



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

Juvanice Paixão Costa

**As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde na Assistência do Enfermeiro à
Mulher no Climatério na APS: uma revisão integrativa**

Rio de Janeiro

2025

Juvanice Paixão Costa

**As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde na Assistência do Enfermeiro à
Mulher no Climatério na APS: uma revisão integrativa**

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. Thauanne de Souza Gonçalves

Coorientador (a): Enfa.Tayná Leonardo da Silva

Rio de Janeiro
2025

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus, porque sem Ele nada seria possível. À minha mãe Magnólia Josefa da Paixão Costa, minhas irmãs: Josélia Costa e Josédina Costa pelo carinho e companheirismo em dias difíceis. Ao meu pai Joaquim Costa (in memoriam) por ter me ensinado valores que carrego em todos os momentos da minha vida. À minha preceptora da PREFEC Rebeca Damasceno que sempre me apoia e incentiva nos meus estudos e na evolução profissional diária. A orientadora: Enf. Ma. Thauanne de Souza Gonçalves e a coorientadora: Enf. Tayná Leonardo da Silva que me deram total assistência com suas contribuições e incentivos para conclusão deste trabalho. À minha R1 Raquel Ribeiro pela motivação pessoal e profissional. Aos meus amigos, colegas de turma, professores e coordenadores do PREFEC que me ajudaram direta e indiretamente a concluir este trabalho, o meu muito obrigada.

RESUMO

COSTA, Juvanice Paixão. *As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde na Assistência do Enfermeiro à Mulher no Climatério na APS: uma revisão integrativa*. 2025. 35 folhas. Trabalho de Conclusão de Residência em Enfermagem de Família e Comunidade – Programa de Residência em Enfermagem de Família e Comunidade, Secretaria Municipal de Saúde do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro.

As Práticas Integrativas Complementares em Saúde (PICS) foram incluídas nas políticas públicas de saúde e têm sido disseminadas em diversos sistemas públicos ou privados de saúde, visando um cuidado integral à pessoa. Na saúde da mulher, especialmente durante o climatério, que abrange uma transição do ciclo reprodutivo para o não reprodutivo entre 40 anos até os 65 anos, a importância dessas práticas se intensifica, pois esse período é caracterizado por alterações hormonais que podem provocar diversos sintomas desconfortáveis denominados síndrome de climatério. O envelhecimento é um processo natural da vida e a população brasileira maior de 60 anos chegou aos 32 milhões no último censo do IBGE. Além disso, o público feminino constitui a maior porcentagem de usuários da APS. Por isso, necessita de uma atenção integral para uma melhor qualidade de vida. Objetiva-se revisar a produção científica acerca das PICS na assistência à mulher no climatério. Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, do tipo descritiva, aos moldes da revisão integrativa. No resultado dos cruzamentos dos descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e busca nas principais bases de dados (PubMed, SciELO e o portal BVS) foi possível extrair, após uma leitura detalhada, a seleção de 13 artigos. A análise possibilitou a organização dos dados em três categorias distintas: a primeira sendo, Práticas Integrativas no manejo da mulher no climatério, a segunda explora a Integração das Práticas Integrativas e Complementares (PICS) na Enfermagem dentro da Atenção Primária à Saúde (APS) no Brasil e a terceira enfoca as Políticas Públicas de saúde da mulher e Acesso às Práticas Integrativas. Diante disso foi possível constatar que as PICS têm se mostrado fundamentais para melhoria significativa na qualidade de vida, evidenciando a importância do cuidado integral. Apesar dos avanços na inclusão das PICS na Atenção Primária à Saúde, ainda existem lacunas na formação dos profissionais de enfermagem e na conscientização da comunidade. Para garantir a eficácia e segurança dessas práticas, é vital investir em pesquisas de longo prazo e desenvolver protocolos personalizados de atendimento. Além disso, é crucial que as políticas públicas assegurem o acesso às PICS para todas as mulheres, independentemente de sua condição socioeconômica.

Palavras-chave: Climatério; Atenção Primária à Saúde; Enfermagem; Práticas Integrativas e Complementares.

RESUMEN

COSTA, Juvanice Paixão. Prácticas de salud integrales y complementarias en la atención de enfermería a mujeres menopáusicas en la APS: una revisión integradora. 2025. 35 páginas. Finalización de Residencia en Enfermería Familiar y Comunitaria – Programa de Residencia en Enfermería Familiar y Comunitaria, Secretaría Municipal de Salud de Río de Janeiro, Río de Janeiro.

Las prácticas complementarias de salud integral (PICS) fueron incluidas en las políticas públicas de salud y han sido difundidas en diversos sistemas de salud públicos o privados, con el objetivo de brindar atención integral a la persona. En la salud de la mujer, especialmente durante el período climatérico, que comprende una transición del ciclo reproductivo al no reproductivo entre los 40 y los 65 años de edad, la importancia de estas prácticas se intensifica, ya que este período se caracteriza por cambios hormonales que puede causar varios síntomas incómodos llamados síndrome climatérico. El envejecimiento es un proceso natural de la vida y la población brasileña mayor de 60 años alcanzó los 32 millones en el último censo del IBGE. Además, el público femenino constituye el mayor porcentaje de usuarios de APS. Por lo tanto, necesitas una atención integral para una mejor calidad de vida. El objetivo es revisar la producción científica sobre prácticas integrativas en la asistencia a la mujer durante el período climatérico. Se trata de una investigación con enfoque cualitativo, de tipo descriptivo, en la línea de una revisión integrativa. Como resultado del cruce de los descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS) y la búsqueda en las principales bases de datos (PubMed, SciELO y el portal de la BVS), fue posible extraer, después de una lectura detallada, la selección de 13 artículos. El análisis permitió organizar los datos en tres categorías distintas: la primera es Prácticas Integradoras en el manejo de la Mujer Climatérica, la segunda explora la Integración de Prácticas Integrativas y Complementarias (PICS) en Enfermería dentro de la Atención Primaria de Salud (APS) en Brasil y el tercero se centra en Políticas Públicas de salud de las mujeres y Acceso a Prácticas Integrativas. Ante esto, fue posible verificar que los PICS han demostrado ser fundamentales para una mejora significativa de la calidad de vida, destacando la importancia de la atención integral. A pesar de los avances en la inclusión del PICS en Atención Primaria de Salud, aún existen vacíos en la formación de los profesionales de enfermería y en la sensibilización de la comunidad. Para garantizar la eficacia y seguridad de estas prácticas, es vital invertir en investigación a largo plazo y desarrollar protocolos de atención personalizados. Además, es crucial que las políticas públicas garanticen el acceso a PICS para todas las mujeres, independientemente de su estatus socioeconómico.

Palabras clave: Climatérico; Atención Primaria de Salud; Enfermería; Prácticas Integrativas y Complementarias.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Quadro 1	19
Quadro 2	20
Quadro 3	21

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

APS	Atenção Primária à Saúde
BVS	Biblioteca Virtual em Saúde
HDL	High Density Lipoprotein
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
LDL	Low Density Lipoprotein
MTC	Medicina Tradicional Chinesa
OMS	Organização Mundial da Saúde
PNPIC	Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares
PREFC	Programa de Residência em Família e Comunidade
PICS	Práticas Integrativas Complementares em Saúde
PubMed	National Library of Medicine
SUS	Sistema Único de Saúde
SciELO	Scientific Electronic Library Online
TRH	Terapia de Reposição Hormonal
TCI	Terapia Comunitária Integrativa

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	8
1.1 Justificativa	10
2. OBJETIVOS	12
2.1 Objetivo Geral	12
2.2 Objetivos Específicos	12
3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	13
3.1 Os Hormônios Femininos e os Desafios de produzir cuidados	13
3.2 Climatério: A Produção do Cuidado pelo Enfermeiro na APS	14
3.3 A Implementação das PICS na APS	15
4. METODOLOGIA	17
5. RESULTADOS E DISCUSSÕES	21
5.1 Práticas Integrativas na Saúde da Mulher no climatério	23
5.2 A Integração das PICS na Enfermagem na APS do Brasil	25
5.3 Políticas Públicas de Saúde da Mulher e Acesso às Práticas Integrativas	27
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS	29
7. REFERÊNCIAS	30

1. INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), foram instituídas no SUS através da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), publicada pela Portaria GM/MS nº 971 aprovada em 03 de maio de 2006. Foram reconhecidas pela sua eficácia comprovada em estudos, visando o cuidar do ser humano de forma integral. Atualmente são utilizadas pela rede pública ou privada em diversos continentes, sendo fundamentais para a saúde da mulher, reduzindo os sintomas dos processos biológicos das mulheres, por exemplo, no climatério (BRASIL 2006).

