFSM, v.11, p.1-20, 2021.

CURTA JC, Weissheimer AM. **Percepções e sentimentos sobre as alterações corporais de mulheres climatéricas.** Rev Gaúcha Enferm. 2020;41(esp):e20190198. DOI: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2020.20190198>

DA SILVA, Canã Borba et al. **Atuação de enfermeiros na atenção às mulheres no climatério.** Revista de Enfermagem UFPE on line, [S.l.], v. 9, n. 1, p. 312-318, dez. 2014. ISSN 1981-8963. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/10341/11047>. Acesso em: 25 fev. 2023. doi:<https://doi.org/10.5205/1981-8963-v9i1a10341p312-318-2015>.

FERNANDES, L. T. B., ABREU, S. de S., ROMÃO, T. de A., ARAÚJO, E. M. N. F. de, & COSTA, M. B. de S. (2016). **Atuação Do Enfermeiro No Gerenciamento Do Programa De Assistência Integral À Saúde Da Mulher.** *Revista Brasileira De Ciências Da Saúde*, 20(3), 219–226. Recuperado de <https://periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/rbcs/article/view/22794>

GIL,A.C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**.5. ed. São Paulo: Atlas, 1999.

GUIMARAES, Carlos Pinto; SERPA, Miguel Arcanjo; COURA, Wendel – **Fatores associados à qualidade de vida em mulheres no climatério**. em: <https://doi.org/10.1016/j.recli.2016.04.001>Get rights and content

MARTÍNEZ-GARDUÑO, M., Olivos-Rubio, M., Gómez-Torres, D., & Cruz-Bello, P. (2018). **Intervención educativa de enfermería para fomentar el autocuidado de la mujer durante el climaterio**. *Enfermería Universitaria*, 13(3). <https://doi.org/10.1016/j.reu.2016.04.001>

MONTORO, Vanessa Aranjues. **Abordagem biopsicossocial do climatério/menopausa em uma unidade da atenção básica à saúde de Florianópolis, Santa Catarina**.Disponível em:<[https://ares.unasus.gov.br/acervo/bitstream/ARES/13105/1/Vanessa\\_Aranjues\\_Montoro.pdf](https://ares.unasus.gov.br/acervo/bitstream/ARES/13105/1/Vanessa_Aranjues_Montoro.pdf) .2018.

OLIVEIRA ZM, Vargens OMC, Acioli S, Silva RS. **Cuidado de enfermagem no climatério: perspectiva desmedicalizadora na atenção primária de saúde**. Recife: Rev. Enferm UFPE online. 2017;1032-43. DOI: <https://doi.org/10.5205/1981-8963-v11i2a13474p1032-1043-2017>.

PARDINI, Dolores.**Terapia de reposição hormonal na menopausa**. v.58, n.2, p. 81-172. 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/abem/v58n2/0004-2730-abem-58-2-0172.pdf>.

PASQUAL KK, Braccialli LAD, Volponi M. **Alojamento conjunto: espaço concreto de possibilidades e o papel da equipe multiprofissional**. Cogitare Enferm.2010;15(2):334-9.

PEDRO, Adriana Orcesi *et al*. **Síndrome do climatério: : inquérito populacional domiciliar em campinas**, sp. **SciELO**: Saúde Pública, Campinas, Sp - Brasil, p. 735-742, 30 jul. 2003.

PEREIRA, A. B. S. et al. **Atenção ao climatério realizada por profissionais da estratégia saúde da família**. Revista Enfermagem UERJ, v.24, n.1, 2016. Disponível em:[https://www.researchgate.net/publication/305275043\\_Atencao\\_ao\\_climaterio\\_realizada\\_por\\_profissionais\\_da\\_estrategia\\_saude\\_da\\_familia\\_Care\\_by\\_family\\_health\\_strategy\\_p\\_ersonnel\\_during\\_the\\_climacteric](https://www.researchgate.net/publication/305275043_Atencao_ao_climaterio_realizada_por_profissionais_da_estrategia_saude_da_familia_Care_by_family_health_strategy_p_ersonnel_during_the_climacteric)

SANTOS Neila Caroline Costa, SILVA Cindy Meneses. **Efetividade Da Assistência Do Enfermeiro Da Estratégia De Saúde Da Família**. Capa > v. 5, n. 1,. Disponível em:<<https://periodicos.set.edu.br/index.php/cadernobiologicas/issue/view/275/showToc>>. 2018.

SIMÕES, Angelica Lima Brandão, LUIZ, Larissa Nathiely da Silva, MORAIS, Fernanda Campos de. 2018. **Integralidade na Assistência à Mulher no Climatério**. Disponível em: <http://repositorio.aee.edu.br/jspui/handle/aee/985>.

VIANA, Renata Andréa Pietro Pereira; TORRE, Mariana. **Enfermagem em terapia intensiva: práticas integrativas**. Baruri: Manole, 2017. 971 p

World Health Organization. *Research on the Menopause*. Geneva: WHO; 1981. [Technical Report Series, p. 670].