O organismo feminino passa por várias transformações ao longo da vida. Entre essas, destaca-se o climatério marcado por uma transição do ciclo reprodutivo para o não reprodutivo. Este período tem início por volta dos 40 anos e se estende até os 65 anos envolvendo três fases: pré-menopausa (início por volta dos 40 anos de idade, com diminuição do período fértil e ciclo menstrual regular), perimenopausa (ciclos menstruais irregulares e alterações endócrinas, começando dois anos antes da última menstruação e estendendo-se até um ano após), e pós-menopausa (inicia um ano após o último período menstrual). Logo, a menopausa é um marco dessa fase, perfaz por 12 meses consecutivos de amenorreia e geralmente ocorre entre os 45 a 55 anos. Quando ocorre antes dos 40 anos é definido como menopausa precoce e após os 55 anos é considerado menopausa tardia (BARRETO et al. 2023).

O climatério é uma fase importante da vida das mulheres, marcado por alterações hormonais (diminuição na produção de estradiol, progesterona e aumento das gonadotrofinas hipofisárias), provocando sinais e sintomas desagradáveis, gerando o quadro denominado síndrome de climatério. As manifestações mais importante são: neurogênicas (ondas de calor, sudorese, calafrios, palpitações, cefaleia, tonturas, parestesia, insônia, perda da memória e fadiga), as psicogênicas (diminuição da autoestima, irritabilidade, labilidade afetiva, sintomas depressivos, dificuldade de concentração e memória, dificuldades sexuais e insônia), as metabólicas: óssea (osteopenia e osteoporose), lipídica (níveis de LDL aumentam e os níveis de HDL diminuem, levando ao risco de doenças cardiovasculares e cerebrovasculares isquêmicas), as urogenitais (ressecamento, sangramento, dispareunia, e uretrais, como: disúria, frequência e urgência miccional), as tegumentares (surgimento de rugas, manchas na pele, sardas, pigmento escuro em áreas expostas ao sol), as sexuais (com o avanço da menopausa a mulher apresenta disfunção sexual associada ao fogacho), as mamas ficam mais pesadas e flácidas, alterações visuais, dentárias e tendência em obesidade (MENDES, 2010).

O tema proposto para este trabalho propõe correlacionar a saúde da mulher no período

do climatério com a utilização de PICS. O interesse pelo tema se deu por meio de experiências vividas no 1º e no 2º ano da Residência em Enfermagem de Família e Comunidade em uma Clínica de Família situada na Zona Norte do Rio de Janeiro. Durante a prática clínica foi observado que as mulheres no climatério buscam tratamento não convencionais em demandas espontâneas ou programadas para o alívio das queixas biológicas. Por isso, este Trabalho de Conclusão de Curso tem como objeto de estudo: As PICS na assistência do enfermeiro à mulher no climatério na APS.

O presente estudo pretende responder às seguintes questões: Quais Práticas Integrativas e Complementares em Saúde podemos identificar na Assistência do Enfermeiro à Mulher no Climatério na APS a partir da literatura científica? E qual a sua importância?. Conforme Mendes et al. (2019), a Declaração de Alma-Ata em 1978, documento produzido pela Primeira Conferência da Assistência Primária à Saúde, destacou sobre o modelo de tratamento não concentrado na enfermidade, mas reconhecendo o cidadão em sua dimensão biopsicossocial.

A Atenção Primária à Saúde (APS) é reconhecida como a principal porta de entrada no Sistema Único de Saúde (SUS) e envolve uma equipe multiprofissional. Dentro dessa equipe, a atuação do enfermeiro se destaca como educador e personagem central no processo de cuidado, especialmente em relação à saúde da mulher. Ele atua promovendo mudanças no estilo de vida e práticas de autocuidado. Assim, a consulta de enfermagem é considerada um importante instrumento para o cuidado integral, especialmente na saúde da mulher no climatério. Além disso, a atuação do enfermeiro se estende a iniciativas comunitárias e programas de saúde integrados, fortalecendo a colaboração com outros profissionais, como educadores físicos e agentes comunitários de saúde, para criar um ambiente de suporte que favoreça a saúde e o bem-estar da comunidade (SANTOS et al., 2022).

No Brasil foi aprovada a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Nacional de Saúde, que reconhece 29 práticas, são elas: Acupuntura, Apiterapia, Aromaterapia, Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Bioenergética, Constelação Familiar, Cromoterapia, Dança Circular, Fitoterapia, Geoterapia, Hipnoterapia, Homeopatia, Imposição de Mãos, Medicina antroposófica, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Ozonioterapia, Quiropraxia, Reflexologia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa, Terapia de Florais, Termalismo e Yoga (Portaria GM/MS 849/2017). É importante para os profissionais de saúde compreenderem esses aprendizados no processo saúde-doença e utilizarem os recursos não farmacológicos, na promoção e prevenção de enfermidades (LOPES, 2022).

Segundo Souza (2019) essas práticas vêm ganhando destaque na área da saúde da mulher. Observa-se a aplicação em diferentes fases de vida, por exemplo, pré- parto, parto e pós parto. Ainda, durante o cotidiano para controle de ansiedade e estresse, especialmente no climatério, proporcionando alívio dos sintomas biológicos.

Portanto, as terapias complementares em saúde possibilitam incorporar práticas tradicionais e modernas, proporcionando uma assistência humanizada e focada na saúde da mulher, especialmente em climatério.

1.1 Justificativa

O envelhecimento é um processo natural da vida e a população brasileira cresceu 57,4% no censo do IBGE de 2022 quando comparado com o de 2010. O total de pessoas com 65 anos ou mais ultrapassou os 22 milhões, contabilizando 10,9% da população. Os brasileiros com 60 anos ou mais somaram mais de 32 milhões, sendo 55,7% mulheres (IBGE, 2023). O aumento da população idosa traz desafios ao planejamento das ações dos serviços públicos. Além disso, a população feminina constitui a maior porcentagem entre os que buscam os serviços de saúde. Assim, a população feminina com mais de 45 anos consiste em grande parte do público que frequenta a APS. Por isso, necessita de uma atenção integral para uma melhor qualidade de vida (MEDEIROS & MORAIS, 2015).

O processo de envelhecimento da sociedade, portanto, está associado especialmente à maior expectativa de vida entre as mulheres. Sendo assim, fortalece a necessidade de implementação de políticas públicas que consolidem o envelhecimento saudável e viabilizem a qualidade de vida (BRASIL, 2023).

O envelhecimento e o climatério podem ser vivenciados de forma assertiva ou inconveniente a partir de experiências individuais. As mulheres percebem o climatério como a primeira etapa para o envelhecer, tendo influência na depressão, estresse, solidão e isolamento, intimamente relacionados ao contexto sociais e culturais de cada mulher. Nos serviços de saúde, a educação em saúde é uma estratégia para o apoio ao cuidado integral. Outra estratégia é a Terapia de Reposição Hormonal (SILVA et al., 2015).

A Terapia de Reposição Hormonal (TRH), é uma modalidade de tratamento medicamentoso prescrito de forma individualizada pelo profissional médico, possibilitando a redução dos sintomas climatéricos, mas estudos apontam riscos para o desenvolvimento de problemas cerebrovasculares, câncer de mama e de endométrio. Por isso, as PICS são consideradas métodos não farmacológicos seguros, com isto, ganham destaque no mundo atual para o cuidado à saúde da mulher (MANICA et al., 2019).

O uso dos recursos farmacológicos como a TRH, usada para prevenção e redução dos sintomas do climatério, em alguns casos é contraindicado, como em mulheres com relato de hemorragia genital de causa indeterminada e insuficiência hepática grave. Em outros casos exige cautela quanto ao uso, como em mulheres hipertensas, diabéticas descontroladas, miomas uterinos e endometriose. Por essa razão, a ação do enfermeiro deve intensificar o uso e aplicação das PICS em saúde na assistência, atuando também como educador nesse processo, promovendo saúde com base nos conhecimentos científicos (BARRETO et al., 2023).

As PICS são condutas terapêuticas que têm como objetivo o cuidado integral ao indivíduo, favorecendo a interdisciplinaridade na saúde. Estas práticas estão sendo usadas de forma progressiva pelos países (LOPES, 2022).

As PICS podem ser ofertadas em todos os níveis de atenção à saúde do SUS, e devem ser estimuladas e implementadas com prioridade na atenção básica. Em 2017 obteve-se um percentual de 19% das unidades de saúde ofertando algum tipo de práticas integrativas e complementares para a população. Essa proposta foi compartilhada em 54% dos municípios, e em 100% das capitais (BRASIL, 2018).

Os profissionais de saúde, especialmente os enfermeiros, devem receber qualificação para a implementação dessas práticas (BRASIL, 2018). No continente europeu e em alguns outros países essa qualificação ocorreu entre 2010 a 2012. No Brasil a estruturação da formação dos profissionais teve início em 2015 (SOUZA, 2019).

Espera-se contribuir com este estudo como subsídio para outras pesquisas sobre a temática, e assim proporcionar uma assistência integral no atendimento à saúde da mulher. Também, oferecer incentivo para os profissionais, especialmente os enfermeiros, que procurem conhecimento sobre as PICS que possam incorporar na assistência à mulher no climatério. Ainda, estimular o empoderamento das mulheres ao prover conhecimento e opções sobre as terapias complementares, favorecendo bem-estar psicológico, emocional, reduzindo estigma e solidão enfrentados durante esta fase de vida.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

- Revisar a produção científica acerca das PICS na assistência à mulher no climatério.

2.2 Objetivos Específicos

- Localizar na literatura a importância das PICS na assistência à mulher no climatério;
- Examinar a atuação do profissional enfermeiro na realização das PICS no cuidado à mulher no climatério.

3. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

3.1 Os Hormônios Femininos e os Desafios de Produzir Cuidados

Ao longo da vida da mulher há diversas alterações dos ciclos hormonais, iniciando na puberdade através da menarca, primeira menstruação, e se estendendo até a menopausa, encerramento do ciclo. Os hormônios femininos são liberados por influência da glândula hipófise, situada na base do cérebro, e a sua função é o controle da atividade das glândulas endócrinas (SELBAC et al., 2018).

Os hormônios femininos desempenham um papel essencial na regulação de diversas funções biológicas do corpo, por exemplo, o ciclo menstrual, a reprodução e a saúde óssea. Os principais hormônios são o estrogênio, a progesterona e a testosterona, sendo que cada um deles possui características e funções específicas. Eles são sintetizados nos ovários, que são glândulas sexuais que produzem os óvulos (MOREIRA, 2010).

O equilíbrio dos hormônios sexuais femininos depende da hipófise e dos ovários, que se relacionam através dos seus respectivos receptores hormonais, possibilitando o controle das alterações nos ciclos menstruais e a produção de óvulos. A hipófise produz o hormônio folículo estimulante (FSH) e o luteinizante (LH) que estimulam os ovários a produzirem estrogênio e progesterona, integrando-se ao complexo hormonal que controla o ciclo menstrual (BEREK et al., 1998).

Os estrogênios são um grupo de hormônios sexuais que incluem o estradiol, estrona e estriol, e têm como funções: o desenvolvimento sexual, regulação do ciclo menstrual dentre outras. A progesterona é produzida após a ovulação, especialmente pelo corpo lúteo e suas funções incluem: a preparação do útero para gravidez, manutenção da gravidez e regulação do ciclo menstrual (SELBAC et al., 2018).

Durante toda a vida da mulher, os óvulos são liberados pelos folículos ovarianos que estão presentes desde o nascimento. Logo, essa reserva é utilizada desde a menarca até a menopausa. Sendo assim, não haverá reposição de novos óvulos. Quando ocorre debilidade dos folículos, os ovários entram em falência e os níveis de hormônios estrogênio e progesterona declinam irrevesivelmente (MENDES, 2010).

Os hormônios são fundamentais para diversas características físicas e emocionais, e a redução acentuada de seus níveis durante o climatério e a menopausa pode causar um desequilíbrio. Essa queda, especialmente nos níveis de estrogênio, torna as mulheres mais suscetíveis a doenças cardíacas, ósseas e musculares, além de impactar negativamente a vida sexual. Além dos sintomas físicos, essa fase pode trazer sentimentos de medo e tristeza, com uma relação complexa entre esses aspectos e as mudanças hormonais, além de fatores

externos. Apesar de serem fases naturais, os efeitos do climatério e da menopausa podem prejudicar a qualidade de vida das mulheres, tornando essencial um tratamento adequado e acompanhamento profissional para garantir seu bem-estar (SOUZA et al., 2023).

Em suma, a vida da mulher é marcada por uma complexa interação hormonal que começa na puberdade e se estende até a menopausa, afetando não apenas o ciclo menstrual, mas também a saúde e a reprodução. Hormônios como estrogênio e progesterona, regulados pela hipófise e pelos ovários, são fundamentais para esse equilíbrio. Com o esgotamento dos óvulos ao longo dos anos, a menopausa representa uma transição significativa. Compreender essa dinâmica é crucial para promover a saúde e o bem-estar feminino em todas as fases da vida.

3.2 Climatério: A Produção do Cuidado pelo Enfermeiro na APS

A etiopatogenia do climatério está relacionada à interação entre o hipotálamo, a hipófise e os ovários, sendo estes últimos a estrutura central desse processo. Os ovários exercem um papel fundamental na saúde reprodutiva e hormonal da mulher, e sua função sofre alterações significativas durante o climatério. Este período de vida é caracterizado pela transição do final da fase reprodutiva, ocorrendo geralmente entre os 40 e os 65 anos. A menopausa, um marco importante desse período, é definida pela ausência de menstruação por 12 meses consecutivos (MENDES, 2010).

O climatério é uma fase de transição biológica na vida da mulher, que geralmente ocorre na meia-idade. Este período é caracterizado por mudanças hormonais e metabólicas significativas, que podem resultar em diversas alterações psicossociais (SILVA, 2003).

O hipoestrogenismo é o principal responsável pelo surgimento de alterações físicas e psicológicas características do climatério. Os sintomas mais comuns incluem instabilidade vasomotora, distúrbios menstruais, manifestações psicológicas, atrofia geniturinária e, a longo prazo, osteoporose e alterações cardiocirculatórias (BELTRAMINI et al., 2010).

A Atenção Primária à Saúde (APS) desempenha um papel essencial como a principal porta de entrada dos usuários no Sistema Único de Saúde (SUS). Nesse contexto, o enfermeiro de família se destaca como um profissional fundamental, uma vez que participa de todas as fases da vida da mulher. Para atuar efetivamente na saúde da mulher durante o climatério, o acolhimento baseado na escuta ativa e na abordagem humanizada é uma ferramenta crucial. Esse modelo de atenção favorece o fortalecimento do vínculo entre usuários e profissionais de saúde (BARRETO et al., 2023).

Destaca-se que uma das diretrizes da Política Nacional de Humanização é o acolhimento:

Acolher é reconhecer o que o outro traz como legítima e singular necessidade da saúde. O acolhimento deve comparecer e sustentar a relação entre equipes/serviços e os usuários/populações. Como calor das práticas de saúde, o acolhimento é construído de forma coletiva, a partir da análise dos processos de trabalho e tem como objetivo a construção de relações de confiança, compromisso e vínculo entre as equipes/ serviços, trabalhador/ equipes e usuário com sua rede socioafetiva (BRASIL, 2015. p 7).

Na visão de Valença e Germano (2010) a educação em saúde é uma ferramenta de grande importância na Atenção Primária à Saúde (APS), considerada uma das mais relevantes para o século XXI. Assim, o enfermeiro desempenha um papel essencial nesse contexto, pois ele desenvolve ações preventivas que visam conscientizar e mobilizar a população para o autocuidado, colocando a mulher como protagonista nas questões relacionadas às suas necessidades psicobiológicas, psicossociais e psicoespirituais, tanto em um nível individual quanto coletivo (VALENÇA; GERMANO, 2010).

O enfermeiro de família deve ir além das questões físicas e emocionais que surgem durante a fase do climatério, adotando estratégias que promovam a saúde, prevenindo doenças, oferecendo suporte aos sintomas clínicos e considerando as dificuldades enfrentadas pelas mulheres nesse período. A participação da família é fundamental, pois ela proporciona apoio e compreensão das necessidades da paciente. Além disso, o trabalho em equipe com outros profissionais da saúde é vital para oferecer um suporte abrangente, integrando cuidados em diferentes contextos, como grupos de apoio e serviços de saúde. Dessa forma, ao integrar cuidados em diferentes contextos, seja no território, em grupos de apoio ou na interação com outros serviços, o enfermeiro contribui significativamente para a promoção do bem-estar e a prevenção de complicações, garantindo que as mulheres vivenciem essa fase de forma mais saudável e plena. (CECILIANO; CAMARGO, 2021).

Em síntese, as mulheres no climatério podem experimentar uma variedade de alterações fisiológicas, emocionais e sociais que afetam a qualidade de vida. Nesse contexto, a atuação do enfermeiro de família na Atenção Primária à Saúde (APS) é fundamental para promover saúde e bem-estar durante essa fase. Por meio de uma abordagem integral, o enfermeiro contribui significativamente para a melhoria da qualidade de vida e a prevenção de complicações.

3.3 A Implementação das PICS na APS

No Brasil, as PICS são instituídas como Política de Saúde Pública, a Portaria GM/ MS no 971/ 2006 oferta os serviços e produtos de homeopatia, medicina tradicional chinesa/acupuntura, plantas medicinais e fitoterapia, além de constituir observatórios de

medicina antroposófica e termalismo social/crenoterapia. A Portaria GM/ MS nº 849/2017 foi incorporado: Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga. A Portaria nº 702/ 2018 inclui novas práticas como: aromaterapia, apiterapia, bioenergética, constelação familiar, cromoterapia, geoterapia, hipnoterapia, imposição de mãos, medicina antroposófica/antroposofia aplicada à saúde, ozonioterapia, terapia de florais e termalismo social/crenoterapia apresentadas (BRASIL, 2018).

A Medicina Tradicional Chinesa (MTC) inspira esse tipo de práticas que vêm sendo adotadas no ocidente. A MTC utiliza práticas terapêuticas voltadas para o ser humano em sua dimensão biopsicossocial e espiritual através de recursos naturais para o tratamento de enfermidades. As PICS estão incluídas nesse modelo milenar (BRASIL, 2018).

Conforme Mendes et al. (2019), sobre as PICS, estas são “práticas que utilizam substâncias seguras e naturais para a prevenção de agravos e recuperação de enfermidades.”

As Práticas Integrativas vêm sendo aplicadas nas na área da mulher, em diversos momentos da vida, por exemplo, no pré-natal, parto, puerpério, climatério, menopausa. Também pode ser aplicada no alívio dos sintomas de dismenorreia e nas práticas paliativas de algumas enfermidades, como os tumores malignos (MACIEL et al., 2022).

Para Tesser, Sousa e Nascimento (2018), as PICS conquistaram um espaço significativo na saúde brasileira com a promulgação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares, que impulsionou sua visibilidade e expansão, priorizando a inserção na APS, pois os profissionais são os seus maiores promotores no Sistema Único de Saúde.

A operacionalização das PICS no território envolve a implementação de ações que integrem essas práticas à atenção básica em saúde como: o levantamento já existentes no território, incluindo as práticas tradicionais e as terapias complementares, aperfeiçoamento profissional, criação de espaços para as práticas, monitoramento e avaliação dos indicadores e participação da comunidade (BRASIL, 2018).

Portanto, as práticas integrativas e complementares emergem como uma ferramenta promissora para a construção de uma saúde mais ampla e inclusiva, sendo necessário um compromisso contínuo para sua valorização e legitimação no âmbito da saúde pública.

4. METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa do tipo descritiva, com abordagem qualitativa, composta por revisão integrativa. No que tange às revisões, a integrativa é um método que propicia a incorporação das evidências na prática clínica. O objetivo é agrupar e sintetizar resultados sobre um determinado tema ou questão norteadora, de forma sistemática e ordenada. Além de fornecer o aprofundamento do conhecimento sobre o tema investigado (SOUZA et.al 2010).

Entende-se que a pesquisa qualitativa corresponde a questões individuais, pois se preocupa em saberes sociais, com um nível de existência que não pode ser computado, ou seja, ela trabalha com o universo, significando a relação mais profunda dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis. (MINAYO, 2001). Em relação a descritiva: “É aquela que, além de registrar e analisar busca identificar suas causas, seja através do método experimental ou qualitativo” (SEVERINO, 2002).

Para a realização deste estudo as seguintes etapas foram percorridas:

- 1ª etapa: Identificação do tema;
- 2ª etapa: Seleção das questões norteadoras: Quais Práticas Integrativas e Complementares em Saúde podemos identificar na assistência do Enfermeiro à mulher no climatério na APS e qual sua importância?;
- 3ª etapa: Definição dos descritores indexados nos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): "Climatério" OU "Menopausa"; "Terapias Complementares" OU "Práticas Integrativas e complementares" OU "Terapias Alternativas"; "Atenção básica" OU "Atenção Primária à Saúde" e "Enfermagem";
- 4ª etapa: Estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão de estudo. Os critérios de inclusão foram: artigos disponíveis na íntegra, nos idiomas português e/ou inglês, trabalhos que envolvessem mulheres em climatério, estudos que abordassem terapias complementares pelo enfermeiro na APS no cuidado à mulher no climatério e citados em recorte temporal de 2014 a 2024. Os critérios de exclusão adotados foram: artigos duplicados, publicações incompletas, artigos com acesso pago e fora da temática;
- 5ª etapa: Análise dos resultados e discussões: Nesta etapa foram encontrados 13 estudos pertinentes aos objetivos propostos pela pesquisa, observa-se no Quadro 3;
- 6ª etapa: Apresentação revisão/síntese de conhecimento.

A seleção das bases de dados e a busca pelas produções científicas foram etapas fundamentais do estudo. A revisão da literatura foi conduzida por meio de um levantamento

eletrônico de artigos publicados entre 2014 e 2024, utilizando o portal da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e National Library of Medicine (PubMed).

Na base de dados PubMed, foram empregados diversos descritores combinados, como (Terapias Complementares) AND (Enfermagem); (Atenção Primária à Saúde) AND (Práticas Integrativas e Complementares). Por sua vez, na base de dados SciELO, foram utilizados descritores como (Atenção Primária à Saúde) AND (Climatério) AND (Práticas Integrativas e Complementares); (Terapias Integrativas) AND (Menopausa) AND (Atenção Básica); (Climatério) AND (Atenção Primária) AND (Enfermagem). No portal BVS foram (Climatério) AND (Terapias Complementares);(Enfermagem) AND (Climatério) AND (Terapias Complementares) e (Atenção Primária à Saúde) AND (Práticas Integrativas e Complementares) AND (Enfermagem). Esses descritores foram cuidadosamente combinados utilizando o operador booleano 'AND'. Para facilitar a análise e a visualização dos resultados, foi elaborado um cruzamento dos descritores nas respectivas bases de dados, conforme ilustrado no Quadro 1.

A pesquisa foi conduzida em novembro de 2024, com a seleção de artigos em português e/ou inglês publicados nos últimos dez anos, entre 2014 e 2024. Para a organização da amostra, foi realizada uma sistematização na escolha dos estudos, que serviram como base para a discussão, conforme ilustrado no Quadro 2.

Quadro 1. Cruzamento dos descritores da literatura científica, Rio de Janeiro, 2025**PubMed**

Descritores	Resultados
Terapias Complementares AND Enfermagem	9
Atenção Primária à Saúde AND Prática Integrativas e Complementares	5

BVS

Descritores	Resultados
Climatério AND Terapias Complementares	47
Enfermagem AND Climatério AND Terapias Complementares	6
Atenção Primária à Saúde AND Práticas Integrativas e Complementares AND Enfermagem	93

SciELO

Descritores	Resultados
Atenção Primária à saúde AND Climatério AND Práticas Integrativas e Complementares	92
Terapias Alternativas AND Menopausa AND Atenção Básica	0
Climatério AND Atenção Primária à Saúde AND Enfermagem	5

Fonte: Elaborada pela autora (2024).

Quadro 2. Sistematização da seleção dos estudos que compuseram a amostra, Rio de Janeiro, 2025

	PubMed	BVS	SciELO	TOTAL
Publicações Encontradas	14	146	97	257
Excluídos por aplicação dos critérios de inclusão e exclusão	6	99	61	166
Selecionados para leitura dos títulos e resumos	8	47	36	91
Excluídos por repetição nas bases de dados	0	4	3	7
Excluídos por não corresponderem aos objetivos da pesquisa	6	33	32	71
Incluídos no estudo	2	10	1	13

Fonte: Dados da pesquisa, 2024

Foram encontradas 257 publicações nas bases de dados Pubmed, Scielo e no portal BVS. Após a avaliação segundo os critérios de inclusão e exclusão, um total de 166 estudos foi considerado. Entre esses, 7 artigos se mostraram redundantes nas diferentes bases. Na etapa de leitura de títulos e resumos, foram selecionados 91 estudos, dos quais 71 artigos foram descartados por não atenderem aos objetivos estabelecidos na pesquisa. Por fim, 13 artigos foram utilizados para análise aprofundada, após uma leitura crítica.

5. RESULTADOS E DISCUSSÕES

É importante destacar que a amostra final foi constituída por 13 estudos. A seguir, no Quadro 3, é apresentada uma descrição dos trabalhos selecionados.

Quadro 3. Descrição dos artigos incluídos na revisão integrativa, Rio de Janeiro, 2025

Autor (es), ano e periódico	Métodos	Objetivos	Principais Conclusões
Araújo A.R et al. 2020. Rev Fun Care Online	Estudo exploratório e descritivo	Analisar as principais terapias alternativas que podem diminuir os sintomas da menopausa e apresentar os desafios enfrentados pela enfermagem diante desta prática	As principais terapias alternativas identificadas foram: prática de exercício físico, acupuntura, hidroterapia, plantas medicinais, yoga e imaginação guiada
Alves, E.R.P. 2017. UFPB	Pesquisa ação-intervenção	Avaliar a eficácia da TCI, como tecnologia do cuidado, capaz de aumentar a autoestima e reduzir os sinais e sintomas da depressão, de mulheres vivenciando o climatério	A TCI é uma tecnologia de cuidado potente, capaz de ampliar o olhar das participantes, as motivando a saírem da estagnação da qual suas vidas se encontravam, adotando novas posturas e provocando mudanças importantes em suas vidas.
Bastos, V.D et al. 2024. Rev. Pró -UniverSU S	Estudo intervenção clínica, quase-experimental com abordagem quantitativa	Analisar as queixas clínicas de mulheres no climatério sob acompanhamento e sua relação com os indicadores do Diagnóstico de Enfermagem ansiedade; Avaliar os efeitos da terapia floral no autocontrole do estado de ansiedade em mulheres vivendo no climatério	A Terapia Floral proporcionou respostas ao Diagnóstico de Enfermagem ansiedade de forma satisfatória
Barra, A.A et al. 2014. FEMINA	Revisão de Literatura	Identificar na literatura evidências recentes acerca dos benefícios das terapias alternativas à TH na redução dos sintomas climatéricos	São necessários mais estudos controlados/randomizados para mostrar eficácia das diversas modalidades de terapia alternativa e também para delinear o perfil das pacientes que teriam maior benefício com esse tipo de tratamento, pois existe um grupo de mulheres que ainda se beneficiam da TH devido a não adaptação às terapias alternativas.
Banazeski, A.C et al. 2021. Rev enferm UFPE on line	Estudo qualitativo e descritivo	Analisar a atenção à saúde das mulheres acerca do manejo do climatério por enfermeiros de Atenção Primária à Saúde	Percebeu-se a necessidade de realizar educação permanente voltada ao tema climatério, bem como a elaboração de protocolos, normas e diretrizes atuais que orientem a atuação profissional
Jales R.D et al. 2020.	Pesquisa descritiva de	Identificar o conhecimento e a aplicação das práticas integrativas e	O conhecimento sobre a política nacional de práticas integrativas e

Rev. pesq.: cuid. fundam. online	abordagem qualitativa	complementares pelos enfermeiros da atenção básica	complementares, a variabilidade e a finalidade de tais práticas ainda se apresenta limitado, a solução para o conhecimento e implementação deficitários seria o ensino, seja ele na graduação ou na vida profissional.
Leão, E.R et al. 2015. Cad. Naturol.Ter ap. Complem	Estudo clínico randomizado	Analisar a eficácia da terapia floral, auriculoterapia e toque terapêutico no controle de sintomas climatéricos.	As três terapias estudadas demonstraram eficácia para redução dos sintomas do climatério (sem diferença estatística entre elas). O maior tamanho de efeito foi observado para o grupo de toque terapêutico.
Mildemberg, R. et al. 2023. Esc. Anna Nery	Estudo transversal	Analisar o conhecimento e o uso das Práticas Integrativas e Complementares (PIC) na atuação dos enfermeiros da Atenção Primária à Saúde (APS)	Contribui para a caracterização da atuação dos enfermeiros na APS, a partir das PIC
Ruela, L.O et al. 2018. Rev.	Revisão integrativa literatura	Analisar a implementação, o acesso e o uso das PIC no Sistema Único de Saúde (SUS) após a implantação da política	Observa-se que as PIC são oferecidas de forma tímida e os dados disponíveis são escassos, apesar dos reflexos positivos para os usuários e para os serviços que aderiram à sua utilização.
Sá, C.C. 2023. REVISA	Revisão integrativa literatura	Elencar os benefícios do uso de fitoterápicos na saúde da mulher com base na literatura.	Os fitoestrógenos apresentados no estudo demonstram eficácia para combater os sintomas climatéricos, sendo mais comum as isoflavonas.
Silva, P.H.B et al., 2021. Ciência & Saúde Coletiva	Estudo descritivo e exploratório, com abordagem qualitativa.	Compreender os sentidos atribuídos por trabalhadores da Atenção Primária à Saúde ao processo de formação profissional nas Práticas Integrativas e Complementares.	A necessidade de ampliação de estratégias educacionais que melhorem a formação dos profissionais de saúde para a oferta das diferentes Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde.
Soares, D.P et al. 2019. Rev. Enferm. Atenção a Saúde	Estudo descritivo com abordagem qualitativa	Analisar os fatores intervenientes na realização das práticas integrativas e complementares em saúde na Atenção Básica pelos enfermeiros	É necessário que exista intervenção educativa tanto para os profissionais e população usuária dos serviços de saúde quanto para os gestores, explanando a valorização dessas práticas e assim conquistando transformações nesse cenário de atuação.
Silva, P.H.B et al. 2024. Rev. Cien Saude Coletiva	Pesquisa descritiva, exploratória e qualitativa	Compreender os fatores que contribuem para a invisibilidade pública das Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária	As Práticas Integrativas e Complementares são frequentemente invisibilizadas na Atenção Primária como a falta de discussão nas reuniões de equipe, a desuniformidade no registro nos prontuários dos usuários e a baixa priorização na implementação. Também pode ser percebida devido à sobrecarga, constrangimentos e falta de espaço físico para a oferta das práticas aos usuários

A análise do estudo possibilitou a organização dos dados em três categorias distintas. A primeira categoria interpela sobre Práticas Integrativas no manejo da mulher no climatério, destacando práticas que podem ser utilizadas em conjunto com a medicina tradicional. A segunda categoria explora a integração das Práticas Integrativas e Complementares (PICS) na enfermagem dentro da Atenção Primária à Saúde (APS) no Brasil, evidenciando a importância da formação e atuação dos profissionais de enfermagem nesse contexto. Por fim, a terceira categoria discute sobre as políticas públicas de saúde da mulher e o acesso às práticas integrativas, enfatizando a evolução das políticas de saúde voltada para a saúde integral da mulher e a inclusão das práticas integrativas que respeitem a diversidade de saberes e necessidades.

5.1 Práticas Integrativas na Saúde da Mulher no climatério

Seis estudos trataram das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no manejo dos sintomas associados ao climatério, visando a melhoria na qualidade de vida durante essa transição. As práticas mencionadas foram a acupuntura, fitoestrógenos, yoga, terapia floral e terapia integrativa comunitária.

A acupuntura foi mencionada em dois estudos. Trata-se de uma técnica com o uso da inserção de finas agulhas filiformes metálicas estimulando o sistema nervoso central a produzir endorfinas. Na síntese dos estudos, revela uma taxa de eficácia de 18,8% no combate à insônia e aos fogachos. Essa abordagem oferece resultados ágeis, baixo risco de efeitos adversos, mas não proporciona benefícios ao longo prazo, conforme evidenciado pelo estudo de Barra et al. (2014) e Araújo et al. (2020).

A acupuntura e o fitoestrogênio compartilham efeitos terapêuticos semelhantes na mitigação dos sintomas de queixas biológicas, embora a acupuntura apresente uma eficácia mais rápida. O fitoestrógeno foi mencionado em três estudos, sendo compostos químicos naturais que mimetizam a ação dos hormônios estrogênicos, oferecendo benefícios à saúde feminina sem os riscos associados. Tais substâncias se ligam aos receptores de estrogênio, podendo atuar tanto como antagonistas quanto como agonistas e estão presentes nos alimentos. Para Barra et al. (2014) o uso de isoflavona, encontrada na soja, cuja ingestão, variando entre 40 e 100 mg diários, tem demonstrado potencial para atenuar sintomas vasomotores leves a moderados. De maneira semelhante, o produto Promensil, que contém isoflavona extraída do trevo vermelho, mostrou ter um impacto positivo, reduzindo em 44% a frequência de ondas de calor. Entretanto, a pesquisa ainda é escassa em relação aos possíveis

efeitos adversos, às dosagens recomendadas, à prevenção de complicações menstruais a longo prazo e à segurança do uso desses compostos.

Do mesmo modo, a síntese dos resultados do estudo de Sá et al. (2023) sobre o uso das isoflavonas, como soja, semente de linhaça, feijão, ervilha e lentilha, mostrou serem eficazes na mitigação dos sintomas relacionados à menopausa, destacando-se entre os benefícios observados, a reestabilização dos níveis de estrogênio endógeno, a diminuição dos fogachos e a manutenção da saúde óssea. Para Araújo et al. (2020) o uso de fitoestrógenos extraídos da soja ajudam a reduzir os fogachos e secura vaginal, embora exijam prescrição médica devido a possíveis contra indicações.

A prática da Yoga e a terapia floral são distintas em sua essência, porém compartilham o mesmo objetivo comum de promover um estado de bem-estar e equilíbrio. A prática da Yoga é uma abordagem que visa promover equilíbrio entre corpo e mente, contribuindo de maneira significativa para o cotidiano. Essa atividade envolve o aprimoramento da postura, o controle da respiração e a meditação. Nos estudos revisados, demonstrou-se que entre as mulheres que estão passando pelo climatério, foi observada uma redução na frequência de ondas de calor, sudorese noturna, riscos de doenças cardiovasculares e estresse. Também foi observado uma queda de cerca de 9% nas queixas relacionadas à insônia e à depressão. Isso ocorre porque o yoga facilita o relaxamento, melhora a circulação de energia no corpo, promovendo o equilíbrio tanto interno quanto externo e auxiliando no enfrentamento de situações emocionais. Para aquelas que estão na pós-menopausa, a prática tem se mostrado benéfica na reabilitação da osteoporose (ARAÚJO et al., 2020; BARRA et al., 2014).

A terapia floral, que utiliza extratos de flores silvestres para promover equilíbrio nas energias dos indivíduos, foi mencionada em dois estudos. No estudo de Leão et al. (2015), mulheres em climatério receberam essências de She Oak, Mulla Mulla, Bush Gardenia, do sistema Bush australiano e do Sistema Bach, administrando 7 gotas sublinguais duas vezes ao dia. Já no estudo quase-experimental de Bastos et al. (2024), as participantes tomaram 2 gotas de uma solução com essências diversas como gerânio, pepino, bom dia, melissa, cidreira, ipê roxo, goiaba e São Miguel, administrando 2 gotas da solução diluídas em 30 ml de água uma vez ao dia durante um período de três meses. Em ambos os estudos, observou-se uma redução significativa nos sintomas psicológicos, como depressão e ansiedade, além de sintomas somáticos, como dores e disfunções urinárias. Os pesquisadores também destacaram que a baixa escolaridade das participantes poderia dificultar sua participação em atividades sociais relacionadas à saúde.

Alves (2017) em um estudo ação-intervenção realizado com aquelas que enfrentam desafios emocionais, como a depressão, demonstrou que a Terapia Comunitária Integrativa (TCI) se revela uma abordagem eficaz. Esta desenvolve-se através de uma metodologia estruturada em formato de círculo, em quatro etapas. Inicialmente, a recepção dos participantes cria um ambiente acolhedor e seguro, seguido pela identificação de temas relevantes que promovem a coletividade e pertencimento. A discussão proporciona um espaço rico para a troca de experiências e a expressão de emoções, favorecendo a empatia entre as mulheres. Os resultados observados na pesquisa identificam os esforços individuais, efetivando tanto as dificuldades superadas quanto os avanços alcançados. Sendo assim, essas interações impactam positivamente a autoestima das participantes, refletindo não apenas na superação de quadros depressivos, mas também na redefinição da identidade feminina diante das mudanças do climatério. Ao oferecer uma nova perspectiva sobre a vida e a morte, a terapia comunitária integrativa permite que essas mulheres ressignifiquem suas experiências, construindo um espaço de acolhimento e empoderamento que promove a saúde mental e o bem-estar em um contexto que frequentemente enfrenta estigmas e desafios.

Portanto, os resultados desta revisão evidenciam que as PICS representam não apenas uma alternativa de eficácia, mas também um instrumento avançado no fortalecimento da saúde e do bem-estar físico e mental das mulheres em climatério, reafirmando a necessidade de uma inclusão cada vez maior dessas práticas nos sistemas de saúde. A efetividade dessas intervenções reforça a importância de se buscar alternativas que respeitem e valorizem a individualidade de cada mulher, contribuindo para práticas de cuidado mais holísticas e integradoras.

5.2 A Integração das PICS na Enfermagem na APS do Brasil

Na síntese dos estudos sobre as Práticas Integrativas Integrativas e Complementares (PICS) e o enfermeiro na APS, para Jales et al. (2020), as PICS buscam instituir o vínculo entre profissional e usuário com o espaço e a comunidade, através do processo de cuidado, sendo fundamental para as mudanças do estilo de vida, reconhecendo a relevância do indivíduo ativo para o autocuidado. Em decorrência disso, espera-se a redução do uso de medicação e de subordinação profissional. No estudo de Mildemberg et al. (2023) ressaltou-se que embora essas práticas tenham raízes em um contexto multiprofissional, no Brasil, a Enfermagem foi pioneira em reconhecer a importância das PICS como parte fundamental do cuidado integral, enfatizando a autonomia do indivíduo em relação à sua saúde. Sendo assim, Soares et al. (2019) concluem que o enfermeiro é uma figura essencial na promoção da

educação e no suporte relacionado às diversas abordagens de cuidado. Portanto, torna-se um agente ativo na orientação e no bem-estar dos usuários, contribuindo para a construção de um ambiente mais saudável e informativo.

Desse modo, Banazeski et al. (2021) afirma em seu estudo que a presença do enfermeiro na Atenção Primária à Saúde (APS) é de extrema importância, especialmente no que diz respeito ao cuidado das mulheres durante o climatério. Essa fase de transição é marcada por diversas alterações hormonais e físicas, que podem trazer à tona uma série de desafios, afetando a qualidade de vida das mulheres. O enfermeiro, integrante fundamental da equipe de saúde, tem um papel primordial na detecção e no enfrentamento dessas questões, recorrendo às Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) como suporte, promovendo um cuidado mais holístico.

Por outro lado, no Brasil, a capacitação em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) é vista como um dos aspectos mais desafiadores para sua expansão. Nas universidades públicas que oferecem cursos de graduação na área da saúde, apenas 26% dos programas de enfermagem incluem disciplinas dedicadas às PICS. A formação em PIC no Brasil está predominantemente concentrada em cursos de pós-graduação lato sensu no setor privado, o que pode ser problemático, pois esses cursos muitas vezes não atendem às necessidades da APS e do SUS (Silva, 2021).

No estudo realizado por Jales et al. em 2020, foi exposto que, entre os 19 enfermeiros entrevistados, apenas seis, o que corresponde a 31,57%, relataram ter tido algum contato ou conhecimento sobre práticas integrativas e complementares em saúde durante sua formação acadêmica. Sendo assim, essa identificação sugere uma lacuna significativa na formação dos futuros enfermeiros, evidenciando a necessidade de uma maior inclusão dessas temáticas no currículo universitário, a fim de ampliar o entendimento e a aplicação dessas abordagens no contexto profissional.

De acordo com Araújo et al., (2020), é essencial que terapias alternativas sejam incorporadas tanto no currículo das universidades quanto nos programas de educação continuada em saúde coletiva. Essa proposta poderia expandir o conhecimento dos profissionais de saúde, especialmente no que tange à atenção à saúde feminina e em outras áreas do cuidado ao longo da vida. A inclusão dessas práticas como recursos complementares promove uma abordagem mais completa e integrada da saúde, contribuindo para o bem-estar e a melhoria da qualidade de vida.

Atualmente, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são reconhecidas como uma especialidade dentro da Enfermagem, conforme estabelecido pela

Resolução COFEN nº 581 de 2018. Esse documento garante a base legal para que os profissionais de enfermagem atuem nesse campo, além de promover o desenvolvimento de pesquisas relacionadas às PICS de forma ampla (MILDEMBERG et al., 2023).

Para Soares (2019), é importante promover uma maior conscientização, não apenas entre os profissionais de saúde, mas também da comunidade. Essa sensibilização deve buscar evidenciar e desfazer preconceitos e incertezas acerca das PICS. Sendo assim, espera-se que essas abordagens se tornem cada vez mais integradas nos diversos contextos de cuidado à saúde no Brasil, com ênfase na Atenção Básica.

Por fim, a integração das PICS na enfermagem, especialmente na APS brasileira, mostra-se como uma estratégia fundamental para aperfeiçoar o cuidado integral e a autonomia dos usuários. Sendo assim, apesar dos avanços significativos na oferta dessas práticas, a formação desajustada dos profissionais, aliada à necessidade de maior inclusão das PICS nos currículos acadêmicos, destaca um desafio a ser superado. Assim, ao fomentar a educação sobre essas abordagens, tanto nas universidades quanto nas iniciativas de formação continuada, cria-se um ambiente propício para que enfermeiros e outros profissionais de saúde possam promover um cuidado mais integral, beneficiando especialmente a saúde das mulheres durante o climatério e contribuindo para a melhoria da qualidade de vida da população em geral, pois a sensibilização e a conscientização sobre as PICS são fundamentais para consolidar seu espaço no sistema de saúde brasileiro.

5.3 Políticas Públicas de Saúde da Mulher e Acesso às Práticas Integrativas

A evolução das políticas públicas voltadas para a saúde das mulheres no climatério ilustra uma trajetória de transformação significativa, conforme delineado por Banazeski (2021) e Alves (2017). No início do século XX, o foco estava predominantemente na maternidade e reprodução. Com a chegada da década de 1960, impulsionada pelos movimentos feministas e a introdução de métodos contraceptivos, houve uma ampliação da discussão sobre saúde feminina. A criação do Programa de Atenção Integral à Saúde da Mulher (PAISM) em 1984 e a incorporação do climatério na Política Nacional de Atenção Integral à Saúde da Mulher em 2003 representaram avanços importantes. No entanto, a implementação dessas políticas ainda enfrenta desafios, especialmente no que se refere à atenção às necessidades emocionais e subjetivas das mulheres, uma lacuna que o Manual de Atenção à Mulher no Climatério, destacando a importância da escuta e do vínculo terapêutico, embora muitas ações ainda se restrinjam a aspectos biológicos.

Paralelamente, Jales et al. (2020) apontam que o modelo biomédico, consolidado desde 1910, continua a prevalecer na prática médica, resultando em uma assistência fragmentada e focada na cura de doenças. Apesar disso, ao longo dos anos, emergiram novos modelos que visam promover uma abordagem mais holística no cuidado à saúde, reconhecendo a importância da participação ativa dos usuários nas políticas e serviços de saúde. Nesse contexto, as práticas alternativas começaram a ser incorporadas nos serviços públicos, especialmente após a 8ª Conferência de Saúde em 1986, que validou a homeopatia como uma abordagem legítima. As conferências subsequentes, como a 10ª e a 11ª, ampliaram essa perspectiva ao incluir a fitoterapia e a acupuntura, reafirmando o compromisso com a diversidade no cuidado à saúde. Essa evolução reflete um movimento em direção a um modelo de saúde mais inclusivo e centrado nas necessidades das mulheres, especialmente durante o climatério.

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) foram oficialmente integradas ao Sistema Único de Saúde (SUS) em 2006, com uma ampliação de terapias entre 2017 e 2018, conforme as Portarias nº 849/2017 e nº 702/2018. Atualmente, o SUS disponibiliza 29 práticas integrativas, com a Atenção Primária à Saúde (APS) sendo um espaço essencial para sua implementação e acolhimento da comunidade. Essa evolução reflete a crescente valorização de saberes tradicionais na promoção da saúde (MILDEMBERG et al., 2023 & RUELA et al., 2019).

Essa conexão entre a APS e as PICS se fundamenta em princípios e ferramentas comuns que promovem a integralidade no cuidado, colocando a pessoa no centro do atendimento e valorizando a autonomia e os vínculos afetivos. Ambas se caracterizam pela escuta atenta, comunicação horizontal e pela ênfase no toque e no afeto, sempre com foco na comunidade (SILVA et al., 2024). A integralidade, um dos pilares do Sistema Único de Saúde (SUS) consagrado na Constituição Federal de 1988, é essencial para o alcance dos objetivos da APS (JALES et al., 2020). Dessa forma, a intersecção entre esses campos evidencia a importância de um cuidado mais humanizado e integrado.

No âmbito da política de saúde, a gestão municipal desempenha um papel crucial ao definir diretrizes técnicas que integrem essas práticas na rede de saúde local. Isso envolve a alocação de recursos financeiros, apoio nas capacitações dos profissionais, gestão compartilhada e a implementação de avaliações e monitoramento das práticas (SOARES et al., 2019).

Em síntese, a evolução das políticas públicas de saúde no Brasil reflete um compromisso com uma assistência mais integral e humanizada, ao passar do foco na saúde

reprodutiva feminina para a inclusão de Práticas Integrativas e Complementares. A conexão entre a Atenção Primária à Saúde e essas práticas é fundamental para promover a autonomia e o bem-estar da população. Isso ressalta a importância da gestão municipal na implementação dessas diretrizes.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Podemos afirmar que os objetivos aqui elencados foram alcançados, uma vez que, revisamos sobre as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) e sua interface com a APS e a Enfermagem. Estas têm se mostrado um caminho promissor para ajudar a lidar com os sintomas do climatério. Elas oferecem alternativas ao tratamento convencional, trazendo não apenas alívio, mas também uma melhoria significativa na qualidade de vida das mulheres. A eficácia de métodos como acupuntura, yoga, terapia comunitária integrativa, terapia floral e fitoestrógenos destaca a importância dessas práticas como ferramentas valiosas para um cuidado mais integral e centrado na saúde feminina.

Apesar dos avanços na inclusão das PICS no Sistema Único de Saúde (SUS) e na qualificação dos profissionais de saúde, ainda encontramos lacunas que precisam ser abordadas. A formação sobre as PICS, por exemplo, ainda é insuficiente nos currículos de enfermagem, e há uma necessidade urgente de fomentar discussões sobre essas práticas, tanto entre os profissionais de saúde quanto na comunidade. Isso nos leva a refletir sobre a importância de aprofundar o conhecimento e fomentar pesquisas nessa área.

Nesse cenário, é fundamental que novas pesquisas científicas sejam realizadas, focando na eficácia e segurança das PICS, principalmente em diferentes grupos populacionais e condições de saúde. Estudos que acompanhem a longo prazo os efeitos dessas práticas, não apenas durante o climatério, mas também em outras fases da vida da mulher, podem oferecer informações valiosas para o desenvolvimento de protocolos de atendimento mais abrangentes e personalizados. Além disso, compreender as interações entre as PICS e os tratamentos convencionais pode resultar em diretrizes clínicas que integrem essas abordagens de forma segura e eficaz.

Por fim, é essencial que as políticas públicas continuem a promover e facilitar o acesso às PICS, garantindo que todas as mulheres, independentemente de sua condição socioeconômica, possam se beneficiar dessas práticas. A pesquisa contínua e a educação em saúde serão cruciais para sustentar estratégias para reduzir a medicalização, trabalhar aspectos não farmacológicos na sociedade onde a ansiedade vem sobressaindo.

7. REFERÊNCIAS

ARAÚJO, A. R.; CHAGAS, R. K. F.; LIMA, I. C. S. **Terapias alternativas para os cuidados dos sintomas da menopausa: delineando possibilidades e desafios.** Revista Fun Care Online, v. 12, p. 1267-1273, 2020. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v12.7967>. Acesso em: nov. 2024.

ALVES, E.R.P. **Terapia Comunitária Integrativa e Mulheres Vivenciando o Climatério: uma pesquisa ação-intervenção.** João Pessoa, 2017. 178f: Disponível em: <https://bvsenfermeria.bvsalud.org/biblio/resource/?id=biblioref.referencesource.1051554>. Acesso em: nov. 2024.

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Política Nacional de Humanização.** Brasília: Editora Premium, 2015. Acesso em: ago. 2024

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC.** Brasília: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html. Acesso em: ago. 2024.

_____. Ministério da Saúde. **Manual de Implantação de Serviços de Práticas Integrativas e Complementares no SUS.** Brasília: Ministério da Saúde, 2018. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics/publicacoes/manual_implantacao_servicos_pics.pdf/view. Acesso em nov. 2024.

_____. Ministério da Saúde. **Portaria N° 702, de 21 de março de 2018.** Brasília: Ministério da Saúde, 2018. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2018/prt0702_22_03_2018.html. Acesso em: ago. 2024.

_____. Ministério da Saúde. Boletim epidemiológico. Secretaria de Vigilância em saúde e ambiente. **Saúde da mulher brasileira: uma perspectiva integrada entre vigilância e atenção à saúde.** Brasília: Ministério da Saúde, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/especiais/2023/saude-da-mulher-brasileira-uma-perspectiva-integrada-entre-vigilancia-e-atencao-a-saude-numero-especial-mar.2023/view>. Acesso em: ago. 2024.

BARRETO, C. N.; SOUZA, N. F.; CORRÊA, G. B. **Desafios na atuação do enfermeiro frente ao climatério e menopausa na Atenção Primária à Saúde.** Research, Society and Development, v. 12, n. 4, 2023. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v12i4.41044>. Acesso em: ago. 2024.

BEREK, J. S; ADACHI, E. Y; HILLARD, P. A. **Novak/Tratado de Ginecologia.** 12. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1998.

BELTRAMINI L, A. C; DIEZ, C. A; CAMARGO, I. O; PRETO, V. A. **Atuação do enfermeiro diante da importância da assistência à saúde da mulher no climatério.** Revista REME-Rev. Min. Enferm; São Paulo, v.14, n. 12, p.166-174, 2010. Disponível em:

https://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-27622010000200004&lng=es&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em: out. 2024.

BASTOS, V. D; PEREIRA, A. D; PEREIRA, R.D. M; LARUZZI, T.M; ALVIM, N. A. T. **Efeitos da terapia floral sobre o estado de ansiedade em mulheres no climatério.** Rev. Pró- UniverSUS, v. 15, n. 2, p. 57-71, 2024. Disponível em: <https://editora.univassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/4703>. Acesso em: nov. 2024.

BARRA, A. A, ALBERGARIA, D. A, MARIANO, F. M, DANTAS, J. B, PINTO, K. M. C, RESENDE, N. M. **Terapia Alternativa no Climatério.** FEMINA, 2014. v. 42, n 1. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/upload/S/0100-7254/2014/v42n1/a4810.pdf>. Acesso em: nov. 2024.

BANAZESKI, A. C; LUZARDO, A. R; ROZO, A. J; SINISKI, K. C; PALOMBIT, M. R; CONCEIÇÃO, V. M. **Percepção de enfermeiros sobre a atenção ao climatério.** Rev enferm UFPE on line. 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/245748/37521>. Acesso em: nov. 2024.

CECILIANO, A. L. A. T; CAMARGO, V. G. **Atuação do enfermeiro diante da importância da assistência à saúde da mulher no climatério.** Revista Científica Eletrônica de Ciências Aplicadas da Fait. n. 1. Maio, 2021. Disponível em: https://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-27622010000200004&lng=es&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em: out. 2024.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - IBGE. **Agência IBGE Notícias 2023.** Acesso em: jan. 2025. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/38186-censo-2022-numero-de-pessoas-com-65-anos-ou-mais-de-idade-cresceu-57-4-em-12-anos>. Acesso em: nov. 2024.

JALES, R. D.; NELSON, I. C. A. S. R.; SOLANO, L. C.; OLIVEIRA, K. K. D. **Conhecimento e implementação das práticas integrativas e complementares pelos enfermeiros da atenção básica.** 2020 jan./dez.; v. 12, p. 808-813. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.9789/2175-5361.rpcfo.v12.7509>. Acesso em: nov. 2024.

LOPES, N. B. **Práticas Integrativas e Complementares em Saúde e sua Influência no Climatério.** Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/46992>. Acesso em: ago. 2024.

LEÃO, E.R; SILVA, M.J.P; SALLES, L.F; GIAPONESI, A. L. L; KUREBAYASHI, L. F. S. **Terapias complementares na redução de sintomas do climatério: ensaio clínico.** Cad. Naturol. Terap. Complem. v. 4, n 6, 2015. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/01/877902/terapias2301-7540-2-pb-1.pdf>. Acesso em: nov. de 2024

MENDES, D. S; MORAES, F. S; LIMA, O. L; SILVA, P. R; CUNHA, T.A; GROSSETTI, F.R. **Benefícios das Práticas Integrativas e Complementares no Cuidado de Enfermagem.** Journal Health NPEPS. 2019 jan./jun. 2019; v. 4, n. 1, p. 302-318. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/jhnpeps/article/view/3452>. Acesso em: ago. 2024.

MENDES, Aarão. et al. **Manual de Orientação em Climatério**. São Paulo: FEBRASGO, 2010.

MINAYO, M. C. S. (org). **Pesquisa Social. Teoria, Método e Criatividade**. 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001, p 6-7. Acesso em: ago. 2024.

MANICA, J; BELLAVER, E. H; ZANCANARO, V. **Efeitos das terapias na menopausa: uma revisão narrativa da literatura**. J Health Biol Sci, 2018; v. 7, n. 1, p. 82-88. Disponível em: <https://doi.org/10.12662/2317-3076jhbs.v7i1.2064.p82-88.2019>. Acesso em: ago. 2024.

MEDEIROS, S. G; MORAIS, F. R. R. **Organization of healthcare services for elderly women: users' perceptions**. Interface (Botucatu), 2015; v. 19, n. 52, p. 109-119. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1807-57622014.0264>. Acesso em ago. 2024.

MACIEL, C. L.M; SIGARAN, L. A; BAGÉ, I. T; PRATES, A. L. **Aromaterapia na saúde da mulher: uma revisão narrativa**. Convibra. 2022. Disponível em: <https://convibra.org/publicacao/27637/>. Acesso em: out. 2024.

MOREIRA, H. M. C. **Climatério, Tratamento e a Prática de Exercícios Físicos: uma revisão integrativa da literatura**. Belo Horizonte, 2010. Disponível em: https://repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUOS-9CXG6S/1/monografia_herberth_mar_al_c_haves_moreira.pdf. Acesso em: ago. 2024.

MILDEMBERG, R; PAES, M. R; SANTOS, B. A; DALMOLIN, I. S; BRUSAMARELLO, T. **Práticas Integrativas e Complementares na atuação dos enfermeiros da Atenção Primária à Saúde**. Escola Anna Nery. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2022-0074pt>. Acesso em: nov. 2024.

RUELA, L.O; MOURA, C.C; GRADIM, C.V.C; STEFANELLO, J. IUNES, D.H; PRADO, R.R.P. **Implementação, acesso e uso das práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde: revisão da literatura**. Ciência & Saúde Coletiva. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-812320182411.06132018>. Acesso em: nov. 2024

SANTOS, C. L; FERREIRA, L. G. A; FRANÇA, V. G. C; CARVALHO, V. G; SANTOS, R. B; SOUZA, V. J. **A percepção da mulher com relação à consulta do climatério**. Revista Nursing, v. 25, n. 285, p. 7203-7211, 2021. Disponível em: <https://revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/2234>. Acesso em: ago. 2024.

SALBEC, M.T; FERNANDES, C.G.C; MARRONE, L.C.P; VIEIRA, A.G; SILVEIRA, E.F; MARTINS, M. I. M. **Mudanças comportamentais e fisiológicas determinadas pelo ciclo biológico feminino - climatério a menopausa**. Aletheia v.51, n.1-2, p.177-190, 2018. Disponível em: <http://www.periodicos.ulbra.br/index.php/aletheia/article/view/4921>. Acesso em: out. 2024.

SILVA, G. F; MOURA, M. A. V; ALMEIDA, M. V. S; SÁ, S. P. C; QUEIROZ, A. B. A. **Influências do climatério para o envelhecimento na percepção de mulheres idosas: subsídios para a enfermagem**. Rev. Eletr. Enferm, 2015 v. 17, n. 3. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/29072>. Acesso em: ago. 2024.

SOUZA, M. T; SILVA, M. D; CARVALHO, R. **Revisão Integrativa: o que é e como fazer.** São Paulo: Einstein. 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/eins/a/ZQTBkVJZqcWrTT34cXLjtBx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: ago. 2024.

SOUZA, N. F; BARRETO, C.N; CORRÊA, G.B. **Desafios na atuação do enfermeiro frente ao climatério e menopausa na Atenção Primária à Saúde.** Research, Society and Development, v. 12, n. 4, e20912441044, 2023 (CC BY 4.0) | ISSN 2525-3409 | Disponível em: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v12i4.41044>. Acesso em: ago.2024.

SILVA, R.M; ARAÚJO, C. B; SILVA, A.R.V. **Alterações biopsicossociais da mulher no climatério** Revista Brasileira Em Promoção Da Saúde, 2012; v. 16, n. 1, p. 28-33. Disponível em: <https://ojs.unifor.br/RBPS/article/view/328>. Acesso em: ago. 2024.

SOUZA, V. A. **As práticas integrativas e complementares na atenção à saúde da mulher.** Chapecó. UFFS, 2019. Disponível em: <https://rd.uffs.edu.br/handle/prefix/4845>. Acesso em: ago. 2024.

SEVERINO, A. J. **Metodologia do Trabalho Científico.** 22 ed. São Paulo: Cortez, 2002. Acesso em: ago. 2024.

SÁ, C. C, RIBEIRO, C. L, COSTA V. R. O. T. **Uso de fitoterápicos na saúde da mulher.** REVISA, 2023; v. 12, n. 2, p. 321-329. Disponível em: <https://rdcsa.emnuvens.com.br/revista/article/view/140>. Acesso em: nov. 2024.

SILVA, P. H. B; BARROS, L.C. N; BARROS, N. F; TEIXEIRA, R. A. G; OLIVEIRA, E. S.F. **Formação profissional em Práticas Integrativas e Complementares: o sentido atribuído por trabalhadores da Atenção Primária à Saúde.** Ciência Saúde Coletiva v. 26, n. 2, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021262.40732020>. Acesso em: nov. 2024.

SOARES, D. P.; COELHO, A. M.; SILVA, L. E. A.; SILVA, R. J. R.; LINARD, L. L. P.; FERNANDES, M.C. **Fatores intervenientes das Práticas Integrativas Complementares em Saúde na Atenção Básica pelos Enfermeiros.** Rev Enferm Atenção Saúde, 2019; v. 8. Disponível em: <https://seer.uftm.edu.br/revistaelectronica/index.php/enfer/article/view/3544>. Acesso em: nov. 2024.

SILVA, P. H. B.; BARROS, L. C. N.; ZAMBELLI, J. C.; BARROS, N. F.; OLIVEIRA, E. S. F. **Invisibilidades das Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde.** Rev. Cien Saude Colet, v.29, n.8, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232024298.05132024>. Acesso em nov. 2024.

TESSER, C.D.; SOUSA, I. M. C.; NASCIMENTO, M.C. **Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde brasileira.** Saúde Debate. Rio de Janeiro, V. 42. 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0103-11042018S112> . Acesso em: agos.2024.

VALENÇA, C. N; GERMANO, R. M. **Concepções de mulheres sobre menopausa e climatério.** Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste, v. 11. 2010. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3240/324027969021.pdf>. Acesso em: out. 2024.

APÊNDICE A- Orçamento de pesquisa

O projeto de pesquisa intitulado como: As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde na Assistência do Enfermeiro à Mulher no Climatério na APS: uma revisão integrativa. Autoria da Presidente: Juvanice Paixão Costa do Programa de Residência em Enfermagem de Família e Comunidade, tendo como Orientador (a): Enfa. Ma. Thauanne de Souza Gonçalves e a Coorientador (a): Enfa. Tainá Leonardo da Silva apresenta como relação de materiais necessários:

Material	Valor (R\$)
Internet	180,00
Papel A4	30,00
Tinta de impressora	100,00
Publicação da pesquisa	1.000,00
Total	1.310,00

Fonte: Autoria própria, 2025

Além desses materiais, acrescenta-se a estação de trabalho (computador com processador de texto, acesso à internet e impressora), próprio da aluna. Cabe ressaltar que o projeto não apresenta um orçamento mais detalhado, pois não possui financiamento, sendo desenvolvido por meios próprios da autora, sem ajuda de custos.

APÊNDICE B- Cronograma da pesquisa

Etapas da pesquisa	Ago.	Set.	Out.	Nov.	Dez.	Jan.
Escolha do tema						
Formulação do problema						
Definição do objetivo						
Justificativa						
Metodologia						
Fundamentação Teórica						
Coleta de dados						
Tabulação dos dados						
Análise e discussão dos resultados						
Relatório Final						
Apresentação final						

Fonte: Autoria própria, 2